

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

گروه رفتار حرکتی

پایان نامه تحصیلی برای دریافت درجه کارشناسی ارشد رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی

**مقایسه کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای در زنان و مردان کاراته‌کا و
ارتباط آن با باورهای خودکارآمدی**

استاد راهنما:

دکتر علیرضا صابری کاخکی

استاد مشاور:

دکتر اسماعیل شریفیان

مؤلف:

محسن استا

اسفند ماه ۱۳۸۹

تقدیم به:

پدر، مادر، همسر و برادران مهربانم که همواره همراه و همرازم بودند و با مهر و محبت بی دریغشان یاری ام نمودند.

تشر و قدردانی:

خدای را سپاس می گویم که مرا مورد لطف و کرم درگاه معرفت خود قرار داده تا بتوانم در راه کسب علم و دانش قدمی ناچیز بردارم، باشد که شکرگزار درگاهش باشم. کمال تشکر خود را به محضر استادان ارجمند آقایان دکترعلیرضا صابری کاخکی و دکتر اسماعیل شریفیان در سمت استاد راهنما و استاد مشاور که همواره راهنما و مشوق من بوده و هستند، اعلام می دارم و همچنین از زحمات دوستان خوبم آقایان: علی انصاری، فرزاد استا، علیرضا فارسی پور، ابوذر رنجبر، حامد رشید زاده، مرتضی عبدی، مجید اسماعیل زاده و رضا اشرفی که مرا در راستای اجرای این تحقیق یاری نمودند کمال تشکر و قدردانی را دارم.

چکیده:

هدف از اجرای این تحقیق، مقایسه کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای در زنان و مردان کاراته‌کا و بررسی ارتباط کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای با باورهای خودکارآمدی در ورزشکاران کاراته‌کا بود. نمونه تحقیق شامل ۱۶۹ نفر (۱۰۰ نفر مرد، ۶۹ نفر زن) ورزشکار کاراته‌کا با کمربند مشکی بودند که به روش تصادفی از بین ورزشکاران کاراته‌کا سطح شهر کرمان که در زمان اجرای تحقیق عضو باشگاه‌های سطح شهر بودند، انتخاب شدند.

ابزار تحقیق شامل پرسشنامه کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای (کارکرد مهارتی، کارکرد استراتژی و کارکرد اجرایی) و پرسشنامه باورهای خودکارآمدی (مهارتی، استراتژی و اجرایی) بود که توسط ورزشکاران در مدت ۲۵ دقیقه (پرسشنامه کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای ۱۵ دقیقه و پرسشنامه باورهای خودکارآمدی ۱۰ دقیقه) تکمیل شد. پایایی همسانی درونی با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ برای پرسشنامه کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای ۰/۸۴ و برای پرسشنامه باورهای خودکارآمدی ۰/۸۴ بود که تأیید شد و همچنین روایی صوری و محتوایی پرسشنامه‌ها توسط خبرگان دانشگاهی تأیید شد. جهت مقایسه استفاده از کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای بر اساس جنسیت از آزمون t مستقل و برای بررسی ارتباط کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای و باورهای خودکارآمدی از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج نشان داد در استفاده از کارکردهای مهارتی و استراتژی و اجرایی یادگیری مشاهده‌ای بین زنان و مردان کاراته‌کا تفاوت معنی داری وجود ندارد ($p > 0/05$). همچنین نتایج نشان داد ارتباط مثبتی بین کارکردهای شناختی (کارکرد مهارتی و استراتژی) یادگیری مشاهده‌ای و خودکارآمدی مهارتی و استراتژی ($r = 0/36, 0/38$) و همچنین بین کارکرد انگیزشی (کارکرد اجرایی) یادگیری مشاهده‌ای و خودکارآمدی اجرایی رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد ($r = 0/39, p < 0/05$). بنابراین یافته‌های این پژوهش نشان دهنده عدم تفاوت در استفاده از کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای بر حسب جنسیت می‌باشد و همچنین وجود ارتباط بین کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای و باورهای خودکارآمدی می‌تواند مورد استفاده مریبان در حوزه آموزش قرار گیرد.

واژه‌های کلیدی: کارکرد های یادگیری مشاهده‌ای، باورهای خودکارآمدی، کاراته‌کا، جنسیت

فهرست مطالب

عنوان

صفحه

فصل اول: مقدمه و طرح تحقیق

۲	۱-۱ مقدمه
۴	۲-۱ بیان مسئله و سوال‌های تحقیق
۶	۳-۱ اهمیت و ضرورت اجرای تحقیق
۸	۴-۱ اهداف تحقیق
۸	۱-۴-۱ هدف کلی
۸	۲-۴-۱ اهداف اختصاصی
۸	۵-۱ فرضیه‌های تحقیق
۹	۶-۱ پیش فرض‌های تحقیق
۹	۷-۱ قلمرو تحقیق
۹	۸-۱ محدودیت‌های تحقیق
۹	۹-۱ تعریف واژه‌های تحقیق
۹	۱-۹-۱ تعریف نظری واژه‌های تحقیق
۱۰	۲-۹-۱ تعریف عملیاتی واژه‌های تحقیق

فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه تحقیق

۱۳	۱-۲ مقدمه
۱۳	۲-۲ مبانی نظری تحقیق
۱۳	۱-۲-۲ یادگیری
۱۴	۲-۲-۲ یادگیری مشاهده‌ای
۱۴	۱-۲-۲-۲ تعریف عمومی یادگیری مشاهده‌ای
۱۴	۲-۲-۲-۲ تعریف اختصاصی یادگیری مشاهده‌ای در ورزش
۱۵	۳-۲-۲ تبیین‌های اولیه از یادگیری مشاهده‌ای

۱۶	۴-۲-۲ تبیین میلر و دلارد از یادگیری مشاهده‌ای
۱۸	۵-۲-۲ تبیین اسکینری از یادگیری مشاهده‌ای
۱۹	۶-۲-۲ توجیه بندورا از یادگیری مشاهده‌ای
۲۰	۷-۲-۲ اولین آزمایش کلاسیک یادگیری مشاهده‌ای
۲۱	۸-۲-۲ نظریه های یادگیری مشاهده‌ای
۲۱	۹-۲-۲ نظریه شناختی اجتماعی یادگیری مشاهده‌ای
۲۴	۱۰-۲-۲ نظریه ادراک مستقیم بینایی
۲۵	۱۱-۲-۲ تفاوت‌های دو نظریه شناختی اجتماعی و ادراک مستقیم بینایی
۲۶	۱۲-۲-۲ نظریه یادگیری حرکتی و الگودهی
۲۶	۱۳-۲-۲ رویکرد تعاملی یادگیری مشاهده‌ای
۲۷	۱۴-۲-۲ کاربردهای عملی یادگیری مشاهده‌ای
۲۸	۱۵-۲-۲ عوامل اثر گذار بر یادگیری مشاهده‌ای
۳۰	۱۶-۲-۲ الگوبرداری و عملکرد حرکتی
۳۱	۱۷-۲-۲ کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای
۳۴	۱۸-۲-۲ جنسیت و یادگیری مشاهده‌ای
۳۵	۱۹-۲-۲ نظریه خودکارآمدی بندورا
۳۶	۲۰-۲-۲ منابع خودکارآمدی
۳۷	۲۱-۲-۲ مقیاس‌های خودکارآمدی
۳۷	۲۲-۲-۲ انواع خودکارآمدی
۳۸	۲۳-۲-۲ ارتباط یادگیری مشاهده‌ای با باورهای خودکارآمدی
۴۰	۳-۲ پیشنهاد تحقیق
۴۰	۱-۳-۲ تحقیقات انجام شده در خارج از کشور
۴۷	۲-۳-۲ تحقیقات انجام شده در داخل کشور
۴۸	۳-۳-۲ جمع بندی
	فصل سوم: روش‌شناسی تحقیق
۵۰	۱-۳-۱ مقدمه

۵۰	۲-۳ روش تحقیق
۵۰	۳-۳ جامعه آماری، نمونه آماری و نحوه انتخاب شرکت کنندگان
۵۰	۴-۳ متغیرهای تحقیق
۵۱	۵-۳ روش و ابزار گردآوری اطلاعات
۵۳	۶-۳ شیوه اجرای تحقیق
۵۴	۷-۳ روش های آماری
	فصل چهارم: یافته های تحقیق
۵۶	۱-۴ مقدمه
۵۶	۲-۴ آمار توصیفی داده ها
۵۸	۳-۴ آزمون فرضیه های تحقیق
۵۸	۱-۳-۴ فرضیه اول
۵۹	۲-۳-۴ فرضیه دوم
۵۹	۳-۳-۴ فرضیه سوم
۶۰	۴-۳-۴ فرضیه چهارم
	فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری
۶۳	۱-۵ مقدمه
۶۳	۲-۵ خلاصه تحقیق
۶۴	۳-۵ بحث و تفسیر داده ها
۶۵	۱-۳-۵ فرضیه اول
۶۵	۲-۳-۵ فرضیه دوم
۶۶	۳-۳-۵ فرضیه سوم
۶۷	۴-۳-۵ فرضیه چهارم
۶۷	۴-۵ بحث و بررسی
۷۱	۵-۵ پیشنهادات آموزشی
۷۱	۶-۵ پیشنهادات پژوهشی

فهرست منابع

منابع فارسی و منابع انگلیسی

فهرست جداول

۵۲	جدول ۱-۳ روایی درونی پرسشنامه یادگیری مشاهده‌ای
۵۲	جدول ۲-۳ روایی درونی پرسشنامه باورهای خودکارآمدی
۵۳	جدول ۳-۳ اعتبار آزمون-بازآزمون پرسشنامه باورهای خودکارآمدی
۵۳	جدول ۴-۳ اعتبار آزمون-بازآزمون پرسشنامه کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای
۵۶	جدول ۱-۴ میانگین و انحراف استاندارد پرسشنامه یادگیری مشاهده‌ای
۵۷	جدول ۲-۴ میانگین کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای در مردان
۵۷	جدول ۳-۴ میانگین کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای در زنان
۵۸	جدول ۴-۴ میانگین و انحراف استاندارد پرسشنامه باورهای خودکارآمدی
۵۸	جدول ۵-۴ آزمون t مستقل برای تفاوت جنسیتی کارکرد مهارتی
۵۹	جدول ۶-۴ آزمون t مستقل برای تفاوت جنسیتی کارکرد اجرایی
۶۰	جدول ۷-۴ آزمون t مستقل برای تفاوت جنسیتی کارکرد استراتژی
۶۰	جدول ۸-۴ ارتباط کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای با یکدیگر
۶۱	جدول ۸-۴ ارتباط کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای با یکدیگر
۶۲	جدول ۹-۴ ارتباط کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای با باورهای خودکارآمدی

فهرست شکل‌ها

- ۱۹ شکل ۱-۲ تاثیر متقابل شخص، محیط و رفتار بر یکدیگر
- ۲۲ شکل ۲-۲ مدل یادگیری مشاهده ای بندورا
- ۵۷ شکل ۱-۴ کارکردهای یادگیری مشاهده ای

فهرست پیوست‌ها

- پیوست ۱ پرسشنامه کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای
- پیوست ۲ پرسشنامه باورهای خودکارآمدی
- چکیده لاتین

فصل اول

مقدمه و طرح تحقیق

آموزش مهارت‌های حرکتی به ورزشکاران، همواره اصلی‌ترین مسئولیت مربیان ورزشی و معلمان تربیت بدنی بوده است. همچنین تحقیقات بسیاری در یادگیری حرکتی^۱ به دنبال کشف روش‌های بهتر برای کمک به یادگیری مهارت‌ها انجام شده است. یادگیری از طریق مشاهده، دیدگاهی است که بر فراگیری مهارت حرکتی تأثیر می‌گذارد و نقش بسیار مهمی را در فرایند یادگیری، هم برای شخص و هم متخصصان رفتار حرکتی، بازی می‌کند. متخصصان رفتار حرکتی به هنگام ایجاد محیط یادگیری باید روش‌های معناداری را برای ارائه مؤثر مطالب انتخاب کنند. این کار می‌تواند قبل از یادگیری حرکت از طریق مشاهده یا تماشای حرکتی باشد که شخص دیگری انجام می‌دهد. از این طریق، اطلاعات مربوط به مهارت به راحتی منتقل می‌شوند؛ زیرا محدود به استفاده از کلمات نیستند. این فرایند، یادگیری مشاهده‌ای^۲ خوانده می‌شود. تأکید بر یادگیری مشاهده‌ای، روند خوبی در زمینه‌های آموزش است (عرب عامری، ۱۳۸۶).

یادگیری مشاهده‌ای که همان فرایند یادگیری به وسیله تماشای یک رفتار مطلوب می‌باشد، یکی از قدرتمندترین وسایل، جهت انتقال اطلاعات درباره چگونگی اجرای یک مهارت می‌باشد و از پرطرفدارترین روش‌ها جهت آموزش مهارت‌های حرکتی می‌باشد (بندورا^۳، ۱۹۹۷). همچنین یادگیری مشاهده‌ای به عنوان یک تمایل طبیعی در انسان برای تقلید آنچه در دیگران مشاهده می‌کند و انجام می‌دهد، تبیین می‌شود و طبق نظر آلبرت بندورا (۱۹۸۶) مفهوم یادگیری مشاهده‌ای و تقلید متمایز است و یادگیری مشاهده‌ای ممکن است شامل تقلید باشد یا نباشد. یادگیری مشاهده‌ای دارای چهار مرحله می‌باشد: ۱- مرحله توجه^۴ (استخراج اطلاعات مورد نیاز مربوط به مدل) ۲- مرحله یادداری^۵ (توانایی مشاهده‌گر برای حفظ و کدبندی اطلاعات مشاهده شده) ۳- مرحله تولیدی یا بازآفرینی^۶ (فرآیند تولید رفتار تعیین می‌کند آنچه یاد گرفته شده است تا چه اندازه به عملکرد تبدیل

¹Motor learning

²Observational Learning

³Bandura

⁴Attention

⁵Retention

⁶Motor reproduction

می شود) ۴- مرحله انگیزشی^۱ (رفتار یاد گرفته شده از راه مشاهده در صورتی به عملکرد تبدیل می شود که با تقویت همراه باشد). (بندورا، ۱۹۸۶).

برای اشخاص فاقد مهارت که در حال یادگیری یک مهارت ورزشی پیچیده هستند به نظر می رسد که نوع مدل به طور متفاوتی بر یادگیری مهارت و باورهای خودکارآمدی تاثیر بگذارد. برخی تحقیقات (مک کلاخ و مایر^۲، ۱۹۹۷) نشان داده اند که مشاهده یک مدل در حال یادگیری برای افزایش کسب مهارت موثر است و در برخی موارد خودکارآمدی یادگیرنده را افزایش می دهد. همچنین جورج، فلتز و چیس^۳ (۱۹۹۲) و مک کلاخ (۱۹۸۷) نشان داده اند هنگامی که مدل در سطح مهارت یادگیرنده درک شود تاثیر مدل افزایش می یابد.

مطالعات پیرامون تاثیر مدل های همتا^۴ حاکی از آن است که مشاهده یک مدل در حال یادگیری هم سطح با یادگیرنده در افزایش باورهای خودکارآمدی مفید است، در حالی که مشاهده یک مدل ماهرانه هم سطح با یادگیرنده برای توسعه اجرای مهارت مفید است (ویس، مک کلاخ، اسمیت و برلنت^۵، ۱۹۹۸).

در تمرینات ورزشی از یادگیری مشاهده ای جهت اصلاح مهارت ها و استراتژی ها استفاده می شود ولی علاوه بر این مدل سازی^۶ می تواند بر روی واکنش های روانشناختی از قبیل انگیزه برای تغییر یا اجرای یک رفتار، غلبه بر ترس و اضطراب و همچنین اعتماد به نفس و خودکارآمدی تاثیر داشته باشد (ستارک^۷ و مک کلاخ، ۱۹۹۹).

شواهد نظری و تجربی نشان می دهند که ورزشکاران از یادگیری مشاهده ای هم برای کارکردهای شناختی و هم کارکردهای انگیزشی استفاده می کنند ولی ابزاری برای اندازه گیری آن ها وجود نداشت. به منظور به وجود آوردن یک ابزار اندازه گیری و مطرح کردن این که ورزشکاران چگونه به طور طبیعی یادگیری مشاهده ای را مورد استفاده قرار می دهند، کامینگ و همکارانش (۲۰۰۵) پرسشنامه کارکردهای یادگیری مشاهده ای را بر اساس پرسشنامه تصویرسازی^۸ (هال، ۱۹۹۸) به وجود

¹Motivation

²Mccuallgh, Mayer

³George, Feltz & Chase

⁴Peer models

⁵weiss·smith & Berlant

⁶Modeling

⁷Starek

⁸Imagery

آوردند که دلایل استفاده ورزشکاران از مدل رابه شرح زیر توضیح دادند: بهبود اجرا و اکتساب مهارت (کارکرد مهارتی^۱)، اجرا و توسعه استراتژی‌ها^۲ (کارکرد استراتژی) و بهینه ساختن اجرا از طریق تنظیم سطح انگیزندگی و حالات روانی (کارکرد اجرایی^۳). او در این تحقیق بین زنان و مردان در استفاده از کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای تفاوتی مشاهده نکرد (کامینگ، کلارک، سٹی ماریا، مک کلاخ و هال^۴، ۲۰۰۵) ولی تحقیقات بعدی که از پرسشنامه کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای استفاده کرده‌اند تفاوت‌هایی را در استفاده از کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای بر اساس جنسیت نشان داده‌اند (ویش^۵ و هال، ۲۰۰۷؛ ساندرلند^۶، ۲۰۰۸).

ادبیات تحقیقی گذشته نشان می‌دهد که یادگیری مشاهده‌ای می‌تواند یک وسیله موثر برای اصلاح پاسخ‌های روانشناختی هنگام اکتساب مهارت باشد. برای مثال چند تحقیق بر روی افراد بالغ و بچه‌ها نشان داد که یادگیری مشاهده‌ای احساس خودکارآمدی یادگیرنده را به سوی اجرای یک رفتار یا عمل خاص افزایش می‌دهد (استارک و مک کلاخ، ۱۹۹۹؛ کود و ویس^۷، ۱۹۸۱).

با توجه به موارد ذکر شده، محقق در نظر دارد مقایسه‌ای بین کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای (کارکرد مهارتی، کارکرد استراتژی و کارکرد اجرایی) در ورزشکاران کاراته‌کا زن و مرد انجام دهد و همچنین ارتباط بین کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای و باورهای خودکارآمدی (خودکارآمدی مهارتی، استراتژی و اجرایی) در ورزشکاران کاراته‌کا را بررسی کند.

۱-۲ بیان مسئله و سؤال‌های اصلی تحقیق

نمایش مهارت رایج‌ترین تکنیک آموزشی است. هرگاه کسی شکل تازه‌ای از رفتار را صرفاً به وسیله مشاهده آن بیاموزد، به یادگیری مشاهده‌ای پرداخته است و کسی که رفتار را نمایش می‌دهد، الگو^۸ نامیده می‌شود. در حالی که یادگیری مشاهده‌ای دارای کارکردهای شناختی و انگیزشی است اکثر محققان بر کارکردهای شناختی یادگیری مشاهده‌ای از قبیل اکتساب و اجرای مهارت و استراتژی‌ها، شکل حرکت، زمانبندی حرکت و شناسایی خطا تمرکز کرده‌اند. همچنین مشخص شده است

^۱Skill function

^۲Strategy function

^۳performance function

^۴Comming, Celark, Ste Marie, Hall

^۵Wecsh

^۶Sunderland

^۷Could

^۸Model

یادگیری مشاهده‌ای می‌تواند بر پاسخ‌های روانشناختی اثر بگذارد مانند انگیزه برای تغییر یا اجرای یک رفتار، غلبه بر ترس و اضطراب و بهبود شناخت‌هایی از قبیل اعتماد به نفس و خود کارآمدی که ممکن است بر الگوی فعالیت‌های فیزیکی تاثیر بگذارد. بر این اساس، کامینگ و همکاران (۲۰۰۵) بر طبق پرسشنامه تصویرسازی هال (۱۹۹۸) سه کارکرد برای یادگیری مشاهده‌ای تعریف کردند: ۱- کارکرد مهارتی به نوعی از یادگیری مشاهده‌ای اشاره دارد که در توسعه و اجرای مهارت‌های ورزشی مشابه با تصویرسازی خاص شناختی^۱ به کار می‌رود. ۲- کارکرد استراتژی به نوعی از یادگیری مشاهده‌ای اشاره دارد که در توسعه و اجرای استراتژی‌های و برنامه‌های بازی و مسابقه مشابه با تصویرسازی عام شناختی^۲ به کار می‌رود. ۳- کارکرد اجرایی به نوعی از یادگیری مشاهده‌ای اشاره دارد که سطوح انگیزتگی و حالات روانی بهینه را در اجرای ورزشی مشابه با تصویرسازی عام انگیزشی^۳ خلق می‌کند. کامینگ و همکارانش (۲۰۰۵) همچنین نشان داده‌اند که ورزشکاران از کارکردهای مهارتی یادگیری مشاهده‌ای با بیشترین تکرار و در درجه بعد از کارکردهای استراتژی و در نهایت از کارکرد اجرایی استفاده می‌کنند و هیچ تفاوت جنسیتی در استفاده از کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای وجود ندارد. با این حال، شرکت کنندگان این تحقیق همگن نبوده و در طیفی از محدوده ورزش‌های تفریحی تا سطح حرفه‌ای پراکنده بودند. با توجه به این شرایط نیاز به بررسی کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای در یک نمونه همگن‌تر از لحاظ تجربه و نوع ورزش مشابه با ارزش می‌باشد.

نتایج متناقضی در مورد جنسیت وجود دارد، کامینگ و همکاران (۲۰۰۵) نشان داده‌اند که هیچ تفاوت جنسیتی در استفاده از کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای وجود ندارد، در حالی که وش و هال (۲۰۰۷) نشان دادند، تفاوت جنسیتی اندکی در استفاده از کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای وجود دارد و مردان نسبت به زنان از کارکرد اجرایی بیشتری استفاده می‌کنند و این تفاوت معنی دار است و از سوی دیگر ساندرلند (۲۰۰۸) دریافت که مردان از کارکرد استراتژی بیشتری نسبت به زنان استفاده می‌کنند و زنان از کارکرد های مهارتی بیشتری نسبت به مردان استفاده می‌کنند و در مورد کارکرد اجرایی تفاوتی بین زنان و مردان وجود ندارد.

¹ Cognitive specific Imagery

² Cognitive general Imagery

³ Motivational general Imagery

به علاوه محققانی که در حال بررسی یادگیری مشاهده‌ای هستند هنوز انواع مختلف خودکارآمدی (خودکارآمدی برای یادگیری مهارت‌ها، استراتژی‌ها و اجرا) را در نظر نگرفته‌اند. این احتمال وجود دارد که انواع مختلف خودکارآمدی در طول فرآیند یادگیری به طور قابل تمایزی با سه کارکرد یادگیری مشاهده‌ای در ارتباط باشد (شانک^۱، ۱۹۸۷).

باربی لاو^۲ و هال (۲۰۰۹) با توجه به نظریه شناختی-اجتماعی بندورا (۱۹۹۷) و بر اساس پرسشنامه کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای (FOLQ)^۳، پرسشنامه باورهای خودکارآمدی (SEQ)^۴ را بر اساس سه کارکرد یادگیری مشاهده‌ای ساختند تا ارتباط کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای و باورهای خودکارآمدی را بسنجند. نتایج حاکی از این بود که استفاده از کارکرد مهارتی یادگیری مشاهده‌ای باعث افزایش کارآمدی جهت یادگیری مهارت‌ها و استراتژی‌ها در افراد مبتدی می‌شود و استفاده از کارکرد اجرایی یادگیری مشاهده‌ای موجب کارآمدی اجرایی بالاتر جهت منظم کردن حالات روانی در طول ورزش در افراد مبتدی می‌شود و به طور کلی مشاهده کردند بین استفاده از کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای و باورهای خودکارآمدی در افراد مبتدی در ورزش ارتباط مثبت وجود دارد. این مسئله‌ای است که در ورزشکاران ماهر مورد مطالعه قرار نگرفته است و محقق قصد دارد این موضوع را در ورزشکاران ماهر بررسی کند.

با توجه به نتایج ضد و نقیض در مورد استفاده از کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای بر اساس جنسیت و عدم شواهد کافی در مورد ارتباط بین یادگیری مشاهده‌ای و باورهای خودکارآمدی در ورزشکاران همگن و ماهر، این تحقیق در نظر دارد به این سوالات پاسخ بدهد:

۱. آیا در میزان استفاده از کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای بین مردان و زنان کاراته‌کا تفاوت وجود دارد؟

۲. آیا بین کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای و باورهای خودکارآمدی در ورزشکاران کاراته‌کا ارتباطی وجود دارد؟

۱-۳ اهمیت و ضرورت اجرای تحقیق

از آنجایی که این یک بررسی نسبتاً جدید در مورد یادگیری مشاهده‌ای در داخل کشور است و استفاده ورزشکاران از یادگیری مشاهده‌ای بیشتر محدود به کارکرد شناختی (کارکرد مهارتی،

¹ Schunk

² Barbi Law

³ Functions Observational Learning Questionary

⁴ Self Efficacy Questionary

کارکرد استراتژی) است و استفاده از کارکرد اجرایی یادگیری مشاهده‌ای (کنترل سطوح انگیزشی و اعتماد به نفس) به عنوان یک مهارت روانشناختی نادیده گرفته می‌شود و مزایای روانشناختی یادگیری مشاهده‌ای به اثبات رسیده است (مک کلاخ و همکاران، ۲۰۰۱) و محققان نیاز به بررسی بیشتر تاثیر یادگیری مشاهده‌ای بر مهارت‌های ساده حرکتی و بررسی چگونگی به کار بردن آن برای مهارت‌های ورزشی پیچیده‌تر در محیط‌های طبیعی تاکید کرده‌اند (لاو و هال، ۲۰۰۹).

با ساخت پرسشنامه کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای (کامینگ و همکاران، ۲۰۰۵) یک ابزار معتبر برای اندازه‌گیری کارکرد شناختی و انگیزشی یادگیری مشاهده‌ای پدید آمد ولی نتایج نشانگر این بود که استفاده از کارکرد اجرایی یادگیری مشاهده‌ای در ورزش تحت تاثیر استفاده از کارکردهای مهارتی و استراتژی قرار گرفته است. به نظر می‌رسد تا زمانی که یادگیری مشاهده‌ای اساسا برای اهداف مهارتی و استراتژی به کار می‌رود از اثر کارکرد اجرایی آن در کمک به ورزشکاران برای غلبه بر چالش‌های یادگیری در محیط‌های تمرینی و رقابتی کاسته شود. از این رو بررسی کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای در یک نمونه همگن و با سطح مهارتی تقریبا یکسان از ورزشکاران کاراته‌کا برای فهم اینکه ورزشکاران کاراته‌کا چگونه از کارکرد شناختی و انگیزشی یادگیری مشاهده‌ای استفاده می‌کنند، اهمیت دارد و می‌توان برای مربیان و آموزش دهندگان ورزشی موثرترین توصیه‌ها برای استفاده از کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای، مخصوصا کارکرد اجرایی را فراهم آوریم.

استفاده از کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای بر اساس جنسیت تقریبا نتایج متناقضی را به همراه داشته است (کامینگ و همکاران، ۲۰۰۵؛ و سش و هال، ۲۰۰۷؛ ساندرلند، ۲۰۰۸) که محققان آن را به خطای نمونه‌گیری و پراکندگی شرکت کنندگان در نوع ورزش و سطح رقابتی متفاوت مربوط دانسته‌اند از این رو بررسی کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای بر اساس جنسیت در یک نمونه همگن برای فهمیدن بهتر این موضوع اهمیت می‌یابد.

ارتباط بین یادگیری مشاهده‌ای و خودکارآمدی توسط بندورا (۱۹۹۷) و زیمرمن (۱۹۹۸) در قالب نظریه شناختی- اجتماعی و یادگیری خودتنظیمی ساخته شده است ولی در طول ورزش خودکارآمدی به طور مکرر نوسان دارد، بنابراین مربیان ورزشی باید، به منظور محدود کردن نوسان‌های خودکارآمدی از یادگیری مشاهده‌ای، در ترکیب با مهارت‌ها و استراتژی‌ها استفاده کنند (بندورا، ۱۹۹۷). همچنین با درک کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای و ارتباط آن با باورهای خودکارآمدی می‌توانیم برنامه ریزی مناسبی برای استفاده هر فرد از کارکردها را بر حسب سطح

مهارتی، فراهم آوریم. از آنجایی که لاو و هال (۲۰۰۹) نشان دادند بین استفاده از کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای با باورهای خودکارآمدی در تازه‌کاران ورزشی ارتباط وجود دارد، بر آن شدیم تا این ارتباط را در افراد ماهر بررسی کنیم.

۴-۱ اهداف تحقیق

۴-۱-۱ **هدف کلی:** مقایسه کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای در زنان و مردان کاراته‌کا و بررسی ارتباط یادگیری مشاهده‌ای با باورهای خودکارآمدی در ورزشکاران کاراته‌کا می‌باشد.

۴-۱-۲ اهداف اختصاصی:

- ۱- مقایسه کارکرد مهارتی یادگیری مشاهده‌ای در زنان و مردان کاراته‌کا
- ۲- مقایسه کارکرد اجرایی یادگیری مشاهده‌ای در زنان و مردان کاراته‌کا
- ۳- مقایسه کارکرد استراتژی یادگیری مشاهده‌ای در زنان و مردان کاراته‌کا
- ۴- بررسی رابطه بین کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای و باورهای خودکارآمدی در ورزشکاران کاراته‌کا

۵-۱ فرضیه‌های تحقیق

- ۱- در استفاده از کارکرد مهارتی یادگیری مشاهده‌ای بین زنان و مردان کاراته‌کا تفاوت وجود دارد.
- ۲- در استفاده از کارکرد اجرایی یادگیری مشاهده‌ای بین زنان و مردان کاراته‌کا تفاوت وجود دارد.
- ۳- در استفاده از کارکرد استراتژی یادگیری مشاهده‌ای بین زنان و مردان کاراته‌کا تفاوت وجود دارد.
- ۴- بین استفاده از کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای و باورهای خودکارآمدی در ورزشکاران کاراته‌کا رابطه وجود دارد.

۶-۱ پیش فرض‌های تحقیق

- ۱- شرکت کنندگان محتوای سوالات پرسشنامه‌ها را درک کرده‌اند.
- ۲- شرکت کنندگان انگیزه کافی برای جواب دادن به پرسشنامه‌ها را داشته‌اند.
- ۳- شرکت کنندگان به پرسشنامه‌ها صادقانه پاسخ داده‌اند.

۷-۱ قلمرو (محدوده تحقیق)

- ۱- افراد شرکت کننده در تحقیق از ورزشکاران رشته کاراته می‌باشند.
- ۲- ورزشکاران شرکت کننده در تحقیق ماهر و دارای کمر بند مشکی می‌باشند.
- ۳- همه ورزشکاران از باشگاه‌های سطح شهر کرمان می‌باشند.
- ۴- ورزشکاران شرکت کننده در تحقیق به پرسشنامه‌ها در باشگاه و در طی جلسه تمرین پاسخ می‌دهند.
- ۵- دامنه سنی ورزشکاران بین ۱۴ تا ۳۰ سال بود.

۸-۱ محدودیت‌های تحقیق

عدم کنترل شرایط روحی و روانی شرکت کنندگان هنگام پاسخ به پرسشنامه‌ها

۹-۱ تعریف واژه‌های تحقیق

۹-۱-۱ تعریف نظری واژه‌های تحقیق

یادگیری مشاهده‌ای: فرآیند تماشای یک رفتار مطلوب و بهبود آن رفتار بر اساس تجربه (بندورا، ۱۹۹۷).

کارکرد مهارتی یادگیری مشاهده‌ای: به نوعی از یادگیری مشاهده‌ای اشاره دارد که در توسعه و انجام مهارت‌های ورزشی مشابه با تصویرسازی خاص شناختی به کار می‌رود (کامینگ و همکاران، ۲۰۰۵).

کارکرد استراتژی یادگیری مشاهده‌ای: به نوعی از یادگیری مشاهده‌ای اشاره دارد که در توسعه و اجرای استراتژی‌ها و برنامه‌های بازی و مسابقه، مشابه با تصویرسازی عام شناختی به کار می‌رود (کامینگ و همکاران، ۲۰۰۵).

کارکرد اجرایی یادگیری مشاهده‌ای: به نوعی از یادگیری مشاهده‌ای اشاره دارد که سطوح انگیزش و حالات روانی بهینه را در اجرا همانند تصویر سازی عام انگیزشی خلق می‌کند (کامینگ و همکاران، ۲۰۰۵).

خودکارآمدی: باور به توانایی‌ها برای سازماندهی و اجرای دوره‌ای حرکات برای رسیدن به اهداف مشخص (آلبرت بندورا، ۱۹۹۷).

۱-۹-۲ تعریف عملیاتی واژه‌های تحقیق

کارکرد مهارتی یادگیری مشاهده‌ای

میانگین امتیازی که هر فرد از ۶ سوال (سوال ۱ تا ۶) پرسشنامه کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای که بر اساس مقیاس ۷ ارزشی لیکرت سنجیده می‌شود، به دست می‌آورد.

کارکرد اجرایی یادگیری مشاهده‌ای

میانگین امتیازی که هر فرد از ۶ سوال (سوال ۷ تا ۱۲) پرسشنامه کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای که بر اساس مقیاس ۷ ارزشی لیکرت سنجیده می‌شود، به دست می‌آورد.

کارکرد استراتژی یادگیری مشاهده‌ای

میانگین امتیازی که هر فرد از ۵ سوال (سوال ۱۳ تا ۱۷) پرسشنامه کارکردهای یادگیری مشاهده‌ای که بر اساس مقیاس ۷ ارزشی لیکرت سنجیده می‌شود، به دست می‌آورد.