

# מוטיבציה לפעילות גופנית ולספורט

אמה גרון  
שולמית רביב  
רוני לידור

מה מניע ילדים ובני נוער לעסוק בפעילות גופנית ובספורט? מה מניע ספורטאי עילית להמשיך באימוניהם המפרכים ולנסות לשפר עוד ועוד את הישגיהם האישיים? כיצד אפשר לטפח מוטיבציה בקרב ילדים ומבוגרים לעסוק בפעילות גופנית ובספורט? ומדוע ילדים מאבדים עניין בעיסוקם הספורטיבי ונושרים ממנו לטובת עיסוקים אחרים? אלו הן כמה מהשאלות המעסיקות מורים לחינוך גופני, מאמנים בספורט, רופאים, מטפלים ומורי מורים בתחומי החינוך הגופני והספורט, שספר זה מנסה לספק להן תשובות.

המטרה העיקרית של הספר היא לבחון את תרומתם של סוגים שונים של מוטיבציה - מוטיבציה פנימית ומוטיבציה חיצונית, מוטיבציות המתעוררות בעקבות עונש או קבלת תגמול, המוטיבציה להשתתפות, המוטיבציה להישג, המוטיבציה התחרותית, מוטיבציות חברתיות ומוטיבציות מוסריות - לעיסוק בפעילות גופנית ובספורט.

הספר מיועד לאלו המלמדים ולומדים על מוטיבציה לפעילות גופנית ולספורט הן באוניברסיטאות והן במכללות האקדמיות המכשירות מורים, בעיקר אלו המכשירות מורים לחינוך הגופני.

## מוטיבציה לפעילות גופנית ולספורט



אמה גרון  
שולמית רביב  
רוני לידור

### על המחברים

**פרופ' אמה גרון**, ממניחי היסודות המחקריים והיישומיים בתחומי הפסיכולוגיה של הספורט והלמידה המוטורית בישראל. פרופ' גרון עבדה שנים רבות במכון וינגייט ולימדה במכללה לחינוך גופני ולספורט ע"ש זינמן במכון וינגייט. היא פרסמה מאמרים רבים בעברית, בולגרית ואנגלית במגוון נושאים בפסיכולוגיה של הספורט ובלמידה מוטורית כמו אישיות בספורט, מוטיבציה להישג בספורט והכנה מנטלית בספורט.

**ד"ר שולמית רביב**, מרצה בכירה במכללה לחינוך גופני ולספורט ע"ש זינמן במכון וינגייט, לימדה שנים רבות קורסים העוסקים בפסיכולוגיה ובפסיכולוגיה של הספורט. ד"ר רביב פרסמה מאמרים רבים, באנגלית ובעברית, בתחום הפסיכולוגיה של הספורט. אחד מנושאי מחקרה העיקריים הוא המוטיבציה לפעילות גופנית ולספורט.

**פרופ' רוני לידור**, מרצה וחוקר במכללה לחינוך גופני ולספורט ע"ש זינמן במכון וינגייט ובפקולטה לחינוך, אוניברסיטת חיפה. פרופ' לידור פרסם מאמרים רבים וספרים בתחומי התעניינותו המחקריים כמו למידה של מיומנויות מוטוריות, אסטרטגיות חשיבה ולמידה בתחום המוטורי וטיפוח ראשוני של ספורטאים צעירים. הוא גם עורך את כתב העת **בתנועה** - כתב-עת למדעי החינוך הגופני והספורט.

את הספר ניתן לרכוש באמצעות כרטיס אשראי בטלפון 03-5580111

או באמצעות כתובת האתר: [www.bookme.co.il](http://www.bookme.co.il)

קטלוג פרסומים באתר מכון מופ"ת: [shop.macam.ac.il](http://shop.macam.ac.il)