

## **Validation of Body Confidence Scale in Fundamental Motor Skills**

**Mohammad Tollabi<sup>1</sup>, Jamal Fazel Kalkhoran<sup>2</sup>, Alireza Babaei Mazreno<sup>3\*</sup>, Fatemeh Sadat Tabatabaei<sup>4</sup>**

1. Ph.D. Student of Motor Behavior. Faculty of Sport Sciences and Health, Tehran University, Tehran, Iran

2. Assistant Professor, Department of Motor Behavior, University of Tehran, Tehran, Iran

3. Department of Sport Sciences, Isfahan (Khorasgan) Branch, Islamic Azad University, Isfahan, Iran

4. Ph.D. in TEFL, Farhangian University, Yazd, Iran

Corresponding Author Email: : alireza.babaei.m@gmail.com

---

### **Abstract**

The purpose of the present study was to investigate the psychometric properties of Persian version of the Physical Self-Confidence Scale (PPSCS) of fundamental movement skills among adolescents (12- to 14-year-old). The population included all female and male students of high schools in Karaj. The sample selected randomly by cluster sampling. The instrument was the Physical Self-confidence Scale in fundamental movement skills that developed by Mc Graein et al. (2016). The mean and standard deviation of movement variables, balance and object control were  $7.7\pm 1.6$ ,  $7.78\pm 2$ ,  $7.78\pm 1.8$  in girls and  $7.66\pm 1.9$ ,  $2.3\pm 2$  in boys, respectively. It was  $7.68\pm 2$ ,  $7.31$ , so the results of this research confirmed the existence of three related but separate factors (movement, object control and balance). The results confirmed the existence of three correlated but distinct factors (motion, object control, and equilibrium). It can say that this scale is a reliable and valid instrument for assessing physical self-confidence in fundamental movement skills for adolescents

**Keywords:** Physical Self-confidence, Validity, Reliability, Adolescents, Fundamental Motor Skills.

### **To cite this article:**

---

Tollabi. Mohammad, Fazel Kalkhoran. Jamal, Babaei Mazreno\*. Alireza, Tabatabaei. Fatemeh Sadat (2023). Validation of Body Confidence Scale in Fundamental Motor Skills. *Physical education and student health studies*. 2 (6): 49-64.

---

## مطالعات تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۹/۳۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۰۱

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۵/۱۴

### اعتباریابی مقیاس اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه

محمد طلایی<sup>۱</sup>، جمال فاضل کلخوران<sup>۲</sup>، علیرضا بابایی مزرعه نو<sup>۳\*</sup>، فاطمه سادات طباطبایی<sup>۴</sup>

۱. دانشجوی دکتری رفتار حرکتی، دانشکده علوم ورزشی و تندرستی، دانشگاه تهران.
۲. دانشیار دانشکده علوم ورزشی و تندرستی، دانشگاه تهران.
۳. دکتری فیزیولوژی ورزشی، آموزش و پرورش ناحیه ۲ یزد.
۴. دبیر زبان انگلیسی آموزشگاه‌های شهر یزد. دکترای آموزش زبان انگلیسی، دانشگاه ایلام.

\* ایمیل نویسنده مسئول: afsaneh.sharifi67@gmail.com

#### چکیده

حاضر، بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی مقیاس اعتماد به نفس بدنی نوجوانان در مهارت‌های حرکتی پایه (دامنه سنی ۱۴-۱۲ سال) بود. جامعه آماری شامل همه دانش آموزان دختر و پسر دوره اول متوسطه شهر کرج بودند. نمونه مورد بررسی بصورت تصادفی خوشه‌ای مرحله‌ای انتخاب شد. ابزار اندازه‌گیری مقیاس اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه مک‌گرن و همکارانش (۲۰۱۶) بود. میانگین و انحراف معیار متغیرهای حرکتی، تعادل و کنترل شی بترتیب در دختران  $1/6 \pm 7/7$ ،  $2 \pm 7/78$ ،  $1/8 \pm 7/78$  و در پسران  $1/9 \pm 7/66$ ،  $2 \pm 7/31$ ،  $2 \pm 7/68$  بود، لذا نتایج این پژوهش وجود سه عامل همبسته ولی مجزا (حرکتی، کنترل شی و تعادل) را تأیید کرد. می‌توان گفت که این مقیاس ابزاری قابل اعتماد و روا برای سنجش اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه برای نوجوانان می‌باشد.

**واژه‌های کلیدی:** اعتماد به نفس بدنی، روایی، پایایی، نوجوانان، مهارت‌های حرکتی پایه.

#### به این مقاله این گونه استناد کنید:

طلایی، محمد؛ فاضل کلخوران، جمال؛ بابایی مزرعه نو، علیرضا\*؛ طباطبایی، فاطمه سادات. (۱۴۰۲). اعتباریابی مقیاس اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه. مطالعات تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی، ۲(۱)، ۴۹-۶۴.

## مقدمه

بخش مهمی از تعلیم و تربیت، مربوط به تربیت بدنی است که با استفاده از حرکت و فعالیتهای بدنی، جریان رشد را در تمام ابعاد وجودی انسان تسهیل مینماید و سبب شکوفایی استعدادها می شود و به عنوان یک پدیده اجتماعی، به دلیل تنوع در کارکردها، اثرهای متقابلی روی سایر پدیده های اجتماعی دارد. توسعه تربیت بدنی و ورزش در مدارس زمینه ساز تأمین و تربیت نیروی انسانی سالم است و بخشی از برنامه های توسعه ملی است (قنبری و همکاران، ۲۰۱۹). همین امر سبب شده امروزه بسیاری از سازمان ها و نهادهای فرهنگی و اجتماعی محور، به تربیت بدنی و ورزش توجه ویژه ای داشته باشند و نقش آن را خصوصاً در سنین پایه و مدارس، پررنگ و مهم قلمداد کنند. این توجه از انجایی اهمیت دارد که شخصیت افراد در مدارس رشد می یابد و بر اساس شواهد و مدارک موجود، زنگ ورزش بهترین زمان و مکان برای پرورش و قالب بندی دیدگاه ها و شخصیت نوجوانان و کودکان است (سلطانی و همکاران، ۱۴۰۰).

از موضوع های مهم حوزه روانشناسی، «شخصیت» و «خویشتن» است. به طور کلی شخصیت، بیانگر صفات، خصوصیات و رفتاری است که به عنوان منش انسانی به صورت دائمی تجلی می کند و منحصر به فرد است. این ویژگی ها و خصوصیات رفتاری می توانند ذاتی یا اکتسابی باشند (شیرازی، ۱۳۸۸). یکی از این خصوصیات مؤثر در شکل گیری رفتار و شخصیت فرد، اعتماد به نفس است که یکی از نیازهای اساسی انسان در تمام مراحل زندگی داشتن میزان معینی از آن می باشد. در یکی از جامع ترین تعاریف، اعتماد به نفس یا خودباوری را اعتماد به خود، باور و اطمینان به توانایی ها و قضاوت های خود می داند (حسینی، ۱۳۸۶). در حوزه روانشناسی ورزشی، نیز زیرشاخه ای از اعتماد به نفس، اعتماد به نفس ورزشی است که به عنوان «باور یا میزان اطمینان فرد به توانایی خود برای موفقیت در ورزش» تعریف شده است. اعتماد به نفس ورزشی از نیازهای روانشناختی اساسی است که موفقیت های ورزشی را تضمین می کند (ویلی، ۲۰۰۱).

روانشناسان ورزشی برای مطالعه اعتماد به نفس ورزشی از سه رویکرد استفاده کرده اند که عبارت است: ۱. نظریه خودکارآمدی بندورا (باندورا، ۱۹۹۷)؛ ۲. مدل ادراک صلاحیت (هارتر، ۱۹۷۸) و ۳. توقعات عملکرد (کوربین، ۱۹۸۱). بنابراین عملیاتی کردن اعتماد به نفس، به طور معتبر و صحیح، پیش بینی دقیق تر عملکرد ورزشی را در اجراهای مختلف امکان پذیر می کند. از این رو دستیابی به پیشرفت های مهم در حیطه اعتماد به نفس نیازمند مفهوم سازی و ابزار سازی ویژه می باشد.

در گذشته، تقریباً تمام سنجش های روانشناختی که در روانشناسی ورزشی مورد استفاده قرار می گرفت، برگرفته از روانشناسی عمومی بود و پرسش نامه ها، ویژگی های پایدار و ناپایدار شخصیت را بدون ارتباط با ورزش یا فعالیت بدنی اندازه گیری می کردند. لیکن، در سال های اخیر این باور مطرح شده است که سنجش وابسته به موقعیت، در مقایسه با رفتار در موقعیت های ویژه، پیش بینی دقیق تری می کنند. در واقع روانشناسان ورزشی در پی موقعیت هایی هستند تا آزمون هایی را به وجود آورند که ویژگی های پایدار و ناپایدار شخصیت را در زمینه های ورزشی به گونه ای معتبرتر و پایاتر اندازه گیری کنند (واعظ، ۱۳۸۷).

1. Self-Confidence
2. Perceived competence model
3. Performance expectations

یکی از بهترین مدل‌های اعتماد به نفس ورزشی، مدل ویلی (۲۰۰۱) است که در حوزه روان‌شناسی ورزشی ایجاد شده و تکامل یافته است (ویلی، ۲۰۰۱). این مدل در تبیین ارتباط بین اعتماد به نفس ورزشی عمومی و اعتماد به نفس ورزشی وابسته به موقعیت بسیار مفید است. منابع اعتماد به نفس ورزشی در این مدل شامل تسلط بر مهارت، نمایش توانمندی، آمادگی جسمانی-روانی، نمایش جسمانی، حمایت اجتماعی، تجارب مشاهده‌ای، رهبری مربی، آسایش محیطی و شرایط موافق می‌باشد (قنبری، ۱۳۹۸).

از طرفی، مشکلاتی که استفاده از آزمون‌های روان‌شناختی را در ورزش دشوار می‌کند استفاده از آنها برای کسانی که در سنین دوره‌های دبستان، متوسطه اول و دوم هستند، با مسائل روش‌شناختی روبروست. بنابراین بهتر است ابتدا آزمون‌های معتبر روان‌شناسی که در سنین مدرسه‌ای قابل استفاده هستند، شناسایی و انتخاب شده و میزان روایی و پایایی آنها، با توجه به شرایط بوم‌شناختی کشور، تعیین شود. در این راستا مک‌گرین، بلتون، پاول، وودز و ایسسترل (۲۰۱۶) مقیاس اعتماد به نفس بدنی مهارت‌های حرکتی پایه و نحوه ارزیابی آن را، طراحی کردند.

مهارت‌های حرکتی پایه، اساس یادگیری مهارت‌های ورزشی هستند و فراگیری الگوی مناسب مهارت‌های حرکتی پایه با اکتساب حرکات ارادی بعدی ارتباط دارد (هندز، ۲۰۰۸). این مهارت‌ها به سه گروه اصلی تقسیم می‌شوند که عبارتند از: ۱. مهارت‌های پایداری مانند؛ تعادل ایستا و پویا و حرکات محوری، ۲. توانایی‌های جابجایی مانند؛ راه رفتن، دویدن، پریدن، لی‌لی کردن و ...، ۳. توانایی‌های دستکاری مانند؛ پرتاب از بالای شانه و دریافت کردن (گراف، ۲۰۰۴).

امروزه ثابت شده است که شایستگی در مهارت‌های حرکتی پایه، بر قابلیت‌های دانش‌آموزان در بسیاری از زمینه‌ها تأثیر می‌گذارد. بدون تبخّر در مهارت‌های حرکتی پایه، احتمال موفقیت آن‌ها در بسیاری از مهارت‌های حرکتی در زندگی روزمره کاهش می‌یابد (کرچمر، ۱۹۹۲). مشاهده شده که نوجوانان با تبخّر حرکتی بهتر، در مقایسه با هم‌سالان خود که تبخّر حرکتی ضعیفی دارند، بیشتر در فعالیت‌های بدنی درگیر می‌شوند (فیشر، ۲۰۰۵). در این راستا، اسمیت و کفیز (۲۰۰۶) مطرح کردند که مهارت‌های حرکتی پایه مانند پریدن، لی‌لی کردن، سرخوردن، پرتاب و دریافت کردن، برای یادگیری مهارت‌های ورزشی لازم و ضروری هستند (اسمیت، ۲۰۰۶). بنابراین نوجوانانی که در مهارت‌های حرکتی پایه ضعیف هستند، در نتیجه سبک زندگی بی‌حرکی را انتخاب می‌کنند تا از در معرض دید قرار گرفتن این کمبودهای حرکتی جلوگیری کنند.

پژوهش‌های کنونی روی دانش‌آموزان از ابزارهایی با جامعیت و اعتبار پایین برای ارزیابی فعالیت بدنی و مهارت‌های حرکتی پایه استفاده کرده‌اند (گراف، ۲۰۰۴) و روش‌های قبلی ارزیابی مهارت‌های حرکتی پایه دارای محدودیت‌هایی بوده‌اند؛ از جمله این که برای بزرگسالان طراحی شده‌اند و نه کودکان و نوجوانان (مازاردو، ۲۰۰۸). بنابراین اهمیت زیادی دارد که ابزارهای ارزیابی برای جامعه مورد آزمون معتبر باشند. هم‌چنین ارزیابی مهارت‌های حرکتی پایه نیز با محدودیت‌هایی روبرو بوده‌است و کمبود اعتبار و نداشتن رویکردی جامع به مهارت‌های حرکتی پایه، اغلب مطالعات را به چالش کشیده‌است (رید، ۲۰۰۴).

ابزارهای مختلفی وجود دارد که خود کارآمدی ۱ و شایستگی حرکتی ادراک شده ۲ در یک مقیاس بزرگ تر برای مثال نیمرخ خود ادراکی بدنی ۳ را ارزیابی می کند. نیمرخ خود ادراکی بدنی از چهار حیطه خود ادراکی: شایستگی ورزشی، بدن جذاب، قدرت بدنی و وضعیت بدنی که همه آنها شامل عباراتی در باره اعتماد می باشند تشکیل شده است (بارنت، ۲۰۱۴). مشخصات خود ادراکی بدنی، پیشتر توسط بارنت و همکاران، (۲۰۱۵) مورد استفاده قرار گرفته که با این حال ۱. مشخصات خود ادراکی بدنی، مختص یک مهارت خاص نیست، و ۲. سازه اعتماد به نفس به عنوان یک سازه خاص و مجزا را اندازه گیری نمی کند. لذا، یکی از محدودیت های پژوهش آنها فقدان یک ابزار برای ارزیابی درک شایستگی حرکتی خاص مهارت حرکتی پایه در میان نوجوانان بوده است (بارنت، ۲۰۱۵). این امر باعث ساخت مقیاس تصویری خاص مهارت حرکتی پایه شد که برای ارزیابی کودکان از درک شایستگی حرکتی خود بر اساس مهارت ها از دومین ویرایش آزمون رشد حرکتی درشت اولریخ-، مورد استفاده قرار گرفت (اولریچ، ۲۰۰۰). بارنت و همکاران، (۲۰۱۵) مقیاس را برای کودکان استفاده کردند که مقیاس تصویری مناسب بود. ولی برای نوجوانان مقیاسی مانند مقیاس طیف لیکرت مناسب تر است (هارتر، ۱۹۸۴). بنابراین مک گرین و همکاران (۲۰۱۶) مقیاس اعتماد به نفس بدنی ۴ مهارت های حرکتی پایه ۵ در طیف لیکرت و سه عامل حرکتی، کنترل اجسام و تعادل و اعتماد به نفس کلی تهیه نمودند (مک گرین، ۲۰۱۶).

از آنجایی که اندازه گیری سطوح اعتماد به نفس بدنی نوجوانان برای دختران و پسران مهم است و ممکن است تفاوت های جنسیتی که کاهش فعالیت بدنی در طول نوجوانی به ویژه در میان دختران را توضیح دهد وجود داشته باشد و با توجه به مطالب عنوان شده، تعیین اعتباریابی مقیاس اعتماد به نفس بدنی در کارهای پژوهشی و بالینی از اهمیت خاصی برخوردار است. از آنجایی که تحقیقاتی که در ایران برای ساخت ابزاری برای تعیین اعتباریابی مقیاس اعتماد به نفس بدنی انجام شده است، ابزار محقق ساخته بوده که روایی و اعتبار آن نقص هایی دارد که نمیتوان به آنان اعتماد و اطمینان زیادی کرد.

بارنت و همکاران، (۲۰۱۵) با اندازه گیری اعتماد به نفس بدنی این گروه سنی کسانی که حمایت و توجه ویژه می خواهند مشخص خواهند شد. هم چنین اگرچه پژوهش هایی در زمینه بررسی ویژگی های روان سنجی پرسش نامه های اعتماد به نفس و ساختارهای مربوط به آن توسط پژوهشگران در ایران انجام شده است (فارسی، ۱۳۹۳ و واعظ موسوی، ۱۳۸۷). ولی تاکنون مطالعه ای در خصوص سنجش روایی و پایایی مقیاس اعتماد به نفس بدنی در مهارت های حرکتی پایه برای نوجوانان با طیف لیکرت گزارش نشده است. بنابراین با توجه به خلأ موجود در کشور، ابزاری که اعتماد به نفس بدنی نوجوانان در رابطه با مهارت های حرکتی پایه را اندازه گیری کند مشاهده نشد و این پژوهش با هدف تعیین روایی و پایایی مقیاس اعتماد به نفس بدنی در مهارت های حرکتی پایه با طیف لیکرت در بین دانش آموزان نوجوان انجام شد.

1. Self-efficacy
2. Perceived motor competency
3. Physical Self Perception Profile
4. Physical self-confidence scale
5. Fundamental movement skills

## روش شناسی

با توجه به ماهیت مطالعه حاضر روش پژوهش مورد استفاده در این مطالعه، توصیفی از نوع پیمایشی و از نظر هدف، کاربردی می‌باشد. جامعه آماری این پژوهش شامل تمام دانش‌آموزان دختر و پسر دوره اول متوسطه ( $0/37 \pm 13/42$ ) نواحی چهارگانه شهر کرج که در سال تحصیلی ۱۳۹۵-۱۳۹۶ در این شهر مشغول به تحصیل بوده‌اند می‌باشد. بر اساس جدول کربجسی و مورگان ۱ حجم نمونه آماری ۴۲۰ نفر (با توجه به افت نمونه) مشخص گردید (۲۱۰ نفر دانش‌آموز دختر و ۲۱۰ نفر دانش‌آموز پسر). هم‌چنین با توجه به این که نمونه مورد نیاز در مطالعات تحلیل عاملی به ازای هر گویه پرسش‌نامه، ۱۰ آزمودنی پیشنهاد شده است (کلین، ۲۰۱۵) و این مقیاس شامل ۱۵ گویه است، لذا نمونه ۴۲۰ نفری مکفی است. در این پژوهش با توجه به ماهیت جامعه مورد نظر از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای استفاده شد؛ به طوری که از بین نواحی چهارگانه آموزش و پرورش شهر کرج دو ناحیه به صورت تصادفی ساده یعنی نواحی دو و چهار انتخاب شدند. سپس با توجه به مدارس در هر ناحیه از هر یک از نواحی آموزشی انتخاب شده دو مدرسه دخترانه و دو مدرسه پسرانه به صورت تصادفی ساده از لیست مدارس و در نهایت از هر یک از مدارس سه کلاس در پایه‌های هفتم، هشتم و نهم به صورت تصادفی ساده انتخاب شدند. پس از اجرای مقدماتی ۲ (روی ۵۷ نفر دانش‌آموز) و انجام اصلاحات، مقیاس بین ۴۲۰ دانش‌آموز توزیع گردید. تعداد ۳۵ پرسش‌نامه یا دارای نواقص بسیار بودند که حذف شدند یا برگشت داده نشدند. در نهایت، داده‌های ۳۸۵ پرسش‌نامه وارد نرم‌افزار و تحلیل شدند. پرسش‌نامه اعتماد به نفس بدنی از دو قسمت تشکیل شده است. ۱. مشخصات فردی، که برای جمع‌آوری اطلاعات جمعیت شناختی، دربرگیرنده دو گویه (شامل جنسیت و تاریخ تولد) و راهنمای امتیازگذاری مقیاس می‌باشد؛ و ۲. پرسش‌نامه اعتماد به نفس بدنی، که شامل ۱۵ گویه در طیف ۱۰ ارزشی لیکرت در دامنه یک (اصلاً مطمئن نیستم) تا ۱۰ (خیلی به خودم مطمئن هستم) امتیازگذاری شده است. کمترین امتیاز ۱۵ و بیشترین امتیاز ۱۵۰ است. نسخه اصلی این مقیاس، به زبان انگلیسی و در کشور ایرلند ساخته شده است. مک‌گرن و همکاران (۲۰۱۶) این پرسش‌نامه را در حوزه اندازه‌گیری مهارت‌های حرکتی پایه ساخته‌اند. که در آن شرکت‌کنندگان درک‌شان از اعتماد به نفس در انجام ۱۵ مهارت حرکتی پایه امتیازگذاری می‌کنند. ۱۲ مورد از این گویه‌ها از مهارت‌هایی بودند که در پرسش‌نامه رشد حرکتی درشت ۲ (دویدن، جهیدن، یورتمه‌رفتن، سرخوردن از پهلو، پرش طول، پرتاب کردن، دریافت-کردن، ضربه با پا، ضربه‌زدن با چوب، غلتاندن توپ، لی لی کردن و دریل متوالی) ارزیابی می‌شدند و سه گویه باقی مانده بر اساس سه مهارت دیگر (پريدن از بالای یک شی، تعادل روی نیمکت با یک پا و پرش عمودی جفتی) اضافه شده است. پایایی مقیاس به روش آزمون-آزمون مجدد و به فاصله هفت روز در یک زیر نمونه‌ای از ۶۷ نفر شرکت‌کننده،  $0/92$  بدست آوردند که نشان‌دهنده پایایی بسیار خوب است. روایی همزمان با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون بین این مقیاس و مشخصات خود ادراک بدنی،  $0/72$  در سطح معناداری کمتر از  $0/001$  گزارش شده است که همبستگی مثبت و قوی می‌باشد. هم‌چنین ضریب همبستگی هر یک از مهارت‌های مقیاس با عوامل مقیاس مشخصات خود ادراک بدنی، مثبت و قوی بوده و در سطح کمتر از  $0/01$  معنادار بوده است. برای ارزیابی تفاوت‌های جنسیتی و تعیین سطح اعتماد به نفس بدنی در همه مهارت‌ها،  $376$  نوجوان (۱۸۳ دختر و ۱۹۳ پسر) با میانگین سنی  $13/78$  و انحراف معیار  $1/21$ ، مقیاس اعتماد به نفس بدنی را تکمیل کردند که نتایج نشان‌دهنده تفاوت‌های جنسیتی در اعتماد به نفس بدنی بود. بدین معنی که تفاوت‌های جنسیتی در هر یک از مهارت‌های اعتماد به نفس بدنی، پسران به‌طور معناداری بالاتر از دختران بودند که در اعتماد به نفس بدنی کلی و کنترل اشیاء به‌طور قابل توجهی پسران بالاتر از دختران بودند (مک‌گرن، ۲۰۱۶). روش‌های آماری مورد استفاده در این پژوهش شاخص‌های آمار توصیفی و استنباطی بود. از آمار توصیفی جهت محاسبه شاخص‌های مرکزی و پراکندگی استفاده شد. برای برآورد

روایی مقیاس، از روش ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. جهت پایایی مقیاس از ضریب آلفای کرونباخ و ضریب همبستگی پیرسون استفاده گردید. برای بررسی نرمال بودن داده‌ها و همگنی واریانس‌ها از آزمون‌های کلموگروف-اسمیرنوف و لون، هم‌چنین آزمون تی گروه‌های مستقل جهت بررسی تفاوت‌های جنسیتی بهره گرفته شد. عملیات‌های آماری در سطح معناداری ۵ درصد با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۱ انجام گرفت.

### یافته‌ها

شاخص‌های توصیفی مقیاس اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه دختران و پسران نوجوان در جدول ۱ قابل مشاهده است. گویه ۱۰ (ضربه با پا به توپی که روی زمین مقابل شما قرار گرفته است). بیشترین میانگین، برابر ۸/۸ و گویه ۱۱ (ضربه زدن با چوب (چوگان) به توپ غیر متحرکی که در مقابل و هم ارتفاع لگن شما قرار گرفته است). کمترین مقدار ۶/۳ به دست آمده است. هم‌چنین میانگین کل مقیاس برابر ۱۱۵/۲ می‌باشد.

جدول ۱. شاخص‌های آماری مقیاس اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه

مؤلفه‌ها	شاخص آماری	فراوانی	درصد	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف استاندارد
تعداد کل نمونه	۳۸۵	۱۰۰	-	-	-	-	-
تعداد دختران در نمونه	۲۰۱	۵۲/۲	-	-	-	-	-
تعداد پسران در نمونه	۱۸۴	۴۷/۸	-	-	-	-	-
سن دختران	-	-	-	۱۲/۷۵	۱۴/۲۵	۱۳/۳۹	۰/۳۳
سن پسران	-	-	-	۱۲/۸۳	۱۴/۳۳	۱۳/۴۶	۰/۴۰
سن کل نمونه	-	-	-	۱۲/۷۵	۱۴/۳۳	۱۳/۴۲	۰/۳۷
گویه ۱	-	-	-	۱	۱۰	۸/۳	۲/۴
گویه ۲	-	-	-	۱	۱۰	۷/۳	۲/۸
گویه ۳	-	-	-	۱	۱۰	۷/۹	۲/۶
گویه ۴	-	-	-	۱	۱۰	۷/۴	۲/۸
گویه ۵	-	-	-	۱	۱۰	۶/۷	۳/۱
گویه ۶	-	-	-	۱	۱۰	۷	۲/۹
گویه ۷	-	-	-	۱	۱۰	۷	۲/۷
گویه ۸	-	-	-	۱	۱۰	۷/۲	۳/۲
گویه ۹	-	-	-	۱	۱۰	۷/۹	۲/۴
گویه ۱۰	-	-	-	۱	۱۰	۸/۸	۲/۳
گویه ۱۱	-	-	-	۱	۱۰	۶/۳	۳/۴
گویه ۱۲	-	-	-	۱	۱۰	۷/۵	۳
گویه ۱۳	-	-	-	۱	۱۰	۸/۴	۲/۴
گویه ۱۴	-	-	-	۱	۱۰	۸/۷	۲/۵
گویه ۱۵	-	-	-	۱	۱۰	۸/۶	۲/۴
عامل اول (حرکتی)	-	-	-	۳/۵	۱۰	۷/۶۸	۱/۸

عامل دوم (تعادل)	-	-	۲	۱۰	۷/۵۵	۲/۲
عامل سوم (کنترل شیء)	-	-	۳/۲	۱۰	۷/۷۴	۱/۹
کل مقیاس	-	-	۵۴	۱۵۰	۱۱۵/۲	۲۵/۴

### روایی

جهت بررسی روایی<sup>۱</sup> مقیاس از دو روش محتوایی و سازه استفاده شد. که برای تعیین روایی سازه از روش همسانی درونی بهره گرفتیم. روایی محتوایی: برای تعیین روایی محتوایی<sup>۲</sup> مقیاس، از قضاوت هفت متخصص تربیت بدنی در این باره که مهارت‌های مقیاس تا چه میزانی معرف اعتماد به نفس بدنی نوجوانان در انجام مهارت‌های حرکتی پایه می‌باشد استفاده شد که همه متخصصان این مقیاس را در حد بالایی تأیید کردند.

### روایی سازه

روایی سازه<sup>۳</sup> بیشتر جنبه نظری دارد. وقتی که امتیازات حاصل از اجرای مقیاس با مفاهیم و سازه‌های نظریه مورد نظر مربوط باشد، مقیاس دارای روایی سازه است. که در این پژوهش از روش همسانی درونی استفاده شد. روش همسانی درونی<sup>۴</sup>: در این روش پیش بینی می‌شود که امتیاز عامل‌ها با امتیاز کل مقیاس همبستگی زیادی داشته باشد. در ضمن، عامل‌ها نباید با یکدیگر همبستگی زیادی داشته باشند که در جدول ۲ نتایج همبستگی میان عوامل مقیاس اعتماد به نفس بدنی با کل مقیاس و با یکدیگر نشان داده شده است.

جدول ۲. همبستگی میان عوامل مقیاس اعتماد به نفس بدنی با کل مقیاس و با یکدیگر

عامل سوم (کنترل جسم)	عامل دوم (تعادل)	عامل اول (حرکتی)	کل مقیاس	
۰/۸۵**	۰/۷۲**	۰/۸۵**	۱	کل مقیاس
۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰		
۳۸۵	۳۸۵	۳۸۵	۳۸۵	
۰/۵۸**	۰/۴۲**	۱		عامل اول (حرکتی)
۰/۰۰۰	۰/۰۰۰			
۳۸۵	۳۸۵	۳۸۵		
۰/۵۱**	۱			عامل دوم (تعادل)
۰/۰۰۰				
۳۸۵	۳۸۵			
۱				عامل سوم (کنترل جسم)
۳۸۵				

\*\* همبستگی در سطح معناداری ۰/۰۱ (دو دامنه).

1. Validity
2. Content-related validity
3. Construct validity
4. Internal consistency



جدول ۲ نشان می‌دهد که همبستگی عوامل با کل مقیاس برابر  $0/85$ ،  $0/72$  و  $0/85$  بسیار بالا می‌باشد و همبستگی عوامل با یکدیگر هر چند معنادار و تقریباً بالا است (به علت تعداد بالای نمونه،  $385$  نفر) و اینکه از لحاظ مبانی نظری همه عوامل خود یک عامل مهارت‌های حرکتی پایه می‌سنجند. ولی بسیار پایین‌تر از همبستگی عوامل با کل مقیاس است که نشانه‌ای از همسانی درونی قابل قبول برای مقیاس می‌باشد.

### پایایی

برای تعیین پایایی<sup>۱</sup> مقیاس اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه از دو روش استفاده شد: روش بازآزمایی<sup>۲</sup> و روش همسانی درونی (روش دونیمه کردن<sup>۳</sup> و روش ضریب آلفا<sup>۴</sup>).

روش بازآزمایی: در این پژوهش همبستگی به دست آمده از اجرای مجدد مقیاس با فاصله زمانی سه روز روی ۵۷ نوجوان (۳۰ دختر و ۲۷ پسر) برابر  $0/97$  به دست آمد که نشان دهنده پایایی بسیار بالایی است.

### روش همسانی درونی

در این پژوهش از دو روش مختلف همسانی درونی برای برآورد پایایی استفاده شده است.

روش دونیمه کردن مقیاس: در روش دونیمه کردن، مقیاس را یک بار با گروه واحدی از نوجوانان اجرا کرده و پس از اجرا، آن را به دو نیمه، گویه‌های فرد، یک مقیاس و گویه‌های زوج، مقیاس دیگر به حساب آوردیم. ضریب همبستگی حاصل از امتیازات دو نیمه مقیاس ضریب پایایی هر یک از دو نیمه است. برای محاسبه ضریب پایایی کل مقیاس، از فرمول اسپیرمن - براون<sup>۵</sup> استفاده شد. بعد از دونیمه کردن گویه‌های مقیاس به صورت فرد و زوج با نرم افزار آماری اس.پی.اس. اس. ضریب آلفای کرونباخ نیمه اول (گویه‌های ۱، ۳، ۵، ۷، ۹، ۱۱، ۱۳ و ۱۵) برابر  $0/84$  و نیمه دوم (گویه‌های ۲، ۴، ۶، ۸، ۱۰، ۱۲ و ۱۴) برابر  $0/83$ ، هم‌چنین پایایی کل مقیاس با ضریب همبستگی اسپیرمن - براون با طول نابرابر  $0/95$  به دست آمد که حاکی از پایایی بسیار بالای این مقیاس است. لذا مقیاس موجود در نمونه مورد بررسی از همسانی درونی قابل قبول و خوبی برخوردار است.

روش ضریب آلفا: در این روش، اجزا یا قسمت‌های مقیاس برای سنجش ضریب پایایی به کار رفته است. در این پژوهش ضریب آلفا برای کل مقیاس برابر  $0/92$ ، عامل اول، برابر  $0/88$ ، عامل دوم، برابر  $0/84$  و عامل سوم  $0/73$  به دست آمده است که نشان دهنده پایایی قابل توجه مقیاس است. بنابراین میزان آلفای کرونباخ برای عامل‌های مقیاس و کل مقیاس نشان داد که مقیاس موجود در نمونه مورد بررسی از همسانی درونی قابل قبولی برخوردار می‌باشد.

بررسی میزان اعتماد به نفس بدنی در جنسیت

جدول ۳ شاخص‌های توصیفی مقیاس در عوامل و کل مقیاس با در نظر گرفتن جنسیت نشان می‌دهد. میانگین امتیازات دختران از پسران در همه عوامل و در نتیجه کل مقیاس بالاتر می‌باشد.

1. Reliability
2. Test-retest
3. Split-halves
4. Coefficient alpha
5. Spearman - Brown

## جدول ۳. شاخص‌های توصیفی عوامل و کل مقیاس اعتماد به نفس بدنی جهت بررسی تفاوت میانگین‌ها در جنسیت

جنسیت	مؤلفه	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف استاندارد
دختر	عامل اول (حرکتی)	۴/۵	۱۰	۷/۷	۱/۶
	عامل دوم (تعادل)	۳/۶۷	۱۰	۷/۷۸	۲
	عامل سوم (کنترل شیء)	۳/۱۷	۱۰	۷/۷۸	۱/۸
	کل مقیاس	۶۷	۱۵۰	۱۱۶	۲۲
پسر	عامل اول (حرکتی)	۳/۵	۱۰	۷/۶۶	۱/۹
	عامل دوم (تعادل)	۲	۱۰	۷/۳۱	۲/۳
	عامل سوم (کنترل شیء)	۳/۳۳	۱۰	۷/۶۸	۲
	کل مقیاس	۵۴	۱۵۰	۱۱۴	۲۸

به منظور آگاهی از توزیع داده‌ها و بررسی فرض نرمال بودن داده‌های پژوهش از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف و قضیه حد مرکزی استفاده شده است.

نتایج آزمون کلموگروف-اسمیرنوف جهت بررسی نرمال بودن داده‌های کل مقیاس اعتماد به نفس بدنی برابر ۱/۲۲ با سطح معناداری ۰/۱، گروه دختران برابر ۰/۱ با سطح معناداری ۰/۰۸ و گروه پسران ۰/۱۳ و سطح معناداری ۰/۰۷ نشان دهنده این است که توزیع داده‌ها در مجموع هر دو گروه نمونه و گروه دختران و پسران به تفکیک نرمال می‌باشند. همچنین هرگاه حجم نمونه بزرگتر از ۳۰ باشد، با توجه به قضیه حد مرکزی، می‌توان توزیع داده‌ها را نرمال در نظر گرفت؛ بنابراین توزیع داده‌ها در این پژوهش نرمال است.

جهت بررسی همگنی واریانس‌ها در توزیع داده‌های پژوهش از آزمون لون استفاده شده است. که نتایج آزمون لون جهت بررسی همگنی واریانس‌ها به ترتیب عوامل، برابر صفر، ۲/۳۸ و ۲/۵۶ و سطح معناداری ۰/۹۹، ۰/۱۲ و ۰/۱۱ و کل مقیاس اعتماد به نفس بدنی برابر ۲/۴۴ و سطح معناداری ۰/۱۲ می‌باشد که نشان دهنده این است که پراکندگی داده‌ها در هر یک از عوامل و کل مقیاس نرمال می‌باشند. جهت بررسی تفاوت میانگین‌های عوامل و کل مقیاس در دو گروه دختران و پسران با توجه به امتیازگذاری یک تاده گویه‌های مقیاس یک تاده که در مقیاس فاصله‌ای قرار دارد از آزمون تی گروه‌های مستقل استفاده شده است.

## جدول ۴. نتایج آزمون تی گروه‌های مستقل عوامل و کل مقیاس جهت بررسی تفاوت‌های میانگین‌ها در جنسیت

مؤلفه‌ها	آزمون تی	درجات آزادی	سطح معناداری
عامل اول (حرکتی)	-۰/۸۵	۳۸۳	۰/۳۹
عامل دوم (تعادل)	۱/۲۸	۳۸۳	۰/۲۰
عامل سوم (کنترل شیء)	۰/۴۳	۳۸۳	۰/۶۷
کل مقیاس	۰/۱۸	۳۸۳	۰/۸۶

نتایج آزمون تی دو گروه مستقل، در جدول ۴ نشان می‌دهد که میانگین امتیازات دختران و پسران نوجوان در هر سه عامل و کل مقیاس اعتماد به نفس بدنی مهارت‌های حرکتی پایه تفاوت معناداری وجود نداشته است. بنابراین در اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه بین دختران و پسران تفاوت معناداری وجود ندارد.

## بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر، بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی مقیاس اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه در دانش‌آموزان دوره اول متوسطه شهر کرج بود. نتایج نشان داد که میانگین امتیازات دختران و پسران نوجوان در هر سه عامل و کل مقیاس اعتماد به نفس بدنی مهارت‌های حرکتی پایه تفاوت معناداری وجود نداشت، بنابراین در اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه بین دختران و پسران تفاوت معناداری وجود ندارد. این نسخه برگرفته از ابزار اندازه‌گیری مقیاس اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه مک‌گرن و همکارانش (۲۰۱۶) بود. جهت بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس ابتدا برای تعیین روایی محتوایی مقیاس، از قضاوت هفت متخصص تربیت بدنی در این باره که مهارت‌های مقیاس تا چه میزان معرف اعتماد به نفس بدنی نوجوانان در انجام مهارت‌های حرکتی پایه می‌باشد استفاده شد که همه متخصصان این مقیاس را در حد بالایی تأیید کردند. این نتایج با یافته‌های سازنده اصلی مقیاس همراستا بود و ایشان نیز عنوان نموده که تیم متخصص در حوزه مهارت‌های حرکتی پایه ۱۵ مهارت تهیه شده را تأیید کرده‌اند. جهت تعیین روایی سازه مقیاس از روش همسانی درونی استفاده شد که همبستگی عوامل با کل مقیاس برابر  $0/85$  و  $0/72$  و بسیار بالا می‌باشد و همبستگی عوامل با یکدیگر هر چند معنادار است ولی بسیار پایین‌تر از همبستگی عوامل با کل مقیاس است که نشانه‌ای از همسانی درونی قابل قبول برای مقیاس می‌باشد. البته از لحاظ آماری بهتر است که همبستگی‌های عوامل با یکدیگر بسیار پایین باشد ولی این امر به علت تعداد بالای نمونه، (۳۸۵ نفر) که تأثیرگذار در ضریب همبستگی بوده و اینکه از لحاظ مبانی نظری کل مقیاس خود یک عامل کلی یعنی مهارت‌های حرکتی پایه می‌سازد شاید قابل توجیه باشد. با توجه به این که، سازنده مقیاس از این روش استفاده نکرده است و از روایی همزمان با مقیاس مشخصات خودادراکی بدنی ۱ استفاده نموده است و ضریب همبستگی  $0/72$  بدست آورده است و هم چنین ضریب همبستگی هر گویه مقیاس اعتماد به نفس بدنی با عوامل مقیاس مشخصات خودادراکی بدنی به دست آورده که حاکی از روایی خوب مقیاس بوده، با نتایج به دست آمده از روش‌های تعیین روایی این پژوهش نیز در یک راستا می‌باشد. سازنده مقیاس در پژوهش دیگری، همبستگی مقیاس را با آزمون رشد حرکتی درشت ۲۲ بررسی نموده و ضریب همبستگی برابر  $0/30$  به دست آورده است (مک‌گرن، ۲۰۱۶). بنابراین نسخه فارسی این مقیاس نیز با روش‌های متفاوتی که روایی آن بررسی شده است با نتایج سازنده مقیاس همخوانی داشته و نشان‌دهنده روایی خوب این مقیاس در جامعه ایران می‌باشد.

نتایج ضریب همبستگی جهت بررسی پایایی مقیاس ۱ از دوبار اجرای مقیاس به فاصله زمانی سه روز روی ۵۷ نوجوان (۳۰ دختر و ۲۷ پسر) برابر  $0/97$  به دست آمد که نشان‌دهنده پایایی بسیار بالایی برای مقیاس است. این ضریب روی نوجوانان ایرلندی نیز برابر  $0/92$  بود که با این پژوهش همخوانی دارد. هم چنین ضریب آلفای کرونباخ نیمه اول (گویه‌های ۱، ۳، ۵، ۷، ۹، ۱۱، ۱۳ و ۱۵) برابر  $0/84$  و نیمه دوم (گویه‌های ۲، ۴، ۶، ۸، ۱۰، ۱۲ و ۱۴) برابر  $0/83$  و پایایی کل مقیاس با ضریب همبستگی اسپیرمن-براون با طول نابرابر  $0/95$  به دست آمد که حاکی از پایایی بسیار بالا این مقیاس است. البته جهت بررسی پایایی به این روش، سازنده مقیاس اشاره‌ای نکرده است، لذا شرایط قیاس وجود ندارد. در این پژوهش ضریب آلفا برای کل مقیاس برابر  $0/92$ ، عامل اول، برابر  $0/88$ ، عامل دوم، برابر  $0/84$  و عامل سوم  $0/73$  به دست آمده است که نشان‌دهنده پایایی قابل توجه مقیاس است. نتایج بررسی تفاوت جنسیتی در اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه و عوامل آن بین دختران و پسران را نشان نداد که این یافته پژوهش با نتایج مقیاس اصلی در نوجوانان ایرلندی هماهنگی ندارد و پسران نوجوان ایرلندی به طور معناداری بالاتر از دختران در اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه بودند. که به احتمال زیاد به تفاوت‌های فرهنگی، محیطی و مذهبی مرتبط می‌باشد که نتایج پژوهش‌های داخلی نیز تأیید کننده آن می‌باشد (حسینی

1. Physical self-perception profile (PSPP)
2. Test of Gross Motor Development-2nd Edition (TGMD-2)

۱۳۸۶ و واعظ موسوی، ۱۳۷۹). ولی همسویی با تحقیقاتی که به عدم ارتباط معنادار اعتماد به نفس و جنسیت در دانش‌آموزان دبیرستانی (آقاخانی، ۱۳۸۵) و عدم تفاوت معنادار اعتماد به نفس دانش‌آموزان پسر و دختر دوره‌های راهنمایی و متوسطه می‌باشد (حسینی، ۱۳۸۶). همچنین یافته‌های پژوهش نشان داده که بین عزت نفس با جنس ارتباط آماری معناداری وجود دارد و نمره عزت نفس در دختران بیش از پسران بوده است (بابایی، ۱۳۹۴). که این نتایج، هر چند با پژوهش حاضر هم‌خوانی نداشته ولی بالا بودن عزت نفس در دختران تأییدی بر نتایج این پژوهش می‌باشد.

نتایج حاصل از این مطالعه نشان داد که مقیاس اعتماد به نفس بدنی یک ابزار قابل اعتماد و معتبر برای استفاده در نوجوانان است. این اولین ابزار معتبر و قابل اعتماد است که به‌طور خاص برای ارزیابی اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه برای نوجوانان ارائه شده است و یک مقیاس مختصر و کوتاه، برای سهولت استفاده در انجام پژوهش‌های بالینی یا آموزش و پرورش می‌باشد. هم‌چنین این مقیاس در پژوهش‌های آینده، بررسی ارتباط بین اعتماد به نفس بدنی، مهارت‌های حرکتی پایه و مشارکت فعالیت بدنی را تسهیل می‌کند.

حائز توجه است که این پژوهش روی بخشی از جامعه ایرانی (شهر کرج) انجام شده است و به همین دلیل با احتیاط باید برای تعمیم این نتایج فراتر از نوجوانان جامعه مورد بررسی استفاده شود، بنابراین پژوهش‌های بعدی را می‌توان در مناطق دیگر انجام داد. در پژوهش‌های آینده از این ابزار می‌توان جهت ارزیابی و بررسی رابطه بین اعتماد به نفس بدنی در نوجوانان در طیف وسیعی از مهارت‌ها و سطح مهارت‌های حرکتی پایه استفاده کرد.

## منابع

۱. آقاخانی، نادر، فیضی، آرام، شمس، شمس‌الدین، بقایی، رحیم، رهبر، نرگس، نیک‌بخش، امیرسعید، (۱۳۸۵). بررسی تصویر ذهنی از جسم و اعتماد به نفس در دانش‌آموزان دبیرستان‌های ارومیه، مجله پزشکی دانشگاه ارومیه، دوره ۱۷، شماره ۴، ص ۲۵۹-۲۵۴.
۲. بابایی، مریم، فداکارسوقه، ریحانه، شیخ‌الاسلامی، فرزانه، کاظم‌نژاد، احسان، (۱۳۹۴). بررسی میزان عزت نفس و عوامل مرتبط با آن در دانش‌آموزان دبیرستانهای شهر رشت، مجله پرستاری و مامایی جامع نگر، دوره ۲۵، شماره ۳، ص ۸-۱.
۳. بهرام، عباس، شفیع‌زاده، محسن، (۱۳۸۸). تعیین اعتبار و پایایی پرسشنامه منابع اعتماد به نفس ورزشی در ورزشکاران ایرانی، پژوهش در علوم ورزشی، ۲۵: ۴۸-۳۱.
۴. حسینی طباطبایی، فوزیه، قدیمی مقدم، ملک‌محمد، (۱۳۸۶). بررسی علل پیشرفت تحصیلی دختران در مقایسه با پسران در استانهای خراسان رضوی، شمالی و جنوبی، فصلنامه علمی پژوهشی پژوهش در برنامه‌ریزی درسی، دوره ۱، شماره ۱۵، ص ۱۴۷-۱۱۹.
۵. سلطانی، صادق، حسینی، سیده سمیه، و مختاری دینانی، مریم. (۱۴۰۰). ارتباط اعتماد به نفس با انگیزه آموزش فعالیت بدنی: نقش واسطه‌ای سواد بدنی. مطالعات روان‌شناسی ورزشی، ۱۰(۳۸)، ۲۷۱-۲۹۸.
۶. شیرازی، سیدمجتبی، (۱۳۸۸)، شناخت ریشه‌های استرس و روش‌های مقابله با آن در قهرمانان ورزشی، تهران: انتشارات نرسی، ص ۵۷.
۷. فارسی، علیرضا، عبدلی، بهروز، زمانی‌ثانی، سیدحجت، (۱۳۹۳). بررسی ساختار عاملی پرسش‌نامه منابع اعتماد به نفس ورزشی در ورزشکاران زن و مرد دانشگاهی رشته‌های گروهی و انفرادی، نشریه مطالعات روان‌شناسی ورزشی، ۳(۸)، ۱-۱۸.
۸. قنبری هادی، شتاب بوشهری ناهید، شفیع نیا پروانه، مهرعلیزاده یداله (۱۳۹۸). طراحی مدل عوامل مؤثر بر گرایش دانش‌آموزان دبستانی به ورزش: یک پژوهش آمیخته. مطالعات آموزش و یادگیری. دوره ۱۱، شماره ۱ - شماره پیاپی ۷۶ صفحه ۲۳۹-۲۵۷
۹. واعظ موسوی، سیدمحمد کاظم، (۱۳۷۶). روان‌شناسی ورزشی، مقدمه‌ای بر دانشنامه تربیت بدنی، وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، تهران، بنیاد دانشنامه بزرگ فارسی.

۱۰. واعظموسوی، سیدمحمد کاظم، (۱۳۷۹). تعیین روایی و پایایی سه پرسشنامه آمادگی روانی ورزشکاران و تهیه نورم آنها، پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی وزارت علوم، فناوری و اطلاعات.
۱۱. واعظموسوی، سیدمحمد کاظم، مسیبی، فتحالله، (۱۳۸۷). روان شناسی ورزشی، چ دوم، تهران: انتشارات سمت، ص ۲۱۱-۲۱۰.
۱۲. واعظموسوی، سیدمحمد کاظم، نصری، صادق، آذربایجانی، محمدعلی، مختاری، پونه، (۱۳۸۷). تعیین روایی، پایایی و هنجاریابی سیاهه اعتماد به نفس صفتی ورزشی بین دانش آموزان ورزشکار، پژوهش در علوم ورزشی، (۵)، ۴۷-۶۰.
13. Bandura, A., (1997). Self-efficacy: The exercise of control: Macmillan.
14. Barnett, L. M., Ridgers, N. D., Zask, A., & Salmon, J. (2015). Face validity and reliability of a pictorial instrument for assessing fundamental movement skill perceived competence in young children. *Journal of science and medicine in sport*, 18(1), 98-102 .
15. Barnett, L. M., Van Beurden, E., Morgan, P. J., Brooks, L. O., & Beard, J. R. (2009). Childhood motor skill proficiency as a predictor of adolescent physical activity. *Journal of adolescent health*, 44(3), 252-259 .
16. Corbin, C. B. (1981). Sex of subject, sex of opponent, and opponent ability as factors affecting self-confidence in a competitive situation. *Journal of Sport Psychology*, 3(4), 265-270 .
17. Fisher, A., Reilly, J. J., Kelly, L. A., Montgomery, C., Williamson, A., Paton, J. Y., & Grant, S. (2005). Fundamental movement skills and habitual physical activity in young children. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 37(4), 684-688 .[persian].
18. Gallahue, D., & Ozmun, J. (2006). *Understanding motor development: infants, children, adolescents, adults*. 2006. Chapter, 13, 267-274 .
19. Graf, C., Koch, B., Kretschmann-Kandel, E., Falkowski, G., Christ, H., Coburger, S., . . . Tokarski, W. (2004). Correlation between BMI, leisure habits and motor abilities in childhood (CHILT-project). *International journal of obesity*, 28(1), 22 .
20. Hands ,B. (2008). Changes in motor skill and fitness measures among children with high and low motor competence: A five-year longitudinal study. *Journal of science and medicine in sport*, 11(2), 155-162 .
21. Harter, S. (1978). Effectance motivation reconsidered. Toward a developmental model. *Human development*, 21(1), 34-64 .
22. Harter, S., & Pike, R. (1984). The pictorial scale of perceived competence and social acceptance for young children. *Child development*, 1969-1982 .
23. Kirchmer, G. (1992). *Physical Education for Elementary School Children*. Dubuque, IA: Wm C. In: Brown.
24. Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling: Guilford publications*.
25. Mazzardo Jr, O. (2008). *The relationship of fundamental movement skills and level of physical activity in second grade children*. University of Pittsburgh ,
26. McGrane, B., Belton, S., Powell, D., & Issartel, J. (2017). The relationship between fundamental movement skill proficiency and physical self-confidence among adolescents. *Journal of Sports Sciences* .,17(35),1709-1714
27. McGrane, B., Belton, S., Powell, D., Woods, C. B., & Issartel, J. (2016). Physical self-confidence levels of adolescents: Scale reliability and validity. *Journal of science and medicine in sport*, 19(7), 563-567 .

28. Reed, J. A., Metzker, A., & Phillips, D. A. (2004). Relationships between physical activity and motor skills in middle school children. *Perceptual and motor skills*, 99(2), 483-494 .
29. Smith, P. J., & Keefes, S. O. (2006). Fundamental motor skill Development. Retrieved from University of Limerick:// ie/ p 187a.htm
30. Ulrich, D. (2000). Test of gross motor development . Austin, TX: PRO-ED. In: Inc.
31. Vealey, R. (2001). Understanding and enhancing self-confidence in athletes. *Handbook of sport psychology*, 550-565 .
32. Vealey, R., Chase, M., Magyar, T., & Galli, N. (2004). Sources and levels of confidence in female athletes: age-related and seasonal influences. Paper presented at the Association for Advancement of Applied Sport Psychology Conference, Minneapolis, MN.

## پیوست

به نام خدا

دانش آموز عزیز: این پرسشنامه به بررسی اعتماد به نفس شما در انجام دادن صحیح مهارت‌های حرکتی پایه می‌پردازد. با توجه به اینکه دقت شما در پاسخ دادن برای ورزش مدارس مؤثر است، لطفاً با حوصله و دقت امتیاز مورد نظر خود را انتخاب فرمایید.

جنسیت: دختر پسر  
قبلاً از همکاری شما کمال تشکر را داریم.

پایه تحصیلی: هفتم هشتم نهم

متولد: روز ماه سال ۱۳

از مقیاس ۱۰ - ۱ برای نشان دادن اینکه چقدر به خود اعتماد دارید که مهارت‌های زیر را به طور صحیح انجام می‌دهید، استفاده کنید.

اصلاً مطمئن نیستم = ۱ تا حدی مطمئن هستم = ۵ خیلی به خودم مطمئن هستم = ۱۰

اصلاً مطمئن نیستم ← تا حدی مطمئنم → خیلی مطمئنم										مهارتها	ردیف
۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱		
										دویدن روی خط مستقیم	۱
										جهیدن روی خط مستقیم	۲
										پریدن از روی یک کیسه شن	۳
										یورتمه رفتن روی خط مستقیم	۴
										سر خوردن از پهلو در یک خط مستقیم	۵
										پرش عمودی جفتی به هوا از وضعیت ایستاده	۶
										پرش طول ( افقی ) از وضعیت ایستاده	۷
										پرتاب توپ تنیس از بالای شانه	۸
										گرفتن توپ تنیس پرتاب شده با دو دست	۹
										ضربه با پا به توپی که روی زمین مقابل شما قرار گرفته است	۱۰
										ضربه زدن با چوب ( چوگان ) به توپ غیر متحرکی که در مقابل و هم ارتفاع لگن شما قرار گرفته است	۱۱
										پنج بار در بیل متوالی در وضعیت ایستاده	۱۲
										تعادل روی نیمکت با یک پا	۱۳
										سه بار لی لی کردن روی پای راست و بعد پای چپ	۱۴
										غلطاندن توپ بر روی زمین	۱۵