



اندیشه‌های نوین در ورزش تربیتی

دوره اول، شماره ۱، بهار ۱۴۰۳

صاحب امتیاز: دانشگاه بین‌المللی امام رضا (ع)

مدیرمسئول: دکتر مهدی اصفهانی (استادیار دانشگاه بین‌المللی امام رضا (ع))

سرمدبیر: دکتر وحید ساعت چیان (استادیار دانشگاه بین‌المللی امام رضا (ع))

اعضای هیئت تحریریه (به ترتیب حروف الفبا)

• دکتر مهدی طالب پور (عضو هیات علمی دانشگاه فردوسی مشهد)

• دکتر حبیب هنری (عضو هیات علمی و دانشیار دانشگاه علامه طباطبائی)

• دکتر حسین علی محمدی (دانشیار دانشگاه قم)

• دکتر حسین عیدی (دانشیار دانشگاه رازی کرمانشاه)

• دکتر فرزاد فرزاد (عضو هیات علمی دانشگاه مازندران)

• دکتر محمد کشتی دار (عضو هیات علمی دانشگاه فردوسی مشهد)

• دکتر فریده هادوی (عضو هیات علمی دانشگاه ایوان کی)

امور اجرایی و ناظر چاپ: مرکز انتشارات کتب و نشریات علمی دانشگاه بین‌المللی امام رضا (ع)

کارشناس نشریه: ریحانه سالاری

صفحه‌آرا: زهرا شجاعی

ویراستار: دکتر آیدا فیروزیان پور اصفهانی

ویراستار لاتین: دکتر اکرم حسینی

طراح جلد: زهرا شجاعی

شمارگان: محدود

نشانی: مشهد مقدس، خیابان دانشگاه، دانشگاه ۱۵ دانشگاه بین‌المللی امام رضا (ع)

تلفن: (۰۵۱-۳۸۰۴۱) (۱۵۱۵)

نمابر: (۰۵۱-۳۸۰۴۱) (۱۵۱۵)

آدرس اینترنتی: <https://ntes.imamreza.ac.ir>

۱	بررسی نقش اعتماد به نفس در موفقیت ورزشی دانش آموزان شرکت کننده در فعالیت های اوقات فراغت رشته والیبال رضا امین زاده، بهادر عزیزی، محمد خزایی
۱۸	نقش اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت ورزشی در بهره‌وری معلمان آموزش و پرورش شهر شیراز مازیار حاتمی، افسانه روحانی
۲۹	تأثیر رابطه فعالیت های بدنی با عزت نفس و نشاط اجتماعی دبیران زن طاهره ندایی، حسین علی محمدی، جواد ادبی فیروزجاه، فاطمه عسگری
۴۵	ارزیابی دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته های ورزشی جلیل پورزرننگار
۵۷	طراحی الگوی سبک دلبستگی با سازگاری اجتماعی دانش آموزان هنرستان های تربیت بدنی استان البرز حسین پورسلطانی زرنندی
۷۱	راهبردهای قیمت گذاری مراکز خدمات تفریحی ورزشی سیده شیرین درخشنده قهفرخی

اندیشه های نوین در ورزش تربیتی

دوره ۱، شماره ۱، بهار ۱۴۰۳

بررسی نقش اعتمادبه نفس در موفقیت ورزشی دانش آموزان شرکت کننده در فعالیت های اوقات فراغت رشته والیبال

رضا امین زاده^۱، بهادر عزیزی^{۲*}، محمد خزایی^۳

۱- استادیار روانشناسی ورزشی، گروه علوم ورزشی، دانشگاه بین المللی امام رضا (ع)، مشهد، ایران. (aminzadeh.reza@gmail.com)

۲- دکتری مدیریت ورزشی، گروه مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران

۳- دانشجوی دکتری، گروه روانشناسی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران (m.khazaei.ut@gmail.com)

چکیده

هدف از این پژوهش، بررسی نقش اعتمادبه نفس در موفقیت ورزشی دانش آموزان شرکت کننده در فعالیت های اوقات فراغت رشته والیبال بود. پژوهش حاضر، از نظر هدف کاربردی و از حیث نوع، جزء مطالعات توصیفی- همبستگی مبتنی بر مدل سازی معادلات ساختاری بوده که اطلاعات آن به صورت میدانی جمع آوری گردید. جامعه آماری پژوهش، شامل دانش آموزان شرکت کننده در کلاس های اوقات فراغت رشته والیبال در شهر مشهد بود که در این راستا ۲۰۰ پرسشنامه توزیع و پس از جمع آوری و حذف پرسشنامه های ناقص، ۱۶۰ مورد از آنها انتخاب و وارد مرحله تجزیه و تحلیل شدند. به منظور جمع آوری داده ها در این پژوهش، از سه پرسشنامه استاندارد موفقیت ورزشی (موسوی و واعظ موسوی، ۱۳۹۴)، پرسشنامه منابع اعتمادبه نفس ورزشی (ویلی و همکاران، ۱۹۹۸) و پرسشنامه انواع اعتمادبه نفس ورزشی (ویلی و نایت، ۲۰۰۲) استفاده شد. با توجه به نتایج، مشخص گردید که بین منابع اعتمادبه نفس ورزشی و مؤلفه های آن و انواع اعتمادبه نفس ورزشی و مؤلفه های آن با موفقیت ورزشی رابطه معناداری برقرار بوده ($P < 0.05$) و مؤلفه های این دو متغیر پیش بینی کننده تغییرات موفقیت ورزشی هستند. در نهایت، براساس مدل معادلات ساختاری، رابطه بین منابع و انواع اعتمادبه نفس ورزشی و موفقیت ورزشی از برآزش مناسبی برخوردار بود. بنابراین، می توان بیان داشت که وجود میزان مناسبی از منابع و انواع اعتمادبه نفس ورزشی، می تواند موجب موفقیت ورزشی دانش آموزان شرکت کننده در کلاس های اوقات فراغت رشته والیبال و به طور کلی در کلاس های ورزشی گردد.

اطلاعات مقاله

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۹/۱۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۰۷

شماره صفحات: ۱-۱۷

واژگان کلیدی:

اعتمادبه نفس ورزشی، اوقات فراغت، دانش آموزان، منابع اعتمادبه نفس ورزشی، موفقیت ورزشی، والیبال

استناد به مقاله:

امین زاده، رضا؛ عزیزی، بهادر و خزایی، محمد. (۱۴۰۲). بررسی نقش اعتمادبه نفس در موفقیت ورزشی دانش آموزان شرکت کننده در فعالیت های اوقات فراغت رشته والیبال. *اندیشه های نوین در ورزش تربیتی*، ۱(۱)، ۱-۱۷.



از دستگاه خود برای اسکن و خواندن مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید.

DOI: <https://doi.org/10.22034/NTES.2024.189436>

URL: https://ntes.imamreza.ac.ir/article_189436.html

مقدمه

در دوران نوجوانی، بیشتر افراد نسبت به ظاهر جسمانی خود، اهمیت قائل بوده و دختران تمایل به کاهش وزن و پسران برای عضلانی شدن بدن خود تلاش می‌کنند (لاکوویچ-گرگین^۱، ۲۰۰۰). فعالیت‌های بدنی و ورزش می‌توانند باعث افزایش قدرت و استقامت، زیبایی بدن، کاهش وزن و کنترل زندگی شوند که این مسئله در نهایت موجب افزایش اعتماد به نفس^۲ شده و نگرش فرد نسبت به خود و ظاهرش را تغییر می‌دهد. بنابراین، اگر افراد جوان به ورزش و سایر اشکال فعالیت بدنی بپردازند، مزایای بسیاری به دست خواهند آورد. افراد می‌توانند از طریق ویژگی‌های شناختی که تعیین‌کننده میزان ارزش افراد جوان و توانایی سازگاری با سرعت زندگی امروز بوده، به انجام ورزش‌های سبک تا متوسط بپردازند. طبق پژوهش گالیچ^۳ (۲۰۰۳)، ورزش‌های سازمان‌یافته و سایر فعالیت‌های بدنی، افراد جوان را قادر می‌سازند تا اعتماد به نفس خود را افزایش داده، به هم‌سن‌وسالان خود نزدیک‌تر شده، توانایی‌های خود را تأیید و پذیرش نموده و در نهایت خود را به جامعه معرفی نمایند. با وجود آن‌که که یک سبک زندگی فعال از نظر جسمانی، مطلوب بوده، زیرا خطرات بروز بسیاری از بیماری‌ها را کاهش می‌دهد و از سوی دیگر، باعث کاهش استرس و افسردگی، بهبود خلق‌وخو، افزایش عزت‌نفس و رضایت از زندگی می‌شود، تعداد اندکی از دانش‌آموزان هستند که به انجام فعالیت‌های بدنی می‌پردازند (ماجورک و برلاس^۴، ۲۰۰۱). به بیان دیگر، تأکید بر تسلط کامل بر مهارت‌ها و دانش ورزشی باعث می‌شود در طولانی‌مدت، عادت‌های پایدار ایجاد شود و فعالیت و عملکرد ورزشی در گروه افراد جوان مورد پذیرش قرار گیرد.

در این راستا، قانون شماره ۳ سال ۲۰۰۵ در خصوص سیستم ملی ورزش (فصل اول، ماده ۱، شماره ۱۷) بیان می‌کند که موفقیت نتیجه حداکثر تلاشی است که ورزشکاران یا گروه‌ها (یا تیم‌ها) در فعالیت‌های ورزشی به دست می‌آورند. موفقیت ورزشی^۵، مجموعه‌ای از نتایجی است که یک ورزشکار در انجام وظایف محوله به وی، به دست می‌آورد (آدیساسمیتو^۶، ۲۰۰۷). موفقیت یک ورزشکار، نشان‌دهنده موفقیت او در تسلط بر وظایفش است. زمانی که یک ورزشکار به موفقیت‌های بالایی دست پیدا می‌کند، می‌تواند رضایت و غرور خود را در انجام وظایف خود افزایش دهد. ورزش، عبارت است از به فعلیت رساندن نتایج انباشته فرآیند تمرینی که ورزشکاران مطابق با توانایی‌های خود نشان می‌دهند. یک ورزشکار موفق، نشان‌دهنده موفقیت فرآیند تمرینی‌ای بوده که انجام داده است (سوکادیانتو^۷، ۲۰۱۱). برعکس، موفقیت کم ورزشکاران، نشان‌دهنده موفقیت اندک آن‌ها در روند تمرینی است (ساتیادارا^۸، ۱۹۹۶). حتی اگر فردی در یک رشته ورزشی مشخص، استعداد خاصی داشته باشد، بدون آموزش هدفمند، آن استعداد به‌عنوان

1. Lacković - Grgin
2. Self-confidence
3. Galić
4. Majurec & Brlas
5. Sports Success
6. Adisasmito
7. Sukadiyanto
8. Satiadara

یک پتانسیل پنهان باقی می‌ماند. استعداد یا پتانسیل یک فرد باید به‌طور خاص مورد بررسی و آموزش قرار گیرد تا در تلاش برای دستیابی به موفقیت هدایت شود. کشف پتانسیل و تمرین آن به شیوه‌ای جهت‌دار، یک فرآیند یادگیری مستمر از آمادگی اولیه تا اوج موفقیت است (ریتونگا و همکاران^۱، ۲۰۱۹).

اوج موفقیت یک ورزشکار، به دلیل سه عامل مهم به دست می‌آید، که این عوامل عبارتند از: (۱) عوامل فیزیکی ورزشکار که مربوط به شرایط جسمانی برتر به‌عنوان یک دارایی مهم به شمار می‌رود و برای نشان دادن حداکثر عملکرد با استقامت، سرعت، انعطاف‌پذیری، چابکی، هماهنگی حرکت و قدرتی که هم تمرین و هم رقابت را پشتیبانی می‌کند، مدنظر قرار می‌گیرد؛ (۲) عوامل فنی که به مهارت‌های خاص مطابق با انگیزه فعالیت‌های ورزشی مربوط می‌شود و (۳) عوامل روان‌شناختی که دربردارنده ساختار و عملکرد جنبه‌های روانی ورزشکار هم از نظر شخصیت و هم از نظر شناختی است که می‌تواند استعداد ورزشکاران را از حالت بالفعل به بالقوه درآورد. این سه عامل، برای تولید بهینه موفقیت‌های ورزشکاران، از یکدیگر حمایت می‌کنند. این امر بر اساس ویژگی‌های ورزشکاران به‌عنوان انسان‌هایی است که دارای وحدت روان‌تنی بوده، یعنی وحدت روح و جسم، هر یک با دیگری بر یکدیگر تأثیر می‌گذارند (روشال^۲، ۱۹۹۲). مشکلات روانی‌ای که ورزشکاران با آن مواجه هستند، اغلب به مشکلات توانایی‌های فنی و فیزیکی مربوط می‌شوند (هارسونو^۳، ۱۹۹۶). به‌عنوان مثال، تمرینات بدنی روتین و نیاز به تسلط بر تکنیک‌های خاص، می‌توانند به‌عنوان عوامل استرس‌زا بر انگیزه یک ورزشکار تأثیرگذار باشند. اضطراب بیش‌ازحد در طول بازی نیز ممکن است باعث شود که ورزشکار نتواند بهترین عملکرد خود را نشان دهد (هاسیبوان^۴، ۲۰۱۰). برعکس، برخی منابع روان‌شناختی که از فرد در کسب موفقیت حمایت می‌کنند، ورزشکار را تشویق کرده تا برای انجام وظایف، مطابق با توانایی‌هایش آمادگی بهتری داشته باشد. ورزشکار می‌تواند در تمرین یا مسابقه بر موقعیت‌های نامطلوب غلبه کند. یکی از جنبه‌های روان‌شناختی که از پیشرفت حمایت می‌کند، اعتمادبه‌نفس است. خودکارآمدی^۵، ارزیابی این است که چگونه یک فرد می‌تواند رفتاری را که برای غلبه بر یک موقعیت یا وظیفه خاص لازم است انجام دهد. در دنیای ورزش، اصطلاح خودکارآمدی بیشتر به‌عنوان اعتمادبه‌نفس ورزشی^۶ شناخته می‌شود و به باورهای فردی در مورد توانایی خود برای موفقیت در ورزش اشاره دارد (یورینا^۷، ۲۰۱۲).

ابعاد اعتمادبه‌نفس در دنیای ورزش، نشان می‌دهند که بین اعتمادبه‌نفس و موفقیت ورزشکاران تکواندو رابطه معناداری وجود دارد. یعنی ورزشکاری که اعتمادبه‌نفس خوبی داشته باشد، می‌تواند عملکرد ورزشی را همان‌طور که انتظار می‌رود، نشان دهد. این ورزشکاران بر این باورند که تخصص و

1. Ritonga et al
2. Rushall
3. Harsono
4. Hasibuan
5. Self-efficacy
6. Sports Self-confidence
7. Juriana

مهارت‌های فیزیکی لازم برای رسیدن به موفقیت را دارند و علاوه بر این که قادر به تمرکز، حفظ تمرکز و تصمیم‌گیری برای رسیدن به موفقیت هستند، می‌توانند پس از بروز اشتباه، دوباره تمرکز کرده و بلافاصله پس از یک عملکرد بد، دوباره به پا خواسته و بر تردیدها و مشکلات غلبه نموده تا به موفقیت برسند (ریتونگا و همکاران، ۲۰۱۹).

پیش‌ازاین، به اهمیت اعتماد به نفس در بین ورزشکاران به‌عنوان جنبه‌ای از تصور خود که مؤلفه‌های شناختی و عاطفی را در برمی‌گیرد، اشاره شد (توییچ و همکاران^۱، ۲۰۱۲). اعتماد به نفس، به شکل‌گیری عواطف مثبت، حفظ تمرکز، تعیین اهداف، غلبه بر مشکلات، ساختاردهی به استراتژی بازی در لحظات سرنوشت‌ساز و کسب موفقیت در ورزش، کمک می‌کند. روانشناسان ورزشی، اعتماد به نفس را به‌عنوان اعتقاد بر این که عمل مطلوب را می‌توان به‌طور موفقیت‌آمیز تحقق بخشید و به سرانجام رساند، تعریف می‌کنند (بایراکتارویچ^۲، ۲۰۰۸). ورزشکاران جوان به‌منظور توسعه اعتماد به نفس خود، باید تجارب مثبتی به دست آورند. بنابراین، در برنامه‌های ورزشی باید توسعه تجارب افراد، عزت نفس و استقلال در درجه اول و سپس بر کسب پیروزی، تأکید گردد (کاکس^۳، ۲۰۰۵).

در این رابطه، عوامل روانی متعددی در رقابت‌های ورزشی اثرگذارند که باید برای آن‌ها اهمیت ویژه‌ای قائل شد (مارتنز، ۱۳۷۵). در کنار تمام جنبه‌های روانی که به‌طور عام باید بدان توجه نمود، «اعتماد به نفس» اهمیت بسزایی دارد؛ به طوری که به همراه دو ویژگی روانی «تعیین هدف» و «التزام»، جزو دسته مهارت‌های روانی پایه محسوب می‌شود (بوش و همکاران^۴، ۲۰۰۰)، زیرا تا زمانی که این سه ویژگی در ورزشکاری تثبیت نگردد، سایر مهارت‌های روانی (به ترتیب مهارت‌های روانی، جسمانی و شناختی) به حد کمال نخواهند رسید (بوتا^۵، ۱۹۹۳؛ اُرلریک^۶، ۱۹۹۶).

محققان نشان داده‌اند که اعتماد به نفس، عمدتاً به عنوان وجه تمایز ورزشکاران موفق و ناموفق می‌تواند در نظر گرفته شود؛ به عبارت دیگر، اعتقاد بر این است که اعتماد به نفس، یکی از جنبه‌های مهم روان‌شناسی بوده که اغلب سطوح بالای آن در ورزشکاران نخبه مشاهده شده است (کلیفتون و گیل^۷، ۱۹۹۴). در این راستا، بندورا (۱۹۷۷)^۸ معتقد است که ورزشکاران نخبه دارای اعتماد به نفس بیشتری در مقایسه با افراد غیر نخبه می‌باشند. حیدری (۲۰۱۸) بیان می‌دارد که اعتماد به نفس، نقش مهمی در موفقیت ورزشکاران داشته و پیشنهاد می‌کند که برنامه‌های تمرین ذهنی همراه با تمرینات فیزیکی و مهارتی در دستور کار مربیان ورزشی قرار گیرند تا میزان اعتماد به نفس لازم برای اوج عملکرد در ورزشکاران ایجاد شود. کومار^۹ (۲۰۱۵) بر این باور است که بوکسورها اعتماد به نفس

1. Tubić et al
2. Bajraktarević
3. Cox
4. Bush et al
5. Bota
6. Orlick
7. Clifton & Gill
8. Bandura
9. Kumar

بیشتری نسبت به کشتی‌گیران دارند و توصیه می‌کند که آموزش روان‌شناختی باید در برنامهٔ مربیگری در ورزش گنجانده شود تا اعتماد به نفس در بین ورزشکاران ایجاد شود. اعتماد به نفس، متغیر روانی اصلی و کلید موفقیت در ورزش به شمار می‌رود. کولور و کومار^۱ (۲۰۲۰) بیان می‌دارند که اعتماد به نفس، یکی از مهم‌ترین عواملی است که بر عملکرد ورزشی تأثیرگذار بوده و نقش مهمی در موفقیت ورزشکاران ایفا می‌کند. در مقابل، به نظر می‌رسد فقدان اعتماد به نفس، ارتباط نزدیکی با شکست ورزشی دارد. بنابراین، اعتماد به نفس عامل مهمی است که ورزشکاران موفق را از نظر وضعیت ذهنی و عملکردشان از ورزشکاران ناموفق متمایز می‌کند. سپاسی و همکاران (۲۰۱۲) دریافتند که عامل اعتماد به نفس در بانوان ورزشکار، می‌تواند موفقیت ورزشی آن‌ها را در بازی‌های فوتسال به‌طور مؤثرتری پیش‌بینی نماید. ریتونگا و همکاران (۲۰۱۹) نیز چنین ادعان می‌دارند که وجود اعتماد به نفس در ورزشکاران، می‌تواند تضمین‌کنندهٔ موفقیت آن‌ها باشد.

با توجه به تحقیقاتی که اعتماد به نفس را قوی‌ترین عامل تشخیص ورزشکاران نخبه از غیر نخبه (بوتا، ۱۹۹۳) و موفق از ناموفق (ماری، ۱۳۷۰؛ کلیفتون و گیل، ۱۹۹۴) در نظر گرفته‌اند، شاید بتوان گفت اعتماد به نفس ورزشی مهم‌ترین عامل اثرگذار بر عملکرد ورزشی است (چلادورای و کوآتمن^۲، ۲۰۰۵). محیط رقابت همواره دارای اضطراب و استرس مخصوص به خود بوده، به‌طوری‌که تمامی شرکت‌کنندگان در مسابقه و حتی ورزشکاران باتجربه و حرفه‌ای که دارای وضعیت جسمانی بسیار مطلوب هستند، می‌توانند تحت تأثیر قرار گیرند. ورزشکارانی که توانایی بالایی در ارتقای قابلیت‌های روانی و حفظ روحیه خود برای رقابت‌های سطح بالا دارند، قدرت تمرکز زیادی بر تکلیف مورد نظر داشته و از نحوهٔ مقابله با استرس‌های محیط و تنظیم اهداف واقعی و قابل حصول، آگاهی کامل دارند و می‌توانند نقاط ضعف خود را شناسایی و جبران نمایند؛ بدین ترتیب، قادر به کسب پیروزی‌های پیاپی و رکوردشکنی‌های متوالی خواهند بود (مارتنز، ۱۳۷۵). در داخل کشور، پژوهش‌هایی به بررسی ارتباط میان اعتماد به نفس ورزشکاران با میزان موفقیت در اجرا یا مسابقات پرداخته‌اند (دولت‌آبادی و همکاران، ۱۳۸۶؛ افضل‌پور و همکاران، ۱۳۸۵)، اما به دلیل تفاوت‌های موجود در ویژگی‌های ساختاری درونی ورزش‌های مختلف، این تعداد مقالات برای تبیین مسئله کافی به نظر نمی‌رسند. از این‌رو، در پژوهش حاضر این سؤال مطرح است که آیا اعتماد به نفس ورزشی در موفقیت دانش‌آموزان شرکت‌کننده در فعالیت‌های اوقات فراغت رشته والیبال می‌تواند تأثیرگذار باشد؟

روش‌شناسی

روش پژوهش حاضر به لحاظ ماهیت و هدف از نوع کاربردی و به لحاظ روش تحلیل از نوع توصیفی-همبستگی مبتنی بر مدل‌سازی معادلات ساختاری بوده که جمع‌آوری داده‌های آن به‌صورت میدانی به انجام رسید. جامعه آماری این پژوهش شامل دانش‌آموزان شرکت‌کننده در کلاس‌های اوقات

1. Kuloor & Kumar
2. Chelladurai & Quatman

فراغت رشته والیبال در شهر مشهد بود که در این راستا ۲۰۰ پرسشنامه به صورت تصادفی توزیع و پس از جمع آوری و حذف پرسشنامه های ناقص، ۱۶۰ مورد از آنها انتخاب و وارد مرحله تجزیه و تحلیل شدند. ابزار مورد استفاده برای جمع آوری داده ها در پژوهش حاضر، شامل سه پرسشنامه استاندارد بود که عبارتند از: منابع اعتماد به نفس ورزشی (ویلی و همکاران، ۱۹۹۸) که دارای ۹ مؤلفه می باشند که شامل موارد زیر می باشند: تسلط بر مهارت (گویه های ۴، ۱۳، ۲۱، ۳۰ و ۴۰)، آمادگی بدنی/روانی (گویه های ۲، ۳، ۱۲، ۲۰، ۲۹ و ۳۶)، رفتار رهبری مربی (گویه های ۸، ۱۶، ۲۳، ۲۵ و ۴۱)، حمایت اجتماعی (گویه های ۱، ۹، ۱۷، ۲۶، ۳۳ و ۳۷)، خودابرازی بدنی (گویه های ۷، ۱۵ و ۲۴)، نمایش توانایی (گویه های ۱۰، ۱۸، ۲۷، ۳۴ و ۳۸)، آسایش محیطی (گویه های ۶، ۲۲، ۲۳ و ۳۱)، تجارب جایگزین (گویه های ۱۱، ۱۹، ۲۸، ۳۵ و ۳۹) و موقعیت دلخواه (گویه های ۵ و ۱۴). این موارد مجموعاً ۴۱ گویه بوده و براساس طیف ۷ ارزشی لیکرت طراحی شده اند. انواع اعتماد به نفس ورزشی (ویلی و نایت، ۲۰۰۲) که دارای ۳ مؤلفه مهارت های تمرینی و بدنی (گویه های ۱، ۴، ۷، ۱۰ و ۱۲)، کارایی شناختی (گویه های ۲، ۵، ۸، ۱۱ و ۱۴) و اعتماد به نفس ورزشی قابل انعطاف (گویه های ۳، ۶، ۹ و ۱۲) بوده و مجموعاً ۱۴ گویه را در بر می گیرد و براساس طیف ۷ ارزشی لیکرت طراحی گردیده و در نهایت، پرسشنامه موفقیت ورزشی (موسوی و واعظ موسوی، ۱۳۹۴) که دارای ۶ مؤلفه اجرای روان (گویه های ۱۰، ۱۳، ۱۹، ۲۲ و ۲۹)، توجه (گویه های ۴، ۷، ۱۶، ۲۳ و ۲۶)، تکنیک (گویه های ۵، ۱۸، ۲۱ و ۲۴)، حساسیت به خطا (گویه های ۳، ۶، ۱۴، ۱۵ و ۲۵)، تعهد (گویه های ۸، ۹، ۱۷، ۲۷ و ۲۸) و پیشرفت (گویه های ۱، ۲، ۱۱، ۱۲ و ۲۰) و مجموعاً ۲۹ گویه بوده و براساس طیف ۶ ارزشی لیکرت طراحی گردیده است. در تحقیق حاضر، جهت تعیین روایی ابزار تحقیق، سؤالات پرسشنامه براساس مدل تحلیل پژوهش و بررسی ادبیات تحقیق تعیین شده و سپس به تأیید متخصصین این حیطه (مجموعاً ۱۰ تن) رسیده است. از این رو، روایی صوری و محتوایی آن مورد تأیید می باشد. به منظور تعیین پایایی ابزار پژوهش نیز از ضریب آلفای کرونباخ استفاده گردید که ضریب آلفا برای منابع اعتماد به نفس ورزشی، انواع اعتماد به نفس و موفقیت ورزشی به ترتیب، ۰/۸۲، ۰/۸۳ و ۰/۸۱ به دست آمد.

جهت تحلیل داده ها نیز از دو بخش آمار توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار، جداول و نمودارها) و آمار استنباطی (آزمون های چولگی و کشیدگی، آزمون ضریب همبستگی پیرسون و آزمون رگرسیون هم زمان) استفاده شد و در نهایت مدل رابطه ۳ متغیر اصلی پژوهش برآش گردید. لازم به ذکر است که کلیه تجزیه و تحلیل های آماری با استفاده از نرم افزارهای SPSS نسخه ۲۳ و Smart PLS 3 انجام پذیرفت. سطح معناداری آزمون ها نیز ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

یافته ها

در ابتدا، به بررسی ویژگی های جمعیت شناختی نمونه مورد بررسی پرداخته شد که بر این اساس، بیشترین و کمترین فراوانی براساس جنسیت به ترتیب با ۷۶/۹ و ۲۳/۱ درصد مربوط به گزینه های

"پسر" و "دختر"، بیشترین و کمترین فراوانی بر اساس مدت زمان فعالیت ورزشی به ترتیب با ۷۵/۰ و ۲۵/۰ درصد مربوط به گزینه‌های "زیر ۳ سال" و "بین ۴ تا ۸ سال"، بیشترین و کمترین فراوانی بر اساس تعداد مقام‌های کسب‌شده به ترتیب با ۷۵/۰ و ۲۵/۰ درصد مربوط به تعداد "زیر ۵ مقام" و "بین ۶ تا ۱۰ مقام"، و بیشترین و کمترین فراوانی بر اساس وضعیت سنی به ترتیب با ۶۳/۱ و ۳۶/۹ درصد مربوط به سنین "۱۲ الی ۱۵ سال" و "۱۶ الی ۱۸ سال" بود. در ادامه، با استفاده از آزمون‌های چولگی و کشیدگی، به بررسی چگونگی توزیع داده‌ها پرداخته شد که با توجه به اینکه تمامی نمرات در بازه +۲ تا -۲ بودند، می‌توان گفت که توزیع داده‌ها نرمال بوده و می‌توان از آزمون‌های پارامتری استفاده کرد. با توجه به نرمال بودن توزیع داده‌ها، از آزمون همبستگی پیرسون برای بررسی رابطه بین منابع اعتمادبه‌نفس ورزشی و مؤلفه‌های آن با موفقیت ورزشی پرداخته شد (جدول ۱).

جدول ۱. آزمون همبستگی بین منابع اعتمادبه‌نفس ورزشی و مؤلفه‌های آن با موفقیت ورزشی

متغیر	همبستگی پیرسون	سطح معنی‌داری
تسلط بر مهارت و موفقیت ورزشی	۰/۵۶	۰/۰۰۱
آمادگی بدنی / روانی و موفقیت ورزشی	۰/۴۳	۰/۰۰۱
رفتار رهبری مربی و موفقیت ورزشی	۰/۲۵	۰/۰۰۱
حمایت اجتماعی و موفقیت ورزشی	۰/۵۶	۰/۰۰۱
خودابرازی بدنی و موفقیت ورزشی	۰/۶۲	۰/۰۰۱
نمایش توانایی و موفقیت ورزشی	۰/۷۰	۰/۰۰۱
آسایش محیطی و موفقیت ورزشی	۰/۶۷	۰/۰۰۱
تجارب جایگزین و موفقیت ورزشی	۰/۳۲	۰/۰۰۲
موقعیت دلخواه و موفقیت ورزشی	۰/۲۱	۰/۰۰۱
منابع اعتمادبه‌نفس ورزشی و موفقیت ورزشی	۰/۴۶	۰/۰۰۱

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، بین منابع اعتمادبه‌نفس ورزشی و تمامی مؤلفه‌های آن با موفقیت ورزشی رابطه‌ی مثبت و معناداری برقرار است ($P < ۰/۰۵$)، به‌طوری‌که همبستگی بین آن‌ها در حد مطلوب گزارش شد. همچنین، در ادامه با استفاده از آزمون رگرسیون هم‌زمان، به پیش‌بینی تغییرات موفقیت ورزشی به‌واسطه مؤلفه‌های منابع اعتمادبه‌نفس ورزشی پرداخته شد (جدول ۲).

جدول ۲. آزمون رگرسیون

R	R ²	R ² تعدیل‌شده	خطای معیار ضریب تبیین	آماره دوربین واتسون	سطح معنی‌داری
۰/۵۸	۰/۳۴	۰/۳۰	۰/۱۲۲۶۳	۲/۴۷	۰/۰۰۱

با توجه به نتایج جدول ۲، مقدار آماره دورین واتسون که باید عددی بین ۱/۵ تا ۲/۵ باشد، ۲/۴۷ به دست آمد. همچنین میزان ضریب همبستگی و ضریب تبیین بین نمره مؤلفه های منابع اعتماد به نفس ورزشی و موفقیت ورزشی مشخص شده است که در آنجایی که ضریب همبستگی برابر با ۰/۵۸ و ضریب تبیین برابر با ۰/۳۰ می باشد، می توان گفت که ۳۰ درصد از تغییرات موفقیت ورزشی مربوط به مؤلفه های منابع اعتماد به نفس ورزشی می باشد. در ادامه به بیان تحلیل آزمون رگرسیون پرداخته شد (جدول ۳).

جدول ۳. ضرایب مدل

sig	t	ضرایب	ضرایب استاندارد نشده		
		استاندارد شده	SE	B	
۰/۰۰۱	۱۵/۴۸۰	Beta	-۰/۳۱۷	۴/۹۰۹	ثابت
-۰/۳۶	-۰/۹۱۱	-۰/۰۶۶	-۰/۰۲۰	-۰/۰۱۸	تسلط بر مهارت
-۰/۱۲	-۱/۵۵۹	-۰/۱۲۴	۰/۰۳۶	-۰/۰۵۶	آمادگی بدنی/روانی
-۰/۲۲	-۱/۲۱۲	-۰/۰۹۰	۰/۰۱۵	-۰/۰۱۸	رفتار رهبری مربی
-۰/۰۶	-۱/۸۸۳	-۰/۱۳۵	۰/۰۲۴	-۰/۰۴۵	حمایت اجتماعی
۰/۰۰۲	۲/۱۶۵	۰/۲۴۷	۰/۰۱۲	-۰/۰۲۹	خودابرازی بدنی
-۰/۵۱	-۰/۶۴۹	-۰/۰۵۳	۰/۰۲۰	-۰/۰۱۳	نمایش توانایی
۰/۰۰۱	-۶/۲۷۷	-۰/۵۰۹	۰/۰۱۴	-۰/۰۹۰	آسایش محیطی
۰/۰۰۱	۴/۰۴۲	-۰/۲۹۵	-۰/۰۱۵	۰/۰۶۲	تجارب جایگزین
۰/۰۱	-۲/۴۷۶	-۰/۱۹۳	۰/۰۱۳	-۰/۰۲۳	موقعیت دلخواه

جدول ۳، به منظور نوشتن فرمول معادله رگرسیونی استفاده شد. با توجه به این جدول، فرمول محاسبه موفقیت ورزشی به این صورت می باشد:

$$\text{موفقیت ورزشی} = ۴/۹۰۹ + (\text{خودابرازی } ۰/۲۴۷) + (\text{آسایش } -۰/۵۰۹) + (\text{تجارب } ۰/۲۹۵) + (\text{موقعیت دلخواه } -۰/۱۹۳)$$

در ادامه، به بررسی رابطه بین انواع اعتماد به نفس ورزشی و مؤلفه های آن با موفقیت ورزشی پرداخته شد (جدول ۴).

جدول ۴. آزمون همبستگی بین انواع اعتماد به نفس ورزشی و مؤلفه های آن با موفقیت ورزشی

متغیر	همبستگی پیرسون	سطح معنی داری
مهارت های تمرینی و بدنی و موفقیت ورزشی	۰/۴۸	۰/۰۰۱
کارایی شناختی و موفقیت ورزشی	۰/۳۳	۰/۰۰۳
قابل انعطاف و موفقیت ورزشی	۰/۵۲	۰/۰۰۱
انواع اعتماد به نفس ورزشی و موفقیت ورزشی	۰/۴۴	۰/۰۰۱

همان طور که در جدول ۴ مشاهده می شود، بین انواع اعتماد به نفس ورزشی و تمامی مؤلفه های آن با موفقیت ورزشی رابطه ی مثبت و معناداری برقرار است ($P < 0/05$)، به طوری که همبستگی بین آن ها در حد مطلوب گزارش شد. در ادامه با استفاده از آزمون رگرسیون، پیش بینی متغیر موفقیت ورزشی توسط مؤلفه های انواع اعتماد به نفس ورزشی مورد بررسی قرار گرفته است (جدول ۵).

جدول ۵. آزمون رگرسیون

R	R ²	R ² تعدیل شده	خطای معیار ضریب تبیین	آماره دوربین واتسون	سطح معنی داری
۰/۴۶	۰/۲۸	۰/۲۶	۰/۱۴۶۸۴	۲/۲۱	۰/۰۰۱

با توجه به نتایج جدول ۵، مقدار آماره دوربین واتسون ۲/۲۱ به دست آمد. همچنین میزان ضریب همبستگی و ضریب تبیین بین نمره مؤلفه های انواع اعتماد به نفس ورزشی و موفقیت ورزشی مشخص شده است که در آن چون ضریب همبستگی برابر با ۰/۴۶ و ضریب تبیین برابر با ۰/۲۶ می باشد، می توان گفت که ۲۶ درصد از تغییرات موفقیت ورزشی مربوط به مؤلفه های انواع اعتماد به نفس ورزشی می باشد. در ادامه، به بیان تحلیل آزمون رگرسیون پرداخته می شود (جدول ۶).

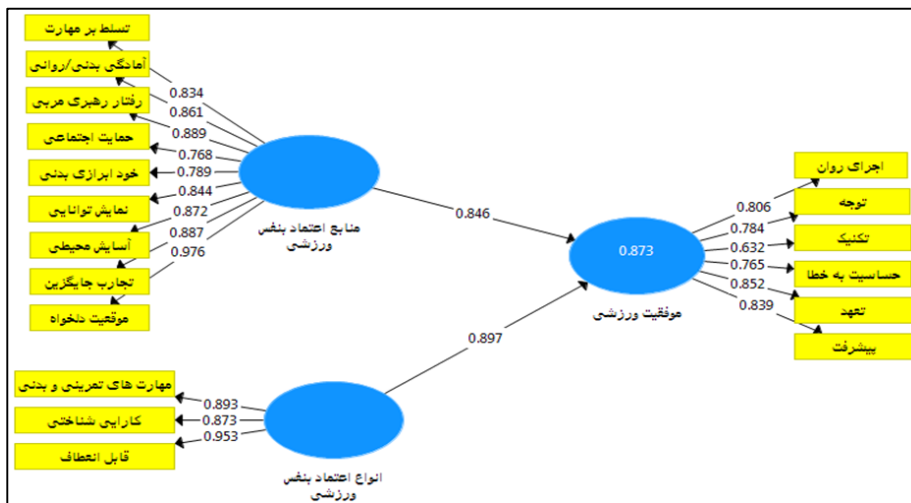
جدول ۶. ضرایب مدل

B	ضرایب استاندارد نشده		ضرایب استاندارد شده		t	sig
	SE	Beta	SE	Beta		
۳/۹۳۷	۰/۱۳۹				۲۸/۲۷۹	۰/۰۰۱
۰/۰۳۳	۰/۰۲۲	۰/۱۲۴	۱/۵۲۰	۰/۲۱		
-۰/۰۱۵	۰/۰۱۹	-۰/۰۶۵	-۰/۷۹۵	۰/۰۰۱		
۰/۰۰۸	۰/۰۱۵	۰/۰۴۴	-۰/۵۵۵	۰/۰۸		

جدول ۶، به منظور نوشتن فرمول معادله رگرسیونی استفاده می شود. با توجه به این جدول، فرمول محاسبه موفقیت ورزشی به این صورت می باشد:

$$\text{موفقیت ورزشی} = ۳/۹۳۷ + ۰/۰۶۵ * (\text{کارایی شناختی})$$

در نهایت، با استفاده از مدل سازی معادلات ساختاری، مدل ارتباطی متغیرهای اصلی پژوهش ترسیم و مورد بررسی قرار گرفت (شکل ۱).



شکل ۱. مدل معادلات ساختاری روابط بین منابع و انواع اعتماد به نفس ورزشی با موفقیت ورزشی در حالت استاندارد

در ادامه، معیارهای کلی کیفیت مدل ارائه شده است.

جدول ۷. معیار ضریب تعیین

متغیرها	R ²	R ² تعدیل شده
موفقیت ورزشی	۰/۷۱	۰/۷۰
انواع اعتماد به نفس	۰/۳۳	۰/۳۲

بر اساس نتایج جدول ۷، مقدار شاخص ضریب تعیین به دست آمده ۰/۷۰ و ۰/۳۳ می باشد که ملاک پذیرش ۰/۱۹، ۰/۲۳ و ۰/۶۷ به ترتیب ضعیف، متوسط و قوی است. با توجه به ضرایب تعیین به دست آمده، مشاهده می شود این معیار از برآزش متوسط و قوی برخوردار است.

جدول ۸. معیار ضریب اثر

متغیرها	موفقیت ورزشی	انواع اعتماد به نفس	منابع اعتماد به نفس
موفقیت ورزشی	-	-	-
انواع اعتماد به نفس	۰/۲۹	-	-
منابع اعتماد به نفس	۰/۶۴	۰/۵۰	-

بر اساس نتایج جدول ۸، مقدار شاخص اندازه اثر با توجه به ملاک پذیرش ۰/۰۲، ۰/۱۵ و ۰/۲۵ به دست آمد که به ترتیب بیانگر اندازه اثر کوچک، متوسط و زیاد هر سازه بر سازه دیگری است (کوهن، ۱۹۸۸). نتایج پژوهش، حاکی از آن است که اندازه اثر به دست آمده از وضعیت زیاد برخوردار است.

همچنین برای بررسی برازش مدل از شاخص GOF استفاده شد. برای به دست آوردن برازش مدل در ابتدا باید مقدار اشتراکی متغیر وابسته (موفقیت ورزشی) (۰/۳۸) و سپس مقدار ضریب تعیین متغیر مستقل (منابع و انواع اعتماد به نفس ورزشی) (۰/۸۹) را در نظر گرفت و سپس این مقادیر را در فرمول زیر گذاشت.

$$GOF = \sqrt{\text{Communality} \times R\text{square}}$$

$$GOF = \sqrt{0.38 \times 0.89} =$$

$$GOF = \sqrt{0.338}$$

$$GOF = \underline{0.581}$$

در نتیجه، مقدار شاخص GOF برابر است با ۰/۵۸۱ که این عدد با توجه به سه مقدار ۰/۰۱، ۰/۲۵، و ۰/۴۱ به عنوان مقادیر ضعیف، متوسط و قوی برای GOF، حاکی از برازش کلی قوی می باشد. در نهایت، به منظور برازش مدل تحقیق در نرم افزار PLS نسخه ۳، معیارهای جدیدی برای بررسی برازش مدل ارائه شده است. شاخص ریشه میانگین مربعات باقی مانده استاندارد، جدیدترین شاخصی است که در نسخه ۳ نرم افزار PLS استفاده می شود و براساس نظر هنسلا و همکاران (۲۰۱۴)، اگر مقدار این شاخص کمتر از ۰/۱ یا ۰/۰۸ باشد، مناسب قلمداد شده و مدل از برازش مطلوبی برخوردار است. بنابراین، با توجه به نتایج جدول ۹، می توان گفت که مدل تحقیق از برازش مطلوبی برخوردار می باشد. سایر شاخص های برازش مدل نیز محاسبه شده اند.

جدول ۹. خلاصه شاخص های برازش مدل

شاخص ها	مدل برآورد شده
ریشه میانگین مربعات باقی مانده استاندارد شده (SRMR)	۰/۰۷۹
d_ ULS	۱/۰۷۲
d_ G	۰/۳۰۱
خی دو (Chi-Square)	۶۵۹/۹۲۶
شاخص نرم شده برازندگی (NFI)	۰/۷۲۲

بحث و نتیجه گیری

در پژوهش حاضر، به بررسی نقش اعتماد به نفس در موفقیت ورزشی دانش آموزان شرکت کننده در فعالیت های اوقات فراغت رشته والیبال پرداخته شد و نتایج نشان داد که بین منابع اعتماد به نفس ورزشی و مؤلفه های آن و انواع اعتماد به نفس ورزشی و مؤلفه های آن با موفقیت ورزشی رابطه معناداری برقرار بوده و مؤلفه های این دو متغیر پیش بینی کننده تغییرات موفقیت ورزشی هستند. همچنین، براساس مدل معادلات ساختاری، رابطه بین منابع و انواع اعتماد به نفس ورزشی و موفقیت ورزشی از برازش مناسبی برخوردار بود.

در این راستا، نتایج پژوهش نشان داد که بین منابع اعتماد به نفس ورزشی و تمامی مؤلفه‌های آن با موفقیت ورزشی رابطه مثبت و معناداری برقرار است ($P < 0/05$)، که این یافته با نتایج پژوهش‌های سپاسی و همکاران (۲۰۱۲)، حیدری (۲۰۱۸)، ماری (۱۳۷۰)، بندورا (۱۹۷۷)، کلیفتون و گیل (۱۹۹۴)، اسکینر (۲۰۱۳)، کومار (۲۰۱۵)، ریتونگا و همکاران (۲۰۱۹) و کولور و کومار (۲۰۲۰)، همسو و با پژوهش قربانعلی زاده قاضیانی و همکاران (۱۳۸۸)، ناهم‌سو می‌باشد.

در همین راستا، اسکینر (۲۰۱۳)، با بررسی رابطه بین اعتماد به نفس و عملکرد در طول فصل مسابقات، دریافت که موفقیت در رشته والیبال، به لحاظ آماری، اهمیت بسیاری برای اعتماد به نفس تیم و مربی داشته و ضریب همبستگی آن‌ها $0/68$ بوده است. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که اعتماد به نفس تیم و مربی، می‌تواند با موفقیت تیم، مرتبط باشد.

از سوی دیگر، قربانعلی زاده قاضیانی و همکاران (۱۳۸۸)، با بررسی رابطه اعتماد به نفس ورزشی و موفقیت در مسابقات وزنه برداری، دریافتند که هیچ همبستگی معنی داری میان سطوح اعتماد به نفس ورزشی و ابعاد آن با عوامل موفقیت در مسابقات وجود ندارد. با توجه به نتایج تحقیق حاضر، اگرچه رابطه‌ای میان اعتماد به نفس ورزشی و عوامل موفقیت در مسابقه یافت نشد، مشاهده گردید که ورزشکاران نخبه که سطوح اعتماد به نفس بالاتر و معنی داری نسبت به گروه غیرنخبه داشتند، هم در مقام کسب شده و هم در تعداد وزنه‌های مهار شده به طور معنی داری برتر از گروه غیر نخبه بودند. بنابراین، اعتماد به نفس می‌تواند به عنوان وجه تمایز بین ورزشکاران نخبه و غیر نخبه، و به عبارت دیگر وجه تمایز میان ورزشکاران موفق و ناموفق در نظر گرفته شود.

بنابراین، می‌توان بیان داشت که بین منابع اعتماد به نفس ورزشی و مؤلفه‌های آن با موفقیت ورزشی رابطه‌ای معناداری وجود دارد، بدان معنا که هرچه سطح منابع اعتماد به نفس ورزشی و ۹ مؤلفه آن افزایش یابد، میزان موفقیت ورزشی در افراد نیز بیشتر خواهد بود. همچنین، دلیل ناهم‌سویی یافته‌های پژوهش حاضر با یافته‌های قربانعلی زاده قاضیانی و همکاران (۱۳۸۸) را می‌توان در جامعه‌ی مورد بررسی دانست، هرچند که آن‌ها نیز در نهایت اعتماد به نفس را به عنوان وجه تمایز ورزشکاران موفق و ناموفق در نظر گرفته‌اند.

همچنین، نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین انواع اعتماد به نفس ورزشی و تمامی مؤلفه‌های آن با موفقیت ورزشی رابطه مثبت و معناداری برقرار است ($P < 0/05$)، که این یافته با نتایج پژوهش‌های یوسفی و همکاران (۱۳۹۶)، ایران منش و همکاران (۱۳۹۳) و جولیانندی و همکاران (۲۰۱۹)، همسو می‌باشد.

در همین رابطه، یوسفی و همکاران (۱۳۹۶)، با بررسی ارتباط بین سبک حمایتی-استقلالی مربیان با ترس از شکست و اعتماد به نفس در ورزشکاران نوجوان، بیان داشتند که ضریب همبستگی، یک ارتباط مثبت معنی دار بین سبک حمایتی-استقلالی با اعتماد به نفس و یک ارتباط منفی معنی دار با ترس از شکست نشان داد. تحلیل رگرسیونی قابلیت پیش‌بینی ترس از شکست و اعتماد به نفس را از روی سبک حمایتی-استقلالی آشکار ساخت. در نتیجه می‌توان عنوان کرد مربیانی که از رفتارهای

استقلالی- حمایتی استفاده می‌کنند، در ایجاد اعتماد به نفس و کاهش ترس از شکست در ورزشکاران نوجوان موفق هستند. همچنین، ایران‌منش و همکاران (۱۳۹۲)، با بررسی رابطه بین اعتماد به نفس ورزشی و انگیزش در ورزشکاران تنیس روی میز بر پایه نظریه خودمختاری، دریافتند که بین اعتماد به نفس ورزشی و انواع آن (به جز مؤلفه قابلیت انعطاف) با انگیزش کل، انگیزش درونی و بیرونی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین مؤلفه‌های اعتماد به نفس توانستند ۴۵/۷ درصد از انگیزش کل را پیش‌بینی کنند. همچنین نتایج حاکی از آن بود که باورهای ورزشکاران در قصد و نیت آن‌ها از فعالیت عامل مؤثری می‌باشد و باعث تغییر میزان انگیزش می‌گردد. در نهایت، جولیانندی^۱ و همکاران (۲۰۱۹)، با ارزیابی حاکمیت ورزش در توسعه و بهبود موفقیت ورزشی، به این نتیجه رسیدند که حاکمیت می‌تواند به‌عنوان ابزاری برای سنجش میزان موفقیت مورد استفاده قرار گیرد. اتخاذ عملکردهای حاکمیتی اثبات شده از جمله عملکرد، انطباق، سیاست‌ها و عملیات، میزان حرفه‌ای شدن و حرفه‌ای‌گرایی ورزش را نشان می‌دهد.

بنابراین، می‌توان بیان داشت که بین انواع اعتماد به نفس ورزشی و مؤلفه‌های آن با موفقیت ورزشی رابطه مثبت و معناداری برقرار بوده، بدان معنا که با افزایش سطح انواع اعتماد به نفس ورزشی و ۲ مؤلفه‌ی آن، سطح موفقیت ورزشی و کسب نتایج و عملکرد مطلوب در افراد نیز بهبود و افزایش می‌یابد.

در نهایت، مشخص شد که براساس مدل معادلات ساختاری، رابطه سه متغیر اصلی پژوهش، از برازش مناسبی برخوردار می‌باشد که این یافته با نتایج پژوهش‌های هیز و همکاران (۲۰۰۹) همسو و با یافته‌های پژوهش قربانعلی‌زاده قاضیانی و همکاران (۱۳۸۸) ناهم‌سو می‌باشد.

در همین خصوص، هیز و همکاران (۲۰۰۹)، با بررسی نقش اعتماد به نفس در عملکرد ورزشی در سطح جهانی، به این نتیجه رسیدند که داشتن اعتماد به نفس ورزشی در سطح بالا، به‌واسطه‌ی اثرات مثبتی که بر افکار، احساسات و رفتارهای ورزشکار دارد، باعث بهبود عملکرد می‌گردد. با این حال، ورزشکاران شرکت‌کننده در این پژوهش، مستعد ابتلا به عواملی بودند که باعث کاهش اعتماد به نفس آن‌ها می‌شد. به نظر می‌رسد که عوامل مذکور با منابعی که ورزشکاران مورد نظر اعتماد به نفس خود را از آن دریافت می‌نمودند، مرتبط بوده‌و تا حدودی نیز، تحت تأثیر عامل جنسیت قرار دارد. بنابراین، ضرورت دارد تمرکز عوامل مداخله کننده طراحی شده برای افزایش اعتماد به نفس ورزشی، نیازهای فردی ورزشکار را نیز منعکس نموده و بتوانند منابع و انواع اعتماد به نفس ورزشکار را شناسایی نموده و سالم بودن آن‌ها در حین مراحل آماده‌سازی برای مسابقات اطمینان حاصل نمایند. همچنین، پیش از این به نتایج پژوهش قربانعلی‌زاده قاضیانی و همکاران (۱۳۸۸) اشاره شد.

در نهایت، می‌توان گفت که هر دوی منابع و انواع اعتماد به نفس ورزشی و مؤلفه‌های آن‌ها بر کسب موفقیت ورزشی در دانش‌آموزان شرکت‌کننده در فعالیت اوقات فراغت رشته والیبال اثرگذار بوده و

مدل معادلات ساختاری رابطه بین این متغیرها از برازش مناسبی برخوردار بوده که خود تأییدی بر این ادعا است.

منابع

۱. افضل پور، محمد اسماعیل؛ ثقه‌الاسلامی، علی؛ افضل پور، محبوبه؛ حاجی‌زاده، راضیه (۱۳۸۵). «ارتباط بین ویژگی‌های آنثروپومتریکی، جسمانی-حرکتی و روان‌شناختی با میزان موفقیت در مسابقات بدمینتون دختران دانشگاه‌های کشور». *هفتمین همایش ملی تربیت بدنی و علوم ورزشی*، دانشگاه تبریز، ۱۱۶-۱۱۷.
 ۲. ایرانمنش، حمیده؛ صابری کاخکی، علیرضا؛ زارع‌زاده، مهشید (۱۳۹۳). رابطه بین اعتماد به نفس ورزشی و انگیزش در ورزشکاران تنیس روی میز بر پایه نظریه خودمختاری. *مطالعات روانشناسی ورزشی*، ۳(۸)، ۵۹-۷۶.
 ۳. دولت‌آبادی، لیلا، عباس، بهرام؛ فرخی، احمد (۱۳۸۶). «منابع پیش‌بینی‌کننده اعتماد به نفس ورزشی در سطح عملکرد دختران ژیمناستیک». *فصلنامه المپیک*، ۱۵(۳)، ۱۶-۲۸.
 ۴. قربانعلی‌زاده قاضیانی، فاطمه؛ طیبی، مرتضی؛ حمایت‌طلب، رسول (۱۳۸۸). «رابطه اعتماد به نفس ورزشی و موفقیت در مسابقات وزنه‌برداری». *پژوهش‌نامه مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی*، ۵(۱۰)، ۲۱-۳۱.
 ۵. مارتنز، راینر (۱۳۷۵). *روانشناسی ورزشی - راهنمای مربیان و ورزشکاران*. جلد اول. ترجمه فرهاد هژیر، تهران: انتشارات ماجد، ۲۴۱-۲۵۱.
 ۶. ماری، برد، ان (۱۳۷۰). «*روانشناسی و رفتار ورزشی*». جلد اول. ترجمه حسن مرتضوی، تهران: انتشارات سازمان تربیت بدنی-دفتر آموزش و تحقیقات.
 ۷. موسوی، سیده افروز؛ واعظ موسوی، محمدکاظم (۱۳۹۴). «معرفی مقیاس موفقیت ورزشی». *رفتار حرکتی*، ۱۹، ۱۲۳-۱۴۲.
 ۸. یوسفی، بهرام؛ صیادی، مهین؛ عباسی، همایون؛ عیدی‌پور، کامران (۱۳۹۶). ارتباط بین سبک حمایتی-استقلالی مربیان با ترس از شکست و اعتماد به نفس در ورزشکاران نوجوان شهر کرمانشاه. *پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی*، ۵(۴)، ۷۱-۷۷.
1. Adisasmito, L. (2007). *Mental Juara Modal Atlet Berprestasi*. Jakarta: Rajagrafindo Persada, 12.
 2. Bajraktarević, J. (2008). Psihologija sporta - teorija i empirija. Univerzitetški udžbenik Arka“, Sarajevo, treće izmenjeno I dopunjeno izdanje.
 3. Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
 4. Bota, J. D. (1993). Development of the Ottawa mental skills assessment tool (OMSAT). Unpublished Master's Thesis, University of Ottawa, Ottawa, Canada.

5. Bush, N. D., Salmela, J. H., Green-Demers, I. (2000). The Ottawa mental skills assessment tool (OMSAT-3). *The Sport Psychologist*, 15(2), 1-19.
6. Chelladurai, P., Quatman, C. (2005). Leadership and Motivation in Sport. *Journal of Olympic Coaches*, 17(1), 8-11.
7. Clifton, R. T., Gill, D. L. (1994) Gender Differences in Self-Confidence on a Feminine-Typed Task. *JSEP*, 16(2), 150-162.
8. Cox, R. H. (2005). Sportska psihologija: Koncepti i primjene. Jasterbarsko: Naklada Slap.
9. Galić, M. (2003). Pedagogija sporta. Beograd.
10. Harsono. (1996). *Aspek-aspek Psikologi dalam Latihan*. In Singgih D. Gunarsa., M.P. Satiadara., & M/H/ Soekasah. Psikologi Olahraga: Teori dan Praktik. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia, 46-72.
11. Hasibuan. (2010). *Hubungan antara Kecemasan dan Agresivitas dengan Prestasi Olahraga Beladiri Tarung Derajat pada Atlet Petarung Putra*. Surakarta: Tesis. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surakarta, 34.
12. Hays, K., Thomas, O., Maynard, I., Bawden, M. (2009). The role of confidence in world-class sport performance. *Journal of Sports Sciences*, 27(11), 1185–1199.
13. Heydari, A., Soltani, H., Mohammadi-Nezhad, M. (2018). The effect of Psychological skills training (goal setting, positive self-talk and Imagery) on self-confidence of adolescent volleyball players. *Pedagogics psychology, medical biological problems of physical training and sports*, 22(4), 189.
14. Juliandi, J., Hendrayana, Y., Ma'mun, A. (2019). Evaluation of Sports Governance in Improving Achievement Sports. *Advances in Health Sciences Research, 21, 4th International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education*.
15. Juriana. (2012). *Peran Pelatihan Mental dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Atlet Renang Sekolah Ragunan*. Depok: Tesis. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, 76.
16. Kuloor H., Kumar, A. (2020). Self-confidence and sports. *International Journal of Indian Psychology*, 8(4), 1-6.
17. Kumar, R. (2015). A Comparative Study of Self-confidence among Boxers and Wrestlers of Hyderabad in India. *AASCIT Journal of Psychology*, 1(1), 1-4.
18. Lacković-Grgin, K. (2000). Stres u djece i adolescenata; izvori, posrednici i učinci. Jasterbarsko: Naklada Slap.
19. Majurec, M., Brlas, S. (2001). Slobodno vrijeme učenika; način provođenja slobodnog vremena; zadovoljstvo i potrebe [Free time students; way of spending leisure time; satisfaction and needs. In Serbian]. *Život i škola*, (6), 61-70.
20. Orlick, T. (1996). The wheel of excellence. *Journal of Performance Education*, 1, 3-18.

21. Ritonga, D. A., Azmi, C., Sari, R. M. (2019). The Effect of Achievement Motivation and Self Confidence towards Achievement of Wushu Sanda Athletes. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, Volume 464, *Proceedings of the 1st Progress in Social Science, Humanities and Education Research Symposium*.
22. Rushall, B. (1992). *Mental Skills Training for Sport. A. Manual for Athletes, Coaches, and Sport Psychologist*. San Diego: San Diego State University, 41.
23. Satiadarma. (1996). *Pengamalan Prinsip Belajar dalam Menyusun Program Pembinaan Prestasi Olahraga*. In Singgih D. Gunarsa, Monty P. Satiadarma, & M.H. Soekasah, *Psikologi Olahraga: Teori dan Praktik*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia, 19-45.
24. Sepasi, H., Nourbakhsh, P., Alasvand Zarasvand, K., Alasvand Javadi, A. (2012). The Relationships between Sporting Imagery, Self-confidence, and Body Mass Index with Sporting Success in Elite Futsal Athletes. *Annals of Biological Research*, 3(11), 5293-5295.
25. Skinner, B. R. (2013). The Relationship between Confidence and Performance throughout a Competitive Season. *All Graduate Plan B and other Reports*, 285.
26. Sukadiyanto. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: CV. Lubuk Agung, 22.
27. Tubić, T., Đorđić, V., Poček, S. (2012). Dimenzije self-koncepta i bavljenje sportom u ranoj adolescenciji. *Psihologija*, 45(2), 209-225.
28. Vealey, R. S., Garner-Holman, M., Hayashi, S. W., Giacobbi, P. (1998). Sources of Sport-Confidence: Conceptualization and instrument development. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 20(1), 54-80.
29. Vealey, R. S., Knight, B. J. (2002). Multidimensional sport confidence: A conceptual and psychometric extension. *Paper presented at the Association for the Advancement of Applied Sport Psychology Conference*, Tucson, AZ.

An Investigation of the Role of Self-confidence in the Sports Success of the Students Participating in Free Time Activities (Volleyball)

Reza Aminzadeh¹, Bahador Azizi*², Mohamad Khazaei³

1)Assistant Professor of Sport Psychology, Sports Sciences Department, Imam Reza International University, Mashhad, Iran (aminzadeh.reza@gmail.com)

2)PhD of Sport Management, Sport Management and Movement Behavior Faculty, Sports Sciences Faculty, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran

3)PhD candidate, Sport Psychology Department, Physical Education and Sports Sciences Faculty, Tehran University, Tehran, Iran (m.khazaei.ut@gmail.com)

Abstract

The purpose of this study was to investigate the role of self-confidence on the sports success of students participating in volleyball leisure activities. The present study was applied in terms of purpose and descriptive-correlational based on structural equation modeling in terms of type, the information of which was collected by questionnaires. The statistical population of the research included students participating in volleyball classes in the city of Mashhad. In this regard, 200 questionnaires were distributed and after collecting and removing the incomplete questionnaires, 160 of them were selected and entered the analysis stage. In order to collect data in this study, three standard questionnaires of sports success (Mousavi and Vaez Mousavi, 2015), sources of sport-confidence (Vealey et al., 1998) and various types of sport-confidence (Vealey and Knight, 2002) were used. The results showed that there is a significant relationship between sources of sport-confidence and its components and the various types of sport-confidence and its components with sports success and the components of these two variables predict changes in sports success. Finally, the structural equation model had a good fit between the resources and types of sports self-confidence and sports success. Therefore, it can be said that having an appropriate amount of sources and types of sport-confidence, can lead to sports success for students participating in leisure classes in volleyball and generally in sports.

Keywords: Leisure time, Sources of sport-confidence, Sports success, Students, Various types of sport-confidence, Volleyball.

اندیشه‌های نوین در ورزش تربیتی

دوره ۱، شماره ۱، بهار ۱۴۰۳

نقش اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت ورزشی در بهره‌وری معلمان آموزش و پرورش

شهر شیراز

مازیار حاتمی^{۱*}، افسانه روحانی^۲

۱- دکترای مدیریت ورزشی، گروه تربیت بدنی واحد شاهرود، دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران

۲- دکترای مدیریت ورزشی، گروه تربیت بدنی واحد شاهرود، دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران (afsaneh.rohany@gmail.com)

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی نقش اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی در بهره‌وری معلمان آموزش و پرورش شهر شیراز انجام یافته است. روش پژوهش علی مقایسه‌ای می‌باشد. جامعه آماری شامل کلیه معلمان زن و مرد در سال ۱۴۰۰ است که تعداد آن‌ها در مجموع ۲۴۰۰ نفر (۱۱۳۰ زن و ۱۲۷۰ مرد) بود. نمونه پژوهش به تعداد ۲۹۰ نفر (۷۷ زن و ۲۱۳ مرد) با روش نمونه‌گیری طبقه‌ای تصادفی و بر اساس جدول کرجسی و مورگان انتخاب شدند. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه بهره‌وری جاهد (۱۳۸۵) و مقیاس فعالیت ورزشی مارکوس و همکاران (۱۹۹۲) بود. بعد از تحلیل آماری داده‌ها با استفاده از تحلیل واریانس یک طرفه و چند متغیری نتایج نشان داد: اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی مستمر بر بهبود بهره‌وری معلمان تأثیر دارد، به طوری که اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی ۲۱ درصد از توان، ۱۱ درصد انگیزش و ۱۳ درصد مشارکت معلمان آموزش و پرورش شهر شیراز را تحت تأثیر قرار می‌دهد. برای بهبود بهره‌وری معلمان آموزش و پرورش شهر شیراز، توصیه می‌شود که مدارس و ارگان‌های آموزشی به نقش سازنده فعالیت‌های ورزشی در اوقات فراغت معلمان توجه داشته و تسهیلات لازم جهت انجام این نوع فعالیت‌ها را فراهم آورند. برنامه‌های ترویجی، اطلاع‌رسانی در مورد مزایای فعالیت‌های ورزشی، فراهم کردن تجهیزات و مکان‌های ورزشی و تسهیل در برنامه‌ریزی اوقات فراغت می‌توانند معلمان را به اشتراک‌گذاری در این فعالیت‌ها ترغیب کنند و در نتیجه بهره‌وری آن‌ها را افزایش دهند. این اقدامات می‌توانند بهبود توان، انگیزه و مشارکت معلمان را تقویت کرده و در نهایت این اقدامات می‌توانند به کیفیت آموزش و پرورش منجر شوند.

اطلاعات مقاله

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۲/۰۶

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۰۷

شماره صفحات: ۱۸-۲۸

واژگان کلیدی:

اوقات فراغت، فعالیت ورزشی، بهره‌وری معلمان، آموزش و پرورش

استناد به مقاله:

حاتمی، مازیار و روحانی، افسانه. (۱۴۰۲). نقش اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت ورزشی در بهره‌وری معلمان آموزش و پرورش شهر شیراز. *اندیشه‌های نوین در ورزش تربیتی*، ۱(۱)، ۱۸-۲۸.



از دستگاه خود برای اسکن و خواندن مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید.

DOI: <https://doi.org/10.22034/NTES.2024.394790.1001>

URL: https://ntes.imamreza.ac.ir/article_190562.html

مقدمه

در دهه‌های اخیر، بسیاری از جوامع با سرعت به سمت صنعتی و اقتصادی شدن پیش رفته‌اند و زندگی انسان‌ها به زندگی ماشینی تبدیل شده است. زندگی ماشینی، ابتکار عمل را از انسان گرفته و او را دچار فقر حرکتی کرده که به دنبال خود مشکلات متعدد جسمی، روانی و اجتماعی را پدید آورده است (خرزائی و همکاران، ۲۰۲۰). روانشناسان سعی در نهادینه‌سازی اوقات فراغت در میان افراد جهت کسب فواید مورد انتظار دارند (دوس^۱ و همکاران، ۲۰۱۸). امروزه توجه به اوقات فراغت و غنی‌سازی آن به‌عنوان یک دغدغه و نگرانی مورد توجه جدی متولیان قرار گرفته است (کیم^۲ و همکاران، ۲۰۲۰).

در اکثر کشورهای جهان، برنامه‌ریزی دولت‌ها در جهت بهینه‌سازی و برنامه‌ریزی اوقات فراغت^۳ در جهت ایجاد تحرک و فعالیت ورزشی^۴ افراد جامعه، بالاخص معلمان صورت می‌گیرد. امروزه ورزش و فوق‌برنامه‌های آن به منظور گذراندن ساعات اوقات فراغت و ایجاد لحظات شاد و احساس آرامش و آسودگی بیشتر، مطرح و به‌عنوان راه‌حل بسیاری از مشکلات جسمی و روحی افراد جامعه در نظر گرفته می‌شود. تمرین‌های صحیح و منظم ورزشی به‌عنوان بخش مهمی از وظایف روزانه هر فرد می‌توانند در سلامت و بهداشت جامعه و انجام وظایف و مسئولیت‌های اجتماعی که نیازمند بدنی نیرومند و قوی است، تاثیرگذار باشند و کسانی موفق خواهند بود که از آمادگی جسمانی بهتری برخوردار باشند (رضوی و پسرکلو، ۱۳۹۲).

اوقات فراغت فی‌نفسه شادی‌بخش، خوشحال‌کننده و منشأ لذت است، طعم این لذت را کسانی می‌چشند که دارای اوقات فراغت هستند و افراد پرمشغله از آن محروم‌اند (رضایی، ۲۰۰۶). همچنین اوقات فراغت، جزء آن دسته از فعالیت‌های غیرمرتبط با شغل است که منجر به افزایش کارایی و غنای شغلی شاغلین می‌گردد (کلی^۵ و همکاران، ۲۰۱۹).

با توجه به مدرنیته زندگی افراد به خصوص کارکنان نیاز است تا سبک زندگی این افراد به سمت سبک زندگی فعال سوق پیدا کند. این مسئله نشان می‌دهد که فعالسازی می‌تواند یک راهکار مهم در مسیر بهبود فعالیت‌های حرکتی و تفریحی در این افراد باشد (ماسیوس^۶ و همکاران، ۲۰۲۰). پژوهش‌های بسیاری توسعه فعالیت‌های اوقات فراغت با تأکید بر ورزش را مورد بررسی قرار دادند. اگرچه راهکارهای مختلفی در این خصوص شناسایی شده است، اما عملاً فعالیت‌های جدید در مسیر توسعه فعالیت‌های اوقات فراغت ورزشی به صورت جدی طراحی و ایجاد نگردیده است (بریهنی و استیفنس^۷، ۲۰۱۷). به نظر می‌رسد عدم وجود مطالعات کیفی در این حوزه جهت شناسایی مدلی در خصوص توسعه اوقات فراغت معلمان با تأکید بر فعالیت‌بدنی موجب شده است تا فعالیت‌های جدیدی در این خصوص ایجاد نگردد. از این رو، تحقیق حاضر به واسطه پوشش

1. DeVos
2. Kim
3. Leisure
4. Sports
5. Kelly
6. Matthews
7. Breheny & Stephens

دادن این مسئله می‌تواند از این منظر نوآور باشد. با توجه به اهمیت فعالیت‌های اوقات فراغت به خصوص در میان معلمان، انجام پژوهش‌هایی که منجر به ارائه مدلی بومی در این خصوص گردد، می‌تواند زمینه‌ساز ایجاد فعالیت‌های اجرایی در این خصوص شود، به صورتی که با توجه به نبود مدل‌های بومی در خصوص توسعه اوقات فراغت معلمان با تأکید بر فعالیت بدنی، شناسایی و ارائه این مدل می‌تواند راهگشای توسعه سبک زندگی این افراد باشد.

در مجموع، مطالعات مختلفی در کشورهای مختلف در خصوص اثرات رفتارهای ورزشی و به طور کلی اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی و مراحل تغییر افراد و پیامدهای آن انجام شده است (از جمله پروجسکا و دیکلمنته، ۱۹۸۳؛ پروجسکا و همکاران، ۲۰۰۹ و ۲۰۱۰)، اما در ایران هر چند مطالعات چندی به نقش آن بر پیامدهای فردی مانند سلامتی و کارایی افراد اشاره شده است، ولی محققان از نقش آن بر نیروی کار و در نتیجه بهره‌وری سازمانی غافل مانده‌اند و به خصوص در آموزش و پرورش شهر شیراز که معلمان بنا به شرایط کاری، زمان‌های مناسبی جهت اوقات فراغت دارند، این‌که مدیریت آموزش و پرورش و خود معلمان چه برنامه‌هایی را برای گذراندن این اوقات در نظر می‌گیرند، مهم می‌نماید. هم‌چنین، این مسئله که تغییر رفتار منتج از اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی، تا چه اندازه می‌تواند بهره‌وری معلمان را تحت تأثیر قرار دهد، نتایج سودمندی برای معلمان و مدیران عالی رتبه آموزش و پرورش در پی خواهد داشت. به این صورت که از طریق اتخاذ رویکرد جدید، معلمان به سمت تغییر رفتار ورزشی و در نتیجه بهره‌وری بیشتر سوق پیدا خواهند کرد.

معلمان به عنوان پایه‌های مهم و حیاتی در سیستم آموزش و پرورش نقش اساسی ایفا می‌کنند. بنابراین، بهره‌وری این ارگان‌ها در اجرای وظایف آموزشی، تربیتی و اداری تأثیر مهمی دارد و از اهمیت بسیار بالایی برخوردار است. یکی از عواملی که می‌تواند بر بهره‌وری معلمان تأثیرگذار باشد، استفاده از اوقات فراغت برای فعالیت‌های ورزشی و تناسب اندام است. این عامل می‌تواند تأثیر مستقیمی بر سلامت جسمی و روحی معلمان داشته باشد و در نهایت، به بهبود بهره‌وری کاری آنان کمک کند. از این رو، ارتقاء نقش اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی می‌تواند به بهبود بهره‌وری معلمان و به تبع آن بهبود کیفیت آموزش و پرورش در سازمان‌های آموزشی شهر شیراز منجر گردد. این امر به ویژه در شرایط مدرن که معلمان با فشارهای روزمره زندگی و کاری مواجه هستند، اهمیت بیشتری پیدا می‌کند. از این رو، بررسی تأثیر اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت ورزشی بر بهره‌وری معلمان در سازمان‌های آموزش و پرورش شهر شیراز امری حیاتی و مهم به نظر می‌آید.

تربیت نسل‌های آینده یک کشور نقش حیاتی دارد و این تربیت به واسطه معلمان دلسوز و کاربلد انجام می‌شود. از این رو، افزایش بهره‌وری معلمان به عنوان یکی از موارد حیاتی در راه تربیت نسل‌های بهتر در آینده کشور در نظر گرفته می‌شود. یکی از راه‌های افزایش بهره‌وری معلمان استفاده بهینه از اوقات فراغت آن‌ها است. این مسئله تاکنون کمتر مورد توجه قرار گرفته است و از این رو، محققین در این پژوهش در صدد بررسی نقش اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی در بهره‌وری معلمان آموزش و پرورش شهر شیراز هستند.

هدف کلی پژوهش: هدف اصلی این مطالعه، بررسی نقش اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی در بهره‌وری معلمان در زمینه آموزش و پرورش در شهر شیراز است. این پژوهش به منظور ارتقاء بهره‌وری نیروی انسانی آموزشی در این منطقه صورت می‌گیرد.

فرضیات پژوهش:

۱. فرضیه اول: اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی تأثیر مثبتی بر بهره‌وری نیروی انسانی دارد. این فرضیه بر اساس این ایده مطرح شده است که فعالیت بدنی منجر به بهبود عملکرد ذهنی و جسمانی افراد می‌شود که در نتیجه آن ممکن است منجر به بهره‌وری معلمان شود.
۲. فرضیه دوم: اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی تأثیر مثبتی بر ابعاد مختلف بهره‌وری نیروی انسانی دارد. این فرضیه براساس این ایده که فعالیت بدنی می‌تواند تأثیر متعددی بر عملکرد انسان در زمینه‌های مختلف اعم از ذهنی، جسمانی و اجتماعی داشته باشد، ایجاد شده است. بررسی ابعاد مختلف بهره‌وری می‌تواند به درک عمیق‌تری از نقش فعالیت بدنی در بهره‌وری معلمان کمک کند.

مواد و روش پژوهش

روش پژوهش حاضر از نوع توصیفی و از نوع تحقیقات علی-مقایسه‌ای می‌باشد. در این پژوهش، اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی متغیر مستقل، بهره‌وری متغیر وابسته و متغیرهای تأهل و جنسیت به عنوان متغیرهای کنترل در نظر گرفته شده است. جامعه آماری شامل تمامی معلمان زن و مرد شهر شیراز در سال ۱۴۰۰ بوده است. تعداد کل کارکنان جامعه آماری شامل ۲۴۰۰ نفر (۱۱۲۰ زن و ۱۲۷۰ مرد) بوده است.

افراد نمونه براساس جدول کرجسی و مورگان، ۲۲۱ نفر برآورد شد که بعد از اجرای پژوهش و ریزش آن‌ها، نمونه نهایی پژوهش به تعداد ۲۹۰ نفر (۷۷ زن و ۲۱۳ مرد) کاهش یافت. بر این اساس، روش نمونه‌گیری طبقه‌ای بود. روش نمونه‌گیری به این شکل بود که بعد از مشخص شدن تعداد معلمان زن و مرد شهر شیراز و با توجه به شرایط کرونایی حاکم در کشور، لیست کلیه معلمان زن و مرد تهیه شد و براساس جدول اعداد تصادفی به نسبت زنان و مردان، نمونه نهایی به تعداد ۷۷ زن و ۲۱۳ نفر مرد و جمعاً ۲۹۰ نفر انتخاب گردید. سپس پرسشنامه‌ای الکترونیکی ساخته شده و در میان معلمان توزیع شد.

در این تحقیق، از پرسشنامه بهره‌وری معتبر حسین علی‌جاهد (۱۳۸۵) استفاده شده است. این پرسشنامه شامل ۱۲ سوال می‌باشد که سه عامل توان (سوالات ۱ تا ۴)، انگیزش (سوالات ۵ تا ۷) و مشارکت (سوالات ۸ تا ۱۲) را اندازه‌گیری می‌کند. پاسخ‌دهی به این پرسشنامه با مقیاس پنج درجه‌ای از نوع لیکرت (از ۱ به معنای "خیلی کم" تا ۵ به معنای "خیلی زیاد") انجام می‌شود. این پرسشنامه توسط حسین علی‌جاهد (۱۳۸۵) با توجه به مبانی نظری بهره‌وری، بررسی پیشینه پژوهشی و نظرات متخصصان تدوین شده و با تحلیل عاملی اکتشافی و روایی مورد تأیید قرار گرفته است. همچنین،

پایایی این پرسشنامه با استفاده از روش آلفا کرونباخ به مقدار ۰,۸۷، تأیید شده است. در پژوهش حاضر هم پایایی پرسشنامه بهره‌وری از طریق آلفای کرونباخ محاسبه شد که برای عامل توان ۰/۸۱، برای عامل انگیزش ۰/۸۴ و برای عامل مشارکت ۰/۷۱ به دست آمد که نشان دهنده پایایی در سطح قابل قبول است.

به منظور تعیین مراحل تغییر رفتار ورزشی شرکت‌کنندگان در پژوهش از پرسشنامه تغییر رفتار فعالیت ورزشی مارکوس و همکاران (۱۹۹۲) استفاده شد. این پرسشنامه شامل چهار سؤال به شکل بلی و خیر است که تغییر رفتار فعالیت ورزشی را در پنج مرحله، پیش‌تفکر، تفکر، آمادگی، عمل و مرحله نگهداری اندازه‌گیری می‌کند. این مقیاس، پنج مرحله مرتبط با یک رفتار زیان‌آور یا پذیرش یک رفتار مثبت را به شرح زیر مشخص می‌کند: مرحله پیش‌تفکر (افراد در این مرحله از لحاظ جسمانی غیرفعال هستند و قصد شروع ورزش در ۶ ماه آینده را ندارند)، مرحله تفکر (افراد در این مرحله از نظر جسمانی غیرفعال هستند و قصد شروع ورزش در ۶ ماه آینده را دارند)، مرحله آمادگی (افراد که به طور نامنظم فعالیت بدنی دارند و کمتر از ۳ بار در هفته و هر بار به مدت ۲۰ دقیقه ورزش می‌کنند)، مرحله عمل (افراد که به طور منظم اما کمتر از ۶ ماه ورزش می‌کنند) و مرحله نگهداری (افراد که به مدت بیشتر از ۶ ماه برنامه منظم و پایدار ورزشی دارند).

روایی پرسشنامه در مطالعات خارج از کشور بنا به گفته طراح آن، براساس روایی صوری و محتوایی به تأیید متخصصان و صاحب‌نظران رسیده است (مارکوس و همکاران، ۱۹۹۲). در داخل کشور هم با استفاده از نظر متخصصان مورد تأیید قرار گرفته است. پایایی پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۹۵ گزارش شده است. در تحقیق حاضر پایایی پرسشنامه هم ۰/۸۹ محاسبه گردید. در مرحله اول، با توجه به هماهنگی‌های انجام شده با مدیریت مسئولین آموزش و پرورش نواحی چهارگانه شهر شیراز، اخذ مجوز انجام پژوهش صورت گرفت و سپس با مراجعه به اداره نیروی انسانی آموزش و پرورش، تعداد معلمان مشخص شد. سپس نسبت به توزیع الکترونیکی پرسشنامه‌ها اقدام گردید و پاسخ‌های شرکت‌کنندگان جمع‌آوری گردید و در نهایت برای انجام تحلیل آماری، مورد بررسی مجدد قرار گرفتند. به علت عدم پاسخ‌گویی صحیح به برخی از پرسشنامه‌ها، تعدادی از تحلیل‌های حذف شدند و حجم نمونه به ۲۹۰ نفر تقلیل یافت. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات، علاوه بر روش‌های آمار توصیفی، از آمار استنباطی شامل آزمون تحلیل واریانس چند متغیری (آنوا) استفاده شد. همچنین، برای ارزیابی تطابق داده‌ها با توزیع نرمال و بررسی چولگی و کشیدگی در متغیرها، از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده شد و برای مشخص نمودن وضعیت متغیرها در جامعه از آزمون تی تک نمونه‌ای بهره گرفته شد.

برای بررسی تأثیرات اصلی بر گروه‌ها (فعال، غیرفعال و مستمر) از آزمون تعقیبی توکی استفاده گردید. عملیات آماری با استفاده از نرم افزار SPSS 23 انجام گرفت. سطوح معناداری قابل قبول در پژوهش ۰/۰۵ و ۰/۰۱ در نظر گرفته شده است.

یافته‌ها

وضعیت بهره‌وری در آموزش و پرورش^۱ شهر شیراز چگونه است؟

به منظور بررسی و پاسخ به این سوال تحقیق، از آزمون میانگین یک جامعه استفاده گردید. با استناد به نمرات بدست آمده از نمونه و انجام آزمون t تک نمونه‌ای، نتایج تحلیل در جدول ۵ آمده است. وضعیت بهره‌وری و ابعاد آن در آموزش و پرورش شهر شیراز در جدول ۶ نشان داده شده است.

مطلوب	متوسط	نامناسب	بحرانی
حد اکثر امتیاز	۴	۳	۲
حد اقل امتیاز			

جدول ۶: آزمون میانگین یک جامعه آماری ($H_0: \mu = 3$)

متغیر	میانگین	انحراف معیار	آماره T	عدد معناداری	حد پایین	حد بالا	وضعیت متغیر
توان	۳/۳۲	۰/۹۹	۵/۶۵	۰/۰۰۰	۰/۲۱	۰/۴۴	خوب
انگیزش	۲/۷۲	۰/۸۶	-۶/۰۸	۰/۰۰۰	-۰/۴۰	-۰/۲۰	نامناسب
مشارکت	۲/۸۵	۰/۷۳	-۳/۰۳	۰/۰۰۰	-۰/۲۱	-۰/۰۴	نامناسب
بهره‌وری	۳/۱۰	۰/۶۰	-۰/۵۸۷	۰/۵۵۸	-۰/۰۹	-۰/۰۵	نامناسب

همان‌طور که مشاهده می‌شود، مقدار p-value یا به عبارتی مقدار Sig که مقدار آن معادل ۰/۰۰۰ می‌باشد از مقدار $\alpha = ۰/۰۵$ برای ابعاد توان، انگیزش و مشارکت کوچک‌تر است، لذا فرض صفر مبنی بر این که توان، انگیزش و مشارکت مساوی ۳ (سطح متوسط) است، تایید نگردیده است. از طرفی، دو عدد نشان داده شده در ستون مربوط به فاصله اطمینان ۹۵ درصدی تفاوت میانگین، شامل عدد صفر نمی‌باشد، لذا این عامل خود مؤید رد فرض صفر است. مثبت بودن حد بالا و پایین این فاصله برای بُعد توان نیز بیانگر این نکته است که میانگین بُعد توان بیشتر از عدد ۳ می‌باشد. لذا چنانچه با توجه به میانگین این بعد، نمره کمتر از ۲ را بحرانی، بین ۲ و ۳ را نامناسب، بین ۳ و ۴ را متوسط و بین ۴ و ۵ را خوب و مطلوب در نظر بگیریم، نتیجه کلی بدین صورت قابل تبیین خواهد بود که وضعیت بُعد توان در آموزش و پرورش شهر شیراز از وضعیت خوبی برخوردار بوده، اما به لحاظ بهره‌وری و ابعاد انگیزش و مشارکت وضعیت نامناسبی دارد.

فرضیه شماره ۱: اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی بر بهره‌وری نیروی انسانی تأثیر دارد.

برای بررسی این فرضیه با توجه به تک متغیره بودن آن، از تحلیل واریانس یک طرفه استفاده می‌شود. نتایج احتمالی به همراه پیش فرض آزمون تحلیل واریانس یک طرفه، در جداول زیر آورده شده است. نتایج آزمون لوین سنجش برابری واریانس خطای متغیر بهره‌وری، در جدول زیر مشخص شده است.

جدول ۷: نتایج آزمون لوین برای بهره‌وری معلمان

معناداری	df2	df1	F	
۰/۵۱۵	۲۸۷	۲	۰/۶۶۹	بهره‌وری

در جدول ۷ مشاهده می‌شود، به دلیل معنادار نبودن مقدار F در سطح خطای ۰/۰۵، می‌توان این چنین نتیجه‌گیری کرد که واریانس خطای متغیرها بر اساس نوع فعالیت (سه گروه) برابر است. حال که پیش‌فرض‌ها مورد تأیید قرار گرفت، می‌توان تحلیل واریانس یک طرفه را ادامه داد.

جدول ۸: نتایج آزمون برای بهره‌وری براساس نوع فعالیت بدنی معلمان

متغیر	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	معناداری
بین‌گروهی	۴۵۲۳/۹۵	۲	۲۲۶۲/۴۸	۶۱/۷۳	۰/۰۰۰
درون‌گروهی	۱۰۵۱۸/۱۷	۲۸۷	۳۵/۶۵		

همان‌طور که در جدول ۸ قابل مشاهده است، مقدار $F=61/73$ و سطح معناداری آن ($p=0/000$) بزرگ‌تر از خطای ۰/۰۵ است. بنابراین، فرضیه پژوهش مبنی بر «اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی بر بهره‌وری نیروی انسانی تأثیر دارد» مورد تأیید قرار می‌گیرد.

جدول ۹: آزمون ام باکس برای ابعاد بهره‌وری

BoxsM	۱۸/۶۵
مقدار F	۱/۵۵
df1	۱۲
df2	۳۴۰۵۸۴/۵۷
سطح معناداری	۰/۰۷۲

فرضیه شماره ۲: اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی بر ابعاد بهره‌وری نیروی انسانی تأثیر دارد. برای بررسی این فرضیه با توجه به چند متغیره بودن آن، یعنی ابعاد بهره‌وری، از تحلیل واریانس چند متغیری (ANOVA) بر روی میانگین نمرات ابعاد بهره‌وری استفاده می‌شود. نتایج احتمالی به همراه پیش‌فرض آزمون تحلیل واریانس چندمتغیری در جداول زیر آورده شده است. همان‌طور که در جدول ۱۰ مشاهده می‌شود، با توجه به سطح معناداری ($p>0/05$) می‌توان گفت که پیش‌فرض عدم تساوی کوواریانس‌ها بین گروه‌ها رعایت شده است، پس می‌توان آزمون مانوا را ادامه داد.

جدول ۱۰: نتایج آزمون لون پیش فرض برابری واریانس‌ها برای ابعاد بهره‌وری

متغیرها	F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	معناداری
توان	۰/۱۱۹	۲	۲۸۷	۰/۷۳۲
انگیزش	۰/۷۰۲	۲	۲۸۷	۰/۴۹۵
مشارکت	۰/۸۹۸	۲	۲۸۷	۰/۲۹۵

همان‌طور که در جدول ۱۱ مشاهده می‌شود، با توجه به سطوح معناداری که همگی بزرگ‌تر از آلفای ۰/۰۵ می‌باشند، پیش فرض برابری واریانس‌ها در گروه‌ها با استفاده از آزمون لون مورد تأیید قرار می‌گیرد.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این تحقیق به وضوح نشان می‌دهد که اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی تأثیر قابل توجهی بر بهره‌وری معلمان در آموزش و پرورش شهر شیراز دارد. بهره‌وری معلمان که فعالیت بدنی مستمر در اوقات فراغت خود داشته‌اند، به طرز معناداری بیشتر از کسانی است که از فعالیت بدنی نظام-مندی برخوردار نیستند یا به اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی توجه نکرده‌اند. به عبارت دیگر، اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی به طرز معناداری بر ارتقاء بهره‌وری معلمان در آموزش و پرورش شهر شیراز اثر می‌گذارد.

این نتیجه با مطالعات قبلی که نشان داده‌اند توجه به فعالیت بدنی و اوقات فراغت منجر به بهره‌وری بیشتر می‌شود، هم‌سویی دارد. به عنوان مثال، تحقیقات حاتمی و همکاران (۱۳۹۹) نشان داده‌اند که فعالیت بدنی و آمادگی جسمانی به تأثیر افزایش توان و آمادگی جسمانی می‌انجامد. همچنین، شریف زاده (۲۰۱۳) در یک مطالعه انجام‌شده در دانشگاه صنعتی پومونا ایالت کالیفرنیا ایالات متحده به وضوح اثر مثبت فعالیت بدنی و آمادگی جسمانی را بر بهره‌وری تأیید کرده است. لیون و هورلی (۲۰۱۲) نیز در مطالعات خود نشان دادند که رفتارهای اوقات فراغت در محل کار تأثیر زیادی بر بهره‌وری دارند. همچنین، موکایا و همکاران (۲۰۱۲) در تحقیقی در خصوص اثر تفریح و سرگرمی در محل کار بر رفتارهای مرتبط با کار افراد، نتایج مثبتی را گزارش کردند.

علاوه بر این، نتایج مطالعه نشان می‌دهد که اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی بر ابعاد مختلف بهره‌وری نیروی انسانی اثرگذار است. برای بررسی این فرضیه که ابعاد بهره‌وری از جمله توان، انگیزش و مشارکت تحت تأثیر اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی قرار می‌گیرند، از تحلیل واریانس چند متغیره بر روی میانگین نمرات ابعاد بهره‌وری استفاده شد. نتایج گویا نشان می‌دهد که بین معلمان با توجه به نوع فعالیت بدنی (غیرفعال، فعال و مستمر) در ابعاد بهره‌وری، یعنی توان، انگیزش و مشارکت، تفاوت معناداری وجود دارد. همچنین، تأثیر اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی در گروه‌های مختلف بر توان در حدود ۲۱ درصد، انگیزش در حدود ۱۱ درصد و مشارکت در حدود ۱۴ درصد بوده است. به عبارت دیگر، اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت بدنی مستمر به طرز معناداری بر ابعاد بهره‌وری، شامل توان، انگیزش و مشارکت معلمان تأثیر دارد.

پژوهش حاضر نه تنها در سطح ملی، بلکه در مطالعات داخلی نیز تأثیر مثبتی از اوقات فراغت مثبتی بر فعالیت بدنی بر بهره‌وری نیروی انسانی را مورد تأیید قرار داده است. به عنوان مثال، مطالعات صابری کاخکی (۱۳۸۱) تأثیر فعالیت بدنی بر کارایی را نشان داده و پژوهش پیروی (۱۳۸۳) تأثیر ورزش صبحگاهی بر روحیه و انگیزه دانش‌آموزان را گزارش کرده است. همچنین، معینی و همکاران (۱۳۸۹) نشان دادند که برنامه تغییر رفتار در پنج مرحله مثبتی بر فعالیت بدنی تأثیربخش در توانایی، اثربخشی، انگیزش، توازن و تعادل را دارد. همچنین، مومنی و همکاران (۱۳۹۰) نشان داده‌اند که پرداختن به فعالیت بدنی به طرز مستمر می‌تواند تأثیر مثبتی بر عملکرد شغلی و خودکارآمدی و در نتیجه بهره‌وری پرستاران داشته باشد. رحمانی و همکاران (۱۳۹۱) نیز نشان دادند که سطوح مختلف فعالیت جسمانی تأثیر مؤثری بر انگیزه کارکنان دانشگاه اردبیل دارند.

منابع

۱. حاتمی، مازیار؛ طیبی‌ثانی، سید مصطفی؛ روحانی، افسانه. (۱۳۹۹). "نقش اوقات فراغت مثبتی بر فعالیت بدنی در بهره‌وری کارکنان شرکت گاز منطقه ه. ششمین همایش ملی علوم ورزشی و تربیت بدنی ایران، تهران.
 ۲. رضوی، سیدمحمد حسین؛ پسرکلو، اعظم. (۱۳۹۲). "چگونگی گذران اوقات فراغت بانوان شاغل شهر آمل با تأکید بر فعالیت‌های ورزشی". نشریه مدیریت و فیزیولوژی ورزشی شمال، دوره ۱، شماره ۱، ۲۳-۳۸.
 ۳. صابری کاخکی، علیرضا. (۱۳۸۱). "تأثیر فعالیت بدنی بر کارایی هنگام کار مضاعف و حواس پرتی". پژوهش در علوم ورزشی، دوره ۱، شماره ۲، ۱۱۳-۱۳۱.
 ۴. پیروی، علی اکبر. (۱۳۸۳). "تأثیر ورزش صبحگاهی بر روحیه و انگیزه تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه منطقه ۲ آموزش و پرورش تهران". پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
 ۵. معینی بابک، رحیمی مطلب هزاوه‌ای سید محمد مهدی؛ وردی پور حمید؛ مقیم بیگی عباس؛ محمد فام ایرج. (۱۳۸۹). "تأثیر آموزش مثبتی بر مدل «مراحل تغییر» بر ارتقای فعالیت بدنی و افزایش توان فیزیکی". مجله طب نظامی، دوره ۱۲، شماره ۲، ۱۲۳-۱۳۰.
 ۶. مؤمنی، سولماز؛ شیخ، محمود؛ اقبالی، بهشته. (۱۳۹۰). "ارتباط بین فعالیت بدنی با عملکرد شغلی و خودکارآمدی پرستاران زن بیمارستان‌های دولتی شهر تهران". ششمین همایش ملی دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی ایران.
 ۷. رحمانی، احمد؛ صالحی، جواد؛ آذرشین، مریم. (۱۳۹۱). "نقش انگیزش درونی و بیرونی در گرایش بزرگسالان به فعالیت جسمانی". نشریه رشد و یادگیری حرکتی-ورزشی، دوره ۳، شماره ۷، ۷۹-۵۷.
 ۸. جاهد، حسینعلی. (۱۳۸۵). "تعیین عوامل سازمانی مرتبط با بهره‌وری مدیران میانی (مورد: شرکت ایرانخودرو)". پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران.
9. Breheny, M., & Stephens, C. (2017). "Spending time: The discursive construction of leisure in later life." *Annals of Leisure Research*, 20(1), 39-54.

10. De Vos, A., Van Der Heijden, B. I., & Akkermans, J. (2020). "Sustainable careers: Towards a conceptual model." *Journal of Vocational Behavior*, 117, 103196.
11. Khazaei, A., Eghbali, B., Dabir, A., & Mahmoudi, A. (2020). "The Role of Psychosocial Factors in Predicting Physical Activity of Students." *Sport Psychology Studies*, 8(30), 190-204. doi: 10.22089/spisyj.2020.7653.1827.
12. Kim, Y. J., Cho, J. H., & Park, Y. J. (2020). "Leisure Sports Participants' Engagement in Preventive Health Behaviors and Their Experience of Constraints on Performing Leisure Activities During the COVID-19 Pandemic." *Frontiers in Psychology*, 11, 3392.
13. Prochaska JO, DiClemente CC. "Stage and processes of self change of smoking: toward and integrative model." *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1983; 51: 390-395.
14. Prochaska, JO; Butterworth, S; Redding, CA; Burden, V; Perrin, N; Leo, M; Flaherty-Robb, M; Prochaska, JM.(2009). "Initial efficacy of MI, TTM tailoring and HRI's with multiple behaviors for employee health promotion." *Preventive Medicine*, 46(3):226-31.
15. Prochaska, JO. & Norcross, JC(2010). "Systems of psychotherapy: a transtheoretical analysis." 7th edition Brooks & Cole, CA.
16. Marcus BH, Selby VC, Niaura RS, Rossi JS. "Self-efficacy and the stage of exercise behavior change." *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 1992; 63.
17. Rezaei, M. (2006). "Investigating the leisure situation of high school students in Rasht and its relationship with the level of cultural and sports facilities." *Peyk Noor*, 4 (3), 98-105.
18. Sharifzadeh, M. (2013). "Does Fitness and Exercises Increase Productivity? Assessing Health, Fitness and Productivity Relationship." *California State Polytechnic University Pomona, American Journal of Management*, 13(1), 32-53.
19. Lebbon, A.R., Hurley, D,T.(2012). "The effects of workplace leisure behavior on work related behavior." *Journal of Behavioral Studies in Business*, 1-18.
20. Mokaya, S.O., Kenyatta, J., Gitari, J.W.(2012). "Effects of Workplace Recreation on Employee Performance: The Case of Kenya Utalii College." *International Journal of Humanities and Social Science*,2(3), 176-194.
21. Karabetian, A. & Gebharbp, N. (1986). "Effect of Physical Fitness Program in the Workplace." *Journal of Business and Psychology*, 1(1), 51-58.
22. Matthews, C. E., Moore, S. C., Arem, H., Cook, M. B., Trabert, B., Håkansson, N., ... & Lee, I. M. (2020). "Amount and intensity of leisure-time physical activity and lower cancer risk." *Journal of Clinical Oncology*, 38(7), 686.

The Role of Physical-activity-based Free Time in the Efficiency of the Education Ministry Teachers in the City of Shiraz

Maziar Hatami¹, Afsaneh Rohany²

1)PhD of Sport Management, Physical Education Department, Islamic Azad University of Shahrood, Shahrood, Iran

2)PhD of Sport Management, Physical Education Department, Islamic Azad University of Shahrood, Shahrood, Iran (afsaneh.rohany@gmail.com)

Abstract

This research aimed to investigate the role of physical activity-based leisure time in the productivity of teachers in the education and training department in Shiraz city. The research methodology employed was comparative. The statistical population included all male and female teachers in the year 2021, totaling 2400 individuals (1300 females and 1270 males). The research sample, consisting of 290 individuals (77 females and 213 males), was selected using stratified random sampling based on Kerjsey and Morgan tables. The data were collected through Jahed's Productivity Questionnaire (2006) and the Marcus et al. Physical Activity Scale (1992). After analyzing the data using one-way and multivariate analysis of variance, the results demonstrated that leisure time based on physical activity has a significant impact on the improvement of teachers' productivity. Specifically, physical activity during leisure time influences 21% of their abilities, 11% of their motivation, and 13% of their participation in education and training in Shiraz.

Keywords: Leisure time, physical activity, teachers' productivity, education and training

Corresponding author's email: (new890924662@gmail.com)

اندیشه های نوین در ورزش تربیتی

دوره ۱، شماره ۱، بهار ۱۴۰۳

تأثیر رابطه فعالیت های بدنی با عزت نفس و نشاط اجتماعی دبیران زن

طاهره ندایی^۱، حسین علی محمدی^{۲*}، جواد ادبی فیروزجاه^۳، فاطمه عسگری^۴

۱- استادیار، گروه علوم ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه قم، قم، ایران (tahereh.nedaei@gmail.com)

۲- استادیار، گروه علوم ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه قم، قم، ایران

۳- استادیار، گروه علوم ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه قم، قم، ایران (jadabi@gmail.com)

۴- کارشناسی ارشد، گروه علوم ورزشی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه قم، قم، ایران (fatemehasgari90@gmail.com)

چکیده

فعالیت بدنی از مؤلفه های مؤثر بر ابعاد مختلف زندگی است. هدف تحقیق حاضر، مدل یابی رابطه فعالیت های بدنی با عزت نفس و نشاط اجتماعی دانش آموزان دختر بود. نوع پژوهش توصیفی-تحلیلی و جامعه آماری آن را کلیه دبیران زن شهر آبدانان در سال ۱۳۹۹-۱۳۹۸ تشکیل می دادند و تعداد نمونه ۲۲۴ نفر از دبیران بود. در این پژوهش از روش نمونه گیری به صورت چندمرحله ای تصادفی استفاده شد و از هر منطقه از شهر آبدانان، ۷ مدرسه (مجموعاً ۲۸ مدرسه)، و از هر مدرسه، ۸ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند و داده های نمونه از آن ها استخراج گردید. ابزار اندازه گیری پژوهش، پرسشنامه فعالیت بدنی بک (۱۹۸۲)، پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت (۱۹۶۷) و پرسشنامه شادکامی آکسفورد (۱۹۸۹) بود و داده های پژوهش با استفاده از آمار توصیفی، ضریب همبستگی پیرسون و مدل معادلات ساختاری با استفاده از نرم افزار SPSS-22 و AMOS-20 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج این مطالعه نشان داد که فعالیت بدنی کاری، ورزشی و اوقات فراغت با عزت نفس و نشاط اجتماعی دبیران زن رابطه معنی داری دارند. همچنین تجزیه و تحلیل مدل معادلات ساختاری نشان داد که عزت نفس در ارتباط بین فعالیت بدنی و نشاط دبیران زن نقش میانجی دارد. بر اساس نتایج این مطالعه پیشنهاد می گردد برای داشتن عزت نفس و نشاط اجتماعی دبیران زن، انواع فعالیت بدنی مورد توجه قرار گیرد.

اطلاعات مقاله

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۲/۲۹

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۲۴

شماره صفحات: ۲۹-۴۴

واژگان کلیدی:

ورزش، زنان، سبک زندگی سالم

استناد به مقاله:

ندایی، طاهره؛ علی محمدی، حسین؛ ادبی-فیروزجاه، جواد و عسگری، فاطمه. (۱۴۰۲). تأثیر رابطه فعالیت های بدنی با عزت نفس و نشاط اجتماعی دبیران زن. *اندیشه های نوین در ورزش تربیتی*، ۱(۱)، ۲۹-۴۴.



از دستگاه خود برای اسکن و خواندن مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید.

DOI: <https://doi.org/10.22034/NTES.2024.398150.1002>

URL: https://ntes.imamreza.ac.ir/article_190563.html

مقدمه

گسترش فناوری و ماشینی شدن زندگی، کم شدن فعالیت بدنی را برای انسان‌ها به ارمغان آورده است و این در حالی است که ۷۰٪ بیماری‌ها در اثر فقدان فعالیت بدنی کافی ایجاد می‌شود (جوروند، طاووسی و غفرانی پور، ۱۳۹۷: ۵). فعالیت بدنی و جسمانی قسمتی از زندگی هر فرد را تشکیل می‌دهد و یک بخش ضروری از زندگی است، اگرچه مقدار و نوع فعالیت برای هر شخص متفاوت است. فعالیت جسمانی و بدنی به هر نوع حرکت بدن گفته می‌شود که از انقباض عضلات اسکلتی تولید شده باشد و منجر به افزایش انرژی مصرفی گردد. به طور کلی می‌توان برای فعالیت بدنی دو طبقه بندی جامع در نظر گرفت: فعالیت بدنی مربوط به شغل و فعالیت بدنی مربوط به اوقات فراغت. میزان فعالیت بدنی مربوط به شغل می‌تواند تا ۸ ساعت در روز باشد، درحالی که فعالیت بدنی مربوط به اوقات فراغت کاملاً متغیر است. فعالیت بدنی مربوط به اوقات فراغت شامل انواع فعالیت هوازی، برنامه‌های ورزش استقامتی، تمرینات قدرتی و انواع ورزش‌ها می‌باشد (ندایی و عین علی هرموشی، ۱۳۹۹: ۲).

فعالیت بدنی یکی از ابعاد سبک زندگی سالم است که بر جسم و روان اثرات مثبت فراوانی دارد (جلالی، روزبهرانی و شمسی، ۱۳۹۷: ۱۸). از جمله اثرات روانی فعالیت بدنی، افزایش عزت نفس در افراد است (زمانی‌ثانی و همکاران، ۲۰۱۶: ۲۶۱۷). عزت نفس نقش بسیار تعیین‌کننده‌ای در سلامت و پیشرفت هر فرد دارد (نوروزی و همکاران، ۱۴۰۰: ۳) و یکی از شاخص‌های اساسی توانمندی‌ها و ضعف‌های هر انسانی به شمار می‌رود. عزت نفس ارزش و احترامی است که فرد برای خویشتن قائل است (کاسین^۱، ۲۰۱۱: ۷۲). عزت نفس به عنوان یکی از نیازهای اساسی انسان که رشد، توسعه و هویت فردی را تحت تأثیر قرار می‌دهد، دارای ابعاد داخلی و خارجی است. بعد داخلی به افراد حس خوب بودن را می‌دهد و بعد خارجی افراد را قادر می‌سازد با اعتماد به نفس رفتار کنند (باقریزاد حصارى و همکاران، ۱۳۹۸: ۵۳۸). به اعتقاد هیترتون و پولیوی^۲ (۱۹۹۱) عزت نفس دارای سه حوزه عملکردی، اجتماعی و جسمانی است. عزت نفس عملکردی، بیانگر احساس فرد نسبت به صلاحیت‌های عمومی است و شامل توانایی‌های ذهنی، ظرفیت‌های خودتنظیمی، اعتماد به نفس و خودکارآمدی می‌گردد. افرادی که دارای عزت نفس عملکردی بالایی هستند، خود را باهوش و توانا می‌دانند. عزت نفس اجتماعی بیانگر این است که چطور فرد فکر می‌کند دیگران او را درک می‌کنند. اگر فرد بر این باور باشد که دیگران به ویژه دیگران مهم، برای او احترام و ارزش قائل‌اند، عزت نفس اجتماعی بالایی خواهد داشت. اما عزت نفس فیزیکی بیانگر این است که چطور فرد به بدن خود می‌نگرد و شامل مهارت‌های ورزشی، جذابیت فیزیکی و تصویر بدن می‌گردد (احمدی، مختاری و زارعی، ۱۳۹۴: ۴۲). مطالعات مختلف نشان‌دهنده رابطه بین فعالیت‌های بدنی و عزت نفس هستند (آرنتز، لوکاس و آرنتز^۳، ۲۰۱۱، علوی، زر، سلیمی اونسر، احمدی، ۱۳۹۶). حمدآبادی و علویان (۱۴۰۲) نشان دادند فعالیت بدنی و ورزش منظم می‌تواند

1. Kassin
2. Heatheron, Polivy
3. Arnetz, Lucas, Arnetz

در کاهش میزان اضطراب در زنان اثر داشته باشد و سبب ارتقاء سلامت روانی و جسمانی آنان شود. داشتن عزت نفس یکی از مهم‌ترین عوامل افزایش نشاط در بین مردم است. نشاط عمدتاً به معنای عاطفه مثبت، رضایت از زندگی و نبود عاطفه منفی تعریف شده است. در واقع احساس نشاط یکی از ابعاد سلامت روان و عواطف مثبت است که در مقابل احساسات منفی از قبیل افسردگی، اندوه و یاس قرار می‌گیرد. احساس نشاط موجب ایجاد انرژی، شور، حرکت و پویایی در جامعه می‌شود. افراد را برای زندگی بهتر آماده می‌کند و به دلیل ویژگی مسری بودن آن وابستگی‌های فرد را با محیط افزایش می‌دهد. نوشادی و همکاران (۱۴۰۱) بیان می‌دارند که داشتن ویژگی‌هایی چون عزت نفس، نشاط و فعالیت ورزشی از جمله فاکتورهای مهم در شایستگی‌های دبیران و معلمان محسوب می‌شود. افراد شاد تمایل بیشتری به سالم رفتار کردن دارند و به احتمال زیاد از رفتارهای ناسالم دوری می‌کنند (نبوی، رضادوست و صالحی، ۱۳۹۴: ۲). تحقیقات مختلف نشان می‌دهد که نشاط اجتماعی تحت تأثیر انجام فعالیت‌های بدنی، افزایش می‌یابد (علوی و همکاران، ۱۳۹۶، قدرت‌نما و حیدری‌نژاد، ۱۳۹۲). پیشرفت و توسعه اجتماعی پایدار در هر جامعه‌ای قطعاً در گرو داشتن شهروندانی با نشاط و شاداب است (خرم و همکاران، ۱۴۰۰: ۱) و در این بین دبیران زن هم به دلیل نقش آموزشی و تربیتی در دو نهاد مهم خانواده و مدرسه اهمیت بسزایی پیدا می‌کنند. به طور کلی، در دنیا ۱ نفر از هر ۳ نفر به حد کافی فعال نیست. نداشتن فعالیت بدنی با بالا رفتن سن افزایش می‌یابد و در دختران و زنان بالاتر است (غلام‌نیا شیروانی، غفرانی‌پور، قراخانلو، کاظم نژاد، ۱۳۹۴: ۱۳). با توسعه و پیشرفت ورزش، میزان حضور و یا عدم حضور زنان در فعالیت‌های ورزشی به عنوان شاخص جهانی از وضعیت اجتماعی زنان در یک جامعه به شمار می‌آید، به طوری که اگر زنان فعالیت بدنی و ورزشی در حد کافی و مناسب داشته باشند، یقیناً کارایی و اثربخشی بیشتری در کار خواهند داشت. بی‌تردید ورزش به عنوان یک ابزار مؤثر تربیتی که تضمین‌کننده سلامت جسم و روان زنان و در نتیجه سلامت نسل آینده جامعه می‌باشد، مورد تأکید و تایید است، چرا که زنان را برای انجام وظایف مقدس مادری و تربیت و تقدیم نسل سالم به جامعه کمک و یاری می‌نماید (منظمی، علم، شتاب بوشهری، ۱۳۹۰: ۱۵۳). با توجه به اثرات و کارکردهای مهم فعالیت‌های ورزشی، تحقیق حاضر قصد دارد با هدف قرار دادن جامعه زنان معلم اقدام به مدلیابی فعالیت‌های بدنی بر عزت نفس و نشاط اجتماعی از زندگی دبیران کند و به این سوال پاسخ دهد که آیا بین فعالیت بدنی با عزت نفس و نشاط اجتماعی رابطه وجود دارد؟

ابزار و روش‌ها

این پژوهش به صورت توصیفی-تحلیلی با رویکرد معادلات ساختاری بر روی کلیه دبیران زن شهر آبدانان در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ که با توجه به استعلام از اداره آموزش و پرورش شهر آبدانان تعداد آن برابر با ۴۰۰ نفر بود، انجام شد. انجام فعالیت‌های بدنی به صورت حداقل یک روز در هفته معیار ورود و عدم تکمیل پرسشنامه به صورت کامل معیار خروج افراد از این مطالعه بود. در پژوهش‌های

مرتبط با مدل معادلات ساختاری، طبق گفته شوماخر و لومکس^۱ (۱۳۸۸) حداقل حجم نمونه را ۲۰۰ تا ۴۰۰ نفر ذکر نموده‌اند. در پژوهش حاضر حجم نمونه با بیش برآورد برابر با ۲۲۴ نفر در نظر گرفته شد. روش نمونه‌گیری در این پژوهش به صورت چندمرحله‌ای تصادفی بود به این صورت که از هر منطقه از شهر آبدانان، ۷ مدرسه (مجموعاً ۲۸ مدرسه)، و از هر مدرسه ۸ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند و داده‌های نمونه از آن‌ها استخراج گردید.

در این پژوهش از سه مقیاس برای اندازه‌گیری متغیرها استفاده شد که شامل پرسشنامه فعالیت بدنی بک (۱۹۸۲) (BPAQ)، پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت (۱۹۶۷) (SEI)، پرسشنامه شادکامی آکسفورد (۱۹۸۹) (OHI) بود. پرسشنامه فعالیت بدنی بک شامل ۱۶ سؤال است که در سه بخش: فعالیت بدنی مربوط به شغل (سوالات ۱-۸)، فعالیت ورزشی (سوالات ۹-۱۲) و فعالیت بدنی اوقات فراغت (سوالات ۱۳-۱۶) تنظیم شده و با توجه به عبارت‌ها و جواب‌های مربوطه براساس مقیاس ۵ درجه‌ای (۵-۱) در نظر گرفته شده است. روایی و پایایی این پرسشنامه به طور مکرر در کشورهای مختلف و همچنین ایران و با گروه‌های متفاوت بررسی و تأیید شده است (بک، بورما و فریجتز، ۱۹۸۲؛ صادقی ثانی، ۱۳۹۴). ضریب بازآزمایی برای پرسشنامه میزان فعالیت بدنی، ۰/۸۹ بدست آمده است. همچنین از آلفای کرونباخ برای برآورد پایایی درونی ابزار تحقیق استفاده شده که ضریب پایایی درونی، ۰/۹۱ بدست آمده است (مفلحی، تبریزی کوروش، ۱۳۸۶: ۱۱۹).

پرسشنامه عزت نفس توسط کوپر اسمیت^۲ (۱۹۶۷) تهیه و تدوین شده و دارای ۵۸ ماده و ۴ خرده مقیاس شامل عزت نفس فردی (۲۶ گویه)، اجتماعی (۸ گویه)، خانوادگی (۸ گویه)، تحصیلی یا شغلی (۸ گویه) و دروغ سنج (۸ گویه) است که احساسات، عقاید یا واکنش‌های فرد را توصیف می‌کند و آزمودنی باید به این گویه‌ها به صورت بله (به من شبیه است) - خیر (به من شبیه نیست) پاسخ دهد. نمره دروغ سنج در مجموع نمرات محاسبه نمی‌شود. حداکثر نمره در مقیاس فردی مساوی ۲۶ و در هریک از سه مقیاس دیگر مساوی ۸ است. حداکثر نمره کل عزت نفس مساوی ۵۰ است. بررسی‌ها در ایران و خارج از ایران بیانگر آن است که این آزمون از اعتبار و روایی قابل قبولی برخوردار است (تراب مستعدی و ساعتچیان، ۱۳۹۷: ۱۵۲). هرز و گالون^۳ (۱۹۹۹) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ را برای نمره کلی آزمون گزارش کرده‌اند. همچنین جهت سنجش روایی بین نمره کل آزمون با خرده مقیاس روان آزرده‌گرایی در آزمون شخصیت آیسنک، روایی واگرایی منفی و معنادار و با خرده مقیاس برونگرایی و روایی همگرایی مثبت و معنادار حاصل شد. کوپر اسمیت و همکاران (۱۹۹۰) ضریب بازآزمایی را بعد از پنج هفته ۰/۸۸ و بعد از یک سال ۰/۷۰ گزارش کرده‌اند (به نقل از تراب مستعدی و ساعتچیان، ۱۳۹۷: ۱۵۲). محققان ضریب همسانی درونی ۰/۸۶ تا ۰/۹۰ را

1. Schumacker & Lomax
- 2 - Baecke, Burema, Frijters
- 3 - Coopersmith
- 4 - Herz, Gullone

برای آزمون گزارش کرده‌اند. در ایران نیز اعتبار کل پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ $0/82$ گزارش شده است (شامکوییان، صیرفی، لطفی کاشانی، احدی و کاوسی، ۱۳۹۸: ۵۰). برای سنجش میزان نشاط اجتماعی از پرسشنامه شادکامی آکسفورد (OHI) که توسط آرچیل و لو (۱۹۹۹)، با معکوس کردن موارد مقیاس افسردگی بک ساخته شده است، استفاده گردید. این مقیاس دارای ۲۹ گویه و پنج مولفه شامل رضایت از زندگی (۶ گویه)، حرمت خود (۶ گویه)، بهزیستی فاعلی (۶ گویه)، رضایت‌خاطر (۵ گویه) و خلق مثبت (۶ گویه) است که به صورت طیف لیکرت ۴ درجه‌ای به ترتیب از ۰ تا ۳ نمره‌گذاری می‌شود. هر گویه دارای چهار عبارت است که عبارت اول نمره صفر، عبارت دوم نمره ۱، عبارت سوم نمره ۲ و عبارت چهارم نمره ۳ می‌گیرد. در نهایت فرد نمره‌ای بین ۰ تا ۸۷ به دست می‌آورد که نمره بالاتر نشانه شادکامی بیشتر است (اکبریان، ۱۳۹۴: ۱۳). روایی مقیاس توسط آرچیل و لو و نوربالا تایید شده است. همچنین آرچیل و لو پایایی آزمون را از طریق آلفای کرونباخ $0/90$ و در ایران علی‌پور و نوربالا $0/93$ گزارش نمودند (صابری، قربانیان، قربانزاده، ایرانپور، ۱۳۹۷: ۵۶).

روش اجرای پژوهش به این صورت بود که با کسب تاییدیه از اداره کل آموزش و پرورش شهر آبدانان، پرسشنامه‌ها بین دبیران مدارس توزیع شد و با تاکید بر محرمانه بودن اطلاعات و با کسب رضایت آگاهانه از دبیران، پژوهش بر روی آن‌ها اجرا شد. همچنین، برای اینکه پاسخگویان با صداقت و رغبت به گویه‌ها پاسخ دهند، فرصت کافی (دو هفته) به هر یک از پاسخگویان برای تکمیل پرسشنامه خودگزارش‌دهی، داده شد. از شاخص‌های آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و آمار استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و مدل معادلات ساختاری) در پژوهش حاضر استفاده گردید. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS-22 و AMOS-20 استفاده شد.

یافته‌ها

در مجموع، ۲۲۴ زن سالم با دامنه سنی ۲۰ تا ۵۹ سال در مطالعه حاضر شرکت کردند. ۸ نفر ($3/5\%$) از آزمودنی‌ها بین سنین ۲۰ تا ۲۵، ۲۹ نفر (13%) بین ۲۶ تا ۳۰، ۶۵ نفر (29%) بین ۳۱ تا ۳۵، ۴۸ نفر ($21/5\%$) بین ۳۶ تا ۴۰، ۵۴ نفر (24%) بین ۴۱ تا ۴۵، ۱۵ نفر ($6/5\%$) بین ۴۶ تا ۵۰ و ۵ نفر ($2/5\%$) بالاتر از ۵۰ سال داشتند. ۵ نفر ($2/5\%$) از آزمودنی‌ها مدرک دیپلم، ۳۰ نفر ($13/5\%$) فوق دیپلم، ۱۵۴ نفر (69%) کارشناسی و ۳۵ نفر (15%) دارای مدرک کارشناسی ارشد و بالاتر بودند. همچنین ۲۰۰ نفر (89%) از این تعداد متاهل و ۲۴ نفر (11%) مجرد بودند.

جدول ۱. یافته‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش و آزمون کجی و کشیدگی متغیرهای تحقیق

عوامل	تعداد	میانگین	انحراف معیار	آزمون توزیع نرمالیتی	
				کجی	کشیدگی
بعد فعالیت بدنی کاری	۲۲۴	۲/۸۳	۱/۳۹	۰/۷۸۴	۰/۲۹۸

۰/۰۹۵	۰/۶۹۰	۱/۹۹	۴/۱۲	۲۲۴	بعد فعالیت بدنی ورزشی
-۰/۸۸۲	-۰/۰۶۶	۱/۷۵	۳/۵۵	۲۲۴	بعد فعالیت بدنی اوقات فراغت
۰/۳۲۸	۰/۶۴۱	۳/۳۰	۲۱/۱۵	۲۲۴	عزت نفس فردی
۰/۶۷۸	۰/۸۹۲	۱/۷۳	۵/۶۳	۲۲۴	عزت نفس اجتماعی
۰/۱۷۰	۰/۷۰۱	۱/۷۰	۵/۴۲	۲۲۴	عزت نفس خانوادگی
-۰/۱۸۰	۰/۴۶۶	۱/۶۴	۵/۵۲	۲۲۴	عزت نفس تحصیلی یا شغلی
۰/۶۰۸	۰/۹۲۷	۴/۰۲	۱۱/۵۳	۲۲۴	بعد رضایت از زندگی نشاط اجتماعی
۰/۳۳۱	۰/۷۲۲	۳/۹۳	۱۱/۵۸	۲۲۴	بعد رضایت از خود نشاط اجتماعی
۰/۲۹۵	۰/۷۸۱	۳/۹۲	۹/۷۶	۲۲۴	بعد حرمت نفس نشاط اجتماعی
۰/۰۹۵	۰/۶۹۰	۳/۰۶	۷/۲۰	۲۲۴	بعد انرژی مثبت نشاط اجتماعی
-۰/۸۸۲	-۰/۰۶۶	۴/۲۲	۷/۷۵	۲۲۴	بعد خلق مثبت نشاط اجتماعی

جدول ۱، میانگین، انحراف معیار، کجی و کشیدگی متغیرهای تحقیق را نشان می‌دهد. طبق اطلاعات مندرج در جدول، میانگین فعالیت بدنی کاری ۲/۸۳، فعالیت بدنی ورزشی ۴/۱۲، فعالیت بدنی اوقات فراغت ۳/۵۵، عزت نفس فردی ۲۱/۱۵، عزت نفس اجتماعی ۵/۶۳، عزت نفس خانوادگی ۵/۴۲، عزت نفس تحصیلی ۵/۵۲، رضایت از زندگی نشاط اجتماعی ۱۱/۵۳، رضایت از خود نشاط اجتماعی ۱۱/۵۸، حرمت نفس نشاط اجتماعی ۹/۷۶، انرژی مثبت نشاط اجتماعی ۷/۲۰ و خلق مثبت نشاط اجتماعی ۷/۷۵ می‌باشد.

جدول شماره ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای فعالیت بدنی، عزت نفس و نشاط اجتماعی

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱- فعالیت بدنی کاری	-											
۲- فعالیت بدنی اوقات فراغت	۰/۲۳*	-										
۳- فعالیت بدنی ورزشی	۰/۶۳*	۰/۲۸**	-									
۴- عزت نفس فردی	۰/۱۳**	۰/۱۹**	۰/۲۳**	-								

عزت نفس اجتماعی	عزت نفس خانوادگی	عزت نفس تحصیلی	رضایت از زندگی نشاط	رضایت از خود نشاط	عزت نفس حرمت نشاط	عزت نفس ارزشی مثبت نشاط	عزت نفس خلق مثبت نشاط
۰/۱۷**	۰/۱۷**	۰/۱۳**	۰/۲۶**	۰/۲۳**	۰/۱۹**	۰/۲۸**	۰/۲۵**
۰/۱۸**	۰/۱۹**	۰/۱۵**	۰/۲۰**	۰/۲۳**	۰/۲۳**	۰/۲۳**	۰/۲۳**
۰/۲۱**	۰/۲۳**	۰/۱۶**	۰/۴۱**	۰/۲۹**	۰/۸**	۰/۴۵**	۰/۴۵**
۰/۳۶**	۰/۲۶**	۰/۱۹**	۰/۱۸**	۰/۲۳**	۰/۶	۰/۳۳**	۰/۱۹**
۰	۰/۲۴**	۰/۱۹**	۰/۱۱**	۰/۱۴**	۰/۲	۰/۱۴**	۰/۱۳**
	۰	۰/۲۳**	۰/۹	۰/۴	۰/۱	۰/۵	۰/۸
		۰	۰/۶	۰/۱	۰/۲	۰/۸	۰/۱
			۰	۰/۵۱**	۰/۲۹**	۰/۳۹**	۰/۲۸**
				۰	۰/۲۹**	۰/۳۳**	۰/۳۳**
					۰	۰/۶۸**	۰/۳۳**
						۰	۰/۳۷**

** P < 0/01

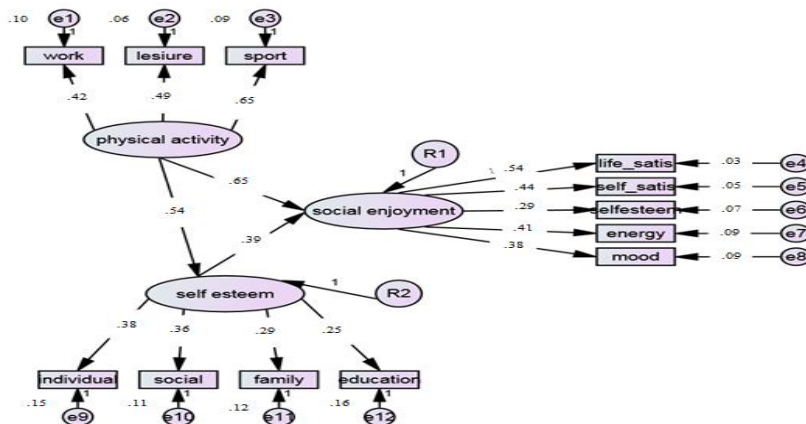
جدول ۲، ماتریس همبستگی متغیرهای فعالیت بدنی، عزت نفس و نشاط اجتماعی را در بین آزمودنی‌ها نشان می‌دهد. نتایج نشان می‌دهد که بین فعالیت بدنی کاری، ورزشی و اوقات فراغت با تمام ابعاد عزت نفس و نشاط اجتماعی ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد ($\text{sig} < 0/01$). همچنین بین عزت نفس فردی و عزت نفس اجتماعی با تمام ابعاد نشاط اجتماعی به استثنای حرمت نفس ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد ($\text{sig} < 0/01$)، اما بین عزت نفس خانوادگی و عزت نفس شغلی با تمام ابعاد نشاط اجتماعی ارتباط معنی‌داری وجود ندارد ($\text{sig} > 0/01$). قبل از تحلیل داده‌های مربوط به مدل معادلات ساختاری، برای اطمینان از اینکه داده‌های این پژوهش مفروضه‌های زیربنایی مدل معادلات ساختاری را برآورد می‌کنند، به بررسی آنها پرداخته شد.

در پژوهش حاضر، با بررسی داده‌های خام هیچ داده گمشده‌ای وجود نداشت. همچنین جهت بررسی داده‌های پرت تک‌متغیری با استفاده از نرم افزار SPSS نمره‌های Z متغیرها محاسبه شد. نتایج نشان داد که نمره‌های همه آزمودنی‌ها بین ۳ و -۳ قرار داشت؛ بنابراین داده پرت تک‌متغیری وجود نداشت. همچنین، جهت بررسی داده‌های پرت چندمتغیری، فاصله ماه‌الانویس برای متغیرهای پیش‌بین محاسبه شد. کمترین و بیشترین مقدار فاصله ماه‌الانویس در پژوهش حاضر به ترتیب ۱۲/۲۶۵ و ۴۲۸/۱۷۴ به دست آمده‌اند. با توجه به اینکه مجذور خی جدول با درجه آزادی ۳۱۴ برابر با ۷۶۹/۶۱۴ است و از طرفی، چون بیشترین مقدار فاصله ماه‌الانویس (۴۲۸/۱۷۴)، کوچک‌تر از مجذور خی جدول (۷۶۹/۶۱۴) است، لذا وجود داده‌های پرت چندمتغیری در داده‌های جمع‌آوری شده مشهود نمی‌باشد. علاوه بر این، جهت بررسی نرمال بودن متغیرها، از کجی و کشیدگی متغیرها استفاده شد. همانطور که نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد، با توجه به معیار نرمال بودن، متغیرهای پژوهش همگی دارای قدر مطلق ضریب کجی کوچک‌تر از ۳ و قدر مطلق ضریب کشیدگی کوچک‌تر از ۳ هستند و لذا تخطی از نرمال بودن داده‌ها قابل مشاهده نیست.

جدول شماره ۳. نتایج آزمون برازش مدل معادلات ساختاری مربوط به ارتباط بین متغیرهای پژوهش

Model	χ^2	df	p	χ^2/df	GFI	AGFI	CFI	NFI	RMSEA
(میانجی) Meditation	۷۶۹/۶۱۴	۳۱۴	۰/۰۰۰۱	۲/۴۵۱	۰/۹۴۳	۰/۹۲۱	۰/۹۱۲	۰/۹۰۱	۰/۰۴۹

طبق نتایج جدول ۳، در مدل مقدار χ^2 با مقدار ۷۶۹/۶۱۴ و درجه آزادی ۳۱۴ معنی‌دار است و نشان می‌دهد که برازش مدل مناسب نمی‌باشد، اما بقیه شاخص‌ها نشان می‌دهند داده‌ها برازش مناسب و مطلوبی با مدل دارند. شاخص برازندگی χ^2/df با مقدار ۲/۴۵۱ کمتر از مقدار ۳، $GFI = ۰/۹۴۳$ ، $AGFI = ۰/۹۲۱$ ، $CFI = ۰/۹۱۲$ ، $NFI = ۰/۹۰۱$ بالاتر از ۰/۹ و ریشه میانگین مجذور خطای تقریب (RMSEA) برابر با ۰/۰۴۹ که کمتر از ۰/۰۸ است حاکی از آن است که مدل تحقیق دارای برازش کامل می‌باشد. مدل معادلات ساختاری متغیرهای پژوهش به همراه ضرایب استاندارد شده در شکل ۱ ارائه شده است.



شکل ۱. مدل معادلات ساختاری متغیرهای پژوهش به همراه ضرایب استاندارد

جدول ۴. ضرایب مدل معادلات ساختاری مربوط به ارتباط بین فعالیت بدنی با نشاط اجتماعی با میانجی‌گری

عزت نفس				
مسیر	ضریب استاندارد	خطا	نسبت بحرانی	سطح معنی‌داری
فعالیت بدنی به سوی عزت نفس	۰/۵۴	۰/۱۸۶	۲/۹۰۳	۰/۰۱
فعالیت بدنی به سوی نشاط اجتماعی	۰/۶۵	۰/۱۶۹	۳/۸۴۶	۰/۰۱
عزت نفس به سوی نشاط اجتماعی	۰/۳۹	۰/۱۰۲	۳/۷۸۶	۰/۰۱
فعالیت بدنی به سوی فعالیت بدنی کاری	۰/۴۲	۰/۱۱۷	۳/۵۸۹	۰/۰۱
فعالیت بدنی به سوی فعالیت بدنی اوقات فراغت	۰/۴۹	۰/۱۰۸	۴/۵۳۷	۰/۰۱
فعالیت بدنی به سوی فعالیت بدنی ورزشی	۰/۶۵	۰/۱۳۴	۴/۸۵۰	۰/۰۱
عزت نفس به سوی عزت نفس فردی	۰/۳۸	۰/۱۶۵	۲/۳۰۳	۰/۰۱
عزت نفس به سوی عزت نفس اجتماعی	۰/۳۶	۰/۱۷۹	۲/۰۱۱	۰/۰۱
عزت نفس به سوی عزت نفس خانوادگی	۰/۲۹	۰/۱۰۸	۲/۶۸۵	۰/۰۱
عزت نفس به سوی عزت نفس تحصیلی	۰/۲۵	۰/۱۰۲	۲/۴۵۰	۰/۰۱
نشاط اجتماعی به سوی رضایت از زندگی	۰/۵۴	۰/۱۲۴	۴/۳۵۴	۰/۰۱
نشاط اجتماعی به سوی رضایت از خود	۰/۴۴	۰/۱۳۳	۳/۳۰۸	۰/۰۱
نشاط اجتماعی به سوی حرمت نفس	۰/۲۹	۰/۱۰۷	۲/۷۱۰	۰/۰۱
نشاط اجتماعی به سوی انرژی مثبت	۰/۴۱	۰/۱۱۲	۳/۶۶۰	۰/۰۱
نشاط اجتماعی به سوی خلق مثبت	۰/۳۸	۰/۱۱۷	۳/۲۴۷	۰/۰۱

جدول ۴ نتایج مربوط به مدل معادلات ساختاری ارتباط فعالیت بدنی با نشاط اجتماعی با میانجی‌گری عزت نفس را نشان می‌دهد. طبق نتایج جدول، بین متغیرهای پژوهش به دلیل نسبت بحرانی بالاتر از ۱/۹۶ ارتباط معنی‌داری وجود دارد.

برای تعیین رابطه میانجی فعالیت بدنی با نشاط اجتماعی و عزت نفس از روش بوت استرپ در برنامه ماکرو آزمون پریچر و هیز بر روی نرم‌افزار SPSS-22 استفاده گردید. نتایج بوت استرپ برای مسیر میانجی الگوی پیشنهادی پژوهش حاضر در جدول ۵ ارائه گردیده است.

جدول ۵. نتایج بوت استرپ برای مسیر غیرمستقیم

متغیر	β	سطح معنی‌داری	فاصله اطمینان ۰/۹۹
فعالیت بدنی ← عزت نفس ← نشاط اجتماعی	۰/۲۳۱	۰/۰۰۱	۰/۴-۱۳۶/۸۷۱

طبق نتایج جدول ۵، فاصله اطمینان برای عزت نفس به عنوان متغیر میانجی بین فعالیت بدنی و نشاط اجتماعی در سطح $P < ۰/۰۱$ قرار دارد که از لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشد. بنابراین عزت نفس در رابطه بین فعالیت بدنی و نشاط اجتماعی نقش میانجی دارد.

بحث

پژوهش حاضر با هدف مدل‌یابی رابطه فعالیت‌های بدنی با عزت نفس و نشاط اجتماعی انجام شد. یافته‌های مطالعه حاضر نشان داد که بین فعالیت بدنی کاری با تمام ابعاد عزت نفس، بین فعالیت بدنی ورزشی با تمام ابعاد عزت نفس و بین فعالیت بدنی اوقات فراغت کاری با تمام ابعاد عزت نفس ارتباط معنی‌داری وجود دارد. همانگونه که در بخش مقدمه اشاره شد، رابطه مثبت بین فعالیت بدنی و بسیاری از متغیرها و فاکتورهای روانشناختی و فیزیولوژیک همراه مدنظر محققان مختلفی بوده است و نتایج مطالعه حاضر با مطالعه استابلس^۱ (۲۰۱۵)، برگیس‌دوتیر^۲ (۲۰۱۷)، کوکوکیبیس و گل^۳ (۲۰۱۹) همسو است. در تبیین این امر می‌توان گفت طبق مدل روانشناختی سونستروم^۴ (۱۹۷۸)، شرکت در فعالیت‌های جسمانی، به طور مثبت خودباوری فرد را تحت تأثیر قرار داده، منجر به بالا رفتن عزت نفس او می‌شود. یافته‌های مختلف از جمله مک ماهان نشان می‌دهند فعالیت‌های جسمانی منجر به افزایش عزت نفس می‌گردد (نوربالا، محمد، باقری یزدی و یاسمی، ۱۳۸۱: ۸). بدیهی است که افزایش عزت نفس تغییراتی در جهت مثبت، در روابط بین‌فردی و شبکه اجتماعی فرد به وجود می‌آورد و چنین تغییراتی در جهت افزایش سلامت روان انسان است، چرا که گسترش شبکه اجتماعی چه به طور مستقیم یعنی از طریق یافتن دوستان جدید و چه به طور غیرمستقیم از طریق افزایش عزت نفس و برقراری رابطه بین‌فردی براساس الگوی ارتباط جرأت‌ورزانه، فرد را در مقابل رویدادهای استرس‌زا مقاوم می‌سازد.

دیگر یافته‌های مطالعه حاضر نشان داد که بین فعالیت بدنی کاری با تمام ابعاد نشاط اجتماعی، بین فعالیت بدنی ورزشی با تمام ابعاد نشاط اجتماعی و بین فعالیت بدنی اوقات فراغت کاری با تمام ابعاد نشاط اجتماعی ارتباط معنی‌داری وجود دارد که با مطالعه شاکری‌نیا و رضانی (۱۳۹۴) و جعفری و بهبودی (۱۳۹۶) همخوان است. در تبیین این یافته می‌توان به بررسی مدل زیست‌شناختی ترجستام و همکاران (ترجستام، جوپر و جوهانسون^۵، ۲۰۱۰) رجوع کرد. در این مدل گفته می‌شود علت تأثیر فعالیت‌های بدنی بر نشاط و شادکامی، تغییرات بیوشیمیایی و زیست‌شناختی است؛ چرا که بسیاری از پژوهشگران به نحوه عملکرد مغز در افراد افسرده توجه می‌کنند و از مغز به عنوان مرکز فرماندهی بدن یاد می‌نمایند. مغز دستورات خود را از طریق مواد شیمیایی موسوم به ناقل‌های عصبی منتقل می‌کند. دانشمندان تخمین می‌زنند که در بدن انسان صدها نوع ناقل عصبی وجود دارد ولی فقط ۳۰ نوع از آنها شناسایی شده که تنها سه نوع ناقل عصبی با افسردگی رابطه دارد؛ نوراپی نفرین، سروتونین و دوپامین. این سه نوع ناقل عصبی در مناطقی از مغز فعال هستند که فعالیت‌های اشتباه زمان افسردگی را کنترل می‌کنند. به عنوان مثال نوراپی نفرین، در راه ارتباطی گسترده بین مراکز لذت مغز، هیپوتالاموس و دستگاه کناری عمل می‌کند. این مراکز به

- 1- Staples
- 2- Birgisdóttir
- 3- Kucukibis, Gul
- 4-Sonstroem
5. Terjestam, Jouper, Johansson

کمک هم، هیجانانگیز، تمایلات فیزیکی مانند اشتها، خواب و میل جنسی و واکنش ما نسبت به استرس را کنترل می‌کنند. در افراد افسرده، سطح این ناقل‌های عصبی به طور چشم‌گیری کاهش می‌یابد. همچنین ناقل عصبی دیگری به نام GABA5 با افسردگی رابطه دارد. نتایج تحقیقات حاکی از آن است که افراد افسرده مقادیر کمی از این ناقل را در بدن خود دارند. همچنین در موقع رها شدن این ناقل، اضطراب کاهش پیدا می‌کند (ترجستام و همکاران، ۲۰۱۰) که در نهایت همه این سه نوع ناقل می‌توانند باعث افزایش شادی گردند که نتایج مطالعه حاضر نیز موید این مطلب بود. در بررسی و تبیین یافته‌های مطالعه حاضر از منظر روانی - اجتماعی و در همین راستا فلک‌الدین (۱۴۰۱) اشاره می‌کند زنان با ایجاد راهبردهای تعاملی و حمایتی خویش در خانواده و ایجاد فضای گفتگویی صمیمی در پی ایجاد افزایش شادکامی هستند. به این معنا که همه توان خویش را به کار می‌گیرند تا محیط بانشاطی داشته باشند؛ زیرا آنان شادکامی اعضای راشادی خویش می‌دانند و نهادهای فرهنگی، آموزشی و خانواده‌ها برای گفتمان‌سازی ایجاد شادکامی در سطح خرد، خانواده و در سطح کلان، جامعه را توصیه می‌کنند.

مطالعه حاضر نشان داد که بین عزت نفس فردی و عزت نفس اجتماعی با تمام ابعاد نشاط اجتماعی به استثنای حرمت نفس ارتباط معنی‌داری وجود دارد. اما بین عزت نفس خانوادگی و عزت نفس شغلی با تمام ابعاد نشاط اجتماعی ارتباط معنی‌داری وجود ندارد. این یافته که میان عزت نفس اجتماعی و فردی با ابعاد نشاط اجتماعی ارتباط مثبت معنی‌داری وجود دارد را می‌توان بدین صورت تبیین نمود که نشاط اجتماعی به ویژگی شخصیتی که آمادگی برای واکنش به یک روش خاص است، بستگی دارد. یکی از این روش‌ها تمایل داشتن یا تمایل نداشتن به ویژگی‌های شخصیتی نظیر (برون-گرایی) و (روان‌رنجورخویی) است. به طور کلی فرض می‌شود که این صفات یک جزء ژنتیکی دارند. شخصیت نیز می‌تواند بر عافیه نشاط از طریق مسیر حوادث زندگی تأثیر بگذارد و این محوری در نظریه تعادل-برپایی هدی و ویرینگ (وینهون، ۲۰۰۶) می‌باشد. بنابراین، این ویژگی‌های شخصیتی و فردی می‌تواند تأثیرگذار بر نشاط اجتماعی باشد که نتایج تحقیق حاضر نیز موید این مطلب بود. از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به عدم همکاری برخی از دبیران به دلیل مشغله کاری زیاد اشاره نمود. پیشنهاد می‌گردد در مطالعات آتی تأثیرات سن و جنسیت بر عزت نفس کلی و خود ادراکی فیزیکی و در نتیجه تأثیرات بر مدل مفهومی بررسی گردد. همچنین انجام تحقیقات کیفی با رویکرد داده - بنیاد و استفاده از مصاحبه‌های عمیق می‌تواند به روشن شدن ابعاد مختلف فعالیت ورزشی دبیران کمک نماید.

به طور کلی نتایج پژوهش حاضر حاکی از برآزش مدل ارتباطی فعالیت بدنی، نشاط اجتماعی و عزت نفس دبیران زن بود. نتایج نشان‌دهنده وجود ارتباط مثبت معنی‌دار بین فعالیت بدنی با نشاط اجتماعی و عزت نفس بود. همچنین نتایج مدل معادلات ساختاری بر نقش میانجی عزت نفس بین فعالیت بدنی و نشاط اجتماعی تأکید داشت. بنابراین پیشنهادات زیر می‌تواند از سوی محققان

این مطالعه در جهت افزایش فعالیت بدنی به منظور ایفای نقش بهتر و مؤثرتر آموزشی معلمان و دبیران توصیه شود:

- فراهم نمودن زمینه‌های فعالیت بدنی برای همه دبیران زن در قالب فعالیت‌های فوق برنامه و احتمالاً در محیط‌های شهری منجر به افزایش عزت نفس فرهنگیان خواهد شد. در این بین، اختصاص فضاهای ورزشی درون سازمانی آموزش و پرورش جهت فعالیت ورزشی دبیران می‌تواند مدنظر قرار گیرد.
- گنجاندن فعالیت‌های بدنی به عنوان بخش قابل ارزیابی در سنجش شایستگی‌های دبیران زن می‌تواند مدنظر آیین‌نامه‌ها و برنامه‌ریزی‌های مدون آموزش و پرورش در حوزه ارزیابی معلمان قرار گیرد.
- ارائه مشوق‌های مالی و نیز تأمین امکانات از قبیل تهیه پوشاک ورزشی و ارائه آن به فرهنگیان می‌تواند زمینه حضور آن‌ها در فعالیت‌های بدنی را فراهم سازد.
- پایش مستمر سطح آمادگی جسمانی و سلامتی دبیران می‌تواند در این خصوص بسیار مؤثر عمل نماید.

منابع

۱. احمدی، سیروس؛ مختاری، مریم و زارعی، هوشنگ (۱۳۹۴). تحلیل رابطه عزت نفس جسمانی و نگرش به ورزش با مشارکت ورزشی زنان با استفاده از مدل معادله ساختاری. *پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی*، ۴(۳): ۴۱-۵۱.
۲. اکبری‌ان، فرامرز (۱۳۹۴). رابطه سبک‌های فرزندپروری با شادکامی هیجانی و سلامت روانی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه. *فصلنامه روانشناسی مدرسه*، ۴(۴): ۶-۲۰.
۳. باقرنژاد حصار، بی‌بی فاطمه؛ مروتی شریف آباد، محمدعلی؛ شرف زاده، غلامرضا؛ میری، محمدرضا؛ وحدانی نیا، ولی‌اله و دستجردی، رضا (۱۳۹۸). بررسی عوامل پیش‌بینی‌کننده عزت نفس در نوجوانان دختر. *مجله پایش*، ۱۸(۶): ۵۲۷-۵۴۵.
۴. تراب مستعدی، مریم؛ ساعتچیان، وحید (۱۳۹۷). اثربخشی فعالیت‌های انجمن ورزشی مدرسه بر کیفیت زندگی و عزت نفس دانش‌آموزان دختر با آسیب‌های بینایی. *مطالعات روانشناسی ورزشی*، ۷(۲۵): ۱۶۰-۱۴۹.
۵. جعفری، اصغر و بهبودی، معصومه (۱۳۹۶). اثربخشی تمرینات ورزش هوازی در کاهش احساس تنهایی و ارتقاء سطح شادکامی در سالمندان. *نشریه روان پرستاری*، ۵(۵): ۹۷-۹۰.
۶. جوروند، رضا؛ طاوسی، محمود و غفرانی پور، فضل‌اله (۱۳۹۷). عوامل تعیین‌کننده فعالیت بدنی منظم در کارکنان شبکه بهداشت و درمان: کاربرد الگوی اعتقاد بهداشتی. *مجله آموزش و سلامت جامعه*، ۵(۳): ۴-۱۲.
۷. جلالی، سمیه؛ روزبهرانی، نسرین و شمسی، محسن (۱۳۹۷). تعیین‌کننده‌های رفتار فعالیت بدنی در بین افراد ۵۰-۳۰ ساله: کاربرد الگوی فرانظری. *مجله آموزش و سلامت جامعه*، ۶(۱): ۱۷-۲۳.

۸. حمدآبادی، سمیه و علویان، فیروزه (۱۴۰۲). ارتباط سطوح فعالیت بدنی، اضطراب کرونا و شاخص‌های آنتروپومتریکی وابسته به سلامتی بین زنان فعال و غیرفعال در دوران پاندمی کرونا. *ابن سینا*، ۲۵ (۲): ۳۶-۴۶.
۹. خرم، بهاره؛ صحرائی نژاد، نسیم و کافی، محسن (۱۴۰۰). طراحی پارک ورزشی در شهر همدان با کاربریست رویکرد توسعه نشاط اجتماعی. *شهری، علوم و تکنولوژی محیط زیست*، ۲۳ (۶): ۲۰۱-۲۱۴.
۱۰. سلیمانی نقدر، فاطمه و سعادت‌ی شامیر، ابوطالب (۱۳۹۲). رابطه شادکامی و عزت نفس با رشد اجتماعی در دانش‌آموزان ابتدایی. *پژوهشنامه تربیتی*، ۳۵: ۱۹-۳۸.
۱۱. شاکری‌نیا، ایرج و رضائی، فریدون (۱۳۹۵). رابطه بین فعالیت‌های بدنی، عمل به باورهای دینی و شادکامی در زنان سالمند. *فصلنامه پرستاری سالمندان*، ۲ (۲): ۲۵-۳۶.
۱۲. شامکوییان، لیلا؛ صیرفی، محمدرضا؛ لطفی کاشانی، فرح؛ احدی، حسن و کاوسی، هدی (۱۳۹۸). اثربخشی روان درمانی یکپارچه‌نگر بر عزت‌نفس زنان مبتلا به اسکلرودرمی (اسکلروز سیستمیک). *اندیشه و رفتار*، ۱۳ (۵۱): ۴۷-۵۸.
۱۳. شوماخر، زندال ای و لومکس، ریچارد جی. (۱۳۸۸). *مقدمه‌ای بر مدل‌سازی معادله ساختاری*. ترجمه وحید قاسمی. تهران: نشر جامعه شناسان. ۱-۵۴۶.
۱۴. صابری، یوسف؛ قربانیان، بهلول؛ قربان زاده، بهروز و ایرانپور، عسگر (۱۳۹۷). تأثیر تمرینات پیلاتس و ایروبیک بر شادکامی و تمایل به فعالیت بدنی در زنان غیرفعال. *مجله پرستاری، مامایی و پیراپزشکی*، ۴ (۱): ۵۲-۶۱.
۱۵. علوی، سلمان؛ زر، عبدالصالح؛ سلیم آوانسر، مرتضی و احمدی، فاطمه (۱۳۹۶). بررسی اثربخشی فعالیت بدنی بر میزان سلامت عمومی، شادکامی و امید به زندگی زنان سالمند و یائسه. *نشریه سالمندشناسی*، ۲ (۱): ۱۱-۱۹.
۱۶. غلام‌نیا شیروانی، زینب؛ غفرانی پور، فضل‌اله؛ قراخانلو، رضا و کاظم نژاد، اوشیروان (۱۳۹۴). بهبود و تداوم رفتار ورزشی و شاخص‌های تن‌سنجی در زنان تهرانی: کاربردی از نظریه رفتار برنامه‌ریزی شده. *مجله آموزش و سلامت جامعه*، ۲ (۴): ۱۳-۲۴.
۱۷. فلک‌الدین، زهرا و حاجی‌زاده میمندی، مسعود (۱۴۰۱). نقش زنان در شادکامی خانواده: مطالعه کیفی در شهر یزد. *جامعه‌شناسی کاربردی*، ۳۳ (۴): ۹۵-۱۲۲.
۱۸. قدرت‌نما، اکبر و حیدری‌نژاد، صدیقه (۱۳۹۲). رابطه انگیزه مشارکت ورزشی با میزان فعالیت بدنی دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز. *مطالعات مدیریت ورزشی*، ۵ (۱۸): ۱۸۹-۲۰۲.
۱۹. منظمی، مریم؛ علم، شهرام و شتاب بوشهری، سیده ناهید (۱۳۹۰). تعیین عوامل مؤثر بر توسعه تربیت بدنی و ورزش بانوان جمهوری اسلامی ایران. *نشریه مدیریت ورزشی*، ۳ (۱۰): ۷۲-۸۹.
۲۰. مفلحی، داریوش و قهرمان تبریزی، کوروش (۱۳۸۶). ارتباط بین شدت تحلیل رفتگی و فعالیت بدنی اعضای هیات علمی دانشگاه شهید باهنر کرمان. *پژوهش در علوم ورزشی*، ۵ (۱۷): ۱۱۵-۱۲۹.

۲۱. ندایی، طاهره و عین‌علی هرموشی، زهرا (۱۳۹۹). مدل‌یابی انواع فعالیت‌های بدنی بر کیفیت زندگی، امید به زندگی و رضایت از زندگی دبیران زن؛ مطالعه موردی شهر قم. *مجله آموزش و سلامت جامعه*، ۷(۳): ۸-۱.
۲۲. رضا دوست، کریم؛ نبوی، عبدالحسین و صالحی، نجمه (۱۳۹۴). بررسی تأثیر عوامل اجتماعی و روانی بر احساس نشاط (مورد مطالعه: دانش‌آموزان ۱۶-۱۸ ساله شهر اهواز)، *مجله جامعه‌شناسی کاربردی*، ۲۶(۳): ۱-۲۲.
۲۳. نوربالا، احمدعلی؛ کاظم، محمد؛ باقری یزدی، سید عباس و یاسمی، محمد تقی. (۱۳۸۱). بررسی وضعیت سلامت روان در افراد ۱۵ سال و بالاتر در جمهوری اسلامی ایران در سال ۱۳۷۸. *نشریه حکیم*، ۵(۱): ۱-۱۰.
۲۴. نوشادی، فاطمه؛ میرزایی قلعه جوق، علی، باقری دادوکلاهی، محمد و والی، علی‌اکبر. (۱۴۰۱). ارائه الگوی پارادایمی شایستگی معلمان مبتنی بر سند تحول بنیادین آموزش و پرورش. *رفتار مثبت در سازمان‌های آموزشی*، ۱(۲).

25. Arnetz, BB, et al.(2011). Organizational climate, occupational stress, and employee mental health, mediating effect of organizational efficiency. *J Occup Environ Med*. 53(1): 34-42.
26. Argyle, M., Lu, L.(1990). The happiness of extraverts. *Personality and Individual Differences*, 11(10): 1011-1017.
27. Baecke, JA., et al.(1982). A short questionnaire for the measurement of habitual physical activity in epidemiological studies. *Am J Clin Nutr*. 36(5):936-42.
28. Birgisdóttir, Í. B. (2017). Physical activity and self-esteem among adolescents: gender difference and the impact of physical activity intervention on adolescent's self-esteem. [BSc thesis]. Reykjavik University.
29. Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: W. H. Freeman & Co.
30. Herz, L., Gullone, E. (1999). The relationship between self-esteem and parenting style: A cross-cultural comparison of Australian and Vietnamese Australian adolescents. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 30 (6): 742-761.
31. Kassin, S., et al. (2011). *Social psychology*. Australia, Wadsworth Cengage Learning. P72.
32. Kucukibis, H. F., Gul, M. (2019). The Relationship between Attitudes towards Physical Activity and Self-Esteem of High School Students. *Asian Journal of Education and Training*. 5(1): 70-73.
33. Staples, S. (2015). The relationship between exercise and self-esteem, sleeping patterns, anxiety and energy levels. [BA thesis]. Dublin: Business School.
- Sonstroem, RJ. (1978). Physical estimation and attraction scales: rational and research. *Medicine and sciences in sports*. 10(2): 97-102.

Terjestam, Y., et al. (2010). Effects of scheduled qigong exercise on pupils' well-being, self-image, distress, and stress. *Journal Altern Complement Med.* 16(9): 939-440.

Veenhoven, R. (2006). *How do we assess how happy we are? Tenets, Implications and Tenability of Three Theories*. Paper presented at New Direction in the study of happiness: united states and international perspective conference. Netherlands: Erasmus University Rotterdam.

Zamani Sani, SH., et al. (2016). Physical activity and self-esteem: testing direct and indirect relationships associated with psychological and physical mechanisms. *Neuropsychiatric Disease and Treatment.* 12: 2617-2625.

The Impact of the Relationship between Physical Activities and Female Teachers' Self-esteem and Social Vitality

Tahereh Nedaei¹, Hossein Alimohamadi*², Javad Adabi Firoozjah³, Fatemeh Asgari⁴

1)Assistant Professor, Sports Sciences Department, Literature and Humanities Faculty of Qom University, Qom, Iran (tahereh.nedaei@gmail.com)

2)Assistant Professor, Sports Sciences Department, Literature and Humanities Faculty of Qom University, Qom, Iran

3) Assistant Professor, Sports Sciences Department, Literature and Humanities Faculty of Qom University, Qom, Iran (jadabi@gmail.com)

4)MA, Sports Sciences Department, Literature and Humanities Faculty of Qom University, Qom, Iran (fatemehasgari90@gmail.com)

Abstract

Physical activity is one of the components affecting different aspects of life. The purpose of this research was to model the relationship between physical activities and self-esteem and social vitality of female students. The type of descriptive-analytical research and its statistical population were all female teachers in Abdanan city in 2018-2019 and the sample number was 224 teachers. In this research, multi-stage random sampling method was used and 7 schools (28 schools in total) and 8 people from each school were randomly selected from each district of Abdanan city and sample data was extracted from them. The measuring tools of the research were Beck's Physical Activity Questionnaire (1982), Cooper Smith's Self-Esteem Questionnaire, and Oxford Happiness Questionnaire, and the research data were analyzed using descriptive statistics, Pearson's correlation coefficient, and structural equation models using SPSS-22 and AMOS-20 software. Analysis was done. The results of this study showed that work, sports and leisure time physical activity have a significant relationship with self-esteem and social vitality of female teachers. Also, the structural equation model analysis showed that self-esteem plays a mediating role in the relationship between physical activity and vitality of female teachers. Based on the results of this study, it is suggested that different types of physical activity should be considered for the self-esteem and social vitality of female teachers.

Key words: sports, women, healthy lifestyle.

Corresponding author's email: (h_alimohamady@yahoo.com)

اندیشه های نوین در ورزش تربیتی

دوره ۱، شماره ۱، بهار ۱۴۰۳

ارزیابی دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته های ورزشی

جلیل پورزرننگار*

دکترای تخصصی، دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه تهران، ایران

چکیده

ورزش، یکی از اموری است که به عناوین مختلف در جهان مطرح است و گروه زیادی از افراد در اشکال گوناگون با آن سر و کار دارند. پژوهش حاضر با هدف ارزیابی دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته های ورزشی انجام شده است. این پژوهش به صورت کمی و به شیوه توصیفی - پیمایشی می باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر را مربیان فعال باشگاه های ورزشی استان گیلان تشکیل داده اند و نمونه های آماری به صورت خوشه ای تعیین و در تکمیل پژوهش مشارکت نموده اند. ابزار جمع آوری اطلاعات پژوهش پرسشنامه می باشد که از دو بخش تشکیل شده است: در بخش اول، به ویژگی های جمعیت شناختی مربیان و در بخش دوم، به دانش فنی مربیان در قبال هنرجویان خود پرداخته شده است. جهت تجزیه و تحلیل داده های پژوهش از روش های آماری توصیفی و استنباطی استفاده شده است. نتایج پژوهش حاکی از آن بود که دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته های ورزشی به ترتیب در حیطه های آموزش علمی و اصولی ($t = 4/47$ و $\alpha = 0/05$)، هدف گذاری تمرین ($t = 4/22$ و $\alpha = 0/05$)، تسهیل فرایند یادگیری ($t = 4/11$ و $\alpha = 0/05$)، القای روحیه رقابت سالم ($t = 3/65$ و $\alpha = 0/05$)، بهبود مهارت های ورزشی ($t = 3/52$ و $\alpha = 0/05$)، و کمک های اولیه ($t = 3/28$ و $\alpha = 0/05$)، مناسب ارزیابی شده است و تفاوت معنی داری میان دانش فنی مربیان مرد و زن استان گیلان در قبال هنرجویان رشته های ورزشی وجود ندارد. پیشنهاد می گردد که مربیان ورزشی برای توسعه میزان دانش فنی و افزایش دانش فنی مربیگری خود در قبال هنرجویان، در دوره های دانش افزایی، همایش ها، کنگره ها و دوره های بازآموزی شرکت فعالی داشته باشند.

اطلاعات مقاله

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۳/۰۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۰۷

شماره صفحات: ۴۵-۵۶

واژگان کلیدی:

ارزیابی، دانش فنی، مربی، هنرجو، ورزش.

استناد به مقاله:

پورزرننگار، جلیل. (۱۴۰۲). ارزیابی دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته های ورزشی. *اندیشه های نوین در ورزش تربیتی*، ۱ (۱)، ۴۵-۵۶.



از دستگاه خود برای اسکن و خواندن مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید.

DOI: <https://doi.org/10.22034/NTES.2024.399176.1003>

URL: https://ntes.imamreza.ac.ir/article_190564.html

مقدمه

ورزش، یکی از اموری است که در جهان به صورت جدی مطرح بوده و از جهات مختلف دارای اهمیت است (فرهادفر، ۱۳۹۲). امروزه ورزش و فعالیت‌های بدنی جزء لاینفک برنامه‌های کلان دولت برای تمامی اقشار مختلف جامعه به شمار می‌رود (موتمنی و همکاران، ۱۳۹۳). ورزش ترکیبی از فعالیت‌های فیزیکی عادی و معمول و مهارت‌های شخصی می‌باشد و به‌عنوان تفریح و یک‌سری از قوانین که برای مسابقه، لذت بردن و رسیدن به برتری ضرورت دارد تا رعایت شوند، به‌شمار می‌رود (فرهادفر، ۱۳۹۲). ورزش به‌عنوان یک زبان جهانی، وسیله‌ای قدرتمند برای تحول اقتصادی و اجتماعی بوده و می‌توان از آن برای نزدیک‌تر کردن فرهنگ‌ها به یکدیگر، کاستن تضادهای فرهنگی و آموزش مردم استفاده نمود (پورکیانی و همکاران، ۱۳۹۴). در عصر حاضر، ورزش به‌عنوان یک ابزار چند بعدی با تأثیرات گسترده، جایگاه و نقش ارزشمند خود را در اقتصاد، سلامتی افراد، گذران اوقات فراغت سالم، بانشاط و لذت‌بخش، در آموزش و پرورش مردم به‌ویژه نسل نوجوان و جوان، در ایجاد روابط اجتماعی بین مردم در جامعه متجلی کرده است (مطلبی و همکاران، ۱۳۹۷). ورزش علاوه بر این‌که یک فعالیت فردی برای افزایش توان فیزیکی و روحی در افراد محسوب می‌شود، دارای مزایای اجتماعی نیز می‌باشد (جلالی، ۱۳۹۰). پرداختن به سطوح پایه ورزش، با احساس مشارکت و انگیزه عمل همراه است که این امر منجر به توسعه ورزش و افزایش سلامت اجتماع می‌شود (هامر و همکاران^۱، ۲۰۱۴). ورزش تنها زمینه‌ای برای فعالیت‌هایی است که کارشان رشد دادن و تکامل بخشیدن به مهارت‌های بدنی است. از طریق ورزش امکان سنجش مهارت‌های حرکتی و توسعه زمینه‌های این مهارت‌ها برای انسان و انطباق حرکتی او با محیط‌هایی که انسان آن‌ها را می‌سازد، فراهم آمده است (قدیمی و همکاران، ۱۳۹۶). دین مبین اسلام درباره ورزش‌های زمان خود به صراحت اظهارنظر و کرارا پرداختن به آن‌ها را توصیه نموده است. در احادیث آمده است که حضرت پیامبر (ص) فرموده‌اند: به فرزندان خود شنا، اسب‌سواری و تیراندازی بیاموزید (آذربانی و کلاتری، ۱۳۹۳). در برنامه‌های ورزشی باید بر جنبه‌های مثبت ورزش تأکید بیشتری نمود (جارسما و همکاران^۲، ۲۰۱۴). با توجه به نقش و جایگاه پررنگ دانش، در ورزش و فعالیت‌های ورزشی، در این قسمت به تعاریفی کوتاه از میزان دانش مربیان ورزشی در قبال هنجرویان می‌پردازیم.

دانش عبارت است از برخورداری از ظرفیت و پتانسیل هرگونه اقدام. دانش به‌عنوان یکی از کلیدی‌ترین عوامل موفقیت کشورهای توسعه‌یافته تلقی می‌شود (جلوداری ممقانی، ۱۳۹۵). مربیگری شامل: هدایت و رهبری ورزشکاران در یادگیری و آموزش‌های فنی و مهارت‌های زندگی از جمله هماهنگی و راهنمایی ورزشکاران در اجرای این مهارت‌ها می‌باشد (دراکو و همکاران^۳، ۲۰۰۶). مربی ورزش به‌عنوان یکی از عوامل مهم در بهبود کارکرد و عملکرد تیم‌های ورزشی و چهره اصلی و مرکزی محسوب می‌شود (باقری و همکاران، ۱۳۹۹). مربیان از طریق تمرینات و مسابقات

1. Hamer et al.
2. Jaarsma et al.
3. Drakou et al.

می توانند شایستگی های خود را نشان دهند؛ چرا که آن ها به عنوان یکی از مهم ترین افراد مؤثر بر تجربیات بازیکنان به شمار می روند (ایس و همکاران^۱، ۲۰۰۵). مربیان نقش مهمی در شکل دادن به تجربیات روزانه ورزشکاران دارند؛ زیرا آن ها زمان قابل توجهی از روز را در کنار ورزشکاران خود می گذرانند (استیبنگر و همکاران^۲، ۲۰۱۶). ورزشکارانی که از رفتار حمایتی مربیان خود برخوردار هستند، دارای انگیزه بیشتر و مستقل تری نسبت به دیگر ورزشکاران می باشند (ریناردز و همکاران^۳، ۲۰۱۹). سه ویژگی مربیان موفق، دانش ورزشی، انگیزه برای موفقیت، و توانایی انتقال فکر است (نوروزی، ۱۳۹۴). فقدان دانش در آموزش مهارت ها، خطر صدمه و ناامیدی را در پی دارد. هرچه مربیان دانش بیشتری در آموزش مهارت های پایه ای رشته ورزشی خود داشته باشند و درباره فنون مربیگری و تربیت صحیح و آموزش بدانند، خود مربیان و ورزشکارانشان از کار لذت بیشتری خواهند برد. مربیان برای موفق شدن به انگیزه نیاز دارند و هنرجویان به زمان. اگر مربی تمام دانش، فنون و مهارت های لازم برای آموزش را بداند ولی فاقد انگیزه برای استفاده از آن ها باشد، مربی موفق نخواهد بود. گاهی نیز مربیان انگیزه دارند؛ اما وقت ندارند، یعنی انگیزه برای وقت گذاری و بهتر شدن را ندارند. مربیانی که دارای قدرت انتقال فکر و احساسات هستند، آمادگی بیشتری برای حفظ احترام به ورزشکاران را دارند و به نوبه خود از جانب ورزشکاران از احترام بیشتری برخوردار می شوند. مربیان، احساس شادمانی، ناامیدی، بی قراری و خشم را در ورزشکاران درک می کنند و به سخنان ورزشکاران گوش می دهند و درک خود را از آنچه می شنوند بیان می کنند. با توجه به این که در رده های سنی پایین و در دوره های نوجوانی و جوانی، ورزشکاران به شدت تحت تأثیر رفتارهای مربیان هستند، نوع رفتار مربیان می تواند در اشتیاق ورزشکاران و یا ایجاد نگرش در آن ها نسبت به رشته های ورزشی نقش مهمی داشته باشد (باقری و همکاران، ۱۳۹۹).

ورزش پدیده ای است که به عناوین مختلف در جوامع امروزی مطرح شده است و گروه زیادی از افراد در اشکال گوناگون به صورت فعال یا غیرفعال با آن سروکار دارند. هدف از انجام این پژوهش، ارزیابی دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته های ورزشی می باشد. در پژوهش حاضر، قلمرو در رابطه با سه عامل موضوعی، مکانی و زمانی بررسی گردیده است. قلمروی موضوعی این پژوهش در حوزه تربیت بدنی و علوم ورزشی می باشد که به ارزیابی دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته های ورزشی می پردازد. از نظر قلمروی مکانی، این پژوهش در شهر رشت واقع در استان گیلان انجام گرفته است؛ همچنین در رابطه با قلمروی زمانی نیز لازم به ذکر است که جمع آوری اطلاعات مورد نیاز این پژوهش، در بازه زمانی آذر ماه سال ۱۴۰۱ تا پایان فروردین ماه سال ۱۴۰۲ صورت گرفت. به نظر می رسد در این پژوهش، پاسخ نهایی برای این پرسش به دست آید که، دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته های ورزشی در چه سطحی قرار دارد؟

1. Eys et al.

2. Stebbings et al

3. Reynnders et al

مبانی نظری پژوهش

مبانی نظری یک پژوهش، به نظریه‌ها، چارچوب‌ها، یا مفاهیمی گفته می‌شود که در پایه‌ریزی یک پژوهش، مدنظر پژوهشگر یا پژوهشگران قرار می‌گیرد و به آن استناد می‌شود. در این بخش از پژوهش، به بررسی چند پژوهش خارجی و داخلی مرتبط با این مطالعه پرداخته می‌شود:

- ریناردز و همکاران (۲۰۱۹)، در پژوهشی با عنوان «مربیگری مربی: تأثیرات مداخله‌ای رفتار مربی و حمایت بر نیاز و انگیزه و مشارکت ورزشکار» نشان دادند که ورزشکارانی که از رفتار حمایتی مربیان خود برخوردار هستند دارای انگیزه بیشتر و مستقل‌تری نسبت به دیگر ورزشکاران می‌باشند و مربیان ورزشی باید در سبک‌های حمایتی خود انگیزه‌های ورزشکاران را در نظر گرفته و در آن مهارت بیشتری کسب نمایند.
- باقری و همکاران (۱۳۹۹)، در پژوهشی با عنوان «همبستگی ادراک از شایستگی مربی، جو انگیزشی با اشتیاق به ورزش در ورزشکاران» نشان دادند که بین جو انگیزشی و شایستگی مربیگری با اشتیاق ورزشی همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود دارد؛ همچنین اعلام داشتند که، میان شایستگی مربیگری با جو انگیزشی نیز همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد.
- سلامی و کاظمی (۱۳۹۷)، به بررسی مسئولیت مدنی مربیان و معلمان ورزش در قبال ورزشکاران و دانش‌آموزان پرداختند و اعلام داشتند که وظایف متعددی برعهده مربیان و معلمان ورزشی نهاده شده است. برخی از وظایف مربوط به ارتباط معلمان و مربیان ورزشی با ورزشکاران و دانش‌آموزان است؛ که اگر معلم و مربی ورزشی وظایفی را که براساس آیین‌نامه‌ها و قوانین کلی مرتبط با آن ورزش بر عهده دارند، مطابق قانون انجام ندهند، مسئول جبران خسارات وارده خواهند بود.
- نوروبی (۱۳۹۴)، در پژوهشی با عنوان «بررسی نقش و جایگاه مربیان در حوزه ورزش حرفه‌ای» اعلام داشت که فقدان دانش مربی در آموزش مهارت‌ها، خطر صدمه و ناامیدی را برای ورزشکاران در پی خواهد داشت و هرچه مربیان ورزشی دانش بیشتری درباره آموزش مهارت‌های رشته ورزشی خود داشته باشند، در کارشان موفق‌تر خواهند بود.
- یوسفی و همکاران (۱۳۹۲)، در پژوهشی با عنوان «ارزیابی دانش مربیان ورزش درباره کمک‌های اولیه به ورزشکاران آسیب‌دیده در میادین ورزشی» نشان دادند که میزان آگاهی بیشتر مربیان مرد در سطح پایین و بیشتر مربیان زن در سطح متوسط است؛ همچنین، بین میزان آگاهی مربیان با مدرک تحصیلی ارتباط معنی‌داری وجود دارد و با سابقه مربیگری و سن مربیان ارتباط معنی‌داری وجود ندارد. آن‌ها همچنین اعلام نمودند که با توجه به نقش پراهمیت مربیان در توسعه ورزش و اجتناب‌ناپذیری آسیب‌های ورزشی، تلاش برای آموزش کمک‌های اولیه در سطوح دوره‌های مربیگری ضروری است.

در دنیای کنونی شاهد آن هستیم که پیشرفت فن‌آوری موجب شده است تا پویایی و انجام ورزش و فعالیت‌های ورزشی در زندگی افراد جامعه به نوعی کاهش یابد و اگر نسل جدید، دوران جوانی و نوجوانی را با همین سبک زندگی ادامه دهند، زمانی که به میانسالی برسند، دیگر انسان فعالی نخواهند بود و کارایی و بهره‌وری پایین‌تری خواهند داشت. در این میان، بالا بردن سطح دانش فنی مربیان ورزشی برای تربیت و آموزش و پرورش هنرجویان رشته‌های ورزشی و علاقه‌مند نمودن آن‌ها به حوزه تربیت بدنی و ورزش به شدت احساس می‌شود. مبانی نظری پژوهش نشان داد، ورزشکارانی که از رفتار حمایتی مربیان خود برخوردار هستند، دارای انگیزه بیشتر و مستقل‌تری نسبت به دیگر ورزشکاران می‌باشند و همبستگی مثبت و معنی‌داری بین جو انگیزشی و شایستگی مربیگری با اشتیاق ورزشی وجود دارد. همچنین با توجه به نقش پراهمیت مربیان در توسعه ورزش و اجتناب‌ناپذیری آسیب‌های ورزشی، تلاش برای آموزش کمک‌های اولیه در سطوح دوره‌های مربیگری ضروری است و اگر مربیان ورزشی وظایفی را که براساس آیین‌نامه‌ها و قوانین کلی مرتبط با آن ورزش بر عهده دارند، مطابق قانون انجام ندهند، مسئول جبران خسارات وارده خواهند بود. هرچه مربیان ورزشی دانش بیشتری درباره آموزش مهارت‌های رشته ورزشی خود داشته باشند، در کارشان موفق‌تر خواهند بود.

اندریشه‌های نوین در ورزش تربیتی

بهار ۱۴۰۳ شماره ۱

۴۹

روش‌شناسی پژوهش

روش‌شناسی پژوهش، رویکرد کلی از تفکر و مطالعه درباره واقعیت اجتماعی یا پدیده مورد مطالعه را مشخص می‌کند (قاسمی و همکاران، ۱۴۰۰). در پژوهش حاضر، از روش کمی برای دستیابی به اطلاعات کامل در ارتباط با موضوع پژوهش استفاده شده است. روش تحقیق کمی در این پژوهش از نوع توصیفی - پیمایشی بوده که به منظور ارزیابی دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته‌های ورزشی انجام شده است. جامعه آماری پژوهش حاضر را مربیان ورزشی فعال باشگاه‌های ورزشی فوتبال، بسکتبال، بدن‌سازی و پرورش اندام، تکواندو، هاکی و کاراته استان گیلان تشکیل دادند و نمونه‌های آماری به صورت خوشه‌ای و با توجه به جدول کرجسی و مورگان به تعداد ۳۸۴ نفر تعیین شدند. ابزار جمع‌آوری اطلاعات پژوهش پرسشنامه‌ای می‌باشد که از دو بخش تشکیل شده است: در بخش اول، به ویژگی‌های جمعیت‌شناختی مربیان و در بخش دوم، به دانش فنی مربیان در قبال هنرجویان پرداخته می‌شود. ابزار پرسشنامه شامل شش عامل اصلی و ۴۲ گویه می‌باشد که با طیف پنج درجه‌ای لیکرت که مقیاسی مجموع و مرکب است و گزینه‌های پنج‌گانه از خیلی کم (۱) تا خیلی زیاد (۵) را در بر دارد تکمیل شده است. جهت تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از روش‌های آماری توصیفی و استنباطی استفاده شده است. همچنین نرم‌افزارهای استفاده شده در این پژوهش، نرم‌افزارهای Spss 23 و Excell می‌باشند.

یافته‌های پژوهش

یافته‌های پژوهش ویژگی‌های جمعیت‌شناختی جنسیت مربیان ورزشی استان گیلان را نشان می‌دهد که در جدول ۱ آورده شده است. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی جنسیت مربیان ورزشی استان گیلان نشان می‌دهند که با توجه به فراوانی جدول، مردان ۱۹۵ نفر و زنان ۱۸۹ نفر از پاسخ‌دهندگان را تشکیل می‌دهند. همینطور مد (نما) نشان می‌دهد که بیشتر پاسخ‌دهندگان این پژوهش مربیان مرد می‌باشند.

جدول ۱: ویژگی‌های جمعیت‌شناختی جنسیت مربیان ورزشی استان گیلان

ردیف	جنسیت	فراوانی	مد (نما)
۱	مرد	۱۹۵	مرد
۲	زن	۱۸۹	
N = ۳۸۴			

در جدول ۲، ویژگی‌های جمعیت‌شناختی سن مربیان ورزشی استان گیلان آورده شده است. با توجه به فراوانی جدول، ۶۲ مربی کمتر از ۳۰ سال، ۱۳۵ مربی بین ۳۱ تا ۴۵ سال، ۱۰۸ مربی بین ۴۶ تا ۵۵ سال، ۵۲ مربی بین ۵۶ تا ۶۵ سال، و همچنین ۲۷ مربی بیشتر از ۶۶ سال سن دارند و پاسخ‌دهندگان این پژوهش را تشکیل می‌دهند. همینطور مد (نما) نشان می‌دهد که بیشترین پاسخ‌دهندگان این پژوهش در بازه سنی ۳۱ تا ۴۵ سال و کمترین پاسخ‌دهندگان این پژوهش در بازه سنی بیشتر از ۶۶ سال قرار دارند.

جدول ۲: ویژگی‌های جمعیت‌شناختی سن مربیان ورزشی استان گیلان

ردیف	سن	فراوانی	مد (نما)
۱	کمتر از ۳۰ سال	۶۲	۳۱ تا ۴۵ سال
۲	۳۱ تا ۴۵ سال	۱۳۵	
۳	۴۶ تا ۵۵ سال	۱۰۸	
۴	۵۶ تا ۶۵ سال	۵۲	
۵	بیشتر از ۶۶ سال	۲۷	
N = ۳۸۴			

در جدول ۳، ارزیابی دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته‌های ورزشی آورده شده است. براساس نتایج به‌دست آمده، دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته‌های ورزشی به‌ترتیب در حیطه‌های آموزش علمی و اصولی ($t = ۴/۴۷$ و $\alpha = ۰/۰۵$)، هدف‌گذاری تمرین ($t = ۴/۲۲$ و $\alpha = ۰/۰۵$)، تسهیل فرایند یادگیری ($t = ۴/۱۱$ و $\alpha = ۰/۰۵$)، القای روحیه

رقابت سالم ($\alpha = 0/05$ و $t = 3/65$)، بهبود مهارت‌های ورزشی ($\alpha = 0/05$ و $t = 3/52$)، و کمک‌های اولیه ($\alpha = 0/05$ و $t = 3/28$)، مناسب ارزیابی شده است.

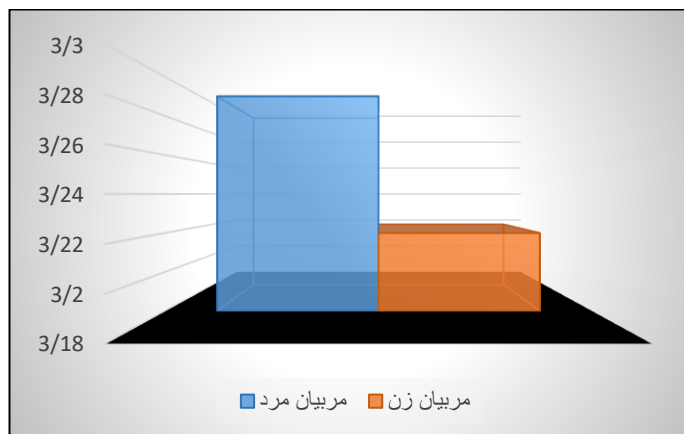
جدول ۳: ارزیابی دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته‌های ورزشی

ردیف	دانش فنی	میانگین	انحراف معیار	درجه آزادی	آزمون t	سطح معنی‌داری
۱	آموزش علمی و اصولی	۴/۱۲	۰/۸۲	۳۸۳	۴/۴۷	۰/۰۵
۲	هدف‌گذاری تمرین	۳/۹۴	۰/۴۸	۳۸۳	۴/۳۲	۰/۰۵
۳	تسهیل فرایند یادگیری	۳/۸۵	۰/۴۸	۳۸۳	۴/۱۱	۰/۰۵
۴	القای روحیه رقابت سالم	۳/۷۰	۰/۷۵	۳۸۳	۳/۶۵	۰/۰۵
۵	بهبود مهارت‌های ورزشی	۳/۵۹	۰/۸۹	۳۸۳	۳/۵۲	۰/۰۵
۶	کمک‌های اولیه	۳/۵۱	۰/۴۲	۳۸۳	۳/۲۸	۰/۰۵

جدول ۴، مقایسه دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته‌های ورزشی را نشان می‌دهد. براساس این نتایج ($\alpha = 0/05$ و $t = 0/48$)، تفاوت معنی‌داری میان دانش فنی مربیان مرد و زن استان گیلان در قبال هنرجویان رشته‌های ورزشی وجود ندارد. در شکل ۱، مقایسه دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته‌های ورزشی آورده شده است.

جدول ۴: مقایسه دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته‌های ورزشی

ردیف	جنسیت	فراوانی	میانگین	انحراف معیار	آزمون t	سطح معنی‌داری
۱	مرد	۱۹۵	۳/۲۹	۰/۶۹		
۲	زن	۱۸۹	۳/۲۲	۰/۶۲	۰/۴۸	۰/۰۵
N = ۳۸۴						



شکل ۱: مقایسه دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته‌های ورزشی

نتایج پژوهش

پژوهش حاضر با هدف ارزیابی دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته‌های ورزشی انجام شد. این پژوهش به صورت کمی و به شیوه توصیفی - پیمایشی بود. جامعه آماری پژوهش را مربیان فعال باشگاه‌های ورزشی استان گیلان تشکیل دادند و نمونه‌های آماری به صورت خوشه‌ای و با تعداد ۳۸۴ نفر تعیین شد و این افراد در تکمیل پژوهش مشارکت نمودند. ابزار جمع‌آوری اطلاعات پژوهش پرسشنامه‌ای متشکل از دو بخش بود که عبارتند از: بخش اول که به ویژگی‌های جمعیت‌شناختی مربیان می‌پردازد و بخش دوم، دانش فنی مربیان در قبال هنرجویان خود را مورد بررسی قرار می‌دهد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از روش‌های آماری توصیفی و استنباطی استفاده شد. یافته‌های پژوهش ویژگی‌های جمعیت‌شناختی جنسیت مربیان ورزشی استان گیلان را نشان داد که با توجه به فراوانی، مردان ۱۹۵ نفر و زنان ۱۸۹ نفر از پاسخ‌دهندگان را تشکیل دادند. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی سن مربیان ورزشی استان گیلان نشان داد که با توجه به فراوانی، ۶۲ مری کمتر از ۳۰ سال، ۱۳۵ مری بین ۳۱ تا ۴۵ سال، ۱۰۸ مری بین ۴۶ تا ۵۵ سال، ۵۲ مری بین ۵۶ تا ۶۵ سال، و همچنین ۲۷ مری بیشتر از ۶۶ سال سن داشتند و پاسخ‌دهندگان این پژوهش را تشکیل دادند. براساس نتایج به دست آمده از ارزیابی دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته‌های ورزشی، دانش فنی آنان به ترتیب در حیطه‌های مختلفی قرار می‌گیرند که عبارتند از: ۱) آموزش علمی و اصولی، که باید به طور صحیح و بر مبنای دانش کافی مربیان ورزشی انجام گیرد؛ زیرا در آموزش باید به ویژگی‌های مختلفی مانند: تفاوت‌های فردی هنرجویان توجه نمود و حرکات ورزشی باید با دقت و مختص به هنرجویان رده‌های سنی مختلف متناسب با سطح آنان آموزش داده شوند: $t = 4/47$ و $\alpha = 0/05$ ، هدف‌گذاری تمرین، که باید اهداف از پیش تعیین شده مشخص و قابل ارزیابی باشند که به طور کوتاه مدت، میان مدت یا بلندمدت طراحی می‌شوند و مربیان را در مسیر آموزش هنرجویان رشته‌های ورزشی هدایت می‌نمایند. این اهداف باید از نظر احساسی و انگیزشی به اندازه کافی جذاب باشد تا بتوان برای دستیابی به آن‌ها تلاش نمود: $t = 4/32$ و $\alpha = 0/05$ ، تسهیل فرایند یادگیری، که با مشارکت هنرجویان آغاز می‌گردد و به معنای حضور

فعال و قدم به قدم آن‌ها در فرآیند یادگیری زیر نظر مربی می‌باشد؛ مربی با اتکاء به دانش فنی و آگاهی‌های علمی و عملی خود، فرآیند یادگیری را برای هنرجویان ساده‌تر می‌نماید: $t = 4/11$ و $\alpha = 0/05$)، *القای روحیه رقابت سالم*، که رقابت سالم مظهر روحیه ورزشی و عضویت مؤثر در یک تیم می‌باشد. مربیان باید از ابتدا این اصل را به هنرجویان رشته‌های ورزشی خود بیاموزند و انتقال دهند که فردی که در یک رقابت سالم شرکت می‌کند و تلاش دارد تا موفق شود، از دیدن موفقیت و رقابت با دیگران نیز لذت می‌برد؛ زیرا روحیه رقابتی فرد از یک طرز تفکر رشد نشأت می‌گیرد و به روشی مثبت برای کمک به ایشان در رسیدن به اهدافشان به کار می‌رود: $t = 3/65$ و $\alpha = 0/05$)، *بهبود مهارت‌های ورزشی*، که به تقویت عضلات اصلی بدن و افزایش توانایی‌های جسمانی، روانی و اجتماعی هنرجویان کمک می‌کند. مربیان با تمرینات مناسب و اصولی، هنرجویان را به انجام صحیح حرکات ورزشی و بهبود عملکرد مهارتی آن‌ها در ورزش هدایت می‌کنند: $t = 3/52$ و $\alpha = 0/05$)، *کمک‌های اولیه*، که کمک‌های اولیه عبارتند از: اقدامات با درمان‌های ساده و فوری که بلافاصله پس از بروز یک سانحه برای افراد آسیب‌دیده انجام می‌شوند و یا آن‌که، برای افرادی که به سرعت بدحال شده‌اند، قبل از رسیدن آمبولانس، پزشک و یا افرادی که در زمینه امدادگری صلاحیت لازم را دارا باشند، ارائه می‌گردند. مربیان ورزشی باید به اندازه کافی با کمک‌های اولیه در صورت بروز حادثه در حین تمرینات ورزشی برای هنرجویان آگاه باشند و حتی هنرجویان خود را نیز با کمک‌های اولیه آشنا سازند: $t = 3/28$ و $\alpha = 0/05$)؛ در انتها، مقایسه دانش فنی مربیان استان گیلان در قبال هنرجویان رشته‌های ورزشی نیز نشان داد که براساس نتایج به‌دست آمده $t = 0/48$ و $\alpha = 0/05$)، تفاوت معنی‌داری میان دانش فنی مربیان مرد و زن استان گیلان وجود ندارد.

پژوهش حاضر در حیطه آموزش علمی و اصولی با پژوهش‌های مطلبی و همکاران (۱۳۹۷)، آذربانی و کلاتری (۱۳۹۳)، و دراگو و همکاران (۲۰۰۶) هم‌خوانی دارد، زیرا آن‌ها نیز به نقش آموزش و پرورش نسل جوان و یادگیری آموزش‌های فنی و مهارت‌های زندگی ورزشکاران توجه داشتند. در حیطه هدف‌گذاری تمرین، این پژوهش با پژوهش‌های هامر و همکاران (۲۰۱۴) و جلالی (۱۳۹۰) هم‌خوانی دارد، زیرا آن‌ها نیز به اهداف جسمانی و روانی ورزش و مزایای اجتماعی آن تأکید نمودند. این پژوهش با پژوهش‌های هامر و همکاران (۲۰۱۴) و موتمنی و همکاران (۱۳۹۳) در حیطه تسهیل فرآیند یادگیری در یک راستا می‌باشد و هم‌خوانی دارد، زیرا آن‌ها نیز حضور تمامی اقشار مختلف جامعه در ورزش را عاملی برای توسعه ورزش و سلامت جامعه معرفی کردند. پژوهش حاضر در حیطه القاء روحیه رقابت سالم با پژوهش‌های ریناردز و همکاران (۲۰۱۹)، مطلبی و همکاران (۱۳۹۷) و پورکیانی و همکاران (۱۳۹۴) هم‌خوانی دارد، زیرا آن‌ها نیز به نقش رفتار حمایتی مربیان بر انگیزه ورزشکاران در رقابت و کاستن تضادهای فرهنگی به‌وسیله ورزش اشاره داشتند. این پژوهش با پژوهش‌های قدیمی و همکاران (۱۳۹۶) و فرهادفر (۱۳۹۲) در حیطه بهبود مهارت‌های ورزشی در یک راستا می‌باشد، زیرا آن‌ها نیز اعلام نمودند که ورزش، زمینه‌ای برای فعالیت‌هایی است که کارشان رشد دادن و تکامل بخشیدن به مهارت‌های بدنی و توسعه آن‌ها است و از این جهت دارای اهمیت می‌باشد؛ همچنین

در حیطه کمک‌های اولیه، این پژوهش با پژوهش‌های باقری و همکاران (۱۳۹۹) و یوسفی و همکاران (۱۳۹۷) در یک راستا می‌باشد و هم‌خوانی دارد، زیرا آن‌ها نیز به آموزش کمک‌های اولیه در سطوح دوره‌های مربیگری با توجه به نقش پراهمیت مربیان در توسعه ورزش و اجتناب‌ناپذیری آسیب‌های ورزشی تأکید داشتند. امروزه، فقدان دانش فنی مربیان ورزشی در آموزش مهارت‌ها به هنرجویان، خطر صدمه و ناامیدی را برای هنرجویان رشته‌های ورزشی در پی دارد؛ هرچه مربیان ورزشی، دانش فنی خود را در قبال هنرجویان رشته‌های ورزشی افزایش دهند، هم مربی و هم هنرجو در مسیر صحیح تربیت گام بر می‌دارند و از ورزش‌کردن لذت بیشتری خواهند برد. مربیگری ورزشی نیز مانند هر حرفه دیگری فراز و نشیب‌هایی دارد. احتمال موفقیت برای آن دسته از مربیانی که مهارت‌های ورزشی را به نحو مؤثرتری به هنرجویان خود آموزش داده و اشتیاق و عواطف آن‌ها را پرورش می‌دهند، بیشتر از مربیانی است که از عهده این کار بر نمی‌آیند. مربیان ورزشی موفق علاوه بر دانش فنی و استادی در فنون و مهارت‌های ورزشی، می‌دانند چگونه این مهارت‌ها را به نحو مطلوب به هنرجویان خود انتقال و آموزش دهند. مربیان ورزشی موفق و آگاه به هنرجویان خود کمک می‌کنند تا از تسلط یافتن بر مهارت‌های جدید ورزشی، رقابت با دیگران و داشتن احساس خوب نسبت به خود لذت ببرند. در نهایت، مربیان ورزشی علاوه بر آموزش مهارت‌های ورزشی به هنرجویان، مهارت‌هایی که برای زندگی در جامعه لازم است را نیز به هنرجویان خود می‌آموزند. بنابراین، پیشنهاد می‌گردد که مربیان ورزشی برای توسعه میزان دانش فنی و افزایش دانش فنی مربیگری خود در قبال هنرجویان، در دوره‌های دانش‌افزایی، همایش‌ها، کنگره‌ها و دوره‌های بازآموزی حضور فعالی داشته باشند و مسئولان و مدیران ورزش کشور نیز با حمایت‌های مالی و معنوی خود، قشر زحمتکش مربیان ورزشی را پشتیبانی نمایند.

منابع

۱. آذربانی، احمد؛ کلاتتری، رضا. (۱۳۹۳). اصول و مبانی تربیت بدنی و ورزش. انتشارات آبیژ، ویرایش سوم.
۲. باقری، افسانه؛ شریفی‌فر، فریده؛ زرگر، طیبه؛ صفانیا، علی‌محمد. (۱۳۹۹). همبستگی ادراک از شایستگی مربی، جو انگیزشی با اشتیاق به ورزش در ورزشکاران. *نشریه مدیریت ارتقای سلامت*، دوره ۱۰، شماره ۱، صص ۱۱۵-۱۲۳.
۳. پورکیانی، محمد؛ حمیدی، مهرزاد؛ گودرزی، محمود؛ خیرری، محمد. (۱۳۹۴). تحلیل اثرگذاری ورزش حرفه‌ای و قهرمانی بر توسعه ورزش. *مطالعات مدیریت ورزشی*، شماره ۴۲، صص ۷۲-۵۵.
۴. جلالی، امید. (۱۳۹۰). بررسی خشونت در تماشاچیان فوتبال ورزشگاه‌های شهر تهران و ارائه راهکار جهت کنترل آن از دیدگاه مدیران اماکن ورزشی. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج*.
۵. جلواری ممقانی، بهرام. (۱۳۹۵). مدیریت دانش: فرایندها، ابزارها و تکنیک‌های استقرار. تهران: مرکز آموزش و تحقیقات صنعتی ایران، چاپ دوم.

۶. سلامی، مهرداد؛ کاظمی، حسن. (۱۳۹۷). مسئولیت مدنی مربیان و معلمان ورزش در قبال ورزشکاران و دانش‌آموزان. *کانون وکلای دادگستری اردبیل*. شماره ۵ و ۶، صص ۱۳۹-۱۵۱.
۷. فرهادفر، الهام. (۱۳۹۲). تاریخ تربیت بدنی و ورزش. تهران: *انتشارات بامداد کتاب*، چاپ چهارم.
۸. قاسمی، حمید؛ ادیب، فرشته؛ اخگری، محمد؛ و همکاران. (۱۴۰۰). مرجع پژوهش. تهران: *انتشارات اندیشه‌آرا*، چاپ دوم.
۹. قدیمی، بهرام؛ شکاری، شیوا؛ تجرد، ابوالفضل؛ امیری مقدم، مرجان. (۱۳۹۶). نظریه‌های کلاسیک و مدرن در جامعه‌شناسی ورزش. تهران: *انتشارات جامعه‌شناسان*، چاپ اول.
۱۰. مطلبی، نی؛ باقری لنکرانی، کامران؛ داودزاده، سیده کاملیا؛ عنبری، مهدی. (۱۳۹۷). بررسی مؤلفه‌های تأثیرگذار فضای مجازی بر توسعه ورزش. *مجله پژوهشی ورزشی آسیا*، مرکز تحقیقات سیاست‌گذاری سلامت دانشگاه علوم پزشکی شیراز.
۱۱. موتمنی، علیرضا؛ همتی، امین؛ مرادی، هادی. (۱۳۹۳). شناسایی و اولویت‌بندی موانع پیش روی بانوان در انجام فعالیت‌های ورزشی. *مطالعات مدیریت ورزشی*، شماره ۲۴، صص ۱۲۰-۱۱۱.
۱۲. نوروزی، فواد. (۱۳۹۴). بررسی نقش و جایگاه مربیان در حوزه ورزش حرفه‌ای. *اولین همایش ملی علوم ورزشی نوین، ورزش حرفه‌ای و ارتقاء تندرستی*، گنبد کاووس.
۱۳. یوسفی، سعید؛ زرکی، پرستو؛ شریفیان، اسماعیل. (۱۳۹۷). ارزیابی دانش مربیان ورزش درباره کمک‌های اولیه به ورزشکاران آسیب‌دیده در میادین ورزشی. *پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی*، دوره ۲، شماره ۱، صص ۱۵۱-۱۶۲.
14. Drakou, A., Kambitsis, C., Charachousou, Y., & Tzetzis, G. (2006). Exploring life satisfaction of sport coaches in Greece. *European Sport Management Quarterly*, 6 (3): 239-252.
15. Eys, MA., Carron, AV., Beauchamp, MR., & Brays, SR. (2005). Athletes' perceptions of the sources of role ambiguity. *Small Group Research*, 36 (4): 383- 403.
16. Hamer, M., Weiler, R., & Stamatakis, E. (2014). Watching sport on television, physical activity, and risk of obesity in older adults. *BMC Public Health*, 14 (1): 1-4.
17. Jaarsma, Eva A., Dekker, Rienk., Koopmans, Steven A., Dijkstra, Pieter U., & Jan H.B. Geertzen. (2014). "Barriers to and Facilitators of Sports Participation in People with Visual Impairments". *Adapted Physical Activity Quarterly*, 31: 240-264.
18. Reynders, B., Vansteenkiste, M., Van Puyenbroeck, S., & Vande Broek, G. (2019). Coaching the coach: Intervention effects on need-supportive coaching behavior and athlete motivation and engagement. *Psychology of Sport and Exercise*. 1-49.
19. Stebbings, J., Taylor, IM., & Spray, CM. (2016). Interpersonal mechanisms explaining the transfer of well-and ill-being in coach athlete dyads. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 38 (3): 292-304.

Evaluation of Technical Knowledge of Gilan Coaches vs Sports Trainees

Jalil Pourzarnegar*

PhD, PhD of Sport Management, Tehran University, Iran

Abstract

Sport is one of the issues that is discussed in different titles around the world and a large group of people deal with it in various forms. The aim of this study was to Assessment of the Technical Knowledge of Coaches for Sports Students in Guilan Province. This research is quantitative and descriptive-survey. The statistical population of the present study consisted of active sports coaches of sports clubs in Guilan province and statistical samples were determined in clusters and participated in completing the study. The research data collection tool is a questionnaire which consists of two parts: in the first part, the demographic characteristics of the instructors and in the second part, the technical knowledge of the instructors towards their students. Descriptive and inferential statistical methods have been used to analyze the research data. The results showed that the technical knowledge of sports coaches in Guilan province towards sports students in the areas of scientific and basic education ($t = 4.47$ and $\alpha = 0.05$), exercise targeting ($t = 4.32$ and $\alpha = 0.05$), facilitation of learning process ($t = 4.11$ and $\alpha = 0.05$), induction of healthy competition spirit ($t = 3.65$ and $\alpha = 0.05$), improvement of sports skills ($t = 3.52$ and $\alpha = 0.05$), and first aid ($t = 3.28$ and $\alpha = 0.05$), have been evaluated as appropriate and there is no significant difference between the technical knowledge of male and female sports coaches in Guilan province compared to sports students. It is suggested that sports coaches take an active part in knowledge-enhancing courses, conferences, congresses, and refresher courses to develop their technical knowledge and increase their coaching knowledge for students. **Keywords:** Assessment, Technical Knowledge, Coach, Student, Sport.

Corresponding author's email: (pourzarnegar.1361@ut.ac.ir)

اندیشه های نوین در ورزش تربیتی

دوره ۱، شماره ۱، بهار ۱۴۰۳

طراحی الگوی سبک دلبستگی با سازگاری اجتماعی دانش آموزان

هنرستان های تربیت بدنی استان البرز

حسین پورسلطانی زرنندی *

دانشیار گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

چکیده

هدف از انجام این پژوهش، طراحی الگوی سبک دلبستگی با سازگاری اجتماعی دانش آموزان هنرستان های تربیت بدنی استان البرز بود. روش تحقیق، توصیفی و از نوع معادلات ساختاری بوده که به صورت میدانی اجرا شده است. جامعه آماری این پژوهش را دانش آموزان هنرستان های تربیت بدنی استان البرز تشکیل می دادند. با استفاده از فرمول کوکران تعداد نمونه در مجموع برابر با ۴۶۲ نفر برآورد شد که به صورت نمونه گیری تصادفی طبقه ای انتخاب شدند. به منظور جمع آوری داده ها، از پرسشنامه های سبک های دلبستگی طراحی شده توسط اسکریما (۲۰۲۰) و سازگاری اجتماعی ساخته شده توسط موندت و همکاران (۲۰۰۲) استفاده شد. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از شاخص های توصیفی و آزمون های آماری کلموگروف اسمیرونف، ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون و تحلیل مسیر در نرم افزارهای آماری SPSS و LISREL استفاده شد. نتایج نشان داد بین سبک دلبستگی و مؤلفه های ایمن، اجتنابی و دوسوگرا با سازگاری اجتماعی، رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد. همچنین سبک های اجتنابی و دوسوگرا واجد شرایط پیش بینی سازگاری اجتماعی می باشند. از سویی، نتایج تحلیل مسیر الگوی ساختاری نشان داد سبک دلبستگی تأثیر مثبت و معناداری بر سازگاری اجتماعی دانش آموزان دارد. ($\beta=0/82$ ، T-Value=۱۴/۹)

اطلاعات مقاله

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۷/۱۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۰۷

شماره صفحات: ۷۰-۵۷

واژگان کلیدی:

دلبستگی، سازگاری، دانش آموز، ورزشکار، هنرستان

استناد به مقاله:

پورسلطانی زرنندی، حسین. (۱۴۰۲). طراحی الگوی سبک دلبستگی با سازگاری اجتماعی دانش آموزان هنرستان های تربیت بدنی استان البرز. اندیشه های نوین در ورزش تربیتی، ۱ (۱)، ۷۰-۵۷.



از دستگاه خود برای اسکن و خواندن مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید.

DOI: <https://doi.org/10.22034/NTES.2024.419096.1005>

URL: https://ntes.imamreza.ac.ir/article_190565.html

مقدمه

نقش ورزش و فعالیت بدنی به عنوان راهبردی که توانایی بالقوه‌ای در یاری رساندن به اهداف سلامتی، اجتماعی و اقتصادی دارد، بسیاری از اهمیت بوده و امروزه ورزش در سطوح فردی، خانوادگی، محلی و بین‌المللی، و نیز در محیط کار و زندگی مردم، به‌خصوص برای دانش‌آموزان از جایگاه مهمی برخوردار است (کیم و همکاران، ۲۰۲۲). در دنیای امروز که افراد در زندگی روزمره انواع محدودیت‌های فردی و اجتماعی را تجربه می‌کنند و با برخورد با این موانع دچار تعارض و ناکامی می‌شوند، چنانچه فردی بتواند جریان اجتماعی شدن را به درستی طی نموده و نیازهای خود را با نیازهای جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کند همسو نماید، به نوعی کفایت اجتماعی رسیده و از عوارض روانی ناشی از آن، خاصه تشویش، افسردگی‌های واکنشی و اختلالات شخصیتی رهایی می‌یابد. همسوسازی نیازهای فردی و نیازهای اعضای جامعه، مفهومی به نام سازگاری اجتماعی را به تصویر می‌کشد که این مفهوم، از ارکان سلامت روان و متضمن جایگاه فرد در اجتماع است. سازگاری، مقوله‌ای است که مخصوص انسان نمی‌باشد و هر موجودی به فراخور حال خود به طریقی جهت حفظ بقاء در سازگاری با محیط سروکار دارد. انسان به واسطه قدرت تفکر و یادگیری، و رای واکنش‌های غریزی اولیه باید همه چیز را بیاموزد، به ویژه اعمالی که وی را در سازگاری با محیط اجتماعی یاری می‌نماید؛ بدین‌سان سازگاری از نظر آدمی یعنی سازگاری اجتماعی (پارکر و همکاران، ۲۰۲۳). سازگاری اجتماعی در بین دانش‌آموزان به عنوان مهم‌ترین نشانه سلامت روانی در دهه‌های اخیر، توجه بسیاری از جامعه‌شناسان، روانشناسان و مربیان را به خود جلب نموده است، زیرا کارکنان به دلیل حضورشان در محیط کار، دوره حساسی دارند که این دوره دستخوش تحولات عاطفی، جسمانی و ذهنی فوق‌العاده شدیدی می‌شود (ژو و همکاران، ۲۰۲۳). از سوی دیگر، ناتوانی‌های یادگیری یکی از بزرگ‌ترین و شاید جنجال‌برانگیزترین مقوله‌های آموزش و پرورش می‌باشد. ناتوانی‌های یادگیری موجب ایجاد مشکلاتی در حوزه‌های اجتماعی، هیجانی و تحصیلی خواهد شد که فهم آن‌ها نیازمند توجه به حوزه‌های اجتماعی، عاطفی و رفتاری زندگی افراد شاغل در آموزش و پرورش است (فرگوسن و همکاران، ۲۰۲۲). یکی از متغیرهایی که می‌تواند در آموزش و پرورش تأثیرگذار باشد، سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان است. سازگاری اجتماعی شامل سازگاری فرد با محیط اجتماعی خود می‌باشد که این سازگاری ممکن است با تغییر دادن خود و یا محیط به دست آید که در این راستا توانمندی‌ها و شایستگی‌های اجتماعی از عوامل تعیین‌کننده و تأثیرگذار بر سازگاری تحصیلی محسوب می‌گردد. به طور کلی، سازگاری را توانایی آمیزش، انطباق، مصالحه، همکاری و کنار آمدن با خود، محیط و دیگران تعریف کرده‌اند (تاهیرا و جامی، ۲۰۲۱). در محیط‌های ورزشی به دلیل حضور و مشارکت افراد مختلف، سازگاری می‌تواند بعنوان یکی از موارد کلیدی همواره مد نظر قرار گیرد و افراد فعال در این حوزه نسبت به این موضوع واکنش مثبتی نشان دهند. سازگاری اجتماعی فرد را قادر می‌سازد تا از راه اصلاح محیط یا رفتار خویش، به ایجاد تعادل بین خود و محیط بپردازد. علاوه بر این، سازگاری اجتماعی هم شامل فرآیند انطباق فرد و هم شامل فرآیند تغییر محیط برای انطباق با نیازهای فرد است و این موارد موجب کاهش تنش‌های وارده از محیط بر فرد می‌شود (لی و همکاران، ۲۰۲۱). بناکی (۲۰۲۳)

دریافت که تربیت بدنی و ورزش نقش مهمی در افزایش قابلیت‌های سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان مقطع دبیرستان دارد. سازگاری اجتماعی دارای مؤلفه‌ها و نشانه‌های خاصی می‌باشد. یکی از نشانه‌های سازگار بودن با محیط و اجتماع، داشتن استقلال است. استقلال یعنی توانایی انجام کارها بدون کمک گرفتن از دیگران و توانایی تحمل تنهایی و حتی لذت بردن از آن. مسئولیت‌پذیری نیز از نشانه‌های دیگر سازگاری اجتماعی است. آینده‌نگری و درک این امر که تصمیمات و اقدامات امروز می‌تواند بر زندگی و فردای فرد تأثیر بگذارد نیز از ویژگی‌های فرد سازگار است. فرد دارای سازگاری اجتماعی توانایی برنامه‌ریزی برای تمام ساعات خود را دارد و تا جایی که امکان دارد در تمام ابعاد زندگی خود، جانب اعتدال را نگی می‌دارد و از افراط و تفریط خودداری می‌کند (لنهارت و همکاران، ۲۰۲۳).

از طرفی دیگر، یکی از متغیرهای روانشناختی و مهم، سبک‌های دلبستگی است. دلبستگی از زمان نوزادی شروع می‌شود و در طول زمان دارای ثبات است. سبک دلبستگی یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در تعاملات بین‌فردی است که در دوران کودکی فرد شکل گرفته و با توجه به محیطی که در آن تحول یافته است در سنین بعدی ادامه می‌یابد (هونیکا و همکاران، ۲۰۲۲). نظریه‌پردازان دلبستگی، سه سبک عمده دلبستگی ایمن، دوسوگرا و اجتنابی را معرفی کرده‌اند. افرادی که در بزرگسالی سبک دلبستگی ایمن دارند، همواره به دنبال روابط ایمن و پایدارتری هستند. ویژگی‌های اصلی دلبستگی ایمن در بزرگسالان شامل خودباوری زیاد، لذت بردن از روابط صمیمانه و توانایی در به اشتراک گذاشتن احساسات با دیگران است. افراد دوسوگرا غالباً رغبتی به نزدیک شدن به دیگران ندارند و نگرانند که طرف مقابل به احساسات آن‌ها پاسخ ندهد. این امر باعث می‌شود که از برقراری روابط صمیمانه با دیگران دوری کنند. افرادی که دارای دلبستگی اجتماعی هستند، در برقراری روابط نزدیک و صمیمانه موفق‌تر می‌باشند. این افراد سرمایه‌گذاری عاطفی چندانی در برقراری روابط با دیگران نمی‌کنند و در صورت خاتمه یافتن یک رابطه نیز زیاد ناراحت نمی‌شوند (داوید و همکاران، ۲۰۲۰). گلیسون و همکاران (۲۰۲۱) بیان می‌دارند که سبک‌های دلبستگی به عنوان یکی از عوامل آسیب‌پذیری مطرح می‌باشند. از این‌رو، می‌توان این امکان را مطرح کرد که کیفیت سبک دلبستگی افراد در تفهیم عوامل خطر آسیب‌پذیری نسبت به اختلال اضطراب فراگیر، نقش اساسی ایفا می‌کند. دلبستگی، پیوند یا گره‌های هیجانی پایدار بین دو فرد است به طوری که یکی از طرفین کوشش می‌کند نزدیکی یا مجاورت با موضوع دلبستگی را حفظ نموده تا مطمئن شود که ارتباط ادامه دارد. دلبستگی یک رابطه هیجانی خاص است که مستلزم تبادل لذت-مراقبت می‌باشد (ریوا و همکاران، ۲۰۲۱). بررسی‌ها در حوزه تأثیر سبک‌های دلبستگی بر سازگاری اجتماعی نشان داده است که افراد دلبسته ایمن، مشکلات سازگاری کمتری دارند، در حالی که افراد دلبسته نایمن، دارای مشکلات رفتاری بیشتر و توانایی سازگاری کمتری می‌باشند (پورکورود و همکاران، ۲۰۲۱). فاسیجان و همکاران (۲۰۲۳) در پژوهشی بر روی ۳۳۷ دانش‌آموز دبیرستانی، دریافتند که سبک‌های دلبستگی ایمن، نایمن و اجتنابی تأثیر معناداری بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان دارند. سوچاس و آلیم (۲۰۲۲) در بررسی والدین و افراد جوان، ارتباط معناداری را بین سبک دلبستگی و سازگاری گزارش کردند. سوکوتیک و همکاران (۲۰۲۲) گزارش کردند که زنان با سبک دلبستگی اجتنابی و نایمن می‌توانند موجبات افزایش سطح

سازگاری را در بین آنها فراهم آورند. همچنین پورکورد و همکاران (۲۰۲۱) با بررسی ۱۶۲ دانش‌آموز اذعان داشتند که سبک دلبستگی دوسوگرا، نگرش مذهبی و سبک دلبستگی اجتنابی می‌توانند از عوامل مهم سازگاری دانش‌آموزان باشند. اییمویر و همکاران (۲۰۲۱) در پژوهشی بر روی ۴۸۵ دانش‌آموز از ۳۰ مدرسه ابتدایی دولتی نیجریه، به این نتیجه رسیدند که سبک دلبستگی ایمن و سبک دلبستگی دوسوگرا با سازگاری مدرسه رابطه منفی و معناداری دارند.

با توجه به مطالب ذکر شده، سازگاری از اساسی‌ترین نشانه‌های سلامت روان محسوب می‌شود و اهمیت آن در همه جنبه‌های زندگی اعم از فردی، خانوادگی، تحصیلی، شغلی و اجتماعی روشن است؛ زیرا انسان از طریق سازش یافتگی با شرایط جدید، اضطراب، نگرانی و افسردگی را در خود کاهش می‌دهد و زمینه را برای موفقیت فراهم می‌کند. یکی از مواردی که پژوهش‌های مختلف آن را تأیید کرده‌اند، وجود سلامت روان بیشتر در بین افراد فعال ورزشی است که با توجه به فعالیت‌های بدنی که انجام می‌دهند از شرایط سازگاری بهتری در اجتماع برخوردار هستند؛ اما این موضوع در محیط‌های آموزشی مانند آموزش و پرورش مورد ابهام است که دانش‌آموزان در محیط مدرسه تا چه حد می‌توانند در ارتباط با سایر دانش‌آموزان سازگاری داشته باشند (بنای و همکاران، ۲۰۲۳). در نهایت، با توجه به اهمیت بررسی سازگاری اجتماعی در محیط‌های آموزشی مانند آموزش و پرورش که به نوعی در رابطه‌ای نزدیک با یادگیری افراد قرار دارد، و همچنین تأثیری که فعالیت‌های آموزشی می‌توانند بر عملکرد دانش‌آموزان داشته باشند، در این پژوهش به بررسی ارتباط بین سبک‌های دلبستگی با سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان هنرستان‌های تربیت‌بدنی استان البرز پرداخته خواهد شد. لذا محقق به دنبال پاسخ به این سؤال است که: آیا بین سبک‌های دلبستگی با سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان رابطه معناداری وجود دارد؟ با یافتن پاسخ به سؤال‌مذکور می‌توان شناخت عمیقی نسبت به تأثیر سبک‌های دلبستگی بر روی سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پیدا کرد و به این نتیجه دست یافت که نوع دلبستگی تا چه میزان می‌تواند سازگاری این دسته از افراد را دستخوش تغییر قرار دهد. نتایج این تحقیق می‌تواند برای مدیران و مسئولان و معلمان آموزش و پرورش کاربرد داشته باشد.

روش‌شناسی پژوهش

روش تحقیق توصیفی و از نوع معادلات ساختاری بوده که به صورت میدانی اجرا شده است. جامعه آماری این پژوهش را دانش‌آموزان هنرستان‌های تربیت‌بدنی استان البرز (دخترانه اسما=۱۹۸ نفر، دخترانه کوثر=۲۶ نفر، دخترانه بنی‌هاشمی=۶۳ نفر، پسرانه بنی‌هاشمی=۱۶۵ نفر و پسرانه اسپروین=۲۱۵ نفر) تشکیل می‌دادند. با استفاده از فرمول کوکران تعداد نمونه در مجموع برابر با ۴۶۲ نفر برآورد شد که به صورت نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای از بین پنج هنرستان تربیت‌بدنی مذکور (دخترانه اسما=۱۲۲، دخترانه کوثر=۱۶، دخترانه بنی‌هاشمی=۳۹، پسرانه بنی‌هاشمی=۱۰۲ و پسرانه اسپروین=۱۳۳) انتخاب شدند. پس از توزیع و جمع‌آوری پرسشنامه‌ها از طریق مراجعه حضوری به مدارس و توزیع فیزیکی پرسشنامه‌ها، در نهایت تعداد ۴۱۲ پرسشنامه کامل جمع‌آوری شد و مورد تجزیه و تحلیل نهایی قرار گرفت.

به منظور جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌هایی به شرح ذیل استفاده شد:

- ۱- پرسشنامه سبک‌های دلبستگی ساخته اسکریما (۲۰۲۰) که مشتمل بر ۱۵ سؤال بوده و دارای مؤلفه‌های سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا می‌باشد. پرسشنامه از نوع پاسخ بسته بوده و مقیاس اندازه‌گیری سؤالات، لیکرت پنج گزینه‌ای (خیلی کم=۱ تا خیلی زیاد=۵) است.
 - ۲- پرسشنامه سازگاری اجتماعی ساخته موندت و همکاران (۲۰۰۲) که مشتمل بر ۱۷ سؤال بوده و دارای مؤلفه‌های سازگاری تندرستی، سازگاری عاطفی و سازگاری اجتماعی می‌باشد. سؤالات پنج گزینه‌ای و شامل گزینه‌های خیلی کم، کم، متوسط، زیاد و خیلی زیاد و روش امتیازگذاری به ترتیب ۱، ۲، ۳، ۴، ۵ می‌باشد.
- به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از شاخص‌های توصیفی و آزمون‌های آماری کلموگروف اسمیرونف، ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون و تحلیل مسیر در نرم‌افزارهای آماری SPSS نسخه ۲۱ و LISREL نسخه ۸،۸ استفاده شد.

نتایج و یافته‌های پژوهش

نتایج جدول ۱، نشان می‌دهد که توزیع داده‌های سبک دلبستگی ($Z=1/61, P=0/11$) و سازگاری اجتماعی ($Z=1/11, P=0/169$) به طور طبیعی است. در نتیجه از آزمون‌های پارامتریک برای تحلیل استنباطی داده‌ها استفاده گردید.

جدول ۱. نتایج آزمون کلموگروف اسمیرونف در خصوص توزیع طبیعی داده‌ها

شاخص	میانگین	انحراف استاندارد	Z	Sig
سبک دلبستگی	۲۸/۶۵	۶/۴۵	۱/۶۱	۰/۱۱
سازگاری اجتماعی	۹۱/۰۲	۱۳/۱۶	۱/۱۱	۰/۱۶۹

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که بین سبک دلبستگی ($r=0/488, P=0/001$) و مؤلفه‌های ایمن ($r=0/408, P=0/001$) و دوسوگرا ($r=0/425, P=0/001$) و اجتنابی ($r=0/270, P=0/001$) و ایمن ($r=0/270, P=0/001$) و اجتنابی ($r=0/270, P=0/001$) و دوسوگرا ($r=0/408, P=0/001$) با سازگاری اجتماعی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد.

جدول ۲. ارتباط سبک دلبستگی با سازگاری اجتماعی

متغیر ملاک	شاخص	مؤلفه‌های سبک دلبستگی		
		سبک دلبستگی	ایمن	اجتنابی
سازگاری اجتماعی <td>پیرسون <td>۰/۴۸۸</td> <td>۰/۲۷۰</td> <td>۰/۴۲۵</td> </td>	پیرسون <td>۰/۴۸۸</td> <td>۰/۲۷۰</td> <td>۰/۴۲۵</td>	۰/۴۸۸	۰/۲۷۰	۰/۴۲۵
سازگاری اجتماعی <td>سطح معناداری <td>۰/۰۰۱</td> <td>۰/۰۰۱</td> <td>۰/۰۰۱</td> </td>	سطح معناداری <td>۰/۰۰۱</td> <td>۰/۰۰۱</td> <td>۰/۰۰۱</td>	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱
تعداد نمونه				
۴۶۲				

با توجه به جدول ۳، نتیجه آزمون دوربین واتسون $1/73$ به دست آمد که انجام آزمون با رگرسیون را تأیید می‌کند. همچنین در بررسی نمودار هیستوگرام مشخص شد که میانگین نزدیک به صفر و انحراف معیار نزدیک به ۱ می‌باشد لذا پیش فرض انجام آزمون با رگرسیون مورد تأیید قرار می‌گیرد.

جدول ۳. نتیجه آزمون دوربین واتسون جهت عدم وابستگی خطاها

مدل	مجذور R	مجذور R تنظیم شده	انحراف معیار	سطح معناداری	دوربین واتسون
۱	۰/۲۳۸	۰/۴۶۱	۰/۵۶۸	۰/۰۰۱	۱/۷۳

با توجه به نتایج جدول ۴، در آزمون معناداری معادله رگرسیون، رابطه خطی بین دو متغیر سبک دلبستگی با سازگاری اجتماعی در سطح $P \leq 0/05$ معنادار است.

جدول ۴. آزمون معناداری رگرسیون

مدل	شاخص	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
۱	رگرسیون	۱۳۹/۸۶۶	۳	۴۶/۶۲	۲۰/۲۳	۰/۰۰۱
	باقیمانده	۱۰۵۵/۲۱	۴۵۸	۲/۳۰۴		
	کل	۱۱۹۵/۰۷۶	۴۶۱		

با توجه به نتایج جدول ۵، نتایج معادله رگرسیون نشان می‌دهد که فرض صفر رد شده و سبک‌های دلبستگی اجتنابی ($t=3/34$ ، $P=0/001$) و دوسوگرا ($t=4/61$ ، $P=0/001$) واجد شرایط پیش‌بینی سازگاری اجتماعی می‌باشند. بر اساس نتایج ضریب استاندارد بتا به ازای یک واحد افزایش در سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا، میزان سازگاری اجتماعی $0/199$ و $0/274$ واحد افزایش می‌یابد. بنابراین با توجه به مقادیر t و سطح معناداری، فرض تساوی ضرایب با صفر رد می‌شود و باید ضرایب B مذکور را در معادله رگرسیون حفظ کرد. لذا معادله رگرسیون به صورت زیر است:

$$y = 59/62 + 0/949 \text{ اجتنابی} + 1/16 \text{ دوسوگرا}$$

جدول ۵. متغیرهای معنادار در معادله رگرسیون

سطح معناداری	t	ضرایب غیر استاندارد		مقدار ثابت
		ضریب استاندارد	خطای استاندارد	
۰/۰۰۱	۱۱/۹۹	۴/۹۷	۵۹/۶۲
۰/۱۲	۱/۵۶	۰/۰۸۹	۰/۲۹۳	۰/۴۵۷
۰/۰۰۱	۳/۳۴	۰/۱۹۹	۰/۲۸۴	۰/۹۴۹
۰/۰۰۱	۴/۶۱	۰/۲۷۴	۰/۲۵۲	۱/۱۶

در آزمون خوبی برازش، تناسب مجموعه داده‌ها بررسی می‌شود که با توجه به جدول ۶، نسبت X^2 به df (۳/۷۶) و ری‌شه می‌انگن مجذور خطای تقریبی (RMSEA) برابر با ۰/۰۹۵ می‌باشد. همچنین شاخص‌های $NFI=0/98$ ، $CFI=0/99$ ، $IFI=0/99$ ، $GFI=0/97$ و $AGFI=0/92$ برازش مدل را تأیید کردند. در مجموع تمامی ۸ شاخص ذکر شده تناسب مدل را تأیید کردند. بنابراین، مدل ساختاری پژوهش به لحاظ شاخص‌های برازش مناسب می‌باشد و تمامی عامل‌های مطرح شده می‌توانند در مدل ساختاری پژوهش مجتمع شوند.

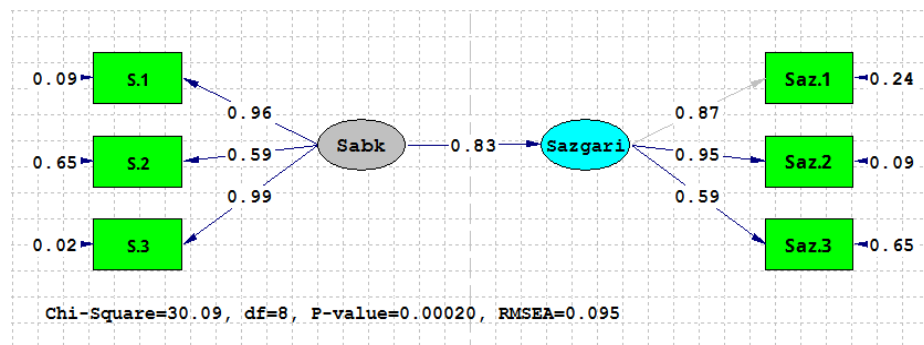
جدول ۶. مقادیر شاخص‌های آزمون خوبی برازش

متغیر	df / X^2	RMSEA	NFI	CFI	IFI	GFI	AGFI
دلبستگی و سازگاری	۳/۷۶	۰/۰۹۵	۰/۹۸	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۹۷	۰/۹۲
نتیجه	تأیید	تأیید	تأیید	تأیید	تأیید	تأیید	تأیید

با توجه به نتایج جدول ۷ و شکل ۲و۱، ضرایب، پارامترها و اعداد معناداری به دست آمده از الگوی ساختاری سبک دلبستگی با سازگاری اجتماعی را نشان می‌دهند. با توجه به نتایج به دست آمده، سبک دلبستگی تأثیر مثبت و معناداری بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان ($T\text{-Value}=14/9$)، دارد. ($\beta=0/83$)

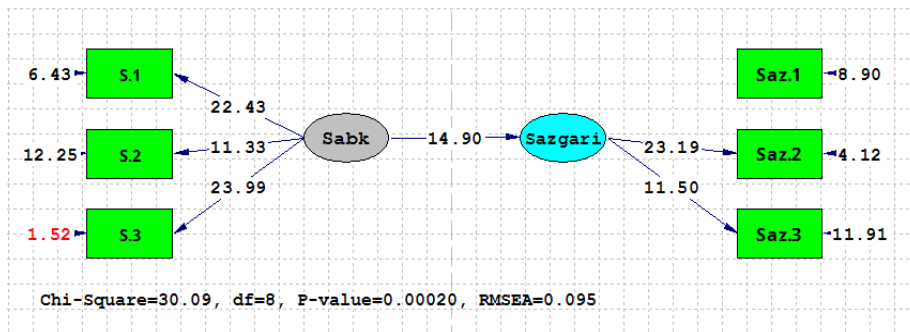
جدول ۷. الگوی محیط کار سالم با سلامت روانی

متغیرها	بار عاملی	خطای استاندارد	ضریب تعیین	T-Value	نتیجه
سبک دلبستگی با سازگاری اجتماعی	۰/۸۳	۰/۳۰	۰/۷۰	۱۴/۹	تأیید



شکل ۱. بار عاملی و واریانس خطای الگوی ساختاری پژوهش (حالت استاندارد)

(S1=ایمن، S2=اجتنابی، S3=دوسوگرا)



شکل ۲. بار عاملی و واریانس خطای الگوی ساختاری پژوهش (حالت معناداری)

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج به دست آمده از تجزیه و تحلیل یافته‌های این پژوهش نشان داد که بین سبک دلبستگی با سازگاری اجتماعی در دانش‌آموزان هنرستان‌های تربیت‌بدنی استان البرز رابطه مثبت و معنی‌داری ($r = 0/488$ ، $P \leq 0/001$) وجود دارد که با نتایج پژوهش‌های فاسیجان و همکاران (۲۰۲۳)، سوچاس و آلم (۲۰۲۲) هم‌خوانی دارد. بدین معنی که هر چه سبک دلبستگی بالاتر باشد به همان نسبت سازگاری اجتماعی افزایش پیدا می‌کند. همچنین با توجه به ضریب تعیین به دست آمده از خروجی آزمون مشخص می‌شود که $0/238$ از تغییرات سازگاری اجتماعی، توسط سبک دلبستگی توجیه می‌شود. از سویی دیگر، نتایج تحلیل مسیر نشان داد که سبک دلبستگی تأثیر مثبت و معناداری بر سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان ($\beta = 0/83$ ، $T\text{-Value} = 14/9$) دارد. در این راستا، لی و همکاران^۱ (۲۰۲۰) گزارش دادند که بین سبک دلبستگی با سازگاری روانی-اجتماعی رابطه معناداری وجود دارد. همچنین چنگ و همکاران^۲ (۲۰۲۲) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که سبک‌های دلبستگی می‌توانند تأثیر معناداری بر عملکرد اجتماعی کارکنان شرکت‌های مختلف داشته باشند. همچنین برونی و همکاران^۳ (۲۰۲۳) بیان داشتند که سبک دلبستگی با نقش میانجی رفتار شهروندی سازمانی می‌تواند بر سطح عملکرد کارکنان تأثیر معناداری بگذارد. با توجه به نتایج این پژوهش می‌توان این طور بیان داشت که دانش‌آموزان هنرستان‌های تربیت‌بدنی هر چقدر دلبستگی بالاتری داشته باشند، به همان نسبت سطح سازگاری آنها بالاتر خواهد بود و در محیط مدرسه تعاملات بهتری را با سایر دانش‌آموزان از خود نشان می‌دهند. لذا به مسئولان مربوطه پیشنهاد می‌شود شناخت عوامل محیطی از قبیل سبک دلبستگی و یا عوامل اثرگذار بر آن و همچنین متغیرهای درونی از قبیل مهارت‌های اجتماعی، زندگی و شخصیت دانش‌آموزان مد نظر قرار گیرد تا نسبت به آنها راهبردهایی جهت افزایش سازگاری اجتماعی آنها طرح‌ریزی گردد.

یافته‌های حاصل از این پژوهش نشان داد که بین سبک دلبستگی ایمن با سازگاری اجتماعی در هنرستان‌های تربیت‌بدنی استان البرز رابطه مثبت و معنی‌داری ($r = 0/270$ ، $P \leq 0/001$) وجود

1. Li et al
2. Cheng et al
3. Bruny et al

دارد که با نتایج پژوهش‌های فاسیجان و همکاران (۲۰۲۳) و ایموبر و همکاران (۲۰۲۱) همخوانی دارد. بدین معنی که هر چه سبک دلبستگی ایمن بالاتر باشد به همان نسبت سازگاری اجتماعی افزایش پیدا می‌کند. همچنین با توجه به ضریب تعیین به دست آمده از خروجی آزمون مشخص می‌شود که ۷ درصد از تغییرات سازگاری اجتماعی، توسط سبک دلبستگی ایمن توجیه می‌شود. در این راستا هالت و همکاران^۱ (۲۰۱۹) بیان داشتند که سبک‌های دلبستگی ایمن و ناایمن ارتباط معناداری با سازگاری افراد دارند. همچنین نازمی و آزمود^۲ (۲۰۱۹) ادعان داشتند که ۸۰ درصد سازگاری اجتماعی دختران نوجوان با سبک دلبستگی ایمن تبیین می‌شود. سالیناس و همکاران^۳ (۲۰۲۳) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که سبک دلبستگی ایمن موجب افزایش سطح سلامت روانی افراد می‌شود. دانش‌آموزانی که دارای سبک دلبستگی ایمن می‌باشند در برقراری روابط صمیمانه احساس راحتی می‌کنند و تمایل دارند که برای حمایت به سایر دانش‌آموزان تکیه کنند و مطمئن هستند که آن‌ها دوست‌شان دارند. لذا می‌توان چنین بیان داشت که دانش‌آموزان هنرستان-های تربیت‌بدنی خود را گرم توصیف می‌کنند و در مورد خود، دیدگاه مثبت و از دیگران، انتظارات مثبت دارند که این موضوع می‌تواند سطح سازگاری اجتماعی آنها را به خصوص در محیط مدرسه افزایش دهد. این نوع دلبستگی، تعامل‌های بین فردی از قبیل اعتماد به نفس، خودکارآمدی، عزت نفس و مهارت‌های اجتماعی را پرورش می‌دهد. افرادی که در بزرگسالی سبک دلبستگی ایمن دارند، همواره به دنبال روابط ایمن و پایدارتری هستند. ویژگی‌های اصلی دلبستگی ایمن در بزرگسالان شامل خودباوری زیاد، لذت بردن از روابط صمیمانه، جستجوی حمایت اجتماعی و توانایی در به اشتراک گذاشتن احساسات با دیگران می‌باشد. لذا به مسئولان پیشنهاد می‌شود که کارگاه‌های آموزشی با موضوع مهارت‌های اجتماعی برای دانش‌آموزان برگزار نمایند و همچنین از طریق ایجاد محیط مدرسه همراه با امنیت و آرامش بتوانند میزان پاسخگو بودن را در دانش‌آموزان افزایش داده و در پی آن، زمینه‌های افزایش سازگاری اجتماعی را فراهم آورند.

براساس نتایج به دست آمده، مشخص شد که بین سبک دلبستگی اجتنابی با سازگاری اجتماعی در دانش‌آموزان هنرستان‌های تربیت‌بدنی استان البرز، رابطه مثبت و معنی‌داری ($P \leq 0/001$)، $r = 0/425$) وجود دارد که با نتایج پژوهش‌های فاسیجان و همکاران (۲۰۲۳)، سوکوتیک و همکاران (۲۰۲۲) همخوانی دارد. بدین معنی که هر چه سبک دلبستگی اجتنابی بالاتر باشد، به همان نسبت سازگاری اجتماعی افزایش پیدا می‌کند. همچنین با توجه به ضریب تعیین به دست آمده از خروجی آزمون مشخص می‌شود که ۱۸ درصد از تغییرات سازگاری اجتماعی، توسط سبک دلبستگی اجتنابی توجیه می‌شود. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که سبک دلبستگی اجتنابی ($P = 0/001$)، $t = 3/34$) پیش‌بینی کننده خوبی برای سازگاری اجتماعی می‌باشد. در این راستا، ویسمارا و

4. Holt et al

5. Nazmi & Azmodh

6. Salinas et al

همکاران^۱ (۲۰۲۲) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که سبک دلبستگی اجتنابی موجب افزایش سطح سلامت روانی افراد می شود. همچنین پورکورد و همکاران (۲۰۲۱) با بررسی ۱۶۲ دانش آموز اذعان داشتند که سبک دلبستگی اجتنابی می تواند از عوامل مهم سازگاری دانش آموزان به شمار رود. از سویی دیگر، کارداس و همکاران^۲ (۲۰۲۳) دریافتند که ارتباط معناداری بین سبک دلبستگی اجتنابی با اضطراب وجود ندارد. افرادی که دارای سبک دلبستگی اجتنابی هستند، از آنجا که ممکن است افراد دلبسته اجتنابی توسط دیگران طرد شوند، این افراد برای حفظ دیدگاه مثبت از خود انتظارات و بازخورد منفی نسبت به دیگران دارند. افرادی که سبک دلبستگی اجتنابی دارند در برقراری روابط نزدیک و صمیمانه مشکل دارند. در ارتباط با دانش آموزان مدارس، این سبک جزء مواردی شناسایی شد که می تواند سازگاری اجتماعی را به همراه داشته باشد و در پی آن، موجبات تعامل دانش آموزان در محیط مدرسه را فراهم آورد. در این زمینه پیشنهاد می شود با بکارگیری از متخصصان روانشناسی، ویژگی های تردید، تعارض و تخصص دانش آموزان با مهارت های دانش افزایی بهبود پیدا نماید و از طرفی با تعیین شرح وظایف معین همراه با عدالت در محیط مدرسه، دانش آموزان آگاهی لازم را در زمینه وظایف خود داشته باشند تا از به وجود آمدن محیطی تنش زا جلوگیری شود و این موضوع زمینه ساز افزایش سطح سازگاری اجتماعی گردد.

یافته ها نشان دهنده آن بود که بین سبک دلبستگی دوسوگرا با سازگاری اجتماعی در دانش آموزان هنرستان های تربیت بدنی استان البرز رابطه مثبت و معنی داری ($P \leq 0/001$ ، $r = 0/408$) وجود دارد که با نتایج پژوهش های فاسیجان و همکاران (۲۰۲۳) و ایموبر و همکاران (۲۰۲۱) هم خوانی دارد. بدین معنی که هر چه سبک دلبستگی دوسوگرا بالاتر باشد، به همان نسبت سازگاری اجتماعی افزایش پیدا می کند. همچنین با توجه به ضریب تعیین به دست آمده از آزمون مشخص می شود که ۱۶ درصد از تغییرات سازگاری اجتماعی، توسط سبک دلبستگی دوسوگرا توجیه می شود. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که سبک دلبستگی دوسوگرا ($P = 0/001$ ، $t = 4/61$) پیش بینی کننده خوبی برای سازگاری می باشد. در این راستا، ایموبر و همکاران (۲۰۲۱) در پژوهشی بر روی ۴۸۵ دانش آموز از ۳۰ پانامدرسه ابتدایی دولتی نیجریه به این نتیجه رسیدند که سبک دلبستگی دوسوگرا با سازگاری مدرسه رابطه مثبت و معناداری دارد. دانش آموزانی که دارای سبک دلبستگی دوسوگرا می باشند تمایل شدیدی به برقراری روابط نزدیک با سایر دانش آموزان دارند اما درباره امکان طرد شدن از سوی آن ها نیز احساس نگرانی می کنند. آن ها پذیرفته شدن از سوی دیگران را پیش نیاز داشتن احساس خوب می دانند که این موضوع می تواند سطح سازگاری اجتماعی آن ها را افزایش دهد. این افراد هم در مورد خود و هم در ارتباط با دیگران احساسات منفی دارند. در بزرگسالی افرادی که سبک دلبستگی دوسوگرا- اضطرابی دارند، غالباً رغبتی به نزدیک شدن به دیگران ندارند و نگرانند که طرف مقابل به احساسات آن ها پاسخ ندهد. این امر باعث می شود که از برقراری روابط صمیمانه با دیگران دوری کنند. لذا پیشنهاد می شود به برگزاری آموزش های ارتقاء سطح سلامت خانواده

1. Vismara et al

2. Kardasz et al

پرداخته شود تا دانش‌آموزان اضطراب موجود در محیط خانواده را به محیط مدرسه انتقال ندهند. همچنین برگزاری کلاس مبتنی بر افزایش خودکارآمدی می‌تواند زمینه‌ساز افزایش خودکنترلی در دانش‌آموزان بوده و موجبات افزایش سطح سازگاری اجتماعی را در بین آن‌ها فراهم آورد. از جمله محدودیت‌های مطالعه حاضر این است که فقط دانش‌آموزان هنرستان‌های تربیت‌بدنی مورد بررسی قرار گرفته‌اند و با توجه به این‌که محیط کاری آن‌ها عمدتاً مدرسه می‌باشد، لذا ممکن است ساختار محیطی آن‌ها با سایر ورزشکاران در رده‌های سنی بالاتر که معمولاً در درون باشگاه ورزش می‌کنند، متفاوت بوده و بنابراین تعمیم نتایج به سایر ورزشکاران خیلی قابل اعتماد نمی‌باشد. بر این اساس، به محققان پیشنهاد می‌شود با بررسی متغیرهای این پژوهش بر روی ورزشکارانی که با ساختارهای محیطی متفاوت سروکار دارند، بتوانند بر توسعه قابلیت نتایج این پژوهش و همچنین تعمیم پذیری آنها بیفزایند.

منابع

1. Benaki, B. (2023). A Study of Social Adjustment among Students of High School During Physical Education and Sport Lesson.
2. Bruny, J. F., Vallée, B., Bernardi, F., Rioux, L., & Scrima, F. (2023). Workplace attachment style as moderator of the relationship between political skills and organizational citizenship behaviors. *Europe's Journal of Psychology*, 19(2), 158-173.
3. Cheng, W., Huang, J., & Xie, J. (2022). Facades of conformity: a values-regulation strategy links employees' insecure attachment styles and task performance. *Current Psychology*, 1-17.
4. David, M. E., Carter, K., & Alvarez, C. (2020). An assessment of attachment style measures in marketing. *European Journal of Marketing*, 54(12), 3015-3049.
5. Ebimobere, H. S., & Udochi, E. P. (2021). Parentla attachment styles as correlates of school adjustment of primary school pupils in Rivers East senatorial District. *East African scholars journal of psychology and behavioural sciences*, 3(3).
6. Fasijani, N., Besharat, M. A., & Moghadamzadeh, A. (2022). Predicting social adjustment based on attachment styles and cognitive emotion regulation strategies in adolescents. *Journal of psychological science*, 21(109), 71-88.
7. Ferguson, S., Brass, N. R., Medina, M. A., & Ryan, A. M. (2022). The role of school friendship stability, instability, and network size in early adolescents' social adjustment. *Developmental psychology*, 58(5), 950.
8. Gleeson, A., Curran, D., Reeves, R., J Dorahy, M., & Hanna, D. (2021). A meta-analytic review of the relationship between attachment styles and posttraumatic growth. *Journal of Clinical Psychology*, 77(7), 1521-1536.
9. Hoenicka, M. A. K., López-de-la-Nieta, O., Martínez Rubio, J. L., Shinohara, K., Neoh, M. J. Y., Dimitriou, D., ... & Iandolo, G. (2022). Parental bonding in retrospect and adult attachment style: A comparative study between Spanish, Italian and Japanese cultures. *Plos one*, 17(12), e0278185.
10. Holt, R., Kornhaber, R., Kwiet, J., Rogers, V., Shaw, J., Law, J., ... & McLean, L. (2019). Insecure adult attachment style is associated with elevated

psychological symptoms in early adjustment to severe burn: A cross-sectional study. *Burns*, 45(6), 1359-1366.

11. Kardasz, Z., Gerymski, R., & Parker, A. (2023). Anxiety, attachment styles and life satisfaction in the Polish LGBTQ+ community. *International journal of environmental research and public health*, 20(14), 6392.

12. Kim, K., Stokowski, S., Lo, W. J., & Han, J. (2023). Analyzing International Students' Social Support Through Intercollegiate Sport Team Identification. *Journal of International Students*, 13(1), 59-78.

13. Lee, H. W., Cho, H., & Kim, M. (2021). Campus sport experience as catalyst for college student adjustment and well-being. *Asia Pacific Journal of Education*, 1-18.

14. Lenhart, J., Richter, T., Appel, M., & Mar, R. A. (2023). Adolescent leisure reading and its longitudinal association with prosocial behavior and social adjustment. *Scientific Reports*, 13(1), 1-19.

15. Li, J. B., Guo, Y. J., Delvecchio, E., & Mazzeschi, C. (2020). Chinese adolescents' psychosocial adjustment: The contribution of mothers' attachment style and adolescents' attachment to mother. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(8-9), 2597-2619.

16. Nazmi, L., & Azmodh, M. (2019). Social adjustment prediction based on parenting schemas and parent-child attachment styles in teenage girl students in Tabriz city. *Women and Family Studies*, 12(43), 145-165.

17. Parker, P., Sanders, T., Anders, J., Shure, N., Jerrim, J., Noetel, M., ... & Marsh, H. (2023). School socioeconomic status context and social adjustment in children. *Developmental psychology*, 59(1), 15.

18. Pourkord, M., Mirderikvand, F., Karami, A., & Karimi, H. (2021). The Role of Attachment Styles and Religious Attitudes in the Adjustment of Students. *Health, Spirituality & Medical Ethics Journal*, 8(1).

19. Riva Crugnola, C., Bottini, M., Madeddu, F., Preti, E., & Ierardi, E. (2021). Psychological distress and attachment styles in emerging adult students attending and not attending a university counselling service. *Health Psychology Open*, 8(1), 20551029211016120.

20. Šakotić-Kurbalija, J., Kurbalija, D., Trifunović, B., & Grabovac, B. (2022). Women's Attachment Style and Dyadic Adjustment: The Mediator Role of Perceived Efficacy in Solving Marital Conflicts. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 31(2), 301-320.

21. Salinas-Quiroz, F., Domínguez-Espinosa, A. D. C., & Mercado, S. P. R. (2023). Impact of attachment styles, need for social approval, and emotional regulation on mental health: A parallel mediation model. *Revista de Psicología*, 41(1), 269-305.

22. Scrima, F. (2020). The psychometric properties of the workplace attachment style questionnaire. *Current Psychology*, 39(6), 2285-2292.

23. Sochos, A., & Aleem, S. (2022, February). Parental attachment style and young persons' adjustment to bereavement. In *Child & Youth Care Forum* (Vol. 51, No. 1, pp. 161-179). New York: Springer US.

24. Tahira, Q., & Jami, H. (2021). Association between social adjustment and perceived parenting styles in punctual, truant, and high achieving school going students: a moderating model. *Nat Nurture J Psychol*, 1, 33-44.

25. Vismara, L., Lucarelli, L., & Sechi, C. (2022). Attachment style and mental health during the later stages of COVID-19 pandemic: the mediation role of loneliness and COVID-19 anxiety. *BMC psychology*, 10(1), 62.

26. Zhu, J., Zhang, Z., Xu, P., Huang, K., & Li, Y. (2023). Unsociability and social adjustment of Chinese preschool migrant children: The moderating role of resilience. *Frontiers in Psychiatry, 14*, 1074217.

Devising the Pattern of Attachment Style and Social Compatibility of the Students in Alborz Physical Education Vocational Schools

Hossein Poorsoltani Zarandi*

Associate Professor of Sport Management Department, Payame Noor University,
Tehran, Iran

Abstract

The purpose of this study was to devise the pattern of attachment style and social adjustment of students in Alborz province Physical Education Vocational schools. The research method was correlation-descriptive which was performed as a field study. The population of the study consisted of the students in Alborz province Physical Education Vocational schools. Using Cochran formula, the samples of the study were estimated to be 462 people that were selected by random sampling. In order to collect the data, attachment inventory (by Scrima, 2020) and social adjustment questionnaire (by Monet al., 2002) were used. In order to analyze the data, the descriptive indexes and statistical tests of kolmogorov - Smirnov, Pearson correlation coefficient, regression analysis, and path analysis in SPSS and Lisrel software were used. The results showed that there is a positive and significant relationship between attachment style, secure, avoidant, ambivalent components and social adjustment. Also, avoidant and ambivalent styles are eligible for social adjustment. On the other hand, the results of path analysis showed that attachment style has a positive and significant effect on students' social adjustment (t - value = 0.83).

Keywords :attachment, adaptation, student, athlete, conservatory

Corresponding author's email: (hpszarandi@gmail.com)

اندیشه های نوین در ورزش تربیتی

دوره ۱، شماره ۱، بهار ۱۴۰۳

راهبردهای قیمت گذاری مراکز خدمات تفریحی ورزشی

سیده شیرین درخشنده قهفرخی

دکتری مدیریت ورزشی، دانشکده علوم انسانی دانشگاه آزاد اسلامی مشهد ایران

چکیده

تحقیق حاضر با هدف راهبردهای قیمت گذاری مراکز ارائه کننده خدمات ورزشی (استخرها، باشگاه های ورزشی، مراکز ماساژ) انجام شد. این تحقیق از نوع تحقیقات اکتشافی بوده و به روش آمیخته ترکیبی انجام شد. جامعه آماری تحقیق شامل مدیران کسب و کارهای ورزشی، اساتید بازاریابی ورزشی و متخصصین و مدیران بازاریابی ورزشی بود که به صورت هدفمند با ۳۰ نفر مصاحبه شد. ابزار تحقیق شامل مصاحبه نیمه ساختار یافته می باشد و جهت تجزیه و تحلیل اطلاعات فرایند گردند تئوری مورد استفاده قرار گرفت و گویه های تحقیق شناسایی گردید و از طریق سه فاز کدگذاری باز، کدگذاری مقوله ای و کدگذاری محوری مصاحبه های تحقیق شناسایی و تحلیل گردیدند. جهت تحلیل داده ها از نرم افزار کیو مکس دیتا استفاده گردید. یافته ها نشان داد که ابعاد نهایی قیمت گذاری خدمات ورزشی در بخش استخرها و سالن های ماساژ دارای شش بعد شامل محیط اقتصادی، قوانین، محیط بازار، رقبا، ارزش کالا و هزینه می باشد. می توان نتیجه گرفت در قیمت گذاری برای خدمات ورزشی باید عوامل متعددی را در نظر گرفت که خدمات در چه محیطی و برای چه مشتریانی ارائه می شود و توان پرداخت مشتریان نسبت به کیفیت خدمات چگونه است و در کنار قابل رقابت بودن با رقبا، همسو با قوانین باشد و قیمت منطقی بر اساس ارزش خدمات و منطبق بر قانون در نظر گرفته شود.

اطلاعات مقاله

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۷/۲۴

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۲۱

شماره صفحات: ۷۱-۸۹

واژگان کلیدی:

قیمت گذاری، خدمات ورزشی، باشگاه های ورزشی

استناد به مقاله:

درخشنده قهفرخی، شیرین. (۱۴۰۲). راهبردهای قیمت گذاری مراکز خدمات تفریحی مشهد. اندیشه های نوین در ورزش تربیتی، ۱(۱)، ۷۱-۸۹.



از دستگاه خود برای اسکن و خواندن مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید.

DOI: <https://doi.org/10.22034/NTES.2024.421007.1006>

URL: https://ntes.imamreza.ac.ir/article_190566.html

مقدمه

در محیط تجاری کنونی، بیش از هر زمان تنها چیزی که ثابت و پایدار مانده همان پدیده تغییر است. فرایند مدیریت استراتژیک اساساً بر این باور است که سازمان ها ناگزیرند به طور دائم بر روی دادهای داخلی و خارجی و فرایندها نظارت کنند تا بتوانند در زمان مناسب و بر حسب ضرورت، خود را با تغییرات تطبیق دهند (کیم^۱ و همکاران، ۲۰۱۶). یکی از دغدغه های سازمان ها روبرو شدن با محیط های متغیر در ارزش گذاری محصولاتشان می باشد. هنگامی که تولیدکنندگان با عدم اطمینان نسبت به قیمت آینده محصولات خود مواجه باشند، رفتارهای متفاوتی را از خود نشان می دهند. در مباحث اقتصادی و بخصوص اقتصاد خرد، تعیین قیمت یکی از فعالیت های اصلی می باشد (اسمیرنوا^۲ و همکاران، ۲۰۱۷).

عدم قیمت مناسب برای ارائه به بازار و عدم وجود یک راهنمای مناسب برای ارائه قیمت، باعث شده تا بسیاری از شرکت ها، کالا و یا تکنولوژی هایی را که با قیمت مورد نظر بازار منطبق نیست را به بازار عرضه کنند. همچنین در گذشته رسم بر این بوده است که خریداران و فروشندگان برای تعیین قیمت با هم به چانه زنی می پرداختند. بدینسان که فروشندگان قیمتی بالاتر از حد انتظار خود مطالبه می کردند و خریداران قیمتی کمتر از حد انتظار خود پیشنهاد می دادند. پس از گفتگو و چانه زنی، بالاخره طرفین بر سر یک قیمت به توافق می رسیدند (دیوید^۳ و همکاران، ۲۰۱۴).

قیمت در تعریف به معنای اعم کلمه عبارت است از ارزش مبادله ای کالا و خدمات که به صورت واحد پول بیان می شود. قیمت مهمترین عامل و انگیزه فعالیت در بازار است که عرضه و تقاضا با توجه به این عامل تعدیل می گردد. دخالت دولتها در این سیستم و کنترل یا تشویق قیمتی با اهداف متفاوتی انجام می پذیرد. حمایت از تولیدکنندگان، مصرف کنندگان و یا هر دو از مهمترین دلایل دولت ها برای دخالت در سیستم بازار از طریق قیمت گذاری^۴ می باشد (سواناپورن و اسپسی^۵، ۲۰۲۰). همچنین قیمت مقدار پولی است که برای کالا یا خدمت پرداخت می شود. در تعریفی جامع تر، قیمت، میزان فایده ای است که مصرف کنندگان برای مزایای حاصل از داشتن یا استفاده از کالا یا خدمت، پرداخت می کنند. قیمت کالاها و خدمات در بازارهای مختلف براساس نظریه قیمت مشخص می شود. اما این قیمت تعیین شده در همه بازارها لزوماً قیمت هایی نیستند که دارای کارایی اقتصادی باشند، و به عبارت دیگر حداکثر منافع جامعه را تامین کنند. از این رو تعیین قیمت بهینه یا مساله قیمت گذاری در این بازارها مطرح می شود (بارکلی و دان^۶، ۲۰۱۷).

قیمت گذاری با هدف حداکثر کردن سود، افزایش سهم بازار، رهبری کیفیت، ادامه حیات و افزایش قیمت بازار صورت می گیرد. به طور ساده قیمت گذاری یعنی تعیین قیمت برای کالا یا خدمت.

1. Kim
2. Smirnova
3. David
4. pricing
5. Suwannaporn & Speece
6. Barclay & Dann

قیمت گذاری فعالیتی است که باید تکرار شود و فرآیندی مداوم و پیوسته است. این تداوم ناشی از تغییرات محیطی و عدم ثبات شرایط بازار است که لزوم جرح و تعدیل قیمت را ایجاد می کند (زارع زاده و همکاران، ۱۳۹۸).

از طرف دیگر قیمت، نشان دهنده درک فروشنده و مشتری از ارزش محصول است. قیمت، انعطاف پذیرترین عنصر راهبرد بازاریابی است و این در حالی است که تصمیمات قیمت گذاری می تواند نسبتاً سریع تر از سایر عناصر راهبرد بازاریابی پیاده سازی شود. همچنین از جمله فعالیت های دشوار در زمینه تجاری سازی محصولات، ارزشیابی و قیمت گذاری می باشد (کنعانی، ۱۳۹۴). تعدیل قیمت ها، راهبرد قیمت گذاری نام دارد. هدف راهبرد قیمت گذاری، ثبات و پایداری قیمت بهینه با حداکثر نمودن سود فعلی و تعداد واحدهای فروش و ... می باشد (زارع زاده و همکاران، ۱۳۹۸).

قابلیت بازاریابی به یک شرکت کمک می کند تا ارتباطی قوی را بین مشتریان و اعضای دیگر برقرار کند. ادبیات بازاریابی حاکی از این است که شرکت ها از قابلیت های خود استفاده می کنند تا منابع را به خروجی و بازده تبدیل کنند و مرتبط با عملکرد شرکت باشد (فانگ^۱ و همکاران، ۲۰۱۷). نقش قابلیت های بازاریابی به عنوان منبعی برای مزیت رقابتی در زمینه راهبرد بازاریابی مورد بحث قرار گرفته است. محققان ابراز داشته اند که دارایی ها و قابلیت ها، شرکت را قادر ساخته تا فرآیندهای سازمانی را به طور موثر اجرا نمایند. تعدادی دیگر از پژوهشگران نیز بیان کردند که مزیت رقابتی در منابع ملموس و ناملموس منجر به ایجاد مزیت رقابتی برای شرکت می شود و در نهایت ارزش بالاتری را به شرکت و مشتریان ارائه می نماید. سازمان هایی که بر توسعه قابلیت های کلیدی تأکید می کنند توانایی بهتری برای رسیدن به موقعیت رقابتی متمایز و حفظ آن دارند. بنابراین مجموعه ای از قابلیت ها به عنوان زمینه ای برای گسترش مزیت پایدار بازار و در نتیجه ایجاد منافع سازمانی، لازم است (سونگ^۲ و همکاران، ۲۰۱۷).

تمامی سازمان ها و شرکت ها، برای کالاها و خدماتی که عرضه می دارند قیمتی تعیین می کنند. این قیمت ممکن است در قالب مفاهیم گوناگون مانند شهریه، آبونمان، حق العمل، اجاره بها و ... عنوان شود. میان آمیخته های بازاریابی قیمت به عنوان پارامتری عمده، اثر قابل توجهی بر درآمد شرکت دارد (سوندسن^۳ و همکاران، ۲۰۱۸). اگرچه رقابت بر سر قیمت یکی از مساله های عمده ای است که شرکت ها با آن روبه رو می شوند، اما بسیاری از شرکت ها نمی توانند این مسئله را به شیوه ای عالی حل کنند و با هم تراز شدن کیفیت کالاهای شرکت های متفاوت و تشدید رقابت، عنصر قیمت به یکی از مهمترین عوامل موثر بر حفظ و جذب مشتریان و وفاداری و رضایت آنها

1. Fang
2. Song
3. Svendsen

تبدیل شده است. این امر امروزه به دلیل گسترش روز افزون اینترنت بیشتر مصداق پیدا می کند (چانگ^۱ و همکاران، ۲۰۱۹).

راهبرد قیمت گذاری باید با سایر راهبردهای شرکت هماهنگ باشد. از اینرو مدیران باید نحوه تعیین قیمت مناسب را بدانند. زیرا قیمتگذاری بسیار پایین (حاشیه سود ازدسترفته) و بسیار بالا (فروش ازدسترفته) می تواند تأثیرات بسیار بدی بر سودآوری داشته باشد. راهبردهای قیمت گذاری شامل بخش بندی بازار، تخفیف، مدیریت سود و سطحی در نظر گرفتن قیمت می باشد. نویسندگان بسیاری بر تأثیر تصمیمات قیمت گذاری بر سودآوری شرکت، و نیز به بقاء طولانی مدت شرکت تأکید ورزیده اند و پیشنهاد کردند که قیمت گذاری تنها عنصر بازاریابی در تولید درآمد برای شرکت می باشد که موجب سودآوری شرکت می شود (عزیزی و همکاران، ۱۳۹۷).

در مطالعات اخیر قابلیت های بازاریابی به عنوان فرآیند به کارگیری دانش، مهارت و منابع سازمان جهت ایجاد ارزش افزوده برای کالاها و خدمات، برآوردن تقاضاهای رقابتی و پاسخگویی به نیازهای مرتبط با بازار، تعریف شده است. اهمیت فرآیندهای یادگیری در توسعه قابلیت های بازاریابی مورد تأیید قرار گرفته است؛ بخصوص زمانی که کارکنان بتوانند به طور سریع با استفاده از دانش و مهارت خود، مسایل بازاریابی شرکت را حل کنند (فانگ و همکاران، ۲۰۱۷). به منظور تشریح قابلیت های بازاریابی شرکت، به تشریح فرآیندهای بازاریابی خاصی پرداخته می شود که بتوانند سازگار با راهبرد رقابتی شرکت باشد. هر چه قابلیت های بازاریابی در شرکت ها بالاتر باشد، آنها را قادر ساخته تا اطلاعاتی را در مورد اعمال و عکس العمل های رقبا کسب نموده، ارزش خاصی را برای مشتریانانشان ایجاد کرده و موانعی را برای ورود رقبا ایجاد و از تهدیدهای آنان جلوگیری نمایند (عزیزی و همکاران، ۱۳۹۷).

راهبردهای قیمت گذاری در تحقیقات متعددی ارزیابی و مدل هایی پیشنهاد شده است. راهبردهای عمومی قیمت گذاری دولگویی و پروت یکی از این الگوهاست که شامل دو بخش است. اولین بخش، راهبردهای قیمت بالا و پایین است، اگر ارزش محصول توافق شده، توسط مشتریان درك و ملاحظه شود، قیمت بالا قابل قبول است در غیر این صورت راهبرد منجر به عدم موفقیت تجاری می شود. راهبرد قیمت پایین، ممکن است منجر به موفقیت تجاری به خصوص در بخش خرده فروشی شود. دومین بخش، راهبردهای تعدیل پذیر است و خود شامل پنج راهبرد می باشد. اولین راهبرد، راهبرد بخش بندی بازار (تبعیض قیمت) است (سوندسن و همکاران، ۲۰۱۸). این راهبرد برای يك نوع کالا و حالتی از بازار انحصاری قابل اجرا است. دومین راهبرد راهبردهای تخفیف است. تخفیف فروش، شامل فروش مجموعه ای از کالاهای معین با کاهش قیمت آن در يك زمان محدود می باشد. بعدی سطحی در نظر گرفتن قیمت می باشد، در این راهبرد، در ابتدا يك قیمت نسبتا بالا تنظیم می شود و سپس در طول زمان کاهش می یابد. چهارمین راهبرد هم قیمت گذاری نفوذی است، قیمت گذاری نفوذی شامل تعیین قیمت اولیه پایینتر از قیمت بازار است. انتظار میرود که این قیمت به اندازه کافی عادات خریدن مشتریان را بشکند و از بین ببرد. و آخرین راهبرد،

1. Chang

مدیریت بازده (مدیریت سود) است، هدف مدیریت سود پیشبینی رفتار رقبا و مشتریان به منظور حداکثر رساندن درآمد می باشد (چانگ و همکاران، ۲۰۱۹).

شیوه های عمومی قیمت گذاری کاتلر و آرمسترانگ^۱ (۲۰۰۹) روش های قیمت گذاری را به روش های زیر تقسیم نموده است. اولین روش، قیمت گذاری بر مبنای افزودن به بهای تمام شده است، در این روش که ابتدایی ترین روش قیمت گذاری نیز محسوب می شود، قیمت با افزودن يك عدد استاندارد به بهای تمام شده تعیین می شود. دومین روش، قیمت گذاری روش تحلیل نقطه سربه سر است، قیمت در نقطه ای که درآمد کل به هزینه های کل مساوی هستند، تعیین می شود. سومین روش هم قیمت گذاری بر اساس ذهنیت خریدار می باشد که در این روش، قیمت گذاری بر مبنای پنداشت خریداران در مورد ارزش محصول و نه بر پایه بهای تمام شده آن صورت می گیرد. بعدی روش قیمت گذاری بر مبنای نرخ رایج است، در این روش فروشگاه ها قیمت های محصولات خود را بر مبنای قیمت محصولات شرکت های رقیب می گذارند. آخرین روش هم قیمت گذاری بر مبنای پیشنهاد های تکمیل شده می باشد، شرکت ها هنگام انجام پروژه های مقاطعه ای از پیشنهاد های مهر و موم شده استفاده می کنند (فانگ و همکاران، ۲۰۱۷).

پیشرفت سریع تکنولوژی، استفاده از وسایل مدرن، تغییر سیستم های تغذیه ای و بی حرکتی در دنیای امروز جزو ضعف و سستی عضلانی و تنش های عصبی، بیماری های قلب و عروق و... را به همراه داشته است. تلاش به منظور دست یابی به تعهد های نوین علمی در سیستم های درمانی بیانگر آن است که روش های درمانی هم تأثیر شگرفی در پیشگیری و درمان بیماری ها به جا می گذارد. خدمات ورزشی در این زمینه می تواند در توسعه سلامت و نشاط افراد جامعه اقدام بسیار مفید و موثری باشد و ماساژ نیز از اساسی ترین روش های درمانی است که در تعامل چندگانه با سایر روش های درمانی مانند حرکت درمانی، فیزیوتراپی و... در تأمین سلامتی بیماران، اصلاح ناهنجاری های وضعیتی، رفع مشکلات عصبی-عضلانی به عنوان یک اهرم توانا عمل می کند. شناخت انتظارات و ادراکات مشتریان از ارائه خدمات در مراکز ورزشی و مراکز ماساژ می تواند در جهت قیمت گذاری مناسب و جذب مشتریان مؤثر بوده و سبب وفاداری بیشتر آنها نسبت به آن سازمان یا مجموعه گردد (کرک پاتریک^۲ و همکاران، ۲۰۱۸).

امروزه ارائه کنندگان خدمات ورزشی و خدمات ماساژ می توانند با پیاده سازی بازاریابی مناسب و قیمت گذاری صحیح برای مشتریان از مزایای فراوان آن خود را بهره مند سازند. چرا که امروزه ورزش و فعالیت بدنی و خدمات ماساژ نقش بسیار مهمی در ایجاد سلامتی و آرامش مشتریان دارد و به تبع آن می تواند سبب بازاریابی مناسب گردد که این امر به نحوه ارائه خدمات مناسب ماساژ و عوامل مؤثر بر قیمت گذاری بستگی دارد (کانینگهام^۳ و همکاران، ۲۰۱۸). قیمت گذاری مناسب برای خدمات ورزشی باید بر اساس شرایط اقتصادی و نوع و کیفیت خدمات تعیین شده ارائه گردد و در این راستا خدمات ورزشی باشگاه ها و مراکز ماساژ با توجه به تنوع و گستردگی باید مورد ارزیابی

1 Katler & Armstrong

2 Kirkpatrick

3 Cunningham

و بررسی دقیق تری قرار گیرد. لذا نیاز به راهبردهای قیمت گذاری بر اساس قابلیت های بازاریابی ورزشی در صنعت ماساژ می باشد که تا کنون به طور دقیق و نظام مند قیمت گذاری برای خدمات متنوع ورزشی ارائه نشده است (براگ^۱ و همکاران، ۲۰۱۸).

تا کنون آمار و ارقام محدودی از نرخ هزینه و درآمد و گردش مالی خدمات ورزشی ارائه شده است. بر اساس تحقیقات میانگین هزینه کرد خانوار برای خدمات ورزشی بین ۲۶۱۱۵۰۰ ریال تا ۴۶۷۶۵۰ ریال در سال ۱۳۹۷ می باشد. همچنین سالیانه ۱۲۰۱۵۰۰ ریال میانگین هزینه در خدمات عمومی ورزش و استفاده از تجهیزات ورزشی بوده که در سال ۱۳۹۷ به میزان ۳۰۳۵۰۵۵ ریال در سال رسیده است. بر اساس آمار و ارقام موجود در ادارات تربیت بدنی استان ها، میزان هزینه در بخش خدمات ورزشی به طور میانگین ۱۴۰۰۱۴۰ ریال برای خانواده ها در برخی استان ها و ۳۴۰۱۴۵۰ در استان تهران متفاوت است و هر سال نیز بر این ارقام افزوده می شود. گردش مالی بخش خدمات ورزشی در ایالات متحده بر اساس درآمد های موجود، ۱۴۰ میلیارد دلار در سال ۲۰۱۵ و ۱۷۵ میلیارد دلار در سال ۲۰۱۸ گزارش شده است. در کشورمان آمار تجمیع شده و دقیقی در دسترس نیست و نیاز به بررسی های دقیق تر در این زمینه وجود دارد (خرسندی فرد و اسماعیل زاده، ۲۰۱۶).

رهنمای و همکاران (۱۳۹۸) معتقدند سود در مرحله بلوغ و افول به ترتیب کمترین و بیشترین میزان همراه کنندگی را دارد و آذین فر و همکاران (۱۳۹۸) رابطه نسبتاً قوی بین ریسک مالی و ریسک عملیاتی با حق الزحمه را گزارش نمودند. مورهد^۲ و همکاران (۲۰۱۷) تحقیقی را با عنوان قیمت بلیط و نوع بلیط های ورزشی در محیط دانشگاهی انجام دادند و در این تحقیق چارچوب های نظریه ذینفعان و نظریه نهادی پیشنهاد شده است تا آینده پژوهی را در جهت تقویت درک از روند و رفتار تعیین قیمت در دو و میدانی بین المللی تقویت کند. شیپرو^۳ و همکاران (۲۰۱۷) با برجسته کردن ارزش درک عادلانه، آشنایی، قیمت مرجع، منبع بلیط و استفاده از قیمت به عنوان ابزاری برای بازاریابی، بدنه دانش در رفتار مصرف کننده ورزش را در قیمت گذاری مورد تاکید قرار می دهند. واتانابه و سونینگ^۴ (۲۰۱۸) معتقدند که استفاده از قیمت گذاری چند لایه برای مسابقات ورزشی به طور قابل توجهی تقاضا را در این زمینه افزایش نمی دهد و مصرف کنندگان در برابر تیم های رقیب و حریفان قدرتمند پاسخگو هستند. از طرفی بایر^۵ و همکاران (۲۰۲۰) نشان دادند که مدل قیمت گذاری بی ثبات، متناسب با نوسانات تصادفی معمولی مارکووی، و با پارامترهای قیمت را به میزان قابل توجهی بهتر می کند. و هاث و کارشیدت^۶ (۲۰۱۸) در رابطه با قیمت گذاری در ورزش گلف معتقدند که پراکندگی حق عضویت در کلوپ های گلف عمدتاً با تفاوت در تعداد سوراخ ها، مشکل بودن زمین گلف، نزدیکی آن با یک شهر بزرگ قابل توضیح است و برای قیمت گذاری هزینه های سبز، تعداد سوراخ ها، وضعیت بازار رقابتی و دشواری و سن دوره از عوامل مهم است. باریلاس و

1 Bragg

2 Morehead

3 Shapiro

4 Watanabe & Soebbing

5 Bayer

6 Huth & Kurscheidt

شانکن^۱ (۲۰۱۸) تحقیقی را با عنوان مقایسه مدل های قیمت گذاری دارایی انجام دادند. نتایج نشان داد که مدل های اخیر چینی قیمت گذاری و مدل فرانسوی (۲۰۱۵، ۲۰۱۶) بر مدل های مختلفی حاکم شده اند که شامل یک عامل حرکت قیمت، به همراه فاکتورهای ارزش و سودآوری است که ماهانه به روز می شوند. دلاویگنا و گنتزوو^۲ (۲۰۱۹) نیز معتقدند با توجه به معیار مطلوب، قیمت گذاری یکنواخت ممکن است قیمت های پرداخت شده توسط خانواده های فقیر را نسبت به ثروتمندان به میزان قابل توجهی افزایش دهد، واکنش قیمت ها به شوک های اقتصادی محلی را کاهش داده، تجزیه و تحلیل ادغام در ضد انحصار را تغییر داده و بروز هزینه های تجارت خارجی را تغییر دهد.

به طور کلی در کشور ما در همه صنایع مشکل قیمت گذاری وجود دارد و نبودن ساختارهای دولتی و نظارتی برای قیمت گذاری باعث شیوه های نامطلوب قیمت گذاری و برهم خوردن بازار با قیمت های خیلی پایین در برخی محصولات و خدمات و قیمت های خیلی بالا در برخی دیگر می باشد. این مساله نیاز به شوراها قیمت گذاری و تعیین ارزش برای قیمت در کلیه صنایع به ویژه ورزش را مورد تاکید قرار میدهد و لازم است تا راهبردهای مناسبی برای قیمت گذاری به صورت یکپارچه ارائه شود تا در کل کشور به میزان مطلوب و منطقی بر اساس کیفیت قیمت گذاری انجام شود. در ورزش و خدمات این بخش، قیمت های متفاوتی وجود دارد که بر اساس کیفیت تا میزان عرضه و تقاضا به صورت نامشخص تعیین می شود و لازم است تا در این صنعت قیمت گذاری به صورت اصولی انجام شود. از این رو تحقیق حاضر انجام می شود تا به این سوال پاسخ دهد: راهبردهای قیمت گذاری مراکز ارائه کننده خدمات ورزشی (استخرها، باشگاه های ورزشی، مراکز ماساژ) چگونه است؟

روش شناسی

این تحقیق از نوع تحقیقات اکتشافی بوده و به روش آمیخته ترکیبی انجام می شود و دارای ماهیت کاربردی بود. از نظر شیوه گردآوری داده ها نیز تحقیق از نوع میدانی می باشد. جامعه آماری تحقیق شامل مدیران کسب و کارهای ورزشی، اساتید بازاریابی ورزشی و متخصصین و مدیران بازاریابی ورزشی بود که به روش گلوله برفی تا حد اشباع مورد بررسی قرار گرفتند و در نهایت مصاحبه با ۳۰ نفر انجام شد. این افراد شامل ۱۲ نفر از مدیران کسب و کارهای خدماتی ورزشی درجه یک در سطح کشور، ۸ نفر از مدیران بازاریابی ورزشی فدراسیون های ورزشی و ۱۰ نفر از اساتید بازاریابی ورزشی که پژوهش هایی در زمینه بازاریابی ورزشی و قیمت گذاری داشتند می باشند. ابزار تحقیق شامل مصاحبه نیمه ساختار یافته می باشد و به صورت حضوری و تلفنی انجام شد. جهت تجزیه و تحلیل اطلاعات فرایند گردنورد توری مورد استفاده قرار گرفت و گویه های تحقیق شناسایی گردید و از طریق

1 Barilas & Shanken

2 DellaVigna & Gentzkow

سه فاز کدگذاری باز، کدگذاری مقوله ای و کد گذاری محوری مصاحبه های تحقیق شناسایی و تحلیل گردیدند. جهت تحلیل داده ها از نرم افزار کیو مکس دیتا استفاده گردید.

یافته ها

داده های حاصل از مصاحبه با خبرگان ورزش، حول کد انتخابی طبقه بندی شده است. در ادامه در راستای پاسخ به سئوالات پژوهش، جدول های طبقه بندی کدهای محوری به صورت مجزا شرح داده می شود.

جدول ۱. عوامل مربوط به قیمت گذاری در بخش خدمات ورزشی

کدگذاری محوری	کدگذاری انتخابی	کدگذاری باز	گزاره کلامی	
هزینه	مواد اولیه	لوازم مصرفی در ارائه خدمات	برخی وسایل دارای استهلاک هستند و به مرور باید تعویض شوند	
		مواد نگهدارنده و مصرف شونده	مواد نگهدارنده و موادی که مصرف می شوند مانند روغن ماساژ بخش مهمی از هزینه ها هستند.	
		نیروی انسانی	پرسنل به عنوان اجرا کننده گان خدمات، هزینه های ماهیانه ثابت می باشند.	
	هزینه ثابت	هزینه تاسیس اماکن	راه اندازی مکان ارائه خدمات و اجاره فضا هزینه بسیار زیادی است که باید در ابتدا تامین شود.	
		هزینه تجهیز اماکن	تجهیزات مورد نیاز بسته به نوع اماکن و کیفیت مد نظر هزینه ای از چند میلیون تا چند ده میلیارد را به همراه دارد.	
		دارایی های سرمایه ای	تجهیزات با استهلاک کم که قابل فروش هستند دارایی های قابل نقد شدن هستند	
	هزینه جانبی	هزینه های مربوط به خدمات دولتی	برای دریافت مجوز و پیش از تاسیس مکان ارائه خدمات هزینه های زیادی را باید به دستگاه های مختلف پرداخت نمود	
		قبوض و پرداخت ها	قبوض و به ویژه آب و برق اگر صنعتی نباشند هزینه قابل توجهی در تراز مالی سالانه دارند	
		بهره و سود بانکی	با توجه به نیاز به وام برای راه اندازی و تجهیز، در تراز مالی باید سود وام را محاسبه نمود.	
		مالیات و عوارض	مالیات بر کسب و کارها می تواند رقم های متفاوتی باشد.	
	ارزش کالا	قیمت تمام شده	برآورد هزینه های ثابت	هزینه های ثابت ماهانه و سالانه مهم ترین بخش تعیین ارزش تمام شده خدمات است.

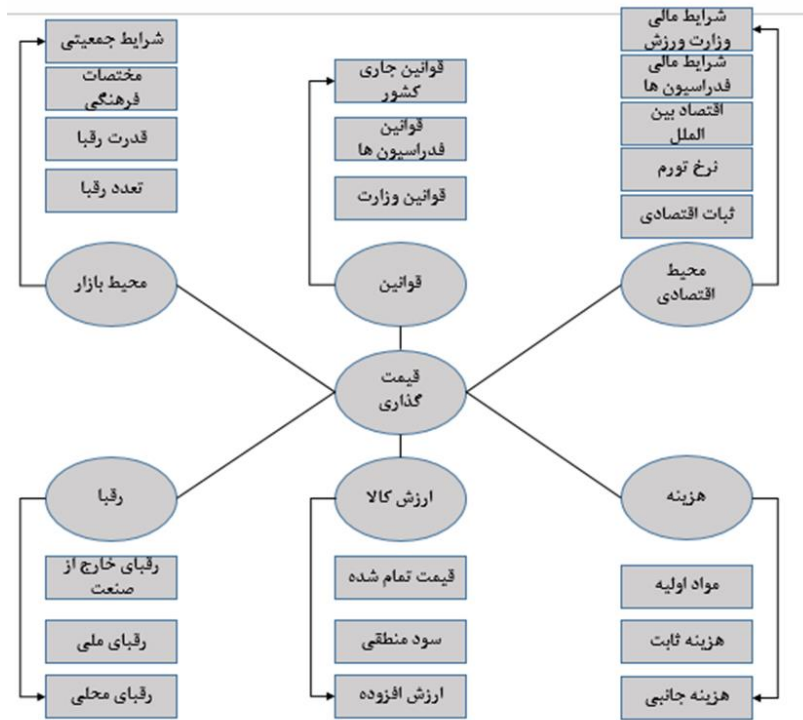
		برآورد هزینه های متغیر	هزینه های متغیر در قیمت گذاری باید به دقت محاسبه شود تا از ضرر جلوگیری شود.	
		برآورد هزینه های پیشبینی نشده	باید در قیمت گذاری هزینه های متفرقه و غیر مترقبه را در نظر داشت.	
	سود منطقی	سود سهام در بخش خصولتی	اگر سهام مجموعه فروخته شده عایدی هر سهم، اهمیت فراوانی دارد	
		سود سرمایه	سود بر اساس سرمایه اولیه باید در نظر گرفته شود که در زمان پیشبینی شده سرمایه اولیه جبران شود.	
		سود شرکا	تفکیک سود شرکا بر اساس میزان سهم و نقششان طبق توافق اولیه باید انجام شود.	
		سود خالص	در نهایت سود خالص پس از کسر بهره و مالیات است که بین سهامداران و شرکا تقسیم خواهد شد.	
	ارزش افزوده	ارزش در مقایسه با رقبای محلی	باید در محیط رقابتی قیمت منطقی بر اساس قیمت و کیفیت رقبا ارائه شود	
		ارزش نسبت به قیمت	مشتری باید حس کنند هزینه ای که می دهد به خدمات دریافتی می ارزد	
		ارزش کیفی	کیفیت محصولات و خدمات باید با قیمت منطبق باشد.	
		ارزش نسبت به استاندارد	بر اساس هر استاندارد نوعی از قیمت و سود منطقی وجود دارد که باید در نظر گرفته شود.	
	رقبا	رقبای محلی	رقبای منطقه	در نزدیک محل ارائه خدمات، رقبا می توانند اثر بسیار مهمی داشته باشند
			رقبای شهری	باید به قیمت های سطح شهر بر اساس کیفیت و مکانیت دقت نمود
رقبای ملی		رقبای خارج از استان	رقبای خارج از استان در بخش گردشگری اثرگذار خواهند بود.	
		رقبای داخل استان	در داخل استان باید به مرکز استان و شهرستان توجه شود و قیمت ها منطقی باشد.	
رقبای خارج از صنعت		رقبای ورزشی	در رقابت با سایر بخش های ورزشی باید جذابیت لازم برای جذب مشتری وجود داشته باشد.	
		رقبای تفریحی غیر ورزشی	قیمت قابل توجهی باعث جذب مشتری از سایر بخش های تفریحی خارج از ورزش می شود.	
		رقبای فرهنگی	می توان با تبلیغات و هزینه در این بخش و قیمت مناسب خدمات، مشتری بخش های فرهنگی را هم جذب نمود	

		رقبای مدیریتی	بهبتر است مدیران ورزشی و شهری در طرح‌های کلان مشارکت داشته باشند و رقابت با بخش دولتی مستقیم نباشد.
محیط بازار	تعدد رقبا	رقبای مشابه	وجود رقبا در محیط ارائه خدمات نیاز به کنترل قیمت را ایجاد می‌کند.
		رقبای سایر بخش‌های ورزشی	وجود سایر خدمات ورزشی می‌تواند خطری برای کسب و کار و اثرگذار بر قیمت باشد
		رقبای غیر ورزشی	سایر امکانات تفریحی در قیمت نهایی تاثیر دارد.
	قدرت رقبا	دولتی یا خصوصی بودن رقبا	بهبتر است در نزدیک ارائه دهندگان خدمات وابسته به دولت کسب و کار دایر نشود
		سرمایه ثابت و اندازه کسب و کار	سرمایه‌های اولیه و وسعت کار رقبا اثر مهمی بر قیمت تمام شده دارد.
		نفوذ رقبا	رقبای دارای نفوذ می‌توانند با کاهش وام و مالیات قیمت بهتری ارائه کنند.
	مختصات فرهنگی	فرهنگ استفاده از خدمات	اگر در جامعه خدمات ماساژ جا افتاده باشد می‌توان قیمت بالاتر ارائه داد
		علاقه مردم به خدمات	هرچه تمایل جامعه به خدمات بیشتر باشد می‌توان کیفیت و قیمت بهتر ارائه کرد
		همخوانی فرهنگی با خدمات ارائه شده	در برخی مناطق شهری با توجه به نگرش جامعه، توجیه اقتصادی وجود ندارد.
	شرایط جمعیتی	تنوع جمعیت	تعداد افراد جامعه در محل راه اندازی کسب و کار، شرایط قیمت گذاری را آسان تر می‌کند.
		کیفیت جامعه	کیفیت فرهنگی اجتماعی باعث گرایش بیشتر به خدمات و سود بیشتر می‌شود.
		تعداد مشتری نسبت به جامعه	تنها جمعیت مهم نبوده و لازم است افراد علاقه مند به خدمات در جامعه درصد مناسبی را تشکیل دهند.
قوانین	قوانین وزارت	قوانین خدمات مجاز	انواع خدمات قابل ارائه در وزارت ورزش و جوانان تعیین شده است.
		قوانین استاندارد های قیمتی	قیمت گذاری های ادارات ورزش و جوانان محدودیت هایی را اعمال می‌کند.
		قوانین شرایط ارائه خدمات	ادارات ورزش و جوانان برای خدمات حداقل هایی تعریف کردند که هزینه را افزایش می‌دهد.
	قوانین فدراسیون ها	قوانین فدراسیون شنا	بر اساس ایستاداردهای فدراسیون شنا، خدمات باید استانداردها و شرایطی را داشته باشد.
		قوانین فدراسیون همگانی	برخی فعالیت های خدماتی تحت پوشش فدراسیون همگانی بوده و نیازمند مجوز آنهاست.

		قوانین فدراسیون انجمن ورزشی	خدماتی مانند ماساژ و ورزش در آب باید طبق استانداردهای کیفی فدراسیون پزشکی و فدراسیون انجمن های ورزشی باشد.
	قوانین جاری کشور	قوانین محدود کننده خدمات	برخی خدمات بر اساس قوانین کشور ممنوع بوده و نباید ارائه شود که سود را کاهش می دهد.
		قوانین قیمت گذاری	قیمت های تعیین شده باید مغایرتی با قوانین وزارت صمت نداشته باشد.
		قوانین استاندارد مالی	استانداردهای مالیاتی و شفافیت اسناد مالی باید در نظر گرفته شود.
محیط اقتصادی	ثبات اقتصادی	ثبات درآمد	میزان درآمدهای کسب و کار در فصول مختلف سال در قیمت گذاری فصلی باید لحاظ شود.
		ثبات نرخ ارز	نرخ ارز، می تواند در قیمت مواد اولیه و محصولات مصرفی تاثیر قابل توجهی داشته باشد.
		ثبات درآمدزایی	ثبات میزان درآمد های مشتریان و اقتصاد محل کسب و کار، در تعیین قیمت مهم است.
		ثبات نرخ بهره و مالیات	در صورتی که نرخ مالیات مبلغ ثابت و دقیقی باشد می توان برنامه ریزی قیمتی بهتری داشت.
	نرخ تورم	درصد تورم	درصد تورم سالانه و فصلی بر درآمدها و در نتیجه قیمت گذاری اثرگذار است.
		تورم نسبت به رشد درآمد	برای ارائه قیمت منطقی علاوه بر تورم درآمد مشتریان باید در نظر گرفته شود.
		سرمایه گذاری داخلی	میزان مشارکت شرکا و سرمایه گذاران داخلی باعث سود بیشتر و اراه قیمت مناسب تر می شود.
	اقتصاد بین الملل	تحریم اقتصادی	تحریم ها بر کل اقتصاد و شرایط مالی جامعه موثر است و قیمت ها را تحت تاثیر قرار می دهد.
		مبادلات مالی	امکان مبادلات مالی بین المللی در کاهش قیمت ها در کل اقتصاد موثر است.
		سرمایه گذاری خارجی	امکان مشارکت سرمایه گذاران خارجی ارائه خدمات ارزان تر و کیفیت بالاتر را فراهم می کند.
شرایط مالی فدراسیون ها	شرایط مالی فدراسیون ها	فدراسیون ها با درآمد های این کسب و کارها درآمد زایی می کنند.	
شرایط مالی وزارت ورزش	میزان بودجه دولتی	بودجه وزارت ورزش امکان حمایت از خدمات ورزشی را افزایش می دهد.	
	میزان درآمد تعریف شده از کسب و کارها	اگر بودجه وزارت بالاتر باشد انتظار درآمد کمتری از کسب و کارهای ورزشی و خدماتی دارد.	

حمایت مالی وزارت می تواند هزینه نهایی را کاهش و بر قیمت گذاری اثر داشته باشد.	میزان حمایت مالی از کسب و کارها
---	---------------------------------

با توجه به یافته ها مشاهده می شود که ابعاد نهایی قیمت گذاری خدمات ورزشی در بخش استخرها و سالن های ماساژ دارای شش بعد شامل محیط اقتصادی، قوانین، محیط بازار، رقبا، ارزش کالا و هزینه می باشد. همچنین مولفه های شناسایی شده نیز شامل شرایط مالی وزارت، شرایط مالی فدراسیون ها، اقتصاد بین الملل، نرخ تورم، ثبات اقتصادی، قوانین جاری کشور، قوانین فدراسیون ها، قوانین وزارت، شرایط جمعیتی، مختصات فرهنگی، قدرت رقبا، تعدد رقبا، رقابتی از صنعت، رقبای ملی، رقبای محلی، ارزش افزوده، سود منطقی، قیمت تمام شده، هزینه جانبی، هزینه ثابت و مواد اولیه می باشد. براین اساس مدل نهایی تحقیق بر اساس بخش گردند تئوری به شرح ذیل می باشد.



شکل ۱. مدل نهایی مولفه ها و ابعاد قیمت گذاری خدمات ورزشی

نتیجه گیری

تحقیق حاضر با هدف ارائه مدل قیمت گذاری خدمات ورزشی در بخش ماساژ و استخرها و باشگاه های ورزشی انجام شد. مولفه ها و ابعاد قیمت گذاری در این بخش به روش کیفی شناسایی و مدل نهایی تحقیق تدوین گردید. بر اساس یافته های تحقیق هزینه یکی از ابعاد تحقیق می باشد. هزینه های ثابت در خدمات ورزشی بخش بسیار مهمی را تشکیل می دهند و سنگین ترین هزینه ها در بخش خدمات ورزشی محسوب می شوند. چرا که تهیه زیرساخت اولیه خدمات ورزشی نیاز به هزینه بالایی دارد و مهم ترین این هزینه ها مربوط به فضای استاندارد ارائه خدمات می باشد. در درجه بعد

هزینه تجهیزات مصرف نشدنی به ویژه در بخش باشگاه های ورزشی هزینه بسیار بالایی را تشکیل می دهد که تنها می توان در دراز مدت امید رسیدن به نقطه سر به سر در این صنعت را داشت و این هزینه ها تنها در دراز مدت جبران می شوند. از این رو بخشی از هزینه های ثابت را که می توان با مشارکت و وام تهیه نمود، تنها در دراز مدت قابل جبران است و باید در تراز مالی یا در سود وام لحاظ شود و یا اینکه نقطه سر به سر را در طی بیش از دو سال قابل دسترس خواهد نمود. لذا در برنامه ریزی مالی مهم ترین بخش در خدمات ورزشی هزینه های ثابت است که تعیین کننده قیمت خواهد بود و از طریق قیمت منطبق بر هزینه های ثابت در دراز مدت زمان دستیابی به نقطه سر به سر تعیین می شود. از طرفی هزینه های متغیر نیز به صورت دوره های ماهانه باید در نظر گرفته شود و در قیمت گذاری لحاظ شود. نکته حائز اهمیت در هزینه های متغیر نرخ تورم است و در برنامه ریزی سالانه باشگاه ها باید در نظر گرفته شود تا برنامه ریزی مالی دچار مخاطره نشود و از زیان احتمالی جلوگیری شود. لذا می توان هزینه های ثابت و متغیر را مهم ترین عوامل تعیین کننده قیمت دانست که هرچه بر اساس تجهیزات و هزینه های جاری رقم بالاتری داشته باشد قیمت باید افزایش یافته و توجه اقتصادی لازم برای تامین هزینه های جاری و در بلند مدت و میان مدت تامین هزینه های ثابت را داشته باشد. هزینه های مربوط به مواد مصرف شدنی در این بخش کمترین هزینه می باشد، ولی در تراز مالی باید در نظر گرفته شود و دقت لازم به این مواد انجام شود. چرا که با رشد قیمت ها و محدودیت واردات، برخی از مواد مصرف شدنی دچار محدودیت شده و افزایش قیمت پیدا می کنند و عدم افزایش قیمت منجر به کاهش سود در این بخش می شود. روغن های ماساژ، مواد بهداشتی و غذایی باشگاه های ورزشی و هزینه های خدماتی از این هزینه ها هستند که در دوره های ماهانه و سالانه هزینه های محل ارائه خدمات را افزایش می دهند و قیمت گذاری درجه اول باید بر اساس این هزینه ها باشد. به عبارتی می توان گفت مهم ترین شاخص قیمت گذاری هزینه ها اعم از ثابت و متغیر می باشد و باید در درجه اول قیمتی تعیین شود که هم بر اساس هزینه های جاری قابل توجیه باشد و هم در دراز مدت تامین کننده هزینه های سنگین اولیه باشد و به نقطه سر به سر در دوره میان مدت دست پیدا کند و در غیر این صورت راه اندازی کسب و کار در این بخش فاقد توجیه بوده و امکان ورود به سایر مولفه های قیمت گذاری وجود ندارد. لذا لازم است در ابتدا ترازنامه و برنامه ریزی مالی در نظر گرفته شود و به صورت سالانه این صورت های مالی با برنامه ریزی مورد انتظار تطبیق داده شوند. یافته های تحقیقات آدین فر و همکاران (۱۳۹۸)، مورهد و همکاران (۲۰۱۷)، واتانابه و سونینگ (۲۰۱۸) و دلاویگنا و گنتزوو (۲۰۱۹) نیز با این یافته ها همسو می باشد.

ارزش کالا مولفه دیگری است که در این بخش مورد تاکید قرار گرفت. ارزش کالا و خدمات ارائه شده در این بخش بر مبنای هزینه های اولیه انجام شده و سود قابل قبول و همچنین مالیات و خدمات می باشد. در این بخش از صنعت ورزش بیشتر ارائه خدمات مطرح است تا فروش کالا و عمدتاً قیمت گذاری بر اساس هزینه های اولیه انجام می شود. لذا باید بر اساس کلیه هزینه های انجام شده قیمت تمام شده خدمات برای هر واحد از ارائه خدمات را تعیین نمود. به عبارتی بر اساس

هزینه های قبلی انجام شده تعیین می شود که هر بخش از کالاها و خدمات، به طور مثال شهریه ماهانه هر نفر بر اساس تعداد تخمینی اعضای باشگاه یا هزینه هر مرحله ارائه ماساژ، چه هزینه ای داشته و قیمت تمام شده آن بر اساس سود منطقی بعد از کسر مالیات و عوارض چه مبلغی می باشد. این محاسبات ارزش خدمات و کالا را تعیین می کند و قیمت منطقی بر اساس هزینه های اولیه را مشخص می نماید و میزان سود بر اساس هر نفر و هر ساعت از ارائه خدمات را تعیین می کند. در تحقیقات بایر و همکاران (۲۰۲۰)، هاث و کارشدیت (۲۰۱۸) و دلاویگنا و گنتزوو (۲۰۱۹) نیز بر این مولفه تاکید شد.

رقبا عامل دیگری است که باید در قیمت گذاری در نظر گرفته شود. رقبای محلی که می توانند مورد انتخاب مشتریان واقع شوند در این زمینه اهمیت بسزایی دارند. در صورتی که بتوان با هزینه کمتر از رقبا و کیفیت قابل قبول، خدمات را ارائه نمود می توان مشتریان بیشتری را جذب نمود و سود مرکب بالاتری را کسب نمود. از طرفی می توان با صرف هزینه های بیشتر و ارائه خدمات به بخش خاصی از بازار، مشتریان تعداد کم ولی پرسودی را در اختیار گرفت که این امر بستگی به استراتژی و شرایط سایر رقبا و شرایط بازار دارد. باید در نظر داشت در شرایطی که رقبا دارای قدرت بالایی هستند و تقابل با کیفیت و قیمت آنها موجب کاهش سود و عدم توجه کسب و کار می شود بهتر است در محیطی با رقبای محدودتر فعالیت نمود. لذا در کسب و کارهای ورزشی قیمت ارائه شده توسط رقبا با توجه به کیفیت ارائه شده نقش مهمی در قیمت گذاری دارد و باید قیمت قابل قبول و ترجیحا کمتر و یا با ارائه خدمات بهتر نسبت به رقبا ارائه نمود تا امکان توسعه بیشتر کسب و کار ورزشی و کسب سهم بازار بالاتر فراهم شود. در تحقیقات رهنمای و همکاران (۱۳۹۸)، آدین فر و همکاران (۱۳۹۸)، واتانابه و سونینگ (۲۰۱۸) و باریلاس و شانکن (۲۰۱۸) نیز یافته های مشابه گزارش شد و با این تحقیق همسو می باشد.

محیط بازار عامل دیگری است که باید در قیمت گذاری خدمات لحاظ شود. در هر محیط شرایط بازار و مشتریان تفاوت دارد و برای محیط های مختلف، خدمات متفاوت و قیمت گذاری متفاوت نیاز است. بالطبع برای قیمت گذاری لوکس و ارائه خدمات پیشرفته باید محل کسب و کار در دسترس مشتریان سطح بالای اقتصادی جامعه باشند و از طرفی اگر استراتژی مبتنی بر قیمت گذاری رقابتی و ارائه تخفیف های بیشتر می باشد می توان خدمات را در مناطق متوسط از نظر اقتصادی ارائه نمود. محیط بازار نوع مشتریان را تعیین می کند و پیش از قیمت گذاری باید در نظر داشت که این منطقه از بازار متقاضی چه نوع خدمات است و توان پرداخت چه هزینه ای را دارد و بر همان اساس میزان و کیفیت خدمات را تعیین نمود و بر اساس کیفیت قیمت گذاری مناسب اعمال شود. از طرفی رقبا نیز باید مورد توجه قرار گیرند و اینکه چه تعداد از رقبا در محیط بازار وجود دارند باید در نظر گرفته شود و قیمتی برای کالاها و خدمات در نظر گرفته شود که هم دارای توجه اقتصادی برای صاحبان کسب و کار باشد و هم نسبت به رقبا قیمت معقول و منطقی باشد. می توان در این بخش، رقابت را فقط در بخش های خاصی اعمال نمود و برخی از خدمات را با قیمت متداول و برخی را با تخفیف های ویژه و تخفیف بر مبنای خرید خدمات بیشتر ارائه نمود که در کنار رقابت با

رقبا و حفظ حاشیه سود، جذب مشتری بیشتر و سهم بازار بالاتر را زمینه سازی نمود. به طور مثال می توان پیشنهاد دریافت خدمات جلسه ماساژ رایگان در صورت استفاده از خدمات ماساژ سه بار در هفته یا معرفی به سایر مشتریان را در دستور کار قرار داد تا با حفظ قیمت منطقی، رقابت با رقبای موجود در محیط بازار منطقه ای فراهم شود و سهم بازار افزایش یابد. نتایج تحقیقات شیپرو و همکاران (۲۰۱۷) و باریلاس و شانکن (۲۰۱۸) نیز با این یافته ها همسو می باشد.

محیط اقتصادی یکی از مهم ترین عواملی است که در قیمت گذاری کالاها و خدمات ورزشی موثر است. بازار خدمات با توجه به عدم عرضه مستقیم کالا باید با دقت به محیط اقتصادی قیمت گذاری شود و از آنجا که قیمت در این بازار، بستگی به شرایط اقتصادی جامعه دارد باید دقت نظر لازم در توان اقتصادی مردم جامعه و به ویژه مشتریان را اعمال نمود. ورزش و خدمات ورزشی در رده نیازهای واجب مردم جامعه نمی باشند و در صورتی که مشکلات اقتصادی در سطح قابل تاملی وجود داشته باشد مردم ترجیح می دهند برای نیازهای ضروری صرف هزینه کنند و از عوامل غیر ضروری که خدمات ورزشی را شامل می شود صرف نظر می کنند. لذا در شرایط مبهم اقتصادی و شرایطی که نرخ تورم به شکل افسار گسیخته در حال افزایش است یا در شرایط مثل وضعیت کنونی که با ورزش کشور با ویروس کرونا دست و پنجه نرم می کند باید در نظر داشت که بخش متوسط جامعه دیگر کمتر تمایل به هزینه در ورزش و دریافت خدمات ورزشی دارند و در چنین شرایطی بهتر است به سمت بازار لوکس گرایش ایجاد شود و در این بازار سرمایه گذاری شود و در صورت عدم امکان، با ارائه تخفیف های گروهی و قیمت گذاری تشویقی، زمینه حفظ مشتریان قشر متوسط و ضعیف جامعه را فراهم نمود. در تحقیق رهنمای و همکاران (۱۳۹۸) نیز بر محیط بازار و نقش در قیمت گذاری تاکید شد.

قوانین عامل دیگری می باشد که باید در قیمت گذاری در نظر گرفته شود. اگرچه بر اساس محاسبات اقتصادی بر اساس تحلیل بازار، قیمت گذاری انجام می شود اما در بخش هایی از خدمات، شرایط محدود کننده قانونی نیز وجود دارد که از طرف وزارت ورزش و ادارات ورزش و جوانان و همچنین از طرف فدراسیون ها اعمال می شود. به عبارتی باید در نظر داشت که آیا قیمتی که بر اثر محاسبات مالی بر اساس شرایط موجود محل ارائه خدمات ورزشی و نوع آن دارای توجیه اقتصادی می باشد، از نظر قانونی نیز دارای موانعی می باشد یا خیر، و محدود کننده های قیمت، تا چه میزان اجازه افزایش قیمت خدمات را خواهند داد. لذا در انتهای پروسه محاسباتی باید در نظر داشت که آیا قیمت مجاز و قیمت پیشنهادی بر اساس محاسبات مالی تفاوت قابل توجهی دارند یا خیر و آیا می توان با قیمت مصوب، سود لازم و قابل توجیه را کسب کرد یا خیر. لذا باید در نظر داشت که در کنار محاسبات مالی قوانین محدود کننده ای نیز وجود دارد که می تواند دستیابی به نقطه سربه سر را تا حد زیادی به تاخیر بیندازد و در صورتی که این فاصله غیر قابل توجیه باشد، باید در سرمایه گذاری تجدید نظر شود.

آنچه از برابند تحقیق مشاهده می شود این است که در قیمت گذاری برای خدمات ورزشی باید عوامل متعددی را در نظر گرفت و بر اساس مدل شاخص های مختلفی بر قیمت گذاری اثرگذار

هستند. باید در قیمت گذاری در نظر گرفت که خدمات در چه محیطی و برای چه مشتریانی ارائه می شود و توان پرداخت مشتریان نسبت به کیفیت خدمات چگونه است. از طرفی باید قیمت گذاری به گونه ای باشد که در کنار قابل رقابت بودن با رقبای همسو با قوانین مصوب سازمان های مرجع باشد و قیمت منطقی بر اساس ارزش خدمات و منطبق بر قانون در نظر گرفته شود.

فهرست منابع

۱. زارع زاده مهریزی، محبوبه. میرمحمدی صدآبادی، محمد. (۱۳۹۸). بررسی تاثیر بازاریابی بر موفقیت محصول جدید با توجه به نقش میانجی متغیرهای سرمایه فکری و قابلیت یادگیری سازمانی. مجله مدیریت بازاریابی. دوره ۱۰. شماره ۲۷. صص ۳۵-۵۷
۲. عزیز، شهریار. مکی زاده. وحید. جمالیه بسطامی، بهتاش. (۱۳۹۷). مدل عملکرد صادراتی با رویکرد توانمندی های بازاریابی در صنعت نرم افزار ایران. فصلنامه علمی-پژوهشی مدیریت فناوری اطلاعات. دوره ۳. شماره ۶.
۳. کنعانی، آمنه. (۱۳۹۴). اولویت بندی عوامل مؤثر بر بازاریابی و فروش محصول جدید در کسب و کارهای کوچک و متوسط حوزه زیست- فناوری غذایی. فصلنامه توسعه کارآفرینی. دوره ۸. شماره ۲. صص ۲۲۳-۳۵۲
4. Barclay, I. and Dann, Z. (2017). "New-Product-Development Performance Evaluation: A Product-Complexity-Based Methodology", IEE Proc. –Sci. Meas. Technol., Vol. 147, No. 2, pp. 41 – 55.
5. BARILLAS, F., SHANKEN, J (2018). Comparing Asset Pricing Models. Quantitative Finance, 16.
6. Bayer, C., Fazel, P., Gatheral, J (2020). Pricing under rough volatility. Quantitative Finance , Volume 21: 887-904
7. Bragg, M,A., Roberto, C,A., Harris, J,L., Brownell, K,D., Elbel, B. (2018). Marketing Food and Beverages to Youth Through Sports. Journal of Adolescent Health, 62, 5-13.
8. Chang W., Eun Park J., Chaiky, S., (2019). How does crm technology transform into organizational performance? A mediating role of marketing capability. Journal of Business Research. JBR-06874, pp. 1-7.
9. Cunningham, G, B., Fairley, S., Ferkinsc, S., Kerwin, S., Lock, D., Shaw, S., Wicker, P. (2018). eSport: Construct specifications and implications for sport management. Sport Management Review, 21, 1–6.
10. David A. Griffith, Hannah S. Lee, Chang Seob Yeo, Roger Calantone, (2014) "Marketing process adaptation: Antecedent factors and new product

performance implications in export markets", *International Marketing Review*, Vol. 31 Issue: 3, pp.308-33

11. DellaVigna, S., Gentzkow, M (2019). Uniform Pricing in U.S. Retail Chains. *The Quarterly Journal of Economics*, 134(4), November 2019: 2011–2084

12. Fang, S.R. Chang, E. Ou, C. Chou, C.H. (2017) "Internal market orientation, market capabilities and learning orientation", *European Journal of Marketing*, Vol. 48 Issue: 1/2, pp.170-192

13. Huth, C., Kurscheidt, M (2019). Membership versus green fee pricing for golf courses: the impact of market and golf club determinants. *European Sport Management Quarterly*, 19(3): 331-352

14. Kim, N. Shin, S. Min, S. (2016). Strategic marketing capability: Mobilizing technological resources for new product advantage. *Journal of business research*, Vol 69, No 12. Pp 5644-5652

15. Kirkpatrick, N., Pederson, J., White, D. (2018). Sport business and marketing collaboration in higher education. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education* 22. 7–13

16. Khorsandifard, M., Ismaelzadeh, M.R. (2016). Effect of Competitive Intelligence on the Chaotic Management in the Sports Administrators of Khorasan Razavi Province. *International Journal of Social Sciences and Humanities Research*. V (5): 1: 33-43.

17. Morehead, C., Shapiro, S., Madden, T., Reams, L., McEvoy, C (2017). Athletic Ticket Pricing in the Collegiate Environment. *European Sport Management Quarterly*, 18(2): 341-359

18. Morgan, N.A., Vorhies, D. W., Mason, C. H., (2019). Market orientation, marketing capabilities and firm performance, *Strategic Management Journal*, 30(8), pp. 909-920

19. Shapiro, S., Dwyer, B., & Drayer, J. (2017). Examining the role of price fairness in sport consumer ticket purchase decisions. *Sport Marketing Quarterly*, 25(4), 227-240.

20. Smirnova, M., Naudé, P., Henneberg, S.C., Mouzas, S., & Kouchtch, S.P., (2017). The impact of market orientation on the development of relational capabilities and performance outcomes: The case of Russian industrial firms, *Industrial Marketing Management*, 40, pp. 44 53.

21. Song, M., Droge, C., Hanvanich, S., Calantone, R., (2017). Marketing and technology resource complementarity: An analysis of their interaction effect in two environmental contexts. *Strategic Management Journal*, 26(3), pp. 259-276.

22. Suwannaporn, P., and Speece, M. (2020), "Marketing research and new product development success in Thai food processing", *Agribusiness*, Vol, 19, pp, 169-188.

23. Svendsen, M.F Haugland, S.A Grønhaug, K. Hammervoll, T. (2018) "Marketing strategy and customer involvement in product development", European Journal of Marketing, Vol. 45 Issue: 4, pp.513-53
24. Watanabe, N. and Soebbing, B. (2017). Chinese Super League: attendance, pricing, and team performance", Sport, Business and Management, 7(2): 157-174.

Pricing Strategies in the Centers Offering Sports Services (Swimming pools, Gyms, Massage centers)

Seyedeh Shirin Derakhshandeh Ghahfarokhi*

PhD, Islamic Azad University of Mashhad, Mashhad, Iran

Abstract

The present study was conducted with the aim of pricing strategies of sports service centers (swimming pools, sports clubs, Massage centers). This research is an exploratory research and was conducted by combined method. The statistical population of the study included sports business managers, sports marketing professors and experts and sports marketing managers who were examined by the method of snowball to saturation and finally interviewed 30 people. The research tool includes a semi-structured interview and was used to analyze the information of the grounded theory process and the research items were identified and identified and analyzed through three phases of open coding, categorical coding and axial coding of research interviews. . Q-Max Data software was used to analyze the data. The findings showed that the final dimensions of sports services pricing in swimming pools and massage parlors have six dimensions including economic environment, rules, market environment, competitors, product value and cost. It can be concluded that in pricing for sports services, several factors should be considered in what environment and services are provided to customers and how customers are able to pay for the quality of services and in addition to being competitive with competitors, in line with The rules are reasonable and the price is based on the value of the service and in accordance with the law.

Keywords: pricing, sports services, sports clubs

Corresponding author's email: (shirin_derakhshandeh@yahoo.com)

Contents

An Investigation of the Role of Self-confidence in the Sports Success of the Students Participating in Free Time Activities (Volleyball)	1
Reza Aminzadeh, Bahador Azizi, Mohamad Khazaei	
The Role of Physical-activity-based Free Time in the Efficiency of the Education Ministry Teachers in the City of Shiraz	18
Maziar Hatami, Afsaneh Rohany	
The Impact of the Relationship between Physical Activities and Female Teachers' Self-esteem and Social Vitality	29
Tahereh Nedaei, Hossein Alimohamadi, Javad Adabi Firoozjah, Fatemeh Asgari	
Evaluation of Technical Knowledge of Gilan Coaches vs Sports Trainees	45
Jalil Pourzarnegar	
Devising the Pattern of Attachment Style and Social Compatibility of the Students in Alborz Physical Education Vocational Schools	57
Hossein Poorsoltani Zarandi	
Pricing Strategies in the Centers Offering Sports Services (Swimming pools, Gyms, Massage centers)	71
Seyedeh Shirin Derakhshandeh Ghahfarokhi	

Modern ideas in educational sports

Imamreza International University

Vol. (1), No. (1), Spring 2024

Shapa: ISSN3060-6128

Address: Seasonal Office, No. 2298,

Holy Mashhad, Palestine Square, Shahid Montazeri Boulevard, between 5 and 7

Montazeri, Imam Reza International University (AS)

Tell:0098 51 38041 (1158)

Fax:0098 51 38041 (1158)

Web: www.JGK.imamreza.ac.ir

Email: ntes.imamreza.ac.ir/

Publisher: Imam Reza International University

Editorial Director: DR Mehdi Esfahani Ph.D) (Assistant Professor, Geography group of Shahid Beheshti University)

Editor-in-chief: DR Vahid Saatchian

(Ph.D) (Assistant Professor, Geography group of Shahid Beheshti University)

Editorial Board:

DR Mehdi Talebpoor Professor Sport Management and Motor Behavior

Ferdowsi University of Mashhad

DR Habib Honari Professor of Physical Education and Sports Sciences Allameh

Tabataba'i University

DR Hossein Ali Mohammadi Assistant Professor University of Qom

DR Hossein Eidi Associate Professor, Sport Management, Razi University,

Kermanshah, Iran

DR Farzam Farzan Associate Professor of sport management and leisure studies, university of mazandaran

DR Mohammad Keshtidar Associate Professor Sport Management and Motor Behavior Ferdowsi University of Mashhad

DR Faride Hadavi Full professor, Sport Management, Azad university,

Eslamshahr

Executive Director: Reyhane Salari

Editor: Aida Firozian Poursafahani

layout: Zahra Shojaei

English Text Editor: Akram Hosseini

