

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

فصلنامه علمی
مطالعات تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی
سال دوم، شماره ۶
آذر ماه ۱۴۰۲

- مدیر مسئول: دکتر آیت اله دهقان
- سردبیر: دکتر نجف آقایی
- دبیر تخصصی: دکتر محسن وحدانی
- دبیر اجرایی: خانم مینو شاهیان
- مدیر داخلی: خانم صدیقه جهانباریان
- ویراستار: دکتر افسانه شریفی

هیئت تحریریه

- ✓ دکتر محمد احسانی (استاد دانشگاه تربیت مدرس)
- ✓ دکتر فرزاد غفوری (دانشیار دانشگاه علامه طباطبائی تهران)
- ✓ دکتر نجف آقایی (دانشیار دانشگاه خوارزمی)
- ✓ دکتر رضا اندام (دانشیار دانشگاه شاهرود)
- ✓ دکتر مریم مختاری (دانشیار دانشگاه الزهراء)
- ✓ دکتر مهدی خالقی (دانشیار دانشگاه خوارزمی)
- ✓ دکتر شهناز شهربانیان (استادیار دانشگاه تربیت مدرس)
- ✓ دکتر مهرزاد مقدسی (دانشیار دانشگاه آزاد اسلامی شیراز)
- ✓ دکتر محسن وحدانی (استادیار دانشگاه اصفهان)
- ✓ دکتر سارا باقری (استادیار دانشگاه فرهنگیان تهران)
- ✓ دکتر ابوالفضل گودرزی (استادیار دانشگاه پیام نور اصفهان)
- ✓ دکتر علی قرائت (استادیار دانشگاه فرهنگیان اصفهان)

صاحب امتیاز: انجمن علمی معلمان تربیت بدنی

پست الکترونیکی: adehghan1351@gmail.com , info@jpeshs.com

سامانه نشریه: <https://jpeshs.com>

شماره پیاپی: ۶- آذر ۱۴۰۲

شماره شاپا: ۲۵۶۸-۲۸۲۱

اسامی مشاوران علمی این شماره (به ترتیب حروف الفبا)

- ✓ دکتر نجف آقایی
- ✓ دکتر نازین به آئین
- ✓ دکتر محسن بهمنی
- ✓ دکتر علی پشابادی
- ✓ دکتر عبدالرحمن خضری
- ✓ دکتر مهدی خطیب زاده
- ✓ دکتر سید امین دهقان بنادکی
- ✓ دکتر مهسا مرتضائیان
- ✓ دکتر محسن وحدانی

محورهای اصلی مقالات

- رشد و یادگیری حرکتی در دانش آموزان
- آسیب شناسی و حرکات اصلاحی در دانش آموزان
- فیزیولوژی ورزشی در دانش آموزان
- مدیریت رویدادهای ورزشی در آموزش و پرورش
- اوقات فراغت و تفریحات ورزشی
- بیومکانیک در ورزش دانش آموزی
- سبک زندگی سالم در دانش آموزان
- یاددهی و یادگیری در تربیت بدنی
- سواد حرکتی و بدنی
- کیفیت بخشی درس تربیت بدنی
- حقوق ورزشی
- روانشناسی ورزشی تربیتی
- مدیریت فضاها و اماکن ورزشی

شرایط پذیرش مقاله

• مقالات پژوهشی

فایل های ارسالی شامل : مقاله اصلی (با مشخصات نویسنده) ، مقاله اصلی (بدون مشخصات نویسنده) لطفا نام فایل ها نیز همین گونه باشند.

✓ مطالب مقاله با رعایت حاشیه لازم (۲ سانتی متر از هر طرف) با قلم B-Nazanin12 برای متون فارسی و قلم Times New Roman 13 برای متون انگلیسی تایپ شوند.

✓ تعداد صفحات مقاله نباید از ۲۵ صفحه (تمامی بخش ها شامل صفحه اول، چکیده، متن اصلی، فهرست منابع و جداول) تجاوز کند.

✓ مقاله باید ضمن رعایت قواعد دستوری، به فارسی سلیس و روان نوشته شده باشد و تا حد امکان از کاربرد اصطلاحات بیگانه که معادل مناسب فارسی دارند، پرهیز گردد. در صورتی که واژه جایگزین فارسی مناسب نباشد، می توان با حروف فارسی از آوانویسی استفاده و اصل واژه انگلیسی در زیرنویس نگاشته شود. همچنین مولف باید معادل انگلیسی نام های خارجی و اصطلاحات مورد استفاده را در پایین صفحه زیر نویس نماید. شماره زیرنویس ها در هر صفحه از شماره یک شروع شود. واژه ها و یا عباراتی که بصورت علائم اختصاری بکار برده می شوند نیز در اولین استفاده، نام کامل آنها ذکر گردد. البته در خصوص واژه های اختصاری و مخفف و نمادها لازم به ذکر است که فقط موارد استاندارد آنها قابل استفاده می باشد و به هیچ وجه در عنوان و چکیده ها نباید مورد استفاده قرار گیرند. تمامی متن اصلی مقاله می بایست دارای شماره صفحه (در پایین و مرکز صفحه) باشد.

✓ چکیده مقاله در یک پاراگراف، حداقل ۱۵۰ کلمه و حداکثر ۳۵۰ کلمه و در متن آن هدف، روش ها، یافته ها و نتیجه گیری ذکر شده باشد.

✓ کلید واژگان نیز بین ۳-۷ کلمه بوده و با کاما از یکدیگر جدا شوند.

✓ دقت شود ، چکیده انگلیسی و کلید واژگان دقیقاً با چکیده و کلید واژگان فارسی مطابقت نماید.

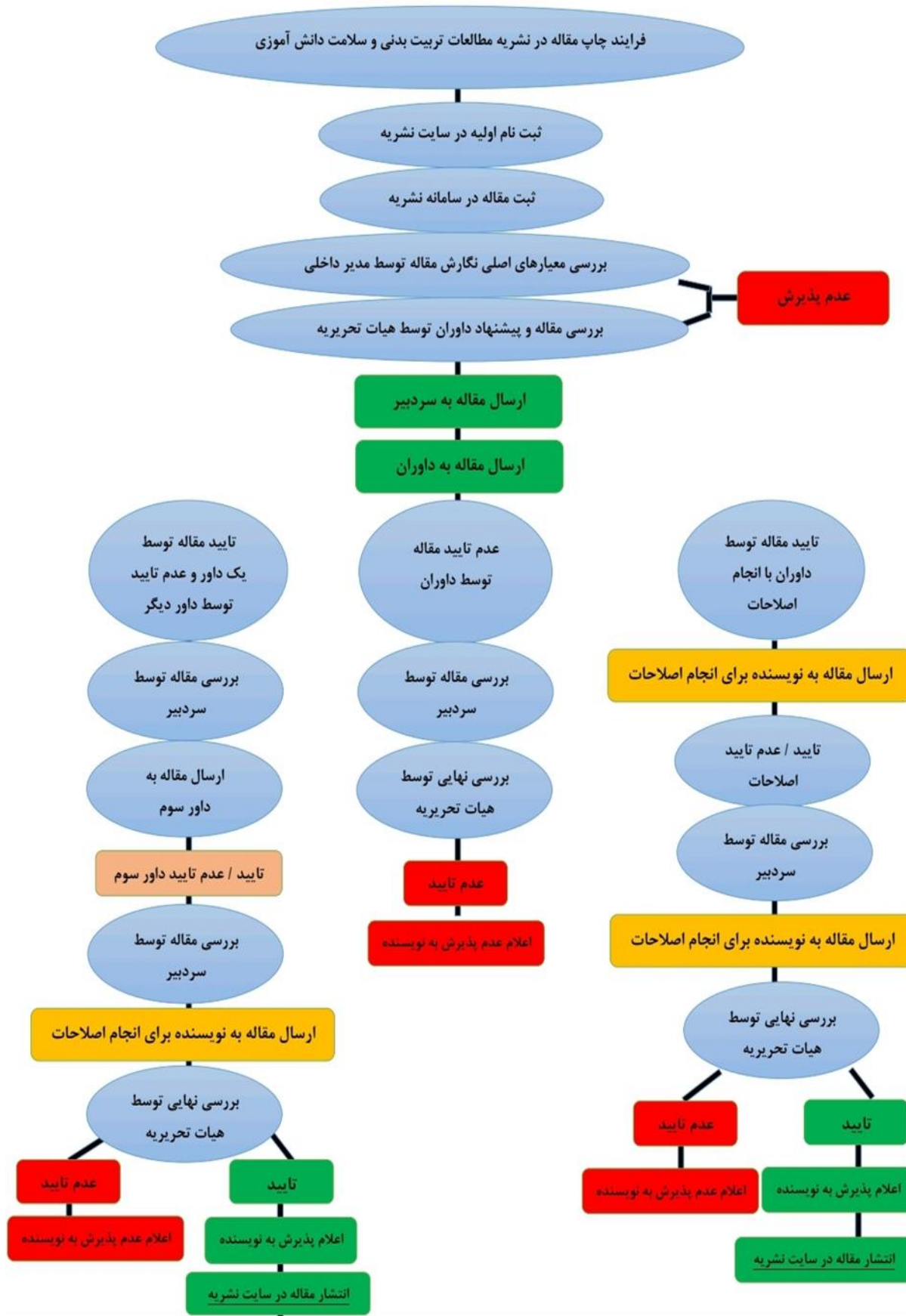
✓ در متن اصلی به ترتیب شامل ۵ بخش مقدمه، روش شناسی، نتایج، بحث و نتیجه گیری و منابع می باشد. کلیه بخش های فوق به صورت مجزا و با همین عناوین باید بیان شوند. در مقابل این عناوین از قرار دادن علامت " : " پرهیز گردد.

✓ نتایج پژوهش با توجه به اصول علمی به صورت کاملاً شفاف و روشن می بایست ارائه گردند.

✓ تعداد منابع بیش از ۴۰ شماره نباشد.

✓ در انتهای مقاله، منابع به ترتیب حروف الفبا و به روش APA تنظیم گردد.

✓ مقاله نباید اشکالات نگارشی و ادبی داشته باشد.



فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۷	نیازسنجی فعالیت های ورزشی دانشجو معلمان در بخش ورزش همگانی افسانه شریفی، عباس اردستانی
۲۲	تأثیر ۴ هفته روزه داری و فعالیت ورزشی منظم بر ترکیب بدن و سطوح پلاسمای هموگلوبین، هماتوکریت و گراتینین خون مهدی چنگیزی، ایمان طالب بیدختی
۳۲	تبیین شاخص های شایستگی مدیریت رویدادهای ورزشی از دیدگاه مدیران ورزشی آموزش و پرورش استان گیلان عیسی اسکندری، فاطمه اسکندری طاسکوه
۴۹	اعتباریابی مقیاس اعتماد به نفس بدنی در مهارت های حرکتی پایه محمد طلایی، جمال فاضل کلخوران، علیرضا بابایی مزرعه نو، فاطمه سادات طباطبایی
۶۵	تعیین ارتباط بین هوش معنوی و مسئولیت پذیری اجتماعی از طریق نوآوری شغلی در معلمان تربیت بدنی امید صفری
۷۶	تأثیر یک دوره بازی درمانی منتخب بر بهبود تعادل ایستا و پویای دانش آموزان کم توان ذهنی آموزش پذیر الهام رادمهر، پوریا جباری، حسن دانشمندی

Assessing the needs of sports activities of student teachers in the sports for all department

Afsaneh Sharifi^{1*}, Abbas Ardestani²

1. Phd of sport management. Teacher of physical education, Directorate of Education of Tehran. Pardis, Tehran. Iran

2. Teacher of physical education, Directorate of Education of Tehran. Pardis, Tehran. Iran

Corresponding Author Email: : afaneh.sharifi67@gmail.com

Abstract

The purpose of the current research was Assessing the needs of sports activities of student teachers in the sports for all department. The statistical population was the fourth and higher semester teachers of the university in the academic year 1399-400. The sample size was 384 people based on Morgan's table, and 400 people were randomly selected in order to predict the incompleteness of some questionnaires. A researcher-made questionnaire with hardware and software components of public sports was used to collect data. The validity of the questionnaire was confirmed by experts and exploratory and confirmatory factor analysis and The reliability of the questionnaire was obtained using Cronbach's alpha coefficient of 0.79 for software and 0.76 for hardware. factor analysis test, single sample t and independent t were used to analyze the data. The results showed that, students had priority in walking and volleyball in public sports, respectively. From the student's point of view, the current situation of hardware and software facilities of public sports was not in a favorable situation ($\text{sig} < 0.05$). Also, there was no significant difference between the views of girls and boys regarding the hardware and software facilities of public sports ($\text{sig} > 0.05$). Therefore, in order to achieve success, increase the health and excellence of student teachers, and to be effective in extracurricular sports activities and meeting the needs, university sports officials are expected to pay more attention to selecting specialized officials and experienced coaches, students' interests, using scientific information and equipping necessary facilities.

Keywords: Need assessment, public sports ,hardware facilities, software facilities

To cite this article:

Sharifi. Afsaneh*, Ardestani. Abbas (2023). Assessing the needs of sports activities of student teachers in the sports for all department. *Physical education and student health studies*. 2 (6): 7-21.

مطالعات تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۷/۱۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۳۰

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۹/۳۰

نیازسنجی فعالیت های ورزشی دانشجو معلمان در بخش ورزش همگانی

افسانه شریفی^{۱*}، عباس اردستانی^۲

۱. دکتری مدیریت ورزشی، دبیر تربیت بدنی آموزش و پرورش شهرستان های استان تهران، پردیس، تهران، ایران

۲. عضو هیئت علمی گروه تربیت بدنی پردیس شهید چمران دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران

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

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، نیازسنجی فعالیت های ورزشی دانشجو معلمان در بخش ورزش همگانی بود. جامعه آماری شامل دانشجو معلمان ترم چهار و بالاتر دانشگاه فرهنگیان در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بود (۷۰۰۰ نفر). حجم نمونه براساس جدول مورگان ۳۸۴ نفر بود که به جهت پیش بینی در ناقص بودن بعضی پرسشنامه ها ۴۰۰ نفر بصورت تصادفی طبقه ای انتخاب شدند. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه محقق ساخته نیازسنجی در دو بخش وضعیت موجود و وضعیت مطلوب با دو مولفه ی (سخت افزاری ورزش همگانی، نرم افزاری ورزش همگانی) استفاده شد. روایی پرسشنامه با نظر متخصصین و تحلیل عاملی اکتشافی و تاییدی به تایید رسید و پایایی پرسشنامه از طریق ضریب آلفای کرونباخ برای بعد نرم افزاری ۰.۷۹ و سخت افزاری ۰.۷۶ بدست آمد. جهت تحلیل داده ها از آزمون تحلیل عاملی، t تک نمونه و t مستقل استفاده شد. نتایج نشان داد در بخش ورزش همگانی پیاده روی و والیبال در اولویت بود. از دیدگاه دانشجو معلمان وضعیت موجود امکانات سخت افزاری و نرم افزاری ورزش همگانی در وضعیت مطلوب نمی باشد ($\text{sig} > 0.05$). همچنین بین دیدگاه دختران و پسران نسبت به امکانات سخت افزاری و نرم افزاری ورزش همگانی تفاوت معناداری مشاهده نشد ($\text{sig} < 0.05$). لذا انتظار می رود مدیران ورزش دانشگاهی به منظور کسب موفقیت، افزایش سلامت و تعالی دانشجو معلمان و برای اثربخشی فعالیت ورزشی فوق برنامه و تامین نیازهای آنها به انتخاب مدیران متخصص و مربیان مجرب، علایق دانشجویان، به کارگیری اطلاعات علمی و تجهیز امکانات لازم توجه بیشتری داشته باشند.

واژه های کلیدی: نیاز سنجی، ورزش همگانی، امکانات سخت افزاری، امکانات نرم افزاری

به این مقاله این گونه استناد کنید:

شریفی، افسانه^{۱*}؛ اردستانی، عباس. (۱۴۰۲). نیازسنجی فعالیت های ورزشی دانشجو معلمان در بخش ورزش همگانی. مطالعات تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی، ۲(۶)، ۲۱-۷.

مقدمه

هر سازمانی برای رسیدن به اهداف مشخص خود نیازمند آن است تا نیروهای لایق و کارآمد در اختیار داشته باشد. افرادی که به خدمت سازمان در می آیند، علاوه بر داشتن معلومات قبلی خود، ضرورت دارد تا دانش و مهارت های لازم برای انجام درست وظایفی که به آنها محول می شود را به دست آورند (آجرلو و رنجبر، ۱۳۸۶).

از آنجا که آموزش نیروها بر مهارت های مورد نیاز در انجام درست کار تأکید دارد (رافعی و اسراری، ۲۰۰۴)، بنابراین یکی از وظایف اصلی و حیاتی در هر سازمان، کسب اطلاعات نیازسنجی و آموزشی نیروی کار است. اطلاعات حاصل از نیازسنجی می تواند به عنوان یک گام اساسی برای تدوین توسعه و برنامه های آموزشی جهت تقویت و به روز کردن دانش و مهارت کارکنان مورد استفاده قرار گیرد (جهانبخش، ۱۳۸۹). نیازسنجی آموزشی^۱، فرایندی برای اشاره به دلایل فاصله بین عملکرد موجود و عملکرد مطلوب است یا روشی برای مشخص کردن نیازها برای عملکرد مطلوب در آینده است (ویو و همکاران^۲، ۲۰۱۹). از آنجایی که برگزاری هر برنامه، بخصوص برنامه های ورزشی که با سلامت جامعه در ارتباط است، نیازمند شناخت دقیق شرایط و نیازهای موجود آن جامعه است. لذا بی توجهی به انتظارات استفاده کنندگان از خدمات، موجب اتلاف هزینه، زمان و نیروی انسانی خواهد بود (نومرتو^۳، ۲۰۰۹).

روشن است که امروزه در کشور ما دانشگاه و دانشجو از نهادها و اقشار مهم به شمار می آیند که جمعیت قابل توجهی از جوانان در آن مشغول به تحصیل و فعالیت هستند و نمی توان به آن نگاهی سطحی و گذرا داشت. مخاطبان اصلی دانشگاه را دانشجویان به عنوان اصلی ترین سرمایه ملی و منبع جوشان رشد و توسعه اجتماعی و اقتصادی تشکیل می دهند. ورزش دانشگاهی نقش بسیار ارزنده ای در ارتقای سلامت و توانمندی آحاد جامعه و به خصوص دانشجو معلمان دارد (رمضانی نژاد و همکاران، ۱۳۸۳). زیرا آنها به عنوان جزئی از نظام تعلیم و تربیت با پرمسئولیت ترین و دشوارترین وظایف در جامعه سر و کار دارند و در آینده، سکان آموزش و پرورش دانش آموزان کشور را عهده دار هستند. بنابراین توجه به مهارت، دانش، اطلاعات و توانائی های آنان، مستقیم و غیرمستقیم بر کیفیت، کارائی و اثربخشی سیستم آموزشی، اثر بسیار تعیین کننده ای دارد.

از طرفی دیگر، یکی از امور مهم در بخش دانشجویی، توجه به ورزش و فعالیت های بدنی است تا دانشجویان بتوانند با روحیه سرشار از شادابی و نشاط و سلامت جسمانی در رسیدن به رسالت ها و اهداف وسیع مؤسسه آموزشی تلاش کرده و با انگیزه عمل کنند. شناخت نیازهای دانشجویی در این زمینه کمک بزرگی را به برنامه ریزان در سطح امور دانشجویی بخصوص دانشگاه فرهنگیان که بصورت شبانه روزی اداره می شود، خواهد کرد. از اینرو توجه به نیازهای ورزشی دانشجو معلمان موجب تسهیل گر برنامه ریزی در این خصوص خواهد بود.

در این راستا پژوهش های متعددی انجام شده است که به نتایج متفاوتی دست یافته اند. مندعلی زاده و خسروی زاده (۱۳۹۸) با بررسی نیازسنجی آموزشی کارآفرینانه محور برنامه درسی علوم ورزشی، نیازهای آموزشی کارآفرینانه مربوط به نیازهای ساختاری، کارورزی و مهارت های کار گروهی را در اولویت قرار دادند. ورمقانی (۱۳۹۱) به ترتیب ورزش شنا، فوتبال و فوتسال را اولویت نیازهای ورزشی آتش نشانان دانست. داودی و همکاران (۱۳۹۴) با مقایسه و تعیین نیازهای ورزشی و تفریحی دانشجویان با برنامه های ورزشی ارائه شده

^۱. Educational Needs Assessment

^۲. Wu

^۳. Numerto

در دانشگاه‌های دولتی شهر تهران، نشان دادند مهمترین نیازهای ورزشی و تفریحی دانشجویان شنا است. لطفی (۱۳۸۸) با نیازسنجی ورزشی کارکنان مجتمع فولاد مبارکه نشان داد نیازهای ورزشی کارکنان به ترتیب شنا، فوتسال، کوهنوردی، فوتبال، بدنسازی، تنیس روی میز، ورزش همگانی و سوارکاری است. ادی^۱ و همکاران (۲۰۲۲) با ارزیابی و نیازسنجی فعالیت های آموزشی دانشجویان، بین فعالیت های موجود و مورد انتظار دانشجویان تفاوت مشاهده کردند و همچنین نشان دادند که بین نظرات و نیازهای پسران با دختران تفاوت وجود دارد. مک دوناد و همکاران^۲ (۲۰۲۰) اجرای قوانین و مقررات و شبکه‌سازی را نیاز ورزش دانشجویان دانستند. میلوری^۳ (۲۰۱۰) حمایت دوستان، خانواده و مسئولان دانشگاه نسبت به شرکت در فعالیت بدنی از جمله مهم‌ترین عوامل گرایش به فعالیت های ورزشی رسمی و فوق برنامه از سوی دانشجویان در دانشگاه دانست (میلوری، ۲۰۱۰).

با نظری اجمالی به نتایج تحقیقات انجام شده در زمینه نیازسنجی ورزشی، به این نکته پی می‌بریم که نیازهای انسان‌ها به تبع شرایط متغیر فرهنگی، سیاسی و اجتماعی تغییر می‌کند. باید در نظر داشت که هدف تربیت‌بدنی به عنوان شاخه‌ای از علوم تربیتی، ارائه خدمات مختلف آموزشی و پرورشی به افراد است که اولین مرحله در برنامه‌ریزی ورزشی برای ارائه رشته‌های ورزشی و شناسایی نیازهای یک جامعه خوب می‌شود (میلوری، ۲۰۱۰). بنابراین آگاهی از نیازهای حرکتی و ورزشی دانشجویان از وظایف مسئولان تربیت بدنی دانشگاه است؛ چرا که صرف هزینه و فراهم سازی امکانات ویژه، بدون درک عمیق از نیازهای دانشجویان بعنوان مصرف کنندگان این امکانات، ممکن است منجر به ناکارائی شود. دانشجویان معلمان می‌توانند با رهایی خود از کارهای طاقت فرسا از طریق پرکردن اوقات فراغت با فعالیت‌های ورزشی همگانی به زندگی همراه با آرامش و سعادت دست پیدا کنند (جلالی فراهانی، ۱۳۸۸). و با داشتن روحیه و جسم سالم به حرفه‌ی معلمی خود به نحو احسن پردازند.

اما، از آنجا که مشارکت دانشجویان در ورزش‌های تفریحی به صورت داوطلبانه است و بیشتر در وقت آزاد انجام می‌گیرد، گسترش موفقیت‌آمیز اینگونه برنامه‌ها ایجاب می‌کند مسئولان و برنامه‌ریزان دانشگاه از انگیزه‌ها یا دلایل مختلف مشارکت یا عدم مشارکت دانشجویان در برنامه‌های ورزشی آگاه شوند. از اینرو برگزاری هر برنامه‌ای از جمله برنامه‌های ورزشی نیازمند شناخت دقیق شرایط و نیازهای موجود آن جامعه است (فتحی و اجارگاه، ۱۳۸۵).

در این بین ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌ها به منظور ارائه خدمات رضایت‌بخش به دانشجویان، باید از نیازها و انگیزه‌های ورزشی آنان به درستی آگاه باشند و اطلاعاتی را در مورد نگرش مخاطبان خود کسب کنند تا بتوانند خدمات با کیفیت‌تر و مطابق با میل و رغبت ورزشی دانشجویان ارائه دهند. این شیوه روش بهینه‌ای است برای خدمت‌دهی و رسیدگی به پیشنهادها و نظرهای دانشجویان که موجب ارتقای توجه عمومی دانشگاه در این زمینه می‌شود. همچنین مسئولان می‌توانند با آگاه شدن از نیازها و خواسته‌های دانشجویان، با توجه به علاقه آنان فعالیت‌های ورزشی را برنامه‌ریزی کنند و در نتیجه از هدر رفت هزینه‌های اختصاص داده شده در این رابطه جلوگیری کنند. با اطلاعات حاصله از نیازسنجی ورزشی، می‌توان فضایی را طراحی نمود تا دانشجویان معلمان با توجه به مختصات و شرایط ویژه جاری در محیط دانشگاه خود، در راستای فعالیت‌های روزانه و چالش‌هایی که به طور عمومی ضمن تحصیل و کارکردن با آن‌ها درگیر هستند، به شکلی کارآمدتر، سریع‌تر و سلامت‌تر به لحاظ فیزیکی و روانی ظاهر شوند و ایفای نقش

1. Eddie

2. Macdonald

3. Milroy

نمایند. نیازسنجی از دانشجو معلمان در زمینه ورزش های همگانی می تواند بستری را فراهم سازد تا ضمن ارتقای سطح سلامت، نشاط و روحیه، تلقی و ادراک آن ها را درباره نقش خویش در شغل و سازمان خود توسعه داده تا رضایت مندی بیشتری نسبت به شغل و زندگی خود داشته و به مراتب فعالیت مؤثرتری ارائه نمایند و الگویی مناسب برای دانش آموزان شده تا با پرکردن اوقات فراغت در محیط ها و فضا های سالم و مفرح ورزشی، موجب کاهش هزینه های درمانی، کاهش هزینه مبارزه با مشکلات فردی و اجتماعی فراهم شده و بالاخره منجر به تامین سلامت جامعه شوند.

از اینرو تحقیق حاضر بدنبال آن است تا بداند نیاز دانشجو معلمان به چه فعالیت های ورزشی است؟ چه بخش از این فعالیت ها در راستای فعالیت های ورزشی همگانی است؟ کمبودها و کاستی های تجهیزاتی و امکاناتی ورزشی دانشگاه در چه سطحی است؟ اولویت پرداختن دانشجو معلمان به فعالیت های ورزشی کدامند و چطور می توان به نیازهای ورزشی دانشجویان جامع عمل پوشاند و سوالات دیگر در این زمینه که کمک به تعیین عوامل جذب دانشجو معلمان به سوی فعالیت های ورزشی می کند، همگی باعث شد تا پژوهش حاضر کلید بخورد تا با تکیه بر اصول و روش های نیازسنجی علمی، نیازها و دیدگاه های دانشجو معلمان را نسبت به فعالیت ها و دوره های ورزش همگانی در سطح دانشگاه مشخص و بر اساس روش های علمی موجود در این زمینه، راهکارهای کاربردی و قابل اجرا به مسئولان دانشگاه پیشنهاد دهد.

روش شناسی

این تحقیق از نظر هدف کاربردی، از نظر روش توصیفی - پیمایشی و از نظر زمان حال نگر است که جمع آوری داده ها با روش میدانی و بصورت کتابخانه ای انجام گرفته است. جامعه آماری پژوهش را دانشجویان ترم چهار به بالای ۹۵ پردیس دانشگاهی کشور در سال تحصیلی (۱۳۹۹-۱۴۰۰) تشکیل می دهند (۷۰۰۰ نفر). حجم نمونه طبق جدول مورگان ۳۸۴ نفر بود که به جهت پیش بینی ناقص بودن بعضی پرسشنامه ها حجم نمونه ۴۰۰ نفر در نظر گرفته شد. نمونه گیری بصورت تصادفی طبقه ای انجام گرفت. به این صورت که تعداد دانشجویان هر پردیس مشخص شد، سپس تعداد نمونه ها به نسبت تعداد دانشجویان هر پردیس انتخاب شدند و بعد از آن پرسشنامه ها بصورت تصادفی در اختیار دانشجویان قرار داده شد. که تعداد ۳۷۴ پرسشنامه کامل دریافت و داده های آن مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

جهت جمع آوری داده ها از پرسشنامه محقق ساخته نیازسنجی استفاده شد که این پرسشنامه شامل دو مولفه ی سخت افزاری ورزش همگانی (فضا و تجهیزات ورزشی، استاندارد و بروز بودن فضا و امکانات، داشتن بیمه ورزشی و...) و نرم افزاری ورزش همگانی (بعد فرهنگی - اجتماعی، بهداشت و سلامت؛ برگزاری دوره ها، کارگاه ها و کلاس های فوق برنامه، اطلاع رسانی ها، استعدادیابی و دانش افزایی مربیان و داوران و...)، در دو بخش وضعیت موجود و وضعیت مطلوب می باشد. به منظور تایید روایی پرسشنامه، از تحلیل عاملی تاییدی^۱ و برای محاسبه پایایی از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد. ضریب آلفای کرونباخ برای بعد نرم افزاری ۰.۷۹ و برای بعد سخت افزاری ۰.۷۶ گزارش شد که حاکی از پایایی بالای سوالات تحقیق بود.

^۱. CFA

جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی شامل میانگین، فراوانی و درصد فراوانی و آمار استنباطی شامل آزمون کلموگروف-اسمیرنوف، t تک نمونه، t مستقل و تحلیل عاملی اکتشافی به کمک نرم افزار آماری اس پی اس^۱ نسخه ۲۶ استفاده شد.

یافته‌ها

اطلاعات مربوط به جنسیت آزمودنی‌ها در جدول (۱) آورده شده است.

جدول ۱. توزیع فراوانی شرکت کنندگان بر حسب جنسیت

جنسیت	فراوانی	درصد فراوانی
دختر	۱۱۴	۳۰.۵
پسر	۲۵۴	۶۷.۹
بدون پاسخ	۶	۱.۶
تعداد کل	۳۷۴	۱۰۰

جدول (۱) نشان می‌دهد از میان این تعداد دانشجو، ۱۱۴ نفر دختر و ۲۵۴ نفر پسر بوده و ۶ نفر هم جنسیت خود را مشخص نکرده بودند. سوابق ورزشی دانشجویان در جدول (۲) بطور خلاصه آورده شده است.

جدول ۲. توزیع فراوانی شرکت کنندگان بر حسب سابقه ورزشی

سابقه ورزشی	دختران فراوانی	درصد فراوانی	پسران فراوانی	درصد فراوانی
بدون سابقه	۱۰	۱۱.۴	۲۷	۱۰.۶۴
۱-۵ سال	۴۵	۵۱.۳	۸۵	۳۳.۴۹
۶-۱۰ سال	۲۴	۲۷.۳۶	۸۱	۳۱.۹۱۴
۱۱-۱۵ سال	۱۱	۱۲.۵۴	۲۵	۹.۸۵
۱۶-۲۰ سال	-	-	۸	۳.۱۵۲
بدون پاسخ	۱۴	۱۵.۹۶	۲۸	۱۱.۰۳۲
تعداد کل	۱۱۴	۱۰۰	۲۵۴	۱۰۰

^۱. SPSS

همانطور که در جدول (۲) ملاحظه می شود، ۱۱.۴ درصد از دختران و ۱۰.۶۴ درصد از پسران در فعالیت ورزشی بدون سابقه بودند. ۲۷.۳۶ درصد دختران و ۳۱.۹۱۴ درصد پسران بین ۱ تا ۵ سال سابقه ورزشی داشتند که بیشترین درصد را به خود اختصاص داده است. در جدول (۳) اولویت علاقه به رشته های ورزشی در بخش همگانی، بر اساس رشته های مشخص شده در پرسشنامه از نظر کل دانشجویان (دختر و پسر) و به تفکیک جنسیت نشان داده شده است.

جدول ۳: اولویت های هفتگانه رشته های ورزشی بخش همگانی از دیدگاه دانشجویان

کل	دختران	پسران
اول	پیاده روی	دو و میدانی
دوم	والیبال	والیبال
سوم	والیبال	کوهنوردی
چهارم	طناب زنی	طناب زنی
پنجم	طناب زنی	بدنسازي
ششم	تنیس روی میز	تنیس روی میز
هفتم	شنا	آمادگی جسمانی

همانطور که از اطلاعات جدول (۳) قابل مشاهده است، در بخش ورزش همگانی اولویت اول کل دانشجویان پیاده روی است؛ در صورتی که دانشجویان دختر به دو و میدانی و دانشجویان پسر به پیاده روی علاقمندی بیشتری نشان داده اند.

در اولویت دوم، بیشترین فراوانی در کل دانشجویان، دانشجویان دختر و دانشجویان پسر به والیبال تعلق دارد و نشان دهنده علاقه دانشجویان به این رشته است.

اولویت سوم رشته های ورزشی همگانی در کل دانشجویان و دانشجویان پسر به والیبال تعلق دارد در حالی که در دانشجویان دختر، کوهنوردی مدنظر است.

در جدول (۴) کفایت حجم نمونه نشان داده شده است.

جدول ۴: شاخص کفایت حجم نمونه (KMO)

میزان KMO	تفسیر
-----------	-------

حجم نمونه مکفی، بسیار مناسب و ایده آل است

۰/۹۴۲

با توجه به نتایج جدول (۴) اندازه کیزر — میر — الکین (KMO) که همبستگی مشاهده شده را با مقادیر همبستگی جزئی مقایسه می کند، برابر با ۰/۹۴۲ است که از ۰/۰۵ بیشتر است. بنابراین از لحاظ کفایت نمونه، برای انجام تحلیل عاملی مشکلی وجود ندارد.

جدول (۵) حداقل شرط لازم برای انجام تحلیل عاملی را نمایش می دهد.

جدول ۵: بررسی میزان کروییت

میزان تقریب مجذور خی	درجه آزادی	سطح معنی داری
۳۲۰۲/۸۳۲	۱۰۵	۰/۰۰۰

در تحلیل جدول (۵)، مقدار آزمون کروییت بارتلت با مقدار مجذور کای برابر با ۳۲۰۲/۸۳۲ در سطح $\alpha=0/0001$ معنادار و بیانگر آن است که حداقل شرط لازم برای انجام تحلیل عاملی در مورد ماتریس داده های تحقیق در قسمت ورزش همگانی وجود دارد.

در ادامه متغیرهای مربوط به قسمت ورزش همگانی با توجه به درصد تجمعی مورد بررسی قرار گرفت و با توجه به مبنای تصمیم گیری، این متغیرها در دو عامل (سخت افزاری و نرم افزاری) خلاصه شده اند. پس از آن با استفاده از چرخش فاکتورها سوالاتی که واریانس آن ها کمتر از (۰/۶) بود از مجموعه سوالات کنار گذاشته شدند.

جدول (۶)، مقادیر ویژه، درصد واریانس تعیین شده و مقدار تجمعی واریانس تعیین شده برای مولفه ها در قسمت ورزش همگانی را

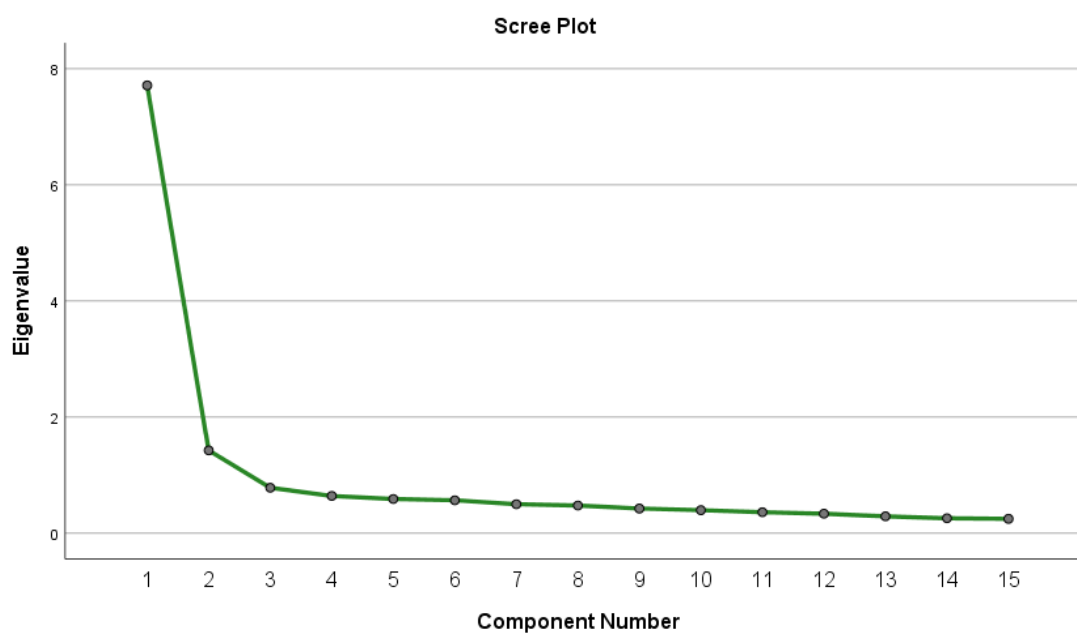
نشان می دهد.

جدول ۶: مولفه ها و عامل ها در قسمت ورزش همگانی

مولفه ها	واریانس کل								
	چرخش بارها			مجموع مجذور بارها			مقادیر ویژه اولیه		
	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	درصد	مجموع
	تجمعی	واریانس	تجمعی	واریانس	تجمعی	واریانس	تجمعی	واریانس	
۱	۳۲/۲۳۰	۳۲/۲۳۰	۴/۴۳۵	۵۱/۴۰۷	۵۱/۴۰۷	۷/۷۱۱	۵۱/۴۰۷	۵۱/۴۰۷	۷/۷۱۱
۲	۶۰/۹۱۵	۲۸/۶۸۵	۴/۳۰۳	۶۰/۹۱۵	۹/۵۰۸	۱/۴۲۶	۶۰/۹۱۵	۹/۵۰۸	۱/۴۲۶
۳							۶۶/۱۲۹	۵/۲۱۳	۰/۷۸۲
۴							۷۰/۴۰۱	۴/۲۷۲	۰/۶۴۱
۵							۷۴/۳۲۶	۳/۹۲۶	۰/۵۸۹

۶	۰/۵۶۷	۳/۷۷۸	۷۸/۱۰۵
۷	۰/۴۹۹	۳/۳۲۴	۸۱/۴۲۹
۸	۰/۴۷۷	۳/۱۷۷	۸۴/۶۰۶
۹	۰/۴۲۴	۲/۸۲۹	۸۷/۴۳۴
۱۰	۰/۳۹۶	۲/۶۴۱	۹۰/۰۷۶
۱۱	۰/۳۶۱	۲/۴۰۵	۹۲/۴۸۱
۱۲	۰/۳۳۵	۲/۲۳۲	۹۴/۷۱۳
۱۳	۰/۲۹۰	۱/۹۳۰	۹۶/۶۴۴
۱۴	۰/۲۵۷	۱/۷۱۲	۹۸/۳۵۶
۱۵	۰/۲۴۷	۱/۶۴۴	۱۰۰/۰۰۰

در جدول (۶)، متغیرهای مربوط به قسمت ورزش همگانی با توجه به درصد تجمعی واریانس (که بتواند ۶۰ درصد داده ها را پوشش دهد) مورد بررسی قرار گرفت و با توجه به مبنای تصمیم گیری، این متغیرها در دو عامل خلاصه شده اند. این موضوع از طریق آزمون اسکری که یک روش گرافیکی نیز محسوب می شود، قابل بررسی است که نتایج آن در شکل (۱) قابل مشاهده است.



شکل (۱) آزمون اسکری برای انتخاب تعداد مناسب عامل ها در ورزش همگانی

پس از تصمیم گیری در مورد فاکتورها یا عوامل، برای اینکه ساختار هر یک از عامل ها بهتر قابل تفسیر باشد، لازم است تا از چرخش فاکتورها یا عوامل بهره جست. نتایج حاصل از این چرخش در جدول (۷) به نمایش گذاشته شده است. براین اساس، از ۲۶ سوال طراحی شده مربوط به ورزش همگانی، سوال های ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶ و ۷ به عنوان عامل سخت افزاری و سوال های ۱۴، ۱۵، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۲، ۲۳ و ۲۴ به عنوان عامل نرم افزاری تعیین شد و مابقی سوالات به دلیل واریانس پایین (کمتر از ۰/۶) از مجموعه سوالات کنار گذاشته می شوند.

جدول ۷: چرخش فاکتورها یا عوامل استخراج شده

مولفه ها				
	۱	۲	۱	۲
q1	۰/۲۳۷	۰/۷۲۵	q14	۰/۶۰۴
q2	۰/۲۲۷	۰/۷۹۵	q15	۰/۷۳۸
q3	۰/۲۰۲	۰/۷۶۳	q18	۰/۷۴۸
q4	۰/۳۰۱	۰/۷۱۳	q19	۰/۶۷۳
q5	۰/۲۹۶	۰/۷۲۶	q20	۰/۶۹۷
q6	۰/۳۴۲	۰/۶۵۳	q22	۰/۷۷۴
q7	۰/۴۶۸	۰/۵۲۶	q23	۰/۷۴۷
			q24	۰/۷۷۸
				۰/۱۸۴

برای تشخیص اینکه تحلیل عاملی صورت گرفته مناسب است یا خیر، از آزمون KMO و بارتلت استفاده شد که نتایج حاصل در جدول (۸) آورده شده است.

جدول ۸: نتیجه آزمون KMO و بارتلت

۰/۵۰۰	اندازه گیری کفایت نمونه کایزر- میرر-الکین	
۲۶۰/۶۸۹	میزان تقریب مجذور خی (Approx. Chi-Square)	آزمون بارتلت
۱	درجه آزادی (df)	
۰/۰۰۰	سطح معناداری (sig)	

مقدار اولیه	مقدار استخراج شده	
۱/۰۰۰	۰/۸۵۵	سخت افزاری
۰	۰/۸۵۵	نرم افزاری

مؤلفه	مقادیر ویژه اولیه			استخراج مجموع بارهای مجذور شده		
	مجموع	درصد واریانس	درصد انباشته	مجموع	درصد واریانس	درصد انباشته
۱	۱/۷۱۰	۸۵/۵۰۶	۸۵/۵۰۶	۱/۷۱۰	۸۵/۵۰۶	۸۵/۵۰۶
۲	۰/۲۹۰	۱۴/۴۹۴	۱۰۰/۰۰۰			

همانطور که از جدول (۸) ملاحظه می شود، میزان سطح معناداری محاسبه شده کمتر از ۰/۰۵ می باشد ($\text{sig} = ۰.۰۰۰$). بنابراین تحلیل عاملی صورت گرفته شده مناسب است.

جدول (۹) وضعیت موجود امکانات نرم افزاری و سخت افزاری ورزش همگانی از دیدگاه دانشجو معلمان را نشان می دهد.

جدول ۹: نتایج آزمون t مستقل

t	درجه آزادی (df)	سطح معناداری (sig)	اختلاف میانگین
-۴۷/۷۸۸	۳۷۳	۰/۰۰۰	امکانات نرم افزاری ورزش همگانی
-۵۱/۳۶۴	۳۷۳	۰/۰۰۰	امکانات سخت افزاری ورزش همگانی

نتایج جدول (۹) نشان می دهد در بخش نرم افزاری ورزش همگانی، مقدار آزمون معادل ۴۷/۷۸۷- و در بخش سخت افزاری ورزش همگانی، مقدار آزمون معادل ۵۱/۳۶۴- می باشد که این مقدار در سطح ۰/۰۵ معنی دار است ($\text{sig} = 0.000$). یعنی بین وضعیت موجود و مطلوب ورزش همگانی در بخش نرم افزاری و سخت افزاری اختلاف معنادار وجود دارد. همچنین با توجه به میانگین بدست آمده، در بخش نرم افزاری ورزش همگانی، میانگین به میزان ۲/۰۷۶۲ و در بخش سخت افزاری ورزش همگانی، میانگین به میزان ۲/۰۳۵۲ از میانگین استاندارد ($\text{mean} = ۵$) کمتر بوده یعنی از دید دانشجو معلمان وضعیت موجود نرم افزاری ورزش همگانی در سطح مطلوبی قرار ندارد.

جدول (۱۰) نتایج آزمون تی مستقل گروه پسران و دختران را در خصوص امکانات سخت افزاری و نرم افزاری ورزش همگانی نشان می دهد.

جدول ۱۰: نتایج آزمون t مستقل

t	درجه آزادی (df)	سطح معناداری (sig)	اختلاف میانگین
---	-----------------	--------------------	----------------

۱/۶۸۱	۳۶۶	۰/۰۹۴	۰/۱۴۴۶۹	امکانات نرم افزاری ورزش همگانی
۲/۷۱۱	۳۶۶	۰/۰۷	۰/۲۵۳۷۵	امکانات سخت افزاری ورزش همگانی

sig<۰.۰۵ •

در جدول (۱۰) نتایج وضعیت موجود در بخش نرم افزاری، مقدار آزمون معادل ۱/۶۸۱ و اختلاف میانگین ۰/۱۴۴۶۹ و بخش سخت افزاری، مقدار آزمون ۲/۷۱۱ و اختلاف میانگین ۰/۲۵۳۷۵ نشان می دهد که با توجه به سطح معناداری بدست آمده معنادار نمی باشد (sig = 0.094). در نتیجه بین دیدگاه پسران و دختران نسبت به وضعیت موجود امکانات سخت افزاری و نرم افزاری ورزش همگانی تفاوت معناداری وجود ندارد.

بحث و نتیجه گیری

فعالیت های ورزشی فوق برنامه موجب رفع کسالت و تبلی و ایجاد نشاط و شادابی، تقویت روحی روانی شجاعت، از خود گذشتگی، دوری از فساد و بزهکاری، افزایش اعتماد به نفس و عادات مثبت در زندگی می شود. امکان دستیابی به این اهداف مستلزم اثربخش شدن این فعالیت ها است (ساکي و همکاران، ۱۳۹۵).

ورزش دانشجویی همواره با چالش های فراوانی رو به روست و دانشجویان برای اینکه به خوبی از عهده وظایفشان برآیند، باید از لحاظ جسمی و روحی آمادگی کامل داشته باشند. نهادینه کردن ورزش و فعالیت های بدنی در بین دانشجویان یکی از مؤثرترین راه های دستیابی به این آمادگی است. از اینرو این تحقیق با هدف نیازسنجی فعالیت ها و دوره های آموزشی- ورزشی در بخش همگانی دانشگاه فرهنگیان انجام گرفت.

نتایج نشان داد بین وضع موجود و مطلوب امکانات سخت افزاری و نرم افزاری ورزش همگانی از دیدگاه دانشجو معلمان تفاوت معنادار وجود دارد. این نتیجه با نتایج پژوهش نومرتو^۱ (۲۰۰۹) و سوادی و همکاران (۱۳۹۶) که امکانات نرم افزاری و سخت افزاری را در بعد قوانین و مقررات از عامل مدیریتی و منابع شامل منابع انسانی، مالی، تکنولوژی و تجهیزات دارای توزیع غیرطبیعی دانستند، همسو می باشد که دلیل این همسویی، تشابه در جامعه آماری این دو پژوهش است. زیرا در هر دو تحقیق دانشجویان بین وضع مطلوب و وضع موجود فاصله می بینند.

بنابراین با توجه به نامطلوب بودن شرایط برای ورزش های همگانی از دید دانشجو معلمان در خصوص فعالیت های تأثیرگذار می بایست با در نظر گرفتن عوامل سخت افزاری و نرم افزاری اثرگذار بر فعالیت های ورزشی- آموزشی همگانی به تقویت و ایجاد عوامل موثر در این زمینه پرداخت. بطور مثال می توان با توجه به موقعیت پردیس های دانشگاهی به مواردی مانند برگزاری سفرهای تفریحی- ورزشی (کوه گشت، پیست اسکی و...)، انجام فعالیت های ورزشی همراه خانواده، آموزش رشته های مختلف ورزشی، ارائه برنامه های جذاب و متنوع ورزشی (دارت، طناب کشی و...)، پخش موسیقی همراه با فعالیت های ورزشی، برگزاری کلاس های آموزشی -

¹ . Numerato

ورزشی (حرکات اصلاحی، آسیب شناسی و...)، برگزاری مسابقات ورزشی به طور منظم، ارائه برنامه های جذاب و متنوع ورزشی و تأمین فضاها و امکانات ورزشی مناسب اشاره کرد که در افزایش سطح روحیه شرکت در فعالیت های ورزش همگانی دانشجویان موثر می باشد و از آنها می توان به عنوان راهکارهای مفید به منظور مشارکت هرچه بیشتر دانشجویان در فعالیت های ورزشی همگانی استفاده کرد.

با توجه به اینکه نیاز دانشجویان به فعالیت های تفریحی، امری مهم و اساسی است و همچنین تأمین امکانات و وسایل برای برآورده کردن این نیازها از سوی دانشگاه های مورد مطالعه لازم و ضروری است، با وجود این دانشگاه های مورد مطالعه نتوانسته اند امکانات و تجهیزات متناسب با نیاز تفریحی دانشجویان را فراهم کنند و درصد زیادی از دانشجویان نسبت به ارائه برنامه های فعالیت های تفریحی دانشگاه ها رضایت ندارند و امکانات ارائه شده را متناسب با نیازهای تفریحی خود نمی دانند، می بایست مسئولان تربیت بدنی و ورزش پردیس های دانشگاهی دانشگاه فرهنگیان با توجه به وضعیت مطلوب پیشنهادی توجه بیشتری نمایند و اقدامات اصلاحی از سوی آنان صورت گیرد.

نتایج این تحقیق نشان داد بین وضع موجود و مطلوب سخت افزاری و نرم افزاری ورزش همگانی با توجه به جنسیت تفاوت معنادار وجود ندارد. در واقع دختران و پسران به یک اندازه از امکانات موجود رضایت دارند و نقاط قوت و ضعف این امکانات برای هر دو گروه دختر و پسر، یکسان بوده است. با وجود این، جهت افزایش رضایت دانشجو معلمان از خدمات ورزشی، بهتر است ادارات تربیت بدنی پردیس های دانشگاهی، از نیازها و توقعات دانشجویان در مورد ورزش و تفریحات سالم به درستی آگاه شده و اطلاعاتی را در مورد نگرش مخاطبان خود کسب کنند تا بتوانند خدمات با کیفیت تر و مطابق با میل و رغبت ورزشی دانشجویان ارائه دهند. این امر موجب ارائه خدمات و ارتقاء توجه عمومی دانشگاه می شود. این یافته، با یافته های تحقیق فتحی و همکاران (۱۳۹۴) که بیان داشتند بین نیازهای سخت افزاری و نرم افزاری به ورزش همگانی بر حسب جنسیت تفاوت معنادار وجود ندارد، همسو است.

بنابراین دلایل زیادی بر تفاوت وضع موجود و مطلوب امکانات سخت افزاری و نرم افزاری ورزش دانشگاهی در بخش همگانی وجود دارد که با توجه به نتایج تحقیق حاضر، می توان در بخش سخت افزاری به مشکلات و کاستی هایی ناشی از کمبود تجهیزات و فضاهای ورزشی ویژه دختران و پسران، استاندارد و ایمن نبودن برخی وسایل، تجهیزات و اماکن، دسترسی نداشتن به فضاهای ورزشی؛ و در بخش نرم افزاری به کمبود نیرو و مربی کارآموز و با تجربه در زمینه آموزش رشته های مختلف ورزشی، گران بودن هزینه شرکت در کلاس ها، اطلاع رسانی ضعیف مسابقات و بخشنامه ها اشاره کرد.

با توجه به تفکیک جنسیت نیز اولویت بندی نیازهای ورزشی دانشجویان پسر دانشگاه های فرهنگیان که براساس رتبه بندی مشخص شده است، از بین رشته های ورزشی مورد علاقه دانشجویان پسر در مجموع به ترتیب رشته های ورزشی پیاده روی، دو و میدانی و والیبال در بخش ورزش همگانی اولویت قرار داشتند و اولویت بندی نیازهای ورزشی دانشجویان دختر نشان داد که از بین رشته های ورزشی مورد علاقه دانشجویان دختر به ترتیب رشته های ورزشی در بخش ورزش همگانی رشته های دو و میدانی، والیبال و شنا در اولویت قرار داشتند.

بنابر نتایج به دست آمده از تحقیقات، والتر (۲۰۱۰)، داودی و همکاران (۱۳۹۴) نیز رشته‌های ورزشی فوتبال در پسران و شنا و والیبال در دختران جز پنج اولویت اول افراد مورد مطالعه بوده است. در نتیجه تا حدودی با نتایج این تحقیق همسو می‌باشند. این موضوع می‌تواند بحث تأثیر جذابیت و محبوبیت این رشته ورزشی در بین تقریباً اکثریت مردم دنیا باشد. فوتبال و والیبال به علت خاصیت هیجانی و انگیزشی بالا، همیشه محبوب افراد در تمامی گروه‌های سنی بوده و به همین علت، این رشته‌های ورزشی در تمامی سازمان‌ها گسترده شده است. همچنین برای برگزاری آنها امکانات کمتری نیاز است. وجود بستر، تأسیسات و تجهیزات مربوط به رشته ورزشی فوتبال و والیبال در دانشگاه‌ها را می‌توان علت این امر تلقی کرد. توسعه این رشته‌ها در سطح دانشگاه‌ها می‌تواند شادابی و نشاط خوبی را برای دانشجویان ایجاد کند. البته باید در نظر داشت براساس نتایج و مواردی که در این تحقیق ذکر شد، می‌بایست برنامه‌ریزی به منظور انجام فعالیت ورزشی والیبال (که مشترک بین ورزش همگانی و قهرمانی است) فوتبال و پیاده‌روی و شنا توسط دانشجویان در رأس امور برنامه‌های ورزشی دانشگاهی قرار گیرد، این برنامه‌ریزی‌ها می‌تواند مواردی چون احداث سالن‌های ورزشی جدید، انعقاد قرارداد با سالن‌های خصوصی، برگزاری کلاس‌های آموزشی برای دختران و پسران و برگزاری مسابقات منظم والیبال و فوتبال به منظور استعدادیابی و تشکیل تیم در سطح دانشگاهی باشد.

نکته حائز اهمیت دیگر اینکه ورزش‌های مورد نظر دانشجویان اغلب سالی است و کمتر به ورزش‌های نوظهور مثل اسکواش و... می‌پردازند و در نهایت تنوع پرداختن به رشته‌های ورزشی در دانشگاه فرهنگیان در سطح پایینی قرار دارد.

بنابراین در برنامه‌ریزی فعالیت‌های ورزشی دانشجویان، جهت اثربخشی فعالیت ورزشی فوق برنامه و تامین نیازهای آنها پیشنهاد می‌شود از طریق انتخاب مسئولین متخصص و مربیان مجرب، توجه به علایق همه دانشجویان، به کارگیری اطلاعات علمی و بروشورهای آموزشی، برگزاری کارگاه‌های علمی، تشکیل انجمن‌های ورزشی، اجرای منظم برنامه‌های ورزشی، استفاده از دانشجویان قهرمان در بخش مربیگری درون دانشگاهی، امتیاز شرکت رایگان در کلاس‌های مربیگری و داوری، تجهیز امکانات و... زمینه‌ی کسب موفقیت و در نتیجه افزایش سلامت و توسعه و تعالی دانشجو معلمان فراهم شود. همچنین به محققان آینده پیشنهاد می‌شود مواردی که در این تحقیق مورد مطالعه قرار نگرفته است از جمله تأثیر رشته‌های ورزشی بر مشارکت در ورزش همگانی، مقایسه میزان مشارکت دختران و پسران دانشجو معلم در ورزش‌های همگانی، اهمیت سلامت در دانشجو معلمان و استمرار آن در بین دانش‌آموزان را مورد مطالعه قرار دهند. همچنین از آنجا که این تحقیق در بخش همگانی انجام گرفته است، محققان آتی می‌توانند این تحقیق را در بخش قهرمانی نیز مورد مطالعه قرار دهند.

منابع

۱. آجرلو، فاطمه؛ رنجبر، مرضیه. (۱۳۸۶). کتاب جامع کارشناسی ارشد مدیریت. ناشر: دانش پرو. نوبت چاپ اول. تهران.
۲. استیفن پی، رابینز و دیوید ای، دی سنز. (۱۳۸۹) مبانی مدیریت. ترجمه دکتر سید محمد اعرابی، محمد علی محمد رفیعی، بهرز اسراری ارشادی. انتشارات پژوهش‌های فرهنگی. چاپ دوم. تهران

۳. داودی، کریم؛ شهلاپی، جواد؛ غفوری، فرزاد. (۱۳۹۴). مقایسه و تعیین نیازهای ورزشی و تفریحی دانشجویان با برنامه‌های ورزشی ارائه شده در دانشگاه‌های دولتی شهر تهران. مدیریت ورزشی. دوره ۷. شماره ۴. صص ۵۳۱-۵۱۳.
۴. رمضانی نژاد، رحیم و همکاران. (۱۳۸۳). نیازسنجی درس تربیت بدنی و ورزش دوره ابتدایی. کتاب چکیده‌ها. ششمین همایش ملی تربیت بدنی و علوم ورزشی اصفهان: دانشگاه اصفهان: ص ۷۵.
۵. جلالی فراهانی، مجید. (۱۳۸۸). مدیریت اوقات فراغت و ورزش های تفریحی. تهران: موسسه انتشارات دانشگاه تهران. صص ۲۳-۱۰.
۶. ساکی، رضا؛ حسین پور، جواد؛ نصری، فرامرز. (۱۳۹۵). رابطی بین اجرای فوق برنامه های ورزشی با موفقیت ورزش قهرمانی در دانشگاه علوم دریایی امام خمینی (ره) نوشهر. فصلنامه علمی پژوهشی آموزش علوم دریایی. شماره ۴. صص ۷۰-۷۵.
۷. سوادی، مهدی؛ همتی نژاد، مهر علی؛ قلی زاده، محمد حسن؛ گوهر رستمی، حمیدرضا. (۱۳۹۵). ارزیابی عوامل موثر در توسعه گردشگری تفریحی - ورزشی با تاکید بر ورزش همگانی. جغرافیا (برنامه ریزی منطقه‌ای). سال هفتم، شماره ۱. صص ۲۱۰-۲۰۱.
۸. فتحی، فریبرز؛ صیادی، محمد امین؛ سید عامری، میر حسن. (۱۳۹۴). نیاز سنجی شهروندان ارومیه‌ای به ورزش همگانی. پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی. سال چهارم. شماره ۲ (پیاپی ۱۴) صص ۷۴-۶۳.
۹. فتحی واجارگاه، کورش. (۱۳۸۵). نیازسنجی پژوهشی (مسئله یابی پژوهشی و اولویت بندی طرح‌های تحقیقاتی) تهران: نشر آیت. صص ۲۰-۱۵.
۱۰. لطفی، مجتبی. (۱۳۸۸). نیاز سنجی ورزش کارکنان شرکت فولاد مبارکه و ارائه راهکارهای کاربردی، پایان نامه کارشناسی ارشد، اصفهان: دانشگاه اصفهان. دانشکده تربیت بدنی. صص: ۸۳-۸۴.
۱۱. مندعلی زاده، زینب؛ خسروی زاده، اسفندیار. (۱۳۹۸). نیازسنجی آموزشی کارآفرینانه محور برنامه درسی علوم ورزشی (مطالعه موردی: دانشگاه‌های استان مرکزی). پژوهش در ورزش تربیتی. دوره ۶. شماره ۱۷. صص ۶۲-۳۵.
۱۲. ورمقانی، مجید. (۱۳۹۱). نیاز سنجی ورزشی آتش نشانان شهر تهران با رویکرد مدیریتی در خصوص اولویت بندی نیازهای ورزشی آتش نشانان. پایان نامه کارشناسی ارشد. تهران. دانشگاه تربیت مدرس، صص ۴۰-۲۵.
13. Eddie J. Bradley a , Dr Lisa Board a , Dr David Archer, Mikeala Morgans. (2022). Evaluation of entrustable professional activities and competency assessment in sport and exercise sciences in higher education: Student perceptions of the impact on learning. Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education. Volume 31, pp: 1-10.
14. Macdonald, D., Johnson, R., & Lingard, B. (2020). Globalisation, neoliberalisation, and network governance: an international study of outsourcing in health and physical education. Discourse: Studies in the Cultural Politics of Education, 1-18.
15. Milroy, Jeffrey J. (2010). Behavior, Theory and Practice: Promoting Physical Activity among American College Students. A Dissertation Submitted to the Faculty of the Graduate School at the University of North Carolina at Greensboro, pp: 70-73.
16. Numerato, D. (2009). The institutionalisation of regional public sport policy in the Czech Republic. International journal of sport policy and politics, 1(1), 13-30 .
17. Wu, Xue. Xinjuan, Wu . Gao, Yanhong et al. (2019). Research-training needs of clinical nurses: A nationwide study among tertiary hospitals in China. International Journal of Nursing Sciences 6 (2019) 300-308.

The effect of 4 weeks of fasting and regular exercise on body composition and plasma levels Hemoglobin, hematocrit and blood creatinine in young men

Mehdi Changizi ^{1*}, Iman Taleb-Beydokhti ²

1. PhD Exercise Physiology, Education Organization of Semnan Province, Semnan

2. PhD student of Exercise Physiology, Faculty of Sport Sciences, University of Mazandaran, Babolsar

* Corresponding Author Email: : m.changizi@gmail.com

Abstract

Fasting in the month of Ramadan is a religious and religious obligation that causes a change in lifestyle, eating and sleeping schedule. The purpose of this study was to compare the effect of 4 weeks of fasting and regular sports activity on body composition, hemoglobin, hematocrit and blood creatinine in young men. In this study, 18 healthy boys with an average age of 19.71 ± 2.71 years were randomly divided into two groups: active fasting and inactive fasting. From both groups, blood was drawn during two times (the first day and the 28th day of Ramadan). The exercise protocol of the active group was 11 sessions, three sessions per week with an intensity of 50 to 65% of the reserve heart rate. After ensuring the normal distribution of the data (K-S), the correlated t test was used to compare the data at the 0.05 level. The findings showed that the difference in the average number of red blood cells, hemoglobin, hematocrit and creatinine was significant in both groups ($P \leq 0.05$). The difference of the intra-group averages of total body water, protein and muscles was significant only in the fasted active group ($P \leq 0.05$). The difference between the averages of white blood cells, body weight, body mass index and waist to hip ratio in two groups was not significant. As a result, fasting with regular sports activities can bring about positive changes in body composition and blood hematological indicators. Therefore, lifestyle changes may affect some blood compounds by changing osmolarity.

Keywords: Fasting, Regular exercise, hematocrit, hemoglobin, creatinine.

To cite this article:

Changizi. Mehdi, Taleb-Beydokhti. Iman .(2023). The effect of 4 weeks of fasting and regular exercise on body composition and plasma levels Hemoglobin, hematocrit and blood creatinine in young men. *Physical education and student health studies*. 2 (6): 22-31.

مطالعات تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۸/۰۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۹/۲۰

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۹/۳۰

تأثیر ۴ هفته روزه داری و فعالیت ورزشی منظم بر ترکیب بدن و سطوح پلاسمایی

هموگلوبین، هماتوکریت و کراتینین خون

مهدی چنگیزی^{۱*}، ایمان طالب بیدختی^۲

۱. دکتری فیزیولوژی ورزشی، دبیر تربیت بدنی آموزش و پرورش شهر سمنان

۲. دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه مازندران، بابلسر

* ایمیل نویسنده مسئول: m.changizi@gmail.com

چکیده

روزه‌داری در ماه رمضان یک تکلیف مذهبی و باور اعتقادی است که سبب تغییر شیوه زندگی، برنامه غذا خوردن و خواب می‌شود. هدف از مطالعه حاضر مقایسه تأثیر ۴ هفته روزه‌داری و فعالیت ورزشی منظم بر ترکیب بدن، هموگلوبین، هماتوکریت و کراتینین خون در مردان جوان بود. در این مطالعه ۱۸ پسر سالم با میانگین سنی 20.71 ± 19.71 سال در دو گروه بطور تصادفی روزه‌دار فعال و روزه‌دار غیرفعال قرار گرفتند. از هر دو گروه در طی دو وهله خونگیری (روز اول و روز ۲۸ ماه رمضان) به عمل آمد. پروتکل ورزشی گروه فعال ۱۱ جلسه، که سه جلسه در هفته با شدت ۵۰ تا ۶۵ درصد ضربان قلب ذخیره انجام شد. پس از اطمینان از توزیع طبیعی داده‌ها (K-S)، از آزمون t همبسته برای مقایسه داده‌ها در سطح ۰/۰۵ استفاده شد. یافته‌ها نشان داد تفاوت میانگین‌های تعداد گلبول‌های قرمز، هموگلوبین، هماتوکریت و کراتینین در هر دو گروه معنی‌دار بود ($P \leq 0.05$). تفاوت میانگین‌های درون گروهی آب کل بدن، پروتئین و عضلات تنها در گروه فعال روزه‌دار معنی‌دار بود ($P \leq 0.05$). تفاوت میانگین‌های درون گروهی و بین گروهی تعداد گلبول‌های سفید، وزن بدن، نمایه توده بدن و نسبت دور کمر به باسن در دو گروه معنی‌دار نبود. در نتیجه، روزه‌داری با اجرای فعالیت‌های ورزشی منظم می‌تواند تغییرات مثبت در ترکیب بدن و شاخص‌های هماتولوژیکی خون به وجود آورد. همچنین تغییرات شیوه زندگی ایجاد شده ممکن است برخی ترکیبات خون را از طریق تغییر اسمولاریته تحت تأثیر قرار دهد.

واژه‌های کلیدی: روزه‌داری، فعالیت ورزشی منظم، هماتوکریت، هموگلوبین، کراتینین

به این مقاله این گونه استناد کنید:

چنگیزی، مهدی *؛ طالب بیدختی، ایمان. (۱۴۰۲). تأثیر ۴ هفته روزه داری و فعالیت ورزشی منظم بر ترکیب بدن و سطوح پلاسمایی

هموگلوبین، هماتوکریت و کراتینین خون. مطالعات تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی، ۲(۶)، ۳۱-۲۲.

مقدمه

روزه ماه رمضان یکی از مهمترین فرائض دینی مسلمانان است که به مدت یک ماه انجام می شود و در فصل های مختلف ساعات متفاوتی از روزه داری (۱۱ الی ۱۷ ساعت) را تجربه می کنیم. این ماه با ویژگی های خاص خود، تغییراتی در شیوه زندگی افراد نظیر حجم مصرف آب و غذا، کاهش وعده های غذایی، فعالیت بدنی روزانه و چرخه خواب ایجاد می کند (طیبی^۱ و همکاران، ۲۰۱۰). با توجه به کاهش تعداد و میزان وعده های غذایی (طیبی و همکاران، ۲۰۱۰) و از آنجا که بدن انسان در طول روز نیازمند انرژی (کربوهیدرات، چربی و پروتئین) است و از سوی دیگر عدم دریافت آب و مواد غذایی توسط بدن در طول روزه داری می توان به این نتیجه رسید که تمامی این عوامل می تواند منجر به تغییراتی بر ترکیب بدن و فاکتورهای هموگلوبین، هماتوکریت و کراتینین خون شود. با این حال نتایج ضد و نقیضی در رابطه با اثر روزه داری بر متغیرهای فوق وجود دارد. تعدادی از تحقیقات کاهش معنادار فاکتورهای ترکیب بدن را در انتهای ماه رمضان گزارش کردند (هورانی^۲ و همکاران، ۲۰۰۷؛ حق دوست و پور رنجبر، ۲۰۰۹؛ خالد و همکاران، ۲۰۰۹؛ ضیایی و همکاران ۲۰۰۶؛ سادا^۳ و همکاران ۲۰۰۸). در این رابطه، کواگا^۴ و همکاران (۲۰۱۹)، فرنادو^۵ و همکاران (۲۰۱۹) و خالد و همکاران (۲۰۰۹) گزارش کردند که روزه داری منجر به کاهش معنی داری در وزن، نمایه توده بدن و درصد چربی بدن می شود. همچنین، ضیایی و همکاران (۲۰۰۶) کاهش معنی دار آب کل بدن و نمایه توده بدن را بعد از ماه رمضان گزارش کردند. هورانی و همکاران (۲۰۰۷) نیز در مطالعه خود گزارش کردند که در طول ماه رمضان با این که تغییر معنی داری در مقدار انرژی دریافتی به وجود نمی آید؛ وزن و نمایه توده بدن آزمودنی ها به طور معنی داری کاهش یافت. در مقابل، برخی از مطالعات تغییر معنی داری را در فاکتورهای ترکیب بدن مشاهده نکردند (سادا و همکاران، ۲۰۰۸؛ بلتافی^۶ و همکاران، ۲۰۰۲؛ رمضان، ۲۰۰۲؛ منشی و همکاران، ۲۰۲۳). چنان که سادا و همکارانش (۲۰۰۸)، نشان دادند به واسطه روزه داری در ماه مبارک رمضان تغییر معنی داری در توده بدن در بین افراد روزه دار و غیر روزه دار وجود ندارد، در صورتی که سطح کراتینین و پروتئین افزایش معنی داری داشت و نیز میزان هموگلوبین در طول هفته سوم کاهش معنی داری یافت. به طور مشابه رمضان (۲۰۰۲) با بررسی ۱۶ جوان سالم غیرفعال تغییر معنی داری را بر ترکیب بدن آنها مشاهده نکرد. ترابلسی و همکاران (۲۰۱۱)، نیز گزارش کردند که روزه داری منجر به تغییراتی همچون کاهش وزن، درصد چربی بدن، افزایش هماتوکریت، هموگلوبین و کراتینین می گردد. علاوه بر آن، یافته های متفاوتی راجع به اثر روزه ماه رمضان بر سطوح پلاسمایی فاکتورهای هماتولوژی و کراتینین خون وجود دارد، به طوری که برخی از مطالعات افزایش سطوح فاکتورهای کراتینین (سادا و همکاران، ۲۰۰۸؛ ترابلسی^۷ و همکاران، ۲۰۱۱؛ بانفی و همکاران، ۲۰۰۶؛ فرشید پور و همکاران، ۲۰۰۶)، تعداد گلبول های قرمز، هموگلوبین و هماتوکریت (سادا و همکاران، ۲۰۰۸؛ فرانکلن و همکاران، ۲۰۰۷؛ مقان و همکاران، ۲۰۰۸؛

¹ Tayebi

² Hourani

³ Saada

⁴ Kocaaga

⁵ Fernando

⁶ Beltaifa

⁷ Trabelsi

هورانی و همکاران، ۲۰۰۹؛ بوهل^۱ و همکاران، ۲۰۰۶) و برخی دیگر از مطالعات کاهش سطوح کراتینین (فرانکلوف و همکاران، ۲۰۰۷)، تعداد گلبول های قرمز، هموگلوبین و هماتوکریت (مقان و همکاران، ۲۰۰۸؛ ترابلسی و همکاران، ۲۰۱۲) را گزارش کرده اند. در واقع، افزایش در هماتوکریت و کاهش در هموگلوبین در جودوکاران ملاحظه شده است (چواچی^۲ و همکاران، ۲۰۰۸). در حالی که مطالعات انجام شده بر روی بازیکنان فوتبال کاهش معنادار در هماتوکریت و هموگلوبین را در انتهای ماه رمضان مشاهده کردند (مقان و همکاران، ۲۰۰۸). از طرف دیگر، افزایش هماتوکریت و هموگلوبین در ورزشکاران راکبی گزارش شده است (بوهل و همکاران، ۲۰۰۶). علاوه بر آن، افزایش در سطح کراتینین پلاسمای در ورزشکاران حرفه ای در طی ماه رمضان مشاهده شد (بانفی و همکاران، ۲۰۰۶). همچنین، افزایش کراتینین در انتهای ماه رمضان در افراد فعال گزارش شد (ترابلسی و همکاران، ۲۰۱۱). در مقابل، در مطالعه ای که بر روی افراد سالم در ماه مبارک رمضان انجام شد، کاهش سطح کراتینین پلاسمای مشاهده گردید (فرانکلوف و همکاران، ۲۰۰۷). نظر به اهمیت روزه داری در ورزشکاران و تناقضات موجود در تحقیقات انجام شده قبلی و از آنجا که انجام این فریضه دینی یکی از مهمترین اصول زندگی مسلمانان را در هر سال در بر می گیرد و آگاهی از تغییرات متاثر از ورزش بر بدن در ماه رمضان از اهمیت زیادی برخوردار است تحقیق حاضر قصد دارد به بررسی تاثیر ۴ هفته روزه داری و فعالیت ورزشی منظم بر ترکیب بدن و سطوح پلاسمایی هموگلوبین، هماتوکریت و کراتینین افراد فعال و غیر فعال پردازد.

روش شناسی

پژوهش حاضر از نوع نیمه تجربی بود. که دو گروه تجربی با طرح پیش آزمون و پس آزمون مورد مقایسه قرار گرفتند. جامعه آماری این تحقیق را ۱۸ پسر جوان غیر فعال تشکیل می دادند. برای انجام این پژوهش ابتدا علاقه مندی به شرکت در پژوهش با تکمیل پرسش نامه، اطلاعات لازم در مورد سابقه بیماری، مشخصات فردی، میزان فعالیت ورزشی، سابقه ورزشی و رضایت شرکت در این پژوهش را اعلام کردند. پس از بررسی های اولیه، آزمودنی ها به طور تصادفی به دو گروه ۹ نفر شامل (فعالیت و روزه داری - عدم فعالیت و روزه داری) تقسیم شدند. محدوده سنی آزمودنی ها ۱۶-۲۴ سال بود. آزمودنی ها بر اساس دستورالعمل کتبی و شفاهی از انجام هرگونه فعالیت شدید و مصرف هرگونه فرآورده های تغذیه ای مکمل ۷۲ ساعت قبل از برگزاری آزمون منع شدند.

یک هفته قبل از آزمون، داده های مربوط به قد، وزن، درصد چربی و شاخص توده بدنی اندازه گیری شد. چربی بدن به روش بیوالکتریکال اپیدنس با دستگاه BIA مدل BOCAX1 مدل کشور کره اندازه گیری شد. قبل از اندازه گیری ترکیب بدن آزمودنی ها با مثانه ی خالی و با حداقل لباس روی دستگاه ایستادند. بعد از اندازه گیری توسط دستگاه شاخص های از قبیل میزان پروتئین، عضلات، آب بدن، BMI، توده چربی بدن، درصد چربی بدن، توده بدون چربی بدن و درصد توده ی بدون چربی بدن مشخص می شدند. بلافاصله بعد از اندازه گیری اولیه، به منظور آشنایی آزمودنی ها با نحوه دویدن روی تردمیل و نحوه همکاری در طرح پژوهشی و رعایت

¹ Bouhleh

² Chaouachi

نکات ضروری درباره تمرینات ورزشی، تغذیه، مصرف داروها، مصرف مواد دخانی، استفاده از مکمل ها و مواد نیروزا به آزمودنی ها داده شد.

پروتکل فعالیت ورزشی گروه فعال ۱۱ جلسه بود ۳ روز در هفته با شدت ۵۰ تا ۶۵ درصد ضربان قلب ذخیره به مدت ۵۰ الی ۶۰ دقیقه و دمای محیط بین ۳۰ تا ۳۴ درجه سانتیگراد در ساعتی مشخص ۱۸ الی ۱۹ انجام شد، که شامل ۱۰ دقیقه گرم کردن (راه رفتن، دویدن، حرکات کششی) و سپس دویدن روی تردمیل به مدت ۳۰ الی ۴۰ دقیقه و در پایان فعالیت ورزشی به مدت ۱۰ دقیقه بازگشت بدن به حالت اولیه شامل: دویدن آهسته، راه رفتن و حرکات کششی انجام شد. دمای محیط در حین فعالیت ورزشی بین ۳۰ تا ۳۴ درجه سانتیگراد بود. در این تحقیق، شدت تمرینی به طور همزمان توسط ضربان سنج و فرم درک تلاش بزرگ تنظیم شد.

نمونه های خون در دو نوبت روز اول و روز ۲۸ ماه روزه داری در ساعات اولیه صبح در حالت ناشتا (۱۲ ساعت ناشتایی) از محل ورید پیش آرنجی بازوی راست هر گروه اخذ شد و بلافاصله فاکتورهای ترکیب بدن آنها ارزیابی شد. تمامی این اندازه گیری ها به صورت کاملاً مشابه و یکسان انجام شد. برای ارزیابی نمونه ی CBC از کیت K3E (ساخت کشور ایتالیا) و نمونه ی سرم از کیت ZS (ساخت کشور ایتالیا) با دستگاه Sysmex KX-21N تعیین گردید. این طرح بر اساس اظهارنامه اصول اخلاقی در تحقیقات پزشکی هلسنیگی انجام شد.

برای تجزیه و تحلیل داده ها ابتدا از آزمون کولموگروف - اسمرینوف برای تعیین نرمال بودن داده ها استفاده شد. سپس برای تفسیر پارامترها از آزمون t همبسته برای مقایسه تغییرات درون گروهی و برای تغییرات بین گروهی آزمون t مستقل در سطح معناداری ۰/۰۵ استفاده شد. از نرم افزار SPSS.20 برای تجزیه و تحلیل آماری داده ها استفاده گردید.

یافته ها

در بررسی اطلاعات متغیرهای پژوهش، نتایج به صورت شاخص های میانگین و انحراف استاندارد در مراحل مختلف نشان داده شده است. میانگین و انحراف استاندارد سن آزمودنی های فعال روزه دار 27.65 ± 19.55 سال و میانگین و انحراف استاندارد سن آزمودنی های غیرفعال روزه دار 27.08 ± 19.88 سال بود.

براساس نتایج جدول ۱، شاخص آب کل بدن، پروتئین و عضلات در گروه روزه دار فعال کاهش معنی داری یافته است، در حالی که در گروه روزه دار غیر فعال معنادار نبود. تفاوت میانگین درون گروهی شاخص های وزن بدن، نمایه توده بدن و نسبت دور کمر به باسن در دو گروه معنی دار نبود. نتایج نشان داد که تغییرات بین گروهی فاکتورهای ترکیب بدن معنی دار نبود.

جدول ۱: مقایسه تغییرات میانگین های درون گروهی و بین گروهی اندازه ها و ترکیبات بدن

متغیر	گروه	قبل از رمضان		۲۸ روز از رمضان		تغییرات	
		Mean	SD	Mean	SD	درون گروهی	بین گروهی
عضلات بدن (%)	فعال	۹.۴۴۵	۵۴.۹۳۳	۹.۰۶۹	۵۴.۲۲۲	*۰.۰۲	۰.۴۵۴
	غیر فعال	۱۰.۰۱۶	۵۷.۵۵۵	۹.۵۳۶	۵۷.۵۸۸	۰.۹۱۳	
وزن بدن (kg)	فعال	۱۷.۶۸۸	۶۹.۴۵۵	۱۸.۰۷۸	۶۹.۷۰۰	۰.۱۵۰	۰.۲۷۰
	غیر فعال	۲۵.۲۸۴	۲۴.۲۰۰	۸.۲۰۹	۲۴.۶۲۷	۰.۹۲۶	
آب کل بدن (kg)	فعال	۶.۷۹۱	۴۰.۷۳۳	۶.۶۶۲	۳۹.۹۳۳	*۰.۰۱	۰.۴۳۶
	غیر فعال	۸.۲۲۵	۴۲.۷۴۴	۷.۸۰۵	۴۲.۶۶۶	۰.۷۵۴	
نمایه توده بدن (kg/m ²)	فعال	۴.۲۱۳	۲۳.۲۲۲	۱.۴۳۱	۲۳.۳۰۰	۰.۴۲۵	۰.۶۲۳
	غیر فعال	۶.۸۴۷	۲۴.۵۸۸	۶.۶۵۲	۲۴.۶۲۲	۰.۷۷۳	
پروتئین بدن (kg)	فعال	۲.۵۳۹	۱۴.۵۰۰	۲.۴۰۱	۱۴.۳۱۱	*۰.۰۲	۰.۶۱۵
	غیر فعال	۱.۹۹۱	۱۴.۸۸۸	۱.۹۸۶	۱۴.۸۴۴	۰.۴۹۸	
دور کمر به باسن (سانتیمتر)	فعال	۰.۰۶۴	۰.۴۳۷	۰.۰۵۲	۰.۴۳۱	۰.۲۴۲	۰.۴۱۶
	غیر فعال	۰.۹۱۰	۰.۴۶۲	۰.۰۸۵	۰.۴۵۷	۰.۵۴۵	

* معنی دار در سطح ۰.۰۵ P ≤

بر اساس نتایج جدول ۲، تغییرات میانگین های درون گروهی تعداد کلبول های قرمز، هموگلوبین و هماتوکریت در هر دو گروه فعال و غیر فعال کاهش معنی داری یافت. میانگین درون گروهی تعداد گلبول های سفید و پلاکت ها در هر دو گروه معنی دار نبود. شاخص کراتینین در هر دو گروه فعال و غیر فعال افزایش معنی داری یافت. نتایج نشان داد که تغییرات بین گروهی فاکتورهای خونی معنی دار نبود.

جدول ۲: مقایسه تغییرات میانگین های درون گروهی و بین گروهی فاکتورهای هماتولوژی خون

متغیر	گروه	قبل از رمضان		۲۸ روز از رمضان		تغییرات	
		Mean	SD	Mean	SD	درون گروهی	بین گروهی
گلبول قرمز (میلیون / میکرولیتر)	فعال	۰.۲۲۳	۵.۵۶۶	۰.۳۲۲	۵.۳۴۴	*۰.۰۰۷	۰.۴۹۲
	غیر فعال	۰.۵۴۵	۵.۷۳۱	۰.۴۹۶	۵.۴۸۳	*۰.۰۰۲	
گلبول سفید	فعال	۱.۵۴۲	۶.۴۶۶	۱.۰۶۸	۶.۲۳۳	۰.۵۶۲	۰.۵۸۰

غیرفعال	۳.۹۹۸	۷.۳۴۴	۲.۸۷۲	۶.۸۱۱	۰.۲۵۷	(هزار / میکرولیتر)
فعال	۰.۵۶۳	۱۵.۴۰۰	۰.۷۴۱	۱۴.۵۶۶	*۰.۰۰۰۵	غلظت هموگلوبین
غیرفعال	۱.۴۵۵	۱۵.۰۶۶	۱.۲۷۹	۱۴.۱۲۲	*۰.۰۰۰۰	(گرم / دسی لیتر)
فعال	۱.۴۰۴	۴۵.۹۰۰	۲.۴۲۶	۴۳.۷۷۷	*۰.۰۰۰۷	هماتوکریت
غیرفعال	۲.۷۳۴	۴۵.۵۸۸	۲.۰۴۴	۴۳.۱۱۱	*۰.۰۰۰۱	(درصد)
فعال	۰.۱۱۹	۰.۹۹۵	۰.۱۵۰	۱.۰۷۲	*۰.۰۰۰۶	کراتینین
غیرفعال	۰.۱۵۷	۰.۹۸۴	۰.۱۵۳	۱.۰۸۱	*۰.۰۰۰۴	(میلی گرم در دسی لیتر)
فعال	۵۴.۵۳۲	۲۳۳.۵۵۵	۵۱.۸۵۰	۲۲۸.۲۲۲	۰.۵۱۰	تعداد پلاکت خون
غیرفعال	۶۰.۶۹۴	۲۵۴.۱۱۱	۶۲.۵۶۳	۲۵۳.۶۶۶	۰.۹۷۴	(هزار / میکرولیتر)

* معنی دار در سطح $P \leq 0.05$

بحث و نتیجه گیری

هدف از مطالعه حاضر بررسی یک ماه روزه داری و فعالیت بدنی منظم بر ترکیب بدن و سطوح پلاسمایی هموگلوبین، هماتوکریت و کراتینین خون مردان فعال و غیر فعال بود. طی یک ماه روزه داری همراه و بدون فعالیت ورزشی سطح کراتینین در هر دو گروه فعال و غیر فعال افزایش معنی داری یافت. این نتایج با یافته های ترابلسی (۲۰۱۱)، بانفی (۲۰۱۰)، فرشیدفر (۲۰۰۶) و سارا (۲۰۰۸) مبنی بر افزایش کراتینین همخوانی داشت. چنان که ترابلسی و همکاران با بررسی ۱۸ مرد و زن افزایش معنی دار کراتینین را در انتهای ماه رمضان گزارش کردند. بانفی و همکاران نیز افزایش معنی دار کراتینین را در افراد ورزشکار نسبت به افراد بی تحرک گزارش کردند. در این راستا، فرشیدفر و همکاران نیز با مطالعه ۶۲ نفر افزایش معنی دار کراتینین را پس از ۲۸ روز از رمضان گزارش کردند. اما این نتایج با یافته های فرانکلکو (۲۰۰۷) که با بررسی ۳۲ زن و ۷ مرد، کاهش معنادار کراتینین را پس از ۲۸ روز از رمضان گزارش کردند، همخوانی نداشت. یکی از تولیدات فرعی کراتین، کراتینین است که یک ماده ذخیره انرژی مهم در سوخت و ساز عضله محسوب می شود. در طب ورزشی کراتینین برای ارزیابی سلامت ورزشکاران به ویژه در مسابقات ورزشی که در آن تعادل هیدرو الکترولیتیک برای رسیدن به موفقیت ورزشی حیاتی است، استفاده می شود. در هر دو گروه این مطالعه، افزایش سطح کراتینین سرم در انتهای ماه رمضان احتمالاً میتواند به افزایش سوخت و ساز پروتئین بدن و کم شدن آب بدن نسبت داده شود.

نتایج این تحقیق نشان داد که تعداد گلبول های قرمز، هموگلوبین و هماتوکریت در هر دو گروه روزه دار فعال و غیر فعال کاهش معنی داری یافت، این نتایج با یافته های فرانکلکو، هدا، سارا و موقان مبنی بر کاهش یافتن هموگلوبین و هماتوکریت همخوانی دارد. فرانکلکو و همکاران (۲۰۰۲) در بررسی ۲۹ داوطلب مرد روزه دار به این نتیجه رسیدند که سطوح پلاسمایی هموگلوبین و پروتئین

کاهش و تعداد لنفوسیت‌ها بعد از ماه رمضان افزایش معنی داری یافته است. در این ارتباط هدا و همکاران (۲۰۰۹)، کاهش معنی دار پلاکت‌ها، هموگلوبین و هماتوکریت را در پایان ماه رمضان بیان کردند. به طور مشابه، سادا (۲۰۰۸) و مقان (۲۰۰۸) کاهش معنی دار هموگلوبین و هماتوکریت را در انتهای ماه رمضان گزارش کردند، اما نتایج این تحقیق با یافته های ترابلسی و همکاران (۲۰۱۱) و چواچی (۲۰۰۸) همخوانی نداشت. ورزشکاران، به ویژه ورزشکاران استقامتی، عموماً غلظت هموگلوبین و هماتوکریت پایین تری نسبت به افراد غیر ورزشکار دارند. به طور معمول، پس از ورزش های استقامتی شدید و تمرینات طولانی مدت، حجم پلازما افزایش می یابد. افزایش حجم پلازما در اکثر موارد، همراه با کاهش هماتوکریت و تعداد گلبول های قرمز خون است. افزایش حجم پلازما موجب رقیق شدن خون و در نتیجه کاهش هماتوکریت و غلظت هموگلوبین می شود (برینی^۱ و همکاران، ۲۰۲۳). جابه جایی مایعات و پروتئین های موجود در خون، در هنگام تمرینات، ممکن است تغییرات حجم پلازما در دوره بازگشت به حالت اولیه را تعدیل کند. این تغییرات می تواند شامل رقیق شدن یا غلیظ شدن خون شود که این حالت به نوع تمرین، شدت و محدودیت های تمرین وابسته است. در اکثر مواقع به طور سیستماتیک، زمانی که تمرین در یک شرایط آب و هوایی خیلی گرم انجام شود، طبعاً افزایش غلظت خون پدیدار می شود و پاسخ غالب به این شرایط است. مکانیزم افزایش غلظت خون در این شرایط، نه تنها ناشی از کاهش مایعات بوده (که خود به دلیل افزایش عرق کردن است)، بلکه عمدتاً به سبب توزیع مجدد جریان خون و نیروی محرکه مبادله خون در شبکه های مویرگی است؛ به عنوان نمونه می توان به تغییرات فشار هیدرواستاتیکی و افزایش فشار تورمی بافت های فعال اشاره کرد (برینی و همکاران، ۲۰۲۳). یکی از دلایل دیگر کاهش سنتز هموگلوبین، میوگلوبین و پروتئین های زنجیره انتقال الکترونی و کاهش غلظت فریتین بوده که منجر به کسر آهن در افراد ورزشکار و غیرورزشکار می شود که این حالات احتمالاً به دلیل کمبود آهن در رژیم غذایی مصرفی و کاهش کالری دریافتی بدن در طول روزه داری می باشد (موگینز و همکاران، ۲۰۰۶؛ کین و همکاران، ۲۰۲۲).

همچنین نتایج تحقیق حاضر نشان داد طی یک ماه روزه داری متغیرهای وزن، نمایه توده بدن و نسبت محیط کمر به باسن در هر دو گروه فعال و غیرفعال روزه دار تغییر معنی داری نیافت، در حالی که متغیرهای آب کل بدن، پروتئین و عضلات تنها در گروه روزه دار فعال کاهش معنی داری یافت. نتایج ما با یافته های جاسم و همکاران (۲۰۰۲)، رمضان (۲۰۰۲) و بلتافی و همکاران (۲۰۰۲) مبنی بر عدم تغییر فاکتورهای نمایه توده بدن، نسبت محیط کمر به باسن و وزن بدن همخوانی دارد. بلتافی و همکاران در مطالعه خود بر روی ۲۰ مرد سالم دارای وزن نرمال گزارش کردند که یک ماه روزه داری منجر به تغییر معنی دار وزن، نمایه توده بدن و نسبت محیط کمر به باسن نمی شود. رمضان و همکاران نیز تغییر معناداری در فاکتورهای وزن، نمایه توده بدن و نسبت محیط کمر به باسن مشاهده نکردند در این ارتباط می توان به مداخله سایر عوامل چون: تغییرات متابولیکی ناشی از متفاوت بودن عادات غذایی، نوع مواد غذایی مصرفی، سطح فعالیت، آب و هوا و همچنین کاهش در فرایند سوخت و سازی زمان استراحت شرکت کنندگان اشاره کرد سویله و همکاران، ۱۹۹۲). اما نتایج این تحقیق با یافته های خالد و همکاران (۲۰۰۹)، ضیایی و همکاران (۲۰۰۶) و هورانی و همکاران (۲۰۰۷) همخوانی

¹ Brini

نداشت. آب کل بدن، پروتئین بدن و عضلات تنها در گروه روزه دار فعال کاهش معنی داری یافت. کاهش پروتئین بدن می تواند به افزایش سوخت و ساز پروتئین در طول ماه رمضان نسبت داده شود، همچنین کاهش آب بدن گروه فعال در انتهای ماه رمضان را می توان به فعالیت بدنی و از دست رفتن آب بدن به وسیله تعریق نسبت داد (منشی و همکاران، ۲۰۲۳).

در کل، یافته های این پژوهش نشان داد که روزه داری بدون فعالیت ورزشی منظم می تواند باعث افزایش معنی دار هموگلوبین، هماتوکریت و کراتینین شود اما در روزه داری همراه با فعالیت ورزشی منظم علاوه بر افزایش معنی دار هموگلوبین، هماتوکریت، کراتینین موجب کاهش معنی دار آب کل بدن و پروتئین می شود. چون علاوه بر کاهش مصرف مایعات نیز دهیدارسیون روزانه حین فعالیت افزایش و در نهایت موجب کاهش ذخایر آب شود. بنابراین روزه داری، به میزان اندک و تنها برخی از جنبه های ورزش را تحت تأثیر قرار می دهد. به نظر نمی رسد روزه داری در ماه رمضان تمامی افراد را تحت تأثیر قرار دهد، چرا که تقریباً موجب تطابق و مقاومت در برابر اختلالات فیزیولوژیکی و روانی ناشی از روزه داری در ماه رمضان می شود.

تشکر و قدردانی

بدین وسیله از آزمودنی های عزیزی که با صبر و حوصله در این مطالعه شرکت کردند تشکر و قدردانی می گردد.

منابع

1. Al-Hourani, H. M., & Atoum, M. F. (2007). Body composition, nutrient intake and physical activity patterns in young women during Ramadan. *Singapore medical journal*, 48(10), 906.
2. Banfi, G., & Del Fabbro, M. (2006). Serum creatinine values in elite athletes competing in 8 different sports: comparison with sedentary people. *Clinical chemistry*, 52(2), 330-331.
3. Beltaifa, L., Bouguerra, R., Ben Slama, C., Jabrane, H., El Khadhi, A., Rayana, B., & Doghri, T. (2002). Food intake, and anthropometrical and biological parameters in adult Tunisians during Ramadan. *EMHJ-Eastern Mediterranean Health Journal*, 8 (4-5), 603-611, 2002.
4. Bouhlel, E., Salhi, Z., Bouhlel, H., Mdella, S., Amamou, A., Zaouali, M., ... & Shephard, R. J. (2006). Effect of Ramadan fasting on fuel oxidation during exercise in trained male rugby players. *Diabetes & metabolism*, 32(6), 617-624.
5. Bradshaw, L., Koumanov, F., Berry, S., Betts, J. A., & Gonzalez, J. (2023). The effect of exercise in a fasted state on plasma low-density lipoprotein cholesterol concentrations in males and females. *Experimental Physiology*, 108(4), 543-548.
6. Brini, S., Ardigò, L. P., Clemente, F. M., Raya-González, J., Kurtz, J. A., Casazza, G. A., ... & Nobari, H. (2023). Increased game frequency period crossing Ramadan intermittent fasting decreases fat mass, sleep duration, and recovery in male professional basketball players. *PeerJ*, 11, e16507.
7. Chaouachi, A., Chamari, K., Roky, R., Wong, P., Mbazaa, A., Bartagi, Z., & Amri, M. (2007). Lipid profiles of judo athletes during Ramadan. *International journal of sports medicine*, 282-288.

8. Farshidfar, G. H. R., Yousfi, H., Vakili, M., & Noughabi, F. A. (2023). The effect of Ramadan fasting on hemoglobin, hematocrit and blood biochemical parameters. *Journal of Research in Health Sciences*, 6(2), 21-27.
9. Furuncuoglu, Y., Karaca, E., Aras, S., & Yönm, A. (2007). Metabolic, biochemical and psychiatric alterations in healthy subjects during Ramadan. *Pak J Nutr*, 6(3), 209-11.
10. Haghdoost, A. A., & Poorranjbar, M. (2009). The interaction between physical activity and fasting on the serum lipid profile during Ramadan. *Singapore Med J*, 50(9), 897-901.
11. Keenan, S., Cooke, M. B., Chen, W. S., Wu, S., & Belski, R. (2022). The effects of intermittent fasting and continuous energy restriction with exercise on cardiometabolic biomarkers, dietary compliance, and perceived hunger and mood: secondary outcomes of a randomised, controlled trial. *Nutrients*, 14(15), 3071.
12. Kocaaga, T., Tamer, K., Karli, U., & Yazar, H. (2019). Effects of Ramadan fasting on physical activity level and body composition in young males. *Int. J. Appl. Exerc. Phy*, 8, 2322-3537.
13. Maneshi, F., Shahabpoor, E., & Jahromi, M. K. (2023). The Effect of Ramadan Fasting on Some of the Physical Fitness and Skill Indices of Female Volleyball Players. *Journal of Nutrition, Fasting & Health*, 11(1).
14. Maughan, R. J., Bartagi, Z., Dvorak, J., & Zerguini, Y. (2008). Dietary intake and body composition of football players during the holy month of Ramadan. *Journal of Sports Sciences*, 26(S3), S29-S38.
15. Mougios, V. (2006). *Exercise biochemistry Human Kinetics*.
16. Ramadan, J. (2002). Does fasting during Ramadan alter body composition, blood constituents and physical performance?. *Medical Principles and Practice*, 11(Suppl. 2), 41-46.
17. Saada, D. A., Attou, G. S., Mouhtadi, F., Kassoul, S., Italhi, M., & Kati, D. (2008). Effect of the Ramadan fasting on the variations of certain anthropometric and biochemical parameters in type 2 diabetic patients treated with medications mixture (biguanides and sulfamides). *Advances in Biological Research*, 2(5-6), 111-120.
18. Sweileh, N., Schnitzler, A., Hunter, G. R., & Davis, B. (1992). Body composition and energy metabolism in resting and exercising muslims during Ramadan fast. *The Journal of sports medicine and physical fitness*, 32(2), 156-163.
19. Tayebi, S. M., Hanachi, P., Niaki, A. G., Ali, P. N., & Ghaziani, F. G. A. (2010). Ramadan fasting and weight-lifting training on vascular volumes and hematological profiles in young male weight-lifters. *Global Journal of Health Science*, 2(1), 160.
20. Trabelsi, K., El Abed, K., Trepanowski, J. F., Stannard, S. R., Ghlissi, Z., Ghozzi, H., ... & Hakim, A. (2011). Effects of Ramadan fasting on biochemical and anthropometric parameters in physically active men. *Asian journal of sports medicine*, 2(3), 134.
21. Trabelsi, K., El Abed, K., Stannard, S. R., Jammoussi, K., Zeghal, K. M., & Hakim, A. (2012). Effects of fed-versus fasted-state aerobic training during Ramadan on body composition and some metabolic parameters in physically active men. *International journal of sport nutrition and exercise metabolism*, 22(1), 11-18.
22. Weaver, C. M., & Rajaram, S. (1992). Exercise and iron status. *The Journal of nutrition*, 122, 782-787.
23. Ziaee, V., Razaee, M., Ahmadinejad, Z., Shaikh, H., Yousefi, R., Yarmohammadi, L., ... & Behjati, M. J. (2006). The changes of metabolic profile and weight during Ramadan fasting. *Singapore medical journal*, 47(5), 409.

Explaining the competency indicators of sports event management from the point of view of sports managers education of Guilan province

Isa Eskandari ^{1*}, Fatemeh Eskandari Taskoh ²

1. Ph.D. in Physical Education, Sports Management , Masal Education Teacher

2. Master's degree- assistant of the school

* Corresponding Author Email: : Isa.eskandari@yahoo.com

Abstract

This research has been compiled with the aim of explaining the competency indicators of sports events management from the point of view of sports managers of education and training in Guilan province. The research method was descriptive and survey. The statistical population of this study was the managers of sports managers in education of Guilan province, Sampling was selected by the total number of methods, and a total of 125 of the 130 questionnaires were answered. The research questionnaire used the competency questionnaire of COSEM sporting event managers (Taha, 1997), which has 64 questions. In this research, one-sample t-test, independent t-test, analysis of variance and Friedman test were used. The findings showed that all data were relevant to the competencies of athletic directors in natural education. The t test showed that the importance of managers' competency criteria is moderate to high. The results also showed that event management research and marketing management, event management and planning techniques and management techniques are the most important competencies of sports managers. And there was no difference between the importance of managers' competencies in terms of men and women and the level of education. Therefore, by recognizing these features, we try to make the managers of the competitions more aware of these criteria in the correct implementation of the competitions. And officials should use experienced people in holding competitions.

Keywords: competencies, sports managers, education.

To cite this article:

Eskandari. Isa, Eskandari Taskoh. Fatemeh (2023). Explaining the competency indicators of sports event management from the point of view of sports managers . Physical education and student health studies. 2 (6): 32-48.

تبیین شاخص های شایستگی مدیریت رویدادهای ورزشی از دیدگاه مدیران ورزشی آموزش و پرورش استان گیلان

عیسی اسکندری^{۱*}، فاطمه اسکندری طاسکوه^۲

۱. دانش آموخته دکتری تربیت بدنی، مدیریت ورزشی، دبیر آموزش و پرورش ماسال

۲. کارشناسی ارشد، دبیر آموزش و پرورش

* ایمیل نویسنده مسئول: Isa.eskandari@gmail.com

چکیده

این پژوهش با هدف تبیین شاخص های شایستگی مدیریت رویدادهای ورزشی از دیدگاه مدیران ورزشی آموزش و پرورش استان گیلان تدوین گردیده است. روش تحقیق از نوع توصیفی و پیمایشی بوده است. جامعه آماری این تحقیق مدیران مدیران ورزشی در آموزش و پرورش استان گیلان بوده است، نمونه گیری به روش کل شمار انتخاب شد که مجموعاً از میان ۱۳۰ پرسشنامه تعداد ۱۲۵، پرسشنامه پاسخ داده شد. در این پژوهش از پرسشنامه شایستگی مدیران رویدادهای ورزشی COSEM (تاه، ۱۹۹۷) استفاده شد، که دارای ۶۴ سؤال است. در این پژوهش از روشهای آماری تی تک نمونه، آزمون تی مستقل، تحلیل واریانس و آزمون فریدمن استفاده شده است. یافته ها نشان داد که همه داده های مربوط به شایستگی های مدیران ورزشی در آموزش و پرورش طبیعی بودند. آزمون t نشان داد که میزان اهمیت معیارهای شایستگی های مدیران در حد متوسط به بالا است. همچنین نتایج نشان داد که مدیریت تحقیق و بازاریابی رویداد، مدیریت رویداد و تکنیک های برنامه ریزی و تکنیک های مدیریتی از مهمترین شایستگی های مدیران ورزشی است. و میزان اهمیت معیارهای شایستگی های مدیران از منظر مردان و زنان و میزان تحصیلات تفاوتی وجود نداشت. از اینرو با شناخت این ویژگی ها سعی بر آن شود که مدیران برگزاری رویداد ها از این معیارها در اجرای صحیح مسابقات بهره بیشتری ببرند. و مسئولین از افرادی باتجربه در برگزاری مسابقات استفاده کنند.

واژه های کلیدی: شایستگی، مدیران ورزشی، آموزش و پرورش

به این مقاله این گونه استناد کنید:

اسکندری، عیسی؛ نرگس؛ اسکندری طاسکوه، فاطمه. (۱۴۰۲). تبیین شاخص های شایستگی مدیریت رویدادهای ورزشی از دیدگاه مدیران ورزشی آموزش و پرورش استان گیلان. مطالعات تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی، ۲(۶)، ۴۸-۳۲.

مقدمه

با افزایش چشمگیر نقش ورزش در توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی و حتی سیاسی کشورها، پیشرفت در زمینه ورزش به یکی از اولویت‌های استراتژیک برنامه‌ریزان در کشورهای مختلف تبدیل شده است. کشورها برای رسیدن به مزایای ناشی از ورزش، سازمان‌های ورزشی را شکل می‌دهند. سازمان‌های ورزشی دولتی و خصوصی، پایه و اساس ورزش در هر کشوری می‌باشند، و رسیدن به اهداف متعالی برنامه‌های ورزشی نیازمند اثربخشی این سازمان‌ها است.

بنابراین، اهمیت و جایگاه نقش مدیران با عنوان طراحان، هدایت‌گران و اداره‌کنندگان اصلی سازمان‌ها بر کسی پوشیده نیست و به کارگیری افراد موثر در انتخاب و ارزیابی و توسعه آنان از جایگاه مهم و ویژه‌ای برخوردار است (دمیرکسن و ازورهن، ۲۰۱۷). و آنچه که در سعادت سازمان و جامعه نقش اساسی دارد شایستگی مدیران و کارگزاران آن‌ها می‌باشد لذا انتخاب کارگزاران و مدیران اصلح، سزاوار توجه و بررسی فراوان است و باید معیارهایی برای سنجش افراد و انتخاب ایشان در نظر گرفته شود. مسلماً معیارهای سنجش در هر جامعه باید متناسب با ارزش‌ها و جهان‌بینی آن جامعه باشد (چانگ^۱، ۲۰۱۴). شایستگی‌های مدیران به عنوان کلیدترین منابع انسانی برای موفقیت سازمان از اهمیت بسیاری برخوردار است که در تایید این مدعا می‌توان گفت هر جا ضعف و کمبودی وجود دارد ناشی از سوءمدیریت است. به طور کلی عامل موفقیت سازمانی داشتن مدیران اثربخش می‌باشد (رحمانی و همکاران، ۱۳۹۸).

مطالعه شایستگی یکی از با اهمیت‌ترین زمینه‌های تحقیقی و مهم‌ترین راه‌های تشخیص صلاحیت‌های شغلی یک حرفه است و هدف اصلی آن تشخیص دانش و مهارت‌های مورد نیاز اجرای یک شغل است. شایستگی ترکیبی از مهارت‌ها دانش‌ها و نگرش‌های مورد نیاز برای اجرای یک نقش به گونه اثربخش می‌باشد (هوانگ و کuo^۲، ۲۰۱۸). به عبارت دیگر شایستگی‌ها شواهدی هستند دال بر اینکه فرد ویژگی‌هایی برای عملکرد برتر یا اثربخش دارد (نادریان و سلطان حسینی، ۲۰۱۵). در ایران ضرورت توجه به موضوع شایستگی مدیران در سالهای اخیر بیش از پیش احساس می‌شود؛ به طوری که براساس فصل هشتم قانون خدمات کشوری مصوب ۱۳۸۶ مجلس شورای اسلامی، انتصاب و ارتقای شغلی کارمندان باید پس از احراز شایستگی و عملکرد موفق آنان در مشاغل قبلی صورت گیرد. و با رشد روزافزون پژوهش در زمینه مدیریت، این حقیقت آشکارتر شده است که موفقیت در مدیریت، تنها با مهارت‌های فنی به دست نمی‌آید و نیازمند ماتریسی پیچیده از مهارت‌های گوناگون است.

سازمان‌های رشد یافته و موفق توسط مدیران یا تیم‌هایی از مدیران شایسته و کارآمد اداره و هدایت میشوند (جیانگ و الکسیاکیس^۳، ۲۰۱۷) و سازمان‌های آموزشی و ورزشی هم از این حسن مستثنی نیستند و نیازمند به تجهیز خود به شایستگی‌های مدیریتی هستند. شایستگی‌ها مزایای متفاوتی برای مسابقات و مدیران در سطوح مختلف دارند و مسابقات نیز به دلایل گوناگونی، نظیر انتقال رفتارهای

¹ . Demirkesen, S., & Ozorhon

² . Chung

³ . Hwang, H., & Kuo

⁴ . Jiang, L., & Alexakis

ارزشمند و فرهنگ ورزشی، عملکرد موثر برای همه شرکت کنندگان، اثربخش کردن مسابقات و مدیریت آنها و تاکید بر ظرفیت های افراد به عنوان شیوه کسب مزیت رقابتی، تقویت رفتار تیمی و متقابل از شایستگی ها استفاده می کنند (چن^۱، ۲۰۰۴).

در کشور ایران وزارت آموزش و پرورش مهم ترین نهاد تعلیم و تربیت رسمی عمومی، متولی فرآیند تعلیم و تربیت، قوام بخش فرهنگ عمومی، با مشارکت خانواده، نهادها و سازمان های دولتی و غیر دولتی است و مأموریت دارد با تأکید بر شایستگی های پایه، زمینه دستیابی دانش آموزان لازم التعلیم را طی ۱۲ پایه تحصیلی، به مراتبی از ابعاد فردی، خانوادگی، اجتماعی در ساختاری کارآمد و اثربخش برساند. انجام این مهم، نقش زیرساختی در نظام تعلیم و تربیت رسمی خواهد داشت (حاجی بابایی، ۱۳۹۱). تاریخ نشان می دهد که مسابقات ورزشی نقش مهمی در توسعه جوامع دارند و افراد مهم در این حیطه این پدیده را در مقابل تمام ناملایمات اداره می کنند تا صنعت رویدادهای ورزشی را به جایگاه کنونی برسانند (قاسمی و همکاران، ۱۳۹۶). مسابقات مختلف ورزشی با توجه به سطح برگزاری و تعداد شرکت کنندگان برنامه ریزی و مدیریت خاص خود را می طلبد (عبداللهی فرد، ۱۳۸۷). برگزاری بازی ها و مسابقات ورزشی از جمله جاذبه های تربیت بدنی در مدارس بوده و از موضوعات مورد اقبال و علاقه دانش آموزان می باشد و از دیرباز از ابزارهای بسیار قوی و در اختیار مدارس جهت رشد و تعالی دانش آموزان در حوزه آموزشی و پرورشی بوده است. به طوری که علاوه بر ارتقاء مهارت های ورزشی و گذران لحظات شاد و بانشاط، تجربیات و مهارت های فراوانی را در حوزه های اجتماعی، اخلاقی و فرهنگی به دانش آموزان ارزانی داشته است. بهره گیری از مشارکت و همیاری داوطلبانه از جمله ظرفیت هایی است که می تواند در فعالیت های ورزشی و تربیت بدنی دارای نقشی بسیار مشهود و قابل توجه باشد (وزارت آموزش و پرورش، ۱۳۹۴).

با توجه به نقش این شایستگی ها در مدیران، مطالعاتی در این زمینه انجام گرفته، از جمله: جعفریگی و همکاران (۱۴۰۱) در پژوهشی با عنوان تدوین الگوی مفهومی شایستگی بین المللی و دیپلماسی مدیران ورزشی کشور، به شناسایی چهار سطح مفهومی پرداختند که شامل ۱- عوامل اثرگذار بر شایستگی های بین المللی و دیپلماسی مدیران ورزشی (عوامل فردی، شغلی، سازمانی و محیطی به تفکیک ابعاد چالش ها، محدودیت ها، قابلیت ها و پیشرانها)، ۲- انواع شایستگی های بین المللی و دیپلماسی مدیران ورزشی (عمومی و پایه، تخصصی و محوری، حرفه ای و پیشرفته، کلیدی و ویژه و ارتباطی به تفکیک ابعاد دانشی، مهارتی، نگرشی و رفتاری)، ۳- توسعه شایستگی های بین المللی و دیپلماسی مدیران ورزشی (زمینه یابی و نیازسنجی، بستر سازی و ظرفیت سازی، سیاست گذاری و برنامه ریزی و توانمند سازی به تفکیک ابعاد حوزه فردی (مدیران) و ساختاری (سیستم) و ۴- کارکردهای شایستگی بین المللی و دیپلماسی مدیران ورزشی (برای مدیران، سازمان و ورزش به تفکیک کارکردهای مستقیم و اولیه و غیرمستقیم و ثانویه) است. در همین راستا رضائزاد و همکاران (۱۴۰۱) پژوهشی را با هدف طراحی و تدوین مدل شایستگی های مدیران در مدیریت بحرانهای ملی و بین المللی ورزش کشور انجام دادند. که بر اساس یافته های تحقیق، ۱۷ مقوله اصلی شامل: پایبندی به اصول دینی و اخلاق حرفه ای، حسن شهرت، شخصیت فردی و اجتماعی، قابلیت های ذهنی و هوش نرم، پاسخگو و شفافیت محور در امور، مهارت تصمیم گیری، قانون گرایی، توانمندی ادراکی و توانا در ارائه بازخورد به موقع و مناسب در بحرانها، شایستگی دانشی و علمی، شایستگی های سازمانی، وظیفه شناسی و آینده نگری، مهارت ارتباطی و دیپلماسی اثربخش، مدیریت خود و منابع انسانی، نوگرایی و اندیشه توسعه گرا داشتن، باور داشتن به

¹ . Chen

دستاوردهای علمی- پژوهشی و تجربیات علمی در پیشگیری از بحران، تحلیل خطرپذیری و ارزیابی ریسک، رهبری سازمانی نرم، توانایی در مدیریت زمان، به عنوان شایستگی شناسایی شدند. رحمانی و همکاران (۱۳۹۸) در پژوهش خود با عنوان تبیین الگوی شایستگی مدیران بر پایه رفتار کارآفرینانه و اعتماد سازمانی مدیران آموزشی، مولفه های مهارت های ارتباطی، تصمیم گیری، ارتباطات کاری، مهارت- های رهبری، مهارت های حرفه ای، به کارگیری قابلیت های مثبت خود و دیگران، توسعه قابلیت های تیمی و تشویق تغییر و نوآوری را گزارش کردند. در همین ارتباط بجانی و همکاران (۱۳۹۷) در پژوهش خود نشان داد که مولفه های توانایی فنی؛ توانایی علمی؛ توانایی شخصیتی؛ توانمندی ادراکی- عاطفی، مدیریت روابط، توانایی جهانی شدن و توانایی رقابتی به ترتیب بالاترین میزان را در بین مولفه های شایستگی مدیران سازمانهای ورزشی دارا بودند. در این راستا مرنندی و همکاران (۲۰۱۶) در مقاله ای با عنوان مدیریت بر مبنای شایستگی بر روی مدیران هیئت های ورزش و جوانان ایران؛ به سه فاکتور ۱. شایستگی های سازمانی با چهار خرده مقیاس شامل شایستگی های مدیریتی، شایستگی های سیاسی، شایستگی های تخصصی و شایستگی های اجرایی، ۲. شایستگی های فردی با چهار خرده مقیاس شامل شایستگی های فردی، شایستگی های ذهنی، شایستگی های جامع بودن و شایستگی های اخلاقی و نهایتاً ۳. شایستگی های بین فردی با سه خرده مقیاس شامل شایستگی های فرهنگی- اجتماعی، شایستگی های ارتباطی و شایستگی های رفتاری رسید. در همین راستا، عزیزی (۱۳۹۵) در پژوهشی به تبیین شایستگی های مدیران برگزارکننده جشنواره های ورزشی دانش آموزی کشور پرداخت و نتایج نشان داد که تکنیک های مدیریتی، مدیریت بحران و مهارت های کامپیوتری از مهمترین شایستگی های مدیران برگزارکننده جشنواره های ورزشی دانش آموزی است.

دیوکلوس باستیاس^۱ و همکاران (۲۰۲۳) در پژوهشی با عنوان مدیران شایسته برای پایداری بیشتر سازمان های ورزشی: اعتبارسنجی مقیاس شایستگی مدیران ورزشی (COSM) در شیلی به شناسایی شاخص ها و ویژگی های مدیران شایسته پرداختند که سه بعد، مقررات استفاده از ورزش و امکانات، مدیریت بودجه و مهارت های ارتباطی شناسایی شدند که استفاده از این شاخص ها به فرآیند تشخیص شایستگی ها در مدیران ورزشی، با هدف برنامه ریزی استراتژی های آموزشی مرتبط و زمینه ای با هدف ارتقای مهارت ها و دانش مرتبط با کار حرفه ای کمک می کند. در همین ارتباط گویداتی^۲ و همکاران (۲۰۲۱) با ارائه پژوهشی تحت عنوان دانش، شایستگی ها و مهارت های مرتبط مدیریت ورزشی (مطالعه چتری) نشان دادند که مهارت های رهبری، امور مالی و اداری، بازاریابی، و ارتباطات موثر بیشترین آمار را در بین مولفه های شناسایی شده به خود اختصاص دادند.

یوهن^۳ و همکاران (۲۰۲۰) به بررسی جنبه های شکل گیری صلاحیت حرفه ای آینده مدیران فرهنگی ورزشی پرداختند و آنها در پژوهش خود تمایل به جذب فعال روش های تدریس نوآورانه به منظور توسعه صلاحیت های حرفه ای آینده مدیران فرهنگی ورزشی را پیشنهاد داده اند. پودگورسکا^۴ و همکاران (۲۰۱۹) که به تجزیه و تحلیل صلاحیت های رهبری مدیران پروژه در لهستان پرداخته بودند نشان دادند که مهارت های عاطفی و مدیریتی از مهمترین شایستگی های رهبری مدیر پروژه هستند و رهبران را در موفقیت پروژه پشتیبانی می کند. گان

۱. Duclos-Bastías

۲. Guidotti

۳. Yevhen

۴. Podgórska

آوان^۱ و همکاران (۲۰۱۸) در مقاله ای با عنوان عوامل مؤثر در صلاحیت مدیریتی مدیران را مورد بررسی قرار داد و عوامل سازمانی، ویژگیهای شخصیتی و فردی مدیران و عوامل وظیفه ای را جزء صلاحیت های مدیران گزارش کرد. همچنین دی الویرا^۲ (۲۰۱۷) در مقاله خود اهمیت فناوری اطلاعات به عنوان یک منبع استراتژیک برای فرایند مدیریت و مهارت های مدیریت تاکید داشته است. سیت^۳ و همکاران (۲۰۱۶) در مقاله خود نشان دادند که ارتباط قوی و مثبت بین مهارت های فنی، مهارت های فردی، تطابق با استانداردها و اخلاق، مهارت های مدیریتی و درک عملکرد شغلی وجود دارد. در ادامه اکستین^۴ و همکاران (۲۰۱۵) پژوهشی به عنوان شایستگی ها و نیازهای آموزشی و مدیران مدراس ورزشی در شمال غرب ایالت آفریقای جنوبی با هدف تعیین شایستگی و نیازهای آموزشی مدیران ورزش نشان دادند که نیاز به آموزش در مدیریت امور مالی ورزشی، امکانات ورزشی و منابع انسانی، همچنین کارگاه ارائه در روابط عمومی، بازاریابی ورزشی و سازمان ورزش وجود دارد. و در آخر تاسیوپولوس^۵ و همکاران (۲۰۱۴) در پژوهش خود به شناسایی شایستگی مربیان بوکس پرداختند. نتایج پژوهش آنها عبارت بودند از: روابط ارتباطات عمومی، مدیریت رویداد، تکنیک های مدیریت، فن آوری های جدید، پیشگیری و ایمنی، ورزشی و امکانات ورزشی.

با عنایت به این مطالب واضح است که برای برگزاری یک رویداد به شکل مطلوب، مدیر باید طوری برنامه ریزی کند تا تمام امکانات و منابع مالی و انسانی را مورد استفاده قرار دهد و به اهداف سازمانی که همان برگزاری رویداد به بهترین شکل خود می باشد، برسد. که این نتیجه به روزرسانی مداوم مهارت های مدیران است (فرض علی پور و همکاران، ۲۰۱۲).

شاید بتوان گفت ریشه عدم موفقیت و یا موفقیت ضعیف سازمانهای ورزشی کشور را در دهه های گذشته، در کنار مسائل مربوط به بازیکنان و مربیان می باید در نبود شایستگی جهت انتخاب مدیران جستجو کرد، موضوعی که علیرغم اهمیت فراوان آن هنوز مورد غفلت دست اندرکاران امر قرار گرفته است و از طرف دیگر درست گزینش نشدن کادر اجرایی و فنی در مسابقات توسط مدیران فرصت انتخاب شدن دانش آموزان مستعد را گرفته، که این مسئله منجر به ترک میادین ورزشی شده و همچنین به دلیل تعدد مسابقات مختلف برگزار شده در استان و شهرستان در رشته های مختلف و کمبود فضاهای ورزشی، موجب شده که مدیر برگزارکننده تعداد زیادی از مسابقات رشته های مختلف، در گروه های جنسی و سنی متفاوت را در بازه زمانی کوتاهی برگزار نماید، که موجب آسیب دیدن دانش آموزان و کناره گیری از فعالیت های ورزشی شود. و در کنار همه این ها، آگاه نبودن و عدم برنامه ریزی صحیح و عدم تغییر روال کاری، نداشتن تجربه کافی، نداشتن تحصیلات مرتبط (تربیت بدنی) منجر به تصمیماتی در دوره مدیریتی خود می شوند که عواقب آن شاید سالیان سال در بدنه آموزش و پرورش باقی بماند و حتی حق بسیاری از ورزشکاران و مربیان ضایع گردد. بنابراین با توجه به این مطالب، محقق به دنبال جواب این سؤال است که مدیران ورزشی در آموزش و پرورش چه شاخص های شایستگی باید داشته باشند؟

1. Gunawan

2. De Oliveira

3. Seate

4. Eksteen

5. Tasiopoulos

روش شناسی

پژوهش حاضر برحسب نحوه گردآوری داده‌ها یک پژوهش توصیفی و پیمایشی بوده و به شکل میدانی انجام گرفت. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کارشناسان معاونت تربیت بدنی و سلامت استان، کارشناسان مناطق استان، سرگروه های درس تربیت بدنی، روسای انجمن های ورزشی و کارشناسان تربیت بدنی و سلامت شهرستان های استان گیلان را شامل می شود که جمعاً حدود ۱۳۰ نفر بودند. و به علت محدود بودن جامعه از تمامی آنها نظر سنجی شد. ابزار پژوهش پرسشنامه شایستگی مدیران رویدادهای ورزشی COSEM^۱ (تاه^۲، ۱۹۹۷) بود. این پرسشنامه دارای ۶۴ سؤال در ۸ مولفه که در مقیاس پنج ارزشی لیکرت (۱= بسیار کم اهمیت، ۵= بسیار مهم) بود. برای تعیین روایی صوری، پرسشنامه های بین ۱۵ نفر از اساتید و دانشجویان دکتری مدیریت و برنامه ریزی ورزشی جهت اعمال نظر ارائه گردید. و مقدار آلفای کرونباخ محاسبه شده برای محاسبه قابلیت اعتماد برابر با ۰/۸۷ بدست آمد. برای تعیین نرمال بودن توزیع داده ها از آزمون کلموگروف اسمیرنوف استفاده شد. از آزمون تی تک نمونه به منظور ارزیابی شایستگی مدیران، از آزمون تی مستقل برای مقایسه گروه های مستقل و تحلیل واریانس (برای مقایسه دو یا چند گروه مستقل) به منظور مقایسه ارزیابی از شایستگی مدیران به تفکیک متغیرهای جمعیت شناختی و استفاده از آزمون فریدمن به منظور رتبه بندی شایستگی مدیران استفاده شده است.

یافته ها

یافته های توصیفی پژوهش نشان داد که ۵۷/۶ افراد نمونه آماری مرد و ۴۲/۴ تعداد زن بودند. از نظر میزان تحصیلات، ۱۹/۲ از افراد دارای مدرک کاردانی، ۳۷/۶ دارای مدرک کارشناسی و ۳۷/۶ دارای مدارک تحصیلی کارشناسی ارشد و ۵/۶ دارای مدرک دکتری بودند. از لحاظ رشته تحصیلی، ۷۶/۰ تحصیل کرده رشته تربیت بدنی و ۲۴/۰ غیر تربیت بدنی بودند و از نظر تجربه مدیریت ورزشی نمونه تحقیق نشان داد که ۸/۸ بی تجربه، ۳۲/۰ در رده تجربه ۵-۱ سال، ۲۸/۸ در رده تجربه ۱۰-۶ سال و ۲۲/۴ در رده تجربه ۱۱-۱۵ سال و نیز ۸/۸ تجربه بالاتر از ۱۵ سال داشتند.

نتایج آزمون K-S نشان داد که همه داده های مربوط به شایستگی های مدیران برگزارکننده رویدادهای ورزشی دانش آموزی طبیعی بودند ($P > 0/05$).

جدول ۱. آزمون t تک نمونه برای بررسی اهمیت معیارهای شایستگی های مدیران

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین مورد انتظار	T	درجه آزادی(df)	سطح معنی داری(sig)
مدیریت رویداد و تکنیک های برنامه ریزی	۴۰/۶۳	۹/۴۸۲	۳۹	۱/۹۰۰	۱۲۱	۰/۰۶۰
مدیریت تأسیسات	۹/۳۰	۲/۷۸	۹	۱/۱۹۷	۱۲۲	۰/۲۳۴
مدیریت تحقیق و بازاریابی رویداد	۴۴/۹۶	۱۰/۲۶	۴۲	۳/۱۱۱	۱۱۵	۰/۰۰۲
سیاست های سازمانی	۱۹/۲۲	۴/۹۳	۱۸	۲/۷۶	۱۲۳	۰/۰۰۷

¹ Competencies Of Sport Event Management

² Toh

روابط عمومی	۱۶/۴۷	۴/۱۱	۱۵	۳/۹۳	۱۲۰	۰/۰۰۰
مدیریت بحران	۲۲/۹۶	۶/۵۹	۲۱	۳/۳۱۱	۱۲۲	۰/۰۰۱
تکنیک های مدیریتی	۳۹/۴۲	۱۰/۳۶	۳۶	۳/۶۰۷	۱۱۸	۰/۰۰۰
مهارت های کامپیوتری	۱۳/۴۱	۳/۱۲	۱۲	۴/۹۶	۱۱۹	۰/۰۰۰

جدول ۲. مقایسه و اولویت بندی معیارهای شایستگی مدیران

معیارهای شایستگی	میانگین رتبه ای (Mean Rank)	رتبه
مدیریت رویداد و تکنیک های برنامه ریزی	۶/۸۴	۲
مدیریت تاسیسات و تجهیزات ورزشی	۱/۱۱	۸
مدیریت تحقیق و بازاریابی رویداد	۷/۵۳	۱
سیاست های سازمانی	۳/۸۸	۵
روابط عمومی	۳/۰۲	۶
تکنیک های مدیریتی	۶/۶۰	۳
مدیریت بحران	۴/۷۳	۴
مهارت های کامپیوتری	۲/۲۹	۷
میانگین رتبه ای کل	۴/۵۰	

جدول ۳. مقایسه میزان اهمیت معیارهای شایستگی های مدیران از دید مردان و زنان

شاخص	جنس	آماره های توصیفی	آزمون تی تست برای برابری میانگین ها
		میانگین	انحراف معیار
اهمیت معیارهای شایستگی	مرد	۲۰۶/۳۷	۴۵/۴۱
	زن	۲۰۹/۹۰	۴۱/۱۵
			t = -۰/۴۰۶
			Df = ۱۰۲
			Sig = ۰/۶۸۶

جدول ۴. مقایسه میزان اهمیت معیارهای شایستگی های مدیران از دید پاسخگویان با تحصیلات

شاخص	تحصیلات	آماره های توصیفی	آزمون تحلیل واریانس
		میانگین	انحراف معیار
اهمیت معیارهای شایستگی	کاردانی	۲۱۵/۹۵	۳۶/۰۸
	کارشناسی	۲۰۱/۵۱	۴۴/۶۲
	کارشناسی ارشد	۲۱۰/۱۹	۴۷/۸۹
	دکتری	۱۹۷/۷۹	۲۴/۷۸
			F = ۰/۵۷۲
			Sig = ۰/۶۳۵

بحث و نتیجه گیری

برگزیدن مدیران و کارکنان شایسته از دغدغه‌ها و مسائل اصلی سازمان‌هاست و با رشد و توسعه سازمان‌ها و گسترش محیط رقابتی، داشتن مهارت‌های مختلف مدیریتی در بین مدیران سازمانها، به نوعی از ملزومات اصلی انتصاب آنان بشمار میرود. در این بین انتخاب و انتصاب مدیران سازمانهای ورزشی نیز، از این مهم مستثنی نیست، چرا که اقدامات و عملکرد آنان میتواند کمک شایانی به پیشبرد اهداف سازمانی و پیشرفت ورزش بنماید (بجانی، ۱۳۹۷). پژوهش حاضر با هدف تبیین شایستگی‌های مدیران ورزش دانش‌آموزی انجام شد که نتایج حاصل از تحقیق نشان داد که میزان اهمیت معیارهای شایستگی‌های مدیران پیرامون مدیریت رویداد و تکنیک‌های برنامه‌ریزی در حد متوسط به بالا است. این نتیجه همخوان با نتایج تحقیقات یوهن و همکاران (۲۰۲۰)، گانون و همکاران (۲۰۱۷)، سیت و همکاران (۲۰۱۶)، بجانی و همکاران (۱۳۹۷) و عزیزی (۱۳۹۵) است که تایید کردند، مدیریت رویداد ورزشی برای شایستگی مدیران ورزشی امری ضروری است.

بنابراین طبیعی است که برگزاری یک مسابقه رابطه مستقیمی با برنامه‌ریزی مدیر برگزاری دارد. لذا برای برگزاری مسابقات می‌بایستی برنامه‌ریزی صحیح و گسترده‌ای در تمامی ابعاد صورت گیرد تا مسابقه به خوبی و با کیفیت مطلوب برگزار گردد. اسدی (۱۳۹۴) شیوه‌های مدیریتی و برنامه‌ریزی را از مهم ترین شایستگی‌ها برای مدیران ورزشهای همگانی گزارش کرد. رضانی‌نژاد و همکاران (۱۳۹۴) مدیریت و برنامه‌ریزی را جزء یکی از مهم ترین شایستگی‌های مدیران بیان کرده است. با توجه به این مطالب برگزاری رویدادها نیازمند برنامه‌ریزی درست در این حوزه است و یک مدیر باید دارای چنین خصیصه و شایستگی باشد تا بتواند از عهده برگزاری چنین رویدادهایی برآید. بنابراین به منظور برنامه‌ریزی برای آینده و حرکت به سوی یک وضعیت مطلوب اجرای رویدادها، آشنایی با مسایل و مشکلات موجود، شناخت نقاط قوت و ضعف برنامه‌ها و آگاهی از استانداردها و شرایط مطلوب، یک امر ضروری و لازم برای یک مدیر به نظر می‌رسد و این دستاورد با آموزش و به کارگیری مدیران جوان در کنار مدیران باتجربه حاصل خواهد شد.

میزان اهمیت معیارهای شایستگی‌های مدیران پیرامون مدیریت تاسیسات و تجهیزات ورزشی از حد میانگین بالاتر بود و همسو با نتایج تحقیقات بجانی و همکاران (۱۳۹۷)، اکستین و همکاران (۲۰۱۵) و اسدی و همکاران (۱۳۹۴) بود که در تحقیقاتشان بر اهمیت تسلط و آگاهی بر وظایف مدیریتی صحنه گذاشته‌اند. مدیر سازمان ورزشی باید به قدر کافی بر نحوه مدیریت و نگهداری اماکن ورزشی آگاهی و تسلط داشته باشد؛ چرا که تمام اتفاقات مهم و افتخارات ورزشی در محلی به نام اماکن ورزشی روی میدهد و برای مدیریت برجسته و پیشرو یک سازمان ورزشی ضروری است که مدیریت اماکن ورزشی به شیوه صحیح انجام شود (بجانی و همکاران، ۱۳۹۷). اما در میان معیارها، مدیریت تاسیسات و تجهیزات ورزشی دارای کمترین اهمیت بود. شاید یکی از دلایل این موضوع به جامعه آماری و شرایط فرهنگی و اقتصادی که پژوهش در آنجا صورت گرفته بستگی داشته باشد.

بنابراین در حال حاضر، یکی از مهمترین مشکلات ورزش کشور استقرار نامناسب فضاهای ورزشی در میان سایر کاربرهای شهری است. به نحوی که بسیاری از افراد جامعه به علت عدم دسترسی به آنها نمی‌توانند از مکان‌های ورزشی به صورت مطلوب استفاده کنند و حل آنها به به برنامه‌ریزی و مدیریت در زمینه مکان‌یابی و سامان دهی فضاهای ورزشی نیاز دارد (زهره‌وندیان و همکاران، ۱۳۹۴). تهیه و تدارک و همچنین استفاده مطلوب از امکانات، وسایل و تجهیزات ورزشی از جمله توانایی‌هایی است که میتواند مدیران اجرایی ورزش را در علاقه‌مندی و جذب مشارکت هر چه بیشتر مربیان و ورزشکاران در فعالیت‌ها و تمرینات ورزشی در جهت رسیدن به اهداف یاری دهد. داشتن اطلاعات مناسب در رابطه با تجهیزات، امکانات و فن‌آوری‌های نوین ورزشی می‌تواند مدیران را در ارائه

مشاوره، کاهش هزینه های غیر ضروری و استفاده از وسایل استاندارد کمک کند. اگر چه محققان توانایی ها و مهارت های متنوعی را که مدیران ورزشی برای اثربخشی در انجام فعالیت ها ارائه داده اند، اما همگی بر اهمیت مهارت ها و توانایی های فنی برای مدیران تأکید ویژه داشته اند (نادریان و حسینی، ۱۳۹۰). میزان اهمیت معیارهای شایستگی های مدیران پیرامون مدیریت تحقیق و بازاریابی رویداد در حد بالایی است، که نتایج این تحقیق با نتایج تحقیقات اکستین و همکاران (۲۰۱۵)، عزیزی (۱۳۹۵)، اسدی و همکاران (۱۳۹۴) در یک راستا می باشد. در میان معیارهای شایستگی معیار مدیریت تحقیق و بازاریابی دارای بالاترین اهمیت بود. افزایش تأکید بر بازاریابی و تحقیق در دنیای امروز مدیریت می تواند دلیل قانع کننده ای برای در صدر قرار گرفتن عامل مدیریت تحقیق و بازاریابی در بین دیگر عوامل شایستگی مدیر رویداد ورزشی باشد (بارسلونا، ۲۰۰۱). یکی از مهمترین مهارت های مدیران ورزشی، شناسایی منابعی است که به حل مشکلات مالی کمک می کند. مدیریت برگزاری مسابقات دانش آموزی برای پیشبرد برنامه ها و پروژه های خود نیاز به حمایت مالی دارد که بخشی از طرف دولت و بخش های دیگر نیز از طریق سازمان ها و درآمدهای بازاریابی قابل حصول است (عزیزی، ۱۳۹۵). بازاریابان ورزشی باید بر روی مشتریان خود مطالعات بیشتری انجام دهند و اطلاعات لازم و کافی در مورد آنها داشته باشند تا بتوانند محصولات خود را در اختیار مصرف کننده برسانند. از طرفی نیز افرادی که در حوزه اماکن ورزشی فعالیت میکنند، باید با بازاریابان ورزشی در زمینه ترویج و تبلیغ محصولات حامیان ورزشی در محل برگزاری رویداد ورزشی همکاری لازم را داشته باشند. تا بتوانند از این را موفق به کسب منابع مالی شوند که این امر موجب سهولت در اجرای مسابقات و احساس رضایت در بین ورزشکاران و شرکت کنندگان خواهد شد.

میزان اهمیت معیارهای شایستگی های مدیران پیرامون سیاست های سازمانی در حد متوسط به بالا است، که این تحقیق با تحقیقات گان آوان و همکاران (۲۰۱۸)، فلاح پورمرندی و همکاران (۲۰۱۶)، عزیزی (۱۳۹۵)، اسدی (۱۳۹۴) همخوانی دارد. مدیران منابع انسانی باید در اداره کارکنان رویکرد یکپارچه ای در پیش بگیرند که بتواند انواع استراتژی های منابع انسانی سازمان را به هم پیوند دهد. این امر مبنای سیاست های منابع انسانی را تشکیل می دهد. سیاست ها یا خط مشی های منابع انسانی، رهنمودهایی برای تبیین مقاصد سازمان در طرز اداره منابع انسانی هستند (بیگمی و همکاران، ۱۳۹۷). چوی (۲۰۱۴) در پژوهش خود فرایندها و سیاست های سازمانی را یکی از شایستگی های ضروری مدیران ورزش گلف برآورد کرده است. با توجه به این تحقیقات، سیاست های سازمانی راه و روشی انحصاری است که مدیران برای رسیدن به هدف خود استفاده می کنند. از اینرو فعالیت هایی که مدیر برگزاری مسابقات، بوسیله اشخاص برای بدست آوردن، افزایش و بکارگیری قدرت و دیگر منابع انجام می دهد تا از آن طریق بتواند در موقعیت های عدم اطمینان و ناهماهنگی به هدف های دلخواه خود برسد، بیانگر سیاست های سازمانی آن مدیر در کار خود می باشد. به کارگیری روش هایی برای بروز رفتار مناسب توسط کارکنان و همکاران، ارائه دستورالعمل های روشن، به کارگیری روش هایی برای تعدیل رفتار شرکت کنندگان و تماشاچیان، مدیریت حوادث، رویدادها، اعتراضات مربوط به بازی ها و ارائه گزارش مناسب از سیاست هایی هست که یک مدیر در بهبود اجرای کار باید استفاده کند تا برگزاری مسابقات و رویدادها به نحو احسن انجام بگیرد (عزیزی، ۱۳۹۵). همچنین سیاست های درست در برگزاری یک رویداد، می تواند انگیزه و حس مسئولیت پذیری برگزار کنندگان و شرکت کنندگان را افزایش دهد. علاوه بر این افزایش سیاست های درست سازمانی می تواند حس اعتماد را در مجریان برگزاری مسابقات تقویت و آنها را نسبت به حصول اهداف رویداد متعهدتر کند.

میزان اهمیت معیارهای شایستگی های مدیران پیرامون روابط عمومی در حد متوسط به بالا است که در تحقیقات پودگورسکا و همکاران (۲۰۱۹)، رحمانی و همکاران (۱۳۹۸)، مرندی و همکاران (۲۰۱۶)، اکستین و همکاران (۲۰۱۵)، عزیزی (۱۳۹۵)، اسدی و همکاران (۱۳۹۴)

و گودرزی و همکاران (۲۰۱۲) بر اهمیت مدیریت ارتباط در سطوح مختلف داخلی و خارجی سازمان صحنه گذاشته‌اند که همراستا با نتایج تحقیق حاضر است.

امروزه ارتباطات نقش بسیار مهمی در پیشبرد اهداف یک سازمان ایفاء می‌کند و بهبود کیفی و کمی فعالیت‌های سازمان و افزایش بهره‌وری از امکانات و نیروی انسانی در سایه انعکاس هر چه بهتر فعالیتها و مصوبات سازمان به جامعه و بهره‌گیری از امکانات و قابلیت‌های اجتماع و مشارکت عمومی افراد آن می‌باشد. در این راستا روابط عمومی که حلقه ارتباط سازمان‌ها با جامعه هستند می‌توانند نقشی بسیار اساسی را پذیرا شوند و بطور کلی هر چه این ارتباط با مردم و جامعه گسترده تر و مفید تر صورت پذیرد به همان اندازه سازمان یا مؤسسه در رسیدن به اهداف و آرمانهای خود موفق تر خواهد بود.

نتایج این پژوهش نشان دهنده استفاده نسبتاً بالای مدیران مسابقات دانش آموزی از روابط عمومی می‌باشد. زیرا یکی از مهمترین ویژگی‌های مدیران دارا بودن روابط عمومی بالا می‌باشد. روابط عمومی در سازمان‌ها نقش‌های زیادی را بر عهده دارند که از آن جمله می‌توان به توزیع اطلاعات، انجام تبلیغات و برقراری ارتباط دو سویه بین مخاطبان و مدیریت سازمان اشاره کرد. منتظری و همکاران (۱۳۹۶) مدیریت روابط عمومی را از الزامات شایستگی‌های مدیریت قلمداد می‌کنند. و از آنجایی که روابط عمومی، پایگاه اطلاعاتی و ارتباطی مسابقات است، یکی از مبانی برگزاری موفق یک رویداد، می‌باشد. روابط عمومی در سهل وصول بودن روند مسابقات و انعکاس رویداد به خصوص رویداد ورزشی چون دارای بیشترین مخاطب می‌باشد، نقش کلیدی دارد. پس نادیده گرفتن روابط عمومی از دید مدیر، یعنی نادیده گرفتن حجم وسیعی از مخاطبان و اهمیت ندادن به پاسخگویی، یعنی عدم اعتقاد به کار گروهی و مشارکتی، که با نگرش سازمان یافته مغایرت دارد. رویدادهای ورزشی به عنوان یک محیط فرهنگی و ورزشی با هدف و وظایف مختلف نیازمند آن است که توسط روابط عمومی خود: به جامعه، مطبوعات، مدیران، دانش آموزان و اولیاء معرفی شود. تا از این طریق انگیزه دانش آموزان به ورزش رشد و توسعه یابد (عزیزی، ۱۳۹۵). مدیران رویدادها باید از طریق انتشار اخبار و مطالب از کم و کیف رویداد و انتقادات بازخورد بگیرند و آن‌ها را تجزیه و تحلیل کنند. بنابراین این روابط عمومی است که موفقیت‌ها، شکست‌ها، قوت‌ها و ضعف‌ها را برای مدیران نمایان می‌سازد تا در عالم تجربه، رقابت و صحنه‌های بین المللی به موفقیت دست پیدا کنند.

نتایج حاصل از هدف ششم تحقیق نشان داد که میزان اهمیت معیارهای شایستگی‌های مدیران پیرامون تکنیک‌های مدیریتی در حد بالایی است، که با تحقیقات متعددی از جمله پودگورسکا و همکاران (۲۰۱۹)، دی الویرا (۲۰۱۷)، بجانی و همکاران (۱۳۹۷)، فرضعلی‌پور و همکاران (۲۰۱۲)، محمودی (۱۳۹۱) و بارسلونا و روس (۲۰۰۴) در یک راستا می‌باشند. با توجه به نتایج این هدف، مهارت‌های مدیریتی مدیران برگزاری مسابقات دانش آموزی بالاتر از میانگین است و این نشان دهنده استفاده مدیران از سبک‌ها و تکنیک‌های مناسب مدیریتی می‌باشد. رقابت روزافزون متقاضیان برگزاری مسابقات، مدیران ورزشی را مجاب کرده است که برای پیشی گرفتن از رقبای، ایجاد حداکثر کیفیت سخت افزاری مسابقات و ارائه خدمات مطلوب به شرکت کنندگان را در برنامه کاری خویش بگنجانند، تا میزبانی مسابقات را بدست آورند.

برای رویارویی با این چالش‌ها نیز استفاده از تکنیک‌های مدیریتی یک الزام به شمار می‌آید. برای انتخاب هرچه موفق‌تر تکنیک‌های مدیریتی مدیران باید آگاهی کاملی از بهترین تکنیک‌های روز و متناسب آن با شرایط سازمان خود داشته باشند. استفاده موفقیت آمیز از تکنیک‌های مدیریتی، نیازمند درک درستی از نقاط ضعف و قوت آنها و همچنین توانایی به کارگیری و ادغام چند ابزار با روش و زمان

مناسب است. رمز این موضوع در پیدا کردن یک راه حل ساده برای مسائل نیست، بلکه در یادگیری چگونگی و هنگام استفاده از تکنیک ها می باشد. اسدی و همکاران (۱۳۹۴) یکی از مهمترین شایستگی های مدیران را تکنیک های مدیریتی بیان کرده اند. در همین راستا فرضعلیپور و همکاران (۲۰۱۲) نیز تکنیک های مدیریتی را به عنوان یکی از مهمترین شایستگی های در برگزاری رویدادهای ورزشی عنوان کردند. از اینرو مدیریت در ورزش در سطوح مختلف چه در سطح المپیک باشد و چه در سطح دانش آموزی نیاز به برنامه ریزی، هدایت و کنترل، سازماندهی مناسب، کارگزینی درست، هماهنگی و بودجه ریزی و گزارش دهی دقیقی دارد. برای این مهم و وظایف اساسی ضروری است که یک مدیر رویداد ورزشی از تکنیک های مدیریتی مطلع باشد و تلاش کند با بهره گیری از مشاورین مجرب، برگزارکنندگان مسابقات را هر چه بیشتر به سمت دستیابی به اهداف مدون خود یاری دهد (عزیزی، ۱۳۹۵). از نیروی انسانی ماهر، متخصص و آموزش دیده در برنامه ریزی درست برگزاری رویداد استفاده کند و به نوعی جهت تحقق این انتظارات، باید از دیدگاه های سنتی مدیریتی فاصله بگیرند و به ایجاد سیستم مدیریت پیشرفته گرایش پیدا کنند.

میزان اهمیت معیارهای شایستگی های مدیران پیرامون مدیریت بحران متوسط به بالاست. که نتایج این تحقیق همسو با تحقیقات فرضعلی - پور و همکاران (۲۰۱۵)، (عزیزی، ۱۳۹۵)، تاسیوپولوس^۱ و همکاران (۲۰۱۴) و اسدی و همکاران (۱۳۹۴) است که در تحقیقات خود بر اهمیت مدیریت خطر صحنه گزاشته اند. نتایج نشان داد مدیران برگزاری این رویداد از میزان مدیریت بحران خوبی برخوردارند. ورزش پدیده ای اجتماعی است و هر پدیده اجتماعی میتواند به دلایل گوناگون تحت تأثیر عوامل خطرزا قرار گیرد. ایجاد بحران در ورزش برابندی از کارکرد عناصر و عوامل مؤثر در حوزه های اجتماعی، اقتصادی، سیاسی و فرهنگی جامعه است (نظریان، ۱۳۹۵). از مهم ترین وظایف مسئولان و مدیران ورزشی، مراقبت از تمامیت جسمانی، روانی و حیثیتی ورزشکاران است و این وظایف در هشت حیطه احرار سلامتی، آموزش متناسب، بازدید و بررسی تجهیزات، اماکن و فضاهای ورزشی، سازماندهی و نظارت بر فعالیتهای ورزشی، تقسیم شده است (منتظری نجف آبادی، ۱۳۹۰). از آنجایی که مسابقات و محیط های ورزشی همیشه در برگیرنده تعداد زیادی از تماشاگران و از پر بازدید کننده ترین رویدادها می باشند، یکی از ملزومات اصلی مدیر ورزشی دارا بودن مدیریت بحران قوی می باشد. زیرا حادثه هیچ وقت خبر نمی دهد. به طوریکه عزیزی (۱۳۹۵) مدیریت بحران را از ضروری ترین شایستگی های مدیران رویداد ها نامبرده است. چوی (۲۰۱۴) مدیریت بحران را یکی از شایستگی های اصلی و ضروری برای مدیران گلف نام برده است. اما نتایج این تحقیق نتایج چن (۲۰۰۵) همخوان نمی باشد. احتمالاً یکی از دلایل تناقض نتایج این تحقیقات به تعداد ورزشکاران و تماشاچیان، زمان و مکان محل برگزاری مسابقات باشد. بنابراین توجه به برنامه هایی برای آموزش و تمرین تصمیم گیری مؤثر در هنگام بروز حوادث و ایجاد مانورهای سالانه همه راه کارهایی هستند که مدیران باید با آن بحران های ناخواسته را مدیریت کنند. و از دیگر موارد مهیا کردن بیمه مناسب برای رویدادهای ورزشی می باشد، که مدیران جشنواره ها باید قبل از شروع مسابقات از صحت بیمه دانش آموزان آگاه باشند و در غیر این صورت از ورود افراد بدون بیمه ممانعت به عمل آورند.

میزان اهمیت معیارهای شایستگی های مدیران پیرامون مهارت های کامپیوتری در حد بالایی است، نتایج تحقیقات دی الویرا (۲۰۱۷)، (عزیزی، ۱۳۹۵)، تاسیوپولوس و همکاران (۲۰۱۴) و استین (۲۰۱۲) با این تحقیق در یک راستا می باشد. با توجه به نتایج این هدف، مهارت های کامپیوتری مدیران برگزاری مسابقات دانش آموزی بالاتر از میانگین است و این نشان دهنده استفاده بالای مدیران از فناوری

¹ Tasiopoulos

اطلاعات می باشد. دنیای فناوری آنچنان گسترده و فراگیر شده است که هیچ سازمانی را یارای گریز و گزیر از آن نیست و تمام شئون سازمانی را در برمی گیرد و گاهی تنها راه انجام موفقیت آمیز امور تکنولوژی های به روز و جدید است. از این رو مدیران سازمان ها بایستی تسلط و یا حداقل آگاهی مناسب با نرم افزارهای کامپیوتری داشته باشند که روزانه در سازمان تحت مدیریت آنان مورد استفاده قرار میگیرد. این بخش از تحقیق تایید کننده نتایج تحقیق تاح و جیمسون (۲۰۰۰) بود که مهارت های کامپیوتری را به عنوان یکی از شش عامل شایستگی مدیران سازمانهای ورزشی شناسایی کرد (بجانی و همکاران، ۱۳۹۷). با افزایش تعداد و تنوع اماکن ورزشی، افزایش بسیار بالای برگزاری رویدادها و هم چنین علاقه زیاد عموم مردم به ورزش، طراحی سیستم اطلاع رسانی و مدیریتی بر مبنای اینترنت و وب بیش از پیش احساس می شود که این امر منجر به صرفه جویی در زمان و هزینه و افزایش دقت و صحت اطلاعات و روش های دسترسی و بهره گیری از آن ها با راه اندازی این سیستم ها می گردد (عزیزی، ۱۳۹۵). تریپولیتسیوتی (۲۰۰۷) مهارت های رایانه ای را یکی از مهمترین شایستگی ها مورد نیاز برای مدیریت باشگاه ورزشی و تناسب اندام و امکانات داخلی سازمان ورزش و جوانان شهرداری یونان گزارش کرد.

تاسیوپولوس و همکاران (۲۰۱۴) مهارتهای کامپیوتری را جزء مهم ترین شایستگی های مدیریتی مربیان ورزشی بیان کردند. با توجه به این مطالب شاید بتوان گفت در دنیای امروزی نقش رایانه در رشته های مختلف ورزشی بیش از پیش احساس می شود، و در اکثر رشته ها از این فناوری استفاده شده که به اختصار چند مورد عبارتند از: اسکوربرد در سالن ها و استادیوم ها، ویدئو چک در والیبال، سیستم خط دروازه در فوتبال، سرعت سنج لیزری، ماشین توپ انداز، نرم افزار تجزیه و تحلیل ضربات و ثبت زمان بازی، و نرم افزارهای جدول بندی مسابقات تا نرم افزارهای تغذیه ای و ... همه این سیستم ها در جهت بالارفتن کیفیت و توسعه ورزش صورت گرفته که نشان از ارزش بالای رایانه در ورزش می باشد و مدیران باید در جهت به روز شدن و دقیق کردن وظایف خود از آن استفاده لازم را ببرند.

میزان اهمیت و الویت بندی معیارهای شایستگی های مدیران از نشان داد که مدیریت تحقیق و بازاریابی رویداد و مدیریت رویداد و تکنیک های برنامه ریزی دارای بیشترین اهمیت و مدیریت تاسیسات و تجهیزات ورزشی، دارای کمترین اهمیت در بین معیارهای شایستگی های مدیران برگزار کننده جشنواره های ورزشی دانش آموزی بوده است. همان طور که در بخش یافت های تحقیق اشاره شد، به ترتیب، مدیریت تحقیق و بازاریابی رویداد، مدیریت رویداد و تکنیک های برنامه ریزی، تکنیک های مدیریتی، مدیریت بحران، سیاست های سازمانی، روابط عمومی، مهارت های کامپیوتری، مدیریت تاسیسات و تجهیزات ورزشی بیشترین تا کمترین اهمیت را در شایستگی مدیران رویدادهای ورزش دانش آموزی استان گیلان داشت، که تحقیقات مختلفی نیز تایید کننده این شایستگی ها هستند.

فرضعلیپور و همکاران (۲۰۱۲) مهارتهای مدیریت تحقیق و بازاریابی رویداد را جزء مهم ترین شایستگی های مدیران ورزشی بیان کردند. تاسیوپولوس و همکاران (۲۰۱۴) در پژوهش خود شایستگی مدیریت تحقیق و بازاریابی رویداد را از مهارت های مدیریت مورد نیاز مربیان بوکس برای مدیریت باشگاه ها دانست. شاید بتوان گفت از دلایل اصلی اینکه این مولفه بالاترین امتیاز را بدست آورده است، استفاده از تکنیک های بازاریابی، مذاکره برای جذب حمایت مالی رویدادهای ورزشی و مطالعات اقتصادی در خصوص مسابقات ورزشی را نام برد. مطالعات اقتصادی در خصوص رویدادهای ورزشی، تلاش برای افزایش سرمایه و مذاکره برای جذب حمایت مالی رویدادهای ورزشی از جمله وظایف مدیران برگزاری جشنواره ها می باشد. (عزیزی، ۱۳۹۵). رمز موفقیت در یک بازاریابی رویداد ورزشی تأثیرگذار، شناسایی صحیح مخاطبان هدف و ایجاد تجربه ای است که در خاطر شرکت کنندگان ماندگار می شود، می باشد. (بال و همکاران، ۲۰۰۸).

علاوه بر این در تحقیق حاضر و تحقیقات مشابه، مدیریت رویداد و تکنیک های برنامه ریزی جزء مهمترین عوامل شایستگی مدیران مسابقات ورزشی بیان شده اند و باید به آنها بیشتر توجه شود و افرادی با دارا بودن سوابق علمی و تجربی در این زمینه ها انتخاب شوند تا بتوانند به عنوان مدیر رویداد، نقش شایسته ای ایفا کنند (عزیزی، ۱۳۹۵). بال و همکاران (۲۰۰۸) شیوه های مدیریتی و برنامه ریزی را جزء مهم ترین شایستگی ها برای مدیران ورزش های تفریحی در دانشگاه های آمریکا بیان کردند. شیوه های برنامه ریزی و مدیریتی مربوط به نقش های اساسی و اولیه ی مدیر از جمله، مدیریت کارکنان، ارزیابی روزانه گزارش های بودجه، حل مسئله، ارتباطات مؤثر و دیگر وظایف مدیر از مهم ترین فاکتورهای احراز پست های مدیریت است.

و از طرف دیگر شاید یکی از دلایل پایین بودن میزان اهمیت مولفه مدیریت تاسیسات و تجهیزات ورزشی کمبود منابع مالی، عدم برنامه ریزی درست برای حفاظت از مکان های ورزشی، نداشتن طراحی مناسب سیاست ها و استراتژی هایی در جهت پیشگیری از استفاده نامناسب از تاسیسات و تجهیزات ورزشی و سهل انگاری در بازرسی های روزانه تاسیسات و اماکن ورزشی نام برد.

به منظور رعایت حقوق اجتماعی و فرهنگی اقشار جامعه، مدیریت اماکن ورزشی باید تدابیر و تمهیدات مخصوصی را اتخاذ کند که از جمله کیفیت اماکن و نحوه دسترسی افراد به این اماکن می باشد. همچنین مدیریت باید ایجاد فضایی صمیمی و با نشاط بر اساس فرهنگ جامعه و نیز فراهم آوردن شرایط مناسب برای تعامل هر چه بیشتر مشتریان بوجود بیاورد (جلالی، ۱۳۸۸).

با توجه به مطالب ارایه شده باید مشکلات سخت افزاری در اماکن ورزشی و دسترسی آسان به مراکز ورزش و استفاده نسبتاً رایگان حداقل در قسمت دانش آموزان میتواند این مشکل را در آینده نچندان دور از بین برد.

نتایج پژوهش نشان داد که میزان اهمیت معیارهای شایستگی های مدیران از دید مردان و زنان تفاوت معناداری وجود نداشت. به نحوی که زنان (با میانگین نمره ۲۰۹/۹۰) کمی بیشتر از مردان (با میانگین نمره ۲۰۶/۳۷) اهمیت معیارهای شایستگی های مدیران را ارزیابی کرده اند ($P < ۰/۰۵$). شاید دیدگاه سنتی اینچنین بود که زنان، قدرت و توان مقاومت در مقابل سختی های دنیای کار را ندارند؛ به ویژه افراد قدیمی تر ممکن است نگرشی پدرانه و حامیانه به زنان جوان تر داشته باشند و سعی کنند زنان را از موقعیت های مشکل دور کنند. در واقع اغلب گفته می شود که ویژگی های شخصیتی متفاوت زنان و مردان، اثر مهمی بر سبک مدیریت و عملکردشان دارد؛ البته هیچ دلیل منطقی برای تفاوت جنسیت در تعیین سبک خاص مدیریت نیست. زنان با تغییر درک عموم از الزام های مدیریت و رهبری و از میان برداشتن نگرش های مردسالارانه ی سنتی، موانع کسب چنین منصب هایی را از میان برداشته اند. و از طرفی این احتمال وجود دارد که تعداد مسئولان زن برگزارکننده در این مسابقات بیشتر از مردان حاضر در آنجا باشند.

نتایج نشان داد که میزان اهمیت معیارهای شایستگی های مدیران از دید پاسخگویان با تحصیلات مختلف متفاوت نیست. یعنی از لحاظ آماری معنادار نیست. ($P < ۰/۰۵$). که نتایج این تحقیق با نتایج مطالعات گلستانی (۱۳۸۱) و عزیزی (۱۳۹۵) همراستا می باشد. مفهوم این هدف بدین معناست که میزان تحصیلات بر اهمیت معیارهای شایستگی های مدیران تاثیری ندارد. شاید از دلایل این نتیجه، شیوه های از قبل تعیین شده مدیریتی و عدم انعطاف سیاست های سازمانی و همچنین ضعف در یادگیری و تغییر در سازمان باشد.

منابع

۱. اسدی، نوید (۱۳۹۴). تبیین شایستگی های مدیران رویدادهای ورزشی. تهران: مدیریت ورزشی، (۲)، ۱۷۴-۱۵۹.

۲. بجانی، ابوالفضل، شهلائی، جواد، کشکر، سارا و غفوری، فرزاد (۱۳۹۷). ساخت و اعتباریابی پرسشنامه شایستگی مدیران سازمانهای ورزشی. مدیریت منابع انسانی در ورزش، سال ۵، شماره ۲، ۲۶۳-۲۷۵.
۳. بیگمی، زهرا؛ حمیدی، مهرزاد؛ سجادی، سید نصرالله و هنری، حبیب (۱۳۹۷). مدل تأثیر سیاستهای مدیریت منابع انسانی و پیامدهای آن بر عملکرد سازمانی وزارت ورزش و جوانان. مدیریت منابع انسانی در ورزش، ۵(۲)، صص ۱۶۳-۱۸۵.
۴. جعفر بیگی، شاپور، نوری، محمد سیوان، محرم زاده، مهرداد (۱۴۰۱). الگوی مفهومی شایستگی بین المللی و دیپلماسی مدیران ورزشی کشور. مطالعات مدیریت ورزشی، ۱۴(۷۵)، ۱۰۹-۱۴۶. doi: 10.22089/smrj.2022.11672.3528
۵. حاجی بابایی، حمیدرضا (۱۳۹۱). ویژگی های مدرسه ای که دوست دارم با توجه به سند تحول بنیادین در آموزش و پرورش. نوآوری های آموزشی، ۱۱(۴۲)، ۷۴-۵۱.
۶. رحمانی معمول هاشمی سید احمد باقری مهدی (۱۳۹۸). تبیین الگوی شایستگی مدیران بر پایه رفتار کارآفرینانه و اعتماد سازمانی مدیران آموزشی. فصلنامه رهبری و مدیریت آموزشی، سال سیزدهم، شماره ۲، صص ۱۱۱-۱۲۸.
۷. رضائزاد رضا، سیدعامری میرحسن، حسین پور اسکندر (۱۴۰۱). طراحی و تدوین مدل شایستگی های حرفه ای مدیران در مدیریت بحران های ورزش کشور با رویکرد نظریه داده بنیاد. رویکردهای نوین در مدیریت ورزشی، ۱۰(۳۹): ۸۳-۱۰۱.
۸. رمضان نژاد، رحیم، بنار، نوشین و سورانی، محبوبه (۱۳۹۴). بررسی شایستگیهای شغلی مدیران باشگاههای ورزشی اصفهان. مطالعات مدیریت ورزشی، شماره ۳۲، ۱۴۷-۱۶۸.
۹. زهره وندیان، ک.، کریم، اسدی، ابراهیمی، و صمدی (۱۳۹۴). تبیین و اولویت بندی معیارهای مکان گزینی استقرار اماکن ورزشی جهت تساوی در دسترسی با استفاده از روش تحلیل سلسله مراتبی (AHP). مدیریت ورزشی، ۷(۶)، ۷۹۵-۸۱۴.
۱۰. عبداللهی فرد، فاطمه و شهریاف، فاتره (۱۳۸۷). طرح شایستگی مدیران. تهران: مؤسسه آموزش عالی سجاد، ۴۶.
۱۱. عزیری، مریم (۱۳۹۵). تبیین شایستگی های مدیران برگزارکننده جشنواره های ورزشی دانش آموزی. دانشگاه حکیم سبزواری، رشته تربیت بدنی، پایان نامه کارشناسی ارشد.
۱۲. قاسمی، حمید، هنری، حبیب، رضایی صوفی، مرتضی و مومنیفر، فهیمه (۱۳۹۳). اعتباریابی ابزار تعیین شایستگی های محوری جهت انتصاب رؤسای فدراسیون های ورزشی. پژوهش های کاربردی در مدیریت ورزشی، ۵(۲۰)، ۵۱-۶۰.
۱۳. گلستانی، زهرا (۱۳۸۱). بررسی شرایط احراز پست مدیریت و روابط آن با کارایی درمقطع راهنمایی شهرقم، پایان نامه کارشناسی ارشد، مرکز آموزش مدیریت دولتی قم.
۱۴. منتظری نجف آبادی، حسن (۱۳۹۰). حقوق ورزش و مسئولیت مدنی ورزشکاران. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه پیام نور تهران، صص ۴۷-۴۸.
۱۵. منتظری، امیر؛ طالبپور، مهدی و فیضی، سمیرا (۱۳۹۶). ساخت و اعتباریابی پرسشنامه شایستگیهای مربیان ورزشی. مطالعات مدیریت ورزشی، ۹(۴۱)، ۱۴۷-۱۷۰.
۱۶. نظریان مادوانی، عباس (۱۳۹۵). ارزیابی عوامل تعیین کننده صلاحیت های قانونی مدیران اجرایی ورزش از دیدگاه متخصصان دانشگاهی و مدیران ورزش. مدیریت ورزشی، دوره ۸، شماره ۴، ۵۶۷-۵۸۸.

18. Barcelona, R. J. (2001). An analysis of the perceived competencies of recreational sport managers: toward a competency-based model for academic and professional development.
19. Chung, W. (2014). BizPro: Extracting and categorizing business intelligence factors from textual news articles. *International Journal of Information Management*, 34(2), pp: 272- 284.
20. Chen, C. Y. (2004). An examination of the competencies needed by sport managers in Taiwan (China)(Doctoral Dissertation, University of Idaho, 2004). *Dissertation Abstracts International*, 66(1), 105.
21. Choi, H. S. (2014). Legal Competencies Essential for Golf Directors. *Journal of Physical Education and Sports Management*, 1(2), 9-28.
22. Demirkesen, S., & Ozorhon, B. (2017). Impact of integration management on construction project management performance. *International Journal of Journal of Business Management*, 4(13), 2845-2855.
23. Duclos-Bastías, D.; Giakoni-Ramírez, F.; Parra-Camacho, D.; Rendic-Vera, W.; Rementería-Vera, N.; Gajardo-Araya, G(2021). Better Managers for More Sustainability Sports Organizations: Validation of Sports Managers Competency Scale (COSM) in Chile. *Sustainability*, 13, 724. <https://doi.org/10.3390/su13020724>
24. Eksteen, E., Willemse, Y., Malan, D. D., & Ellis, S. (2015). Competencies and training needs for school sport managers in the North-west Province of South Africa. *Physical Education and Sport Management*, 6(9), 90-96.
25. Fang, C. H., Chang, S. T., & Chen, G. L. (2015). Competency development among Taiwanese healthcare middle manager: A test of the AHP approach. *African Project Management*, 35(8), 1639-1654.
26. Farzalipour, S., Balci, V., Ghorbanzadeh, B., Moharamzadeh, M., Ameri, M. H., & Kashef, M. M. (2012). Determining the competencies of Sport Event's Managers. *Scholars Res Libr*, 4(1), 584-94.
27. Goodarzi, M., Asadi, N., Sajjadi, S. N., & Moradi, M. (2012). Prioritizing the competencies of sport event managers from viewpoints of managers holding national sport competitions in federations. *Sport Sciences*, 6(4), 452-458.
28. Gunawan J, Aungsuroch Y, Fisher ML(2018). Factors contributing to managerial competence of first-line nurse managers: A systematic review. *Intrnational Journal of Nursing Practice*. 2018; 54(1): 46-60.
29. Guidotti, F.; Demarie, S.; Ciaccioni, S.; Capranica, L(2023). Relevant Sport Management Knowledge, Competencies, and Skills: An Umbrella Review. *Sustainability*, 15, 9515. <https://doi.org/10.3390/su15129515>
30. Hwang, H., & Kuo, T. (2018). Competency in delivering health education: A concept analysis. *Journal of Interprofessional Education & Practice*, 11, 20-25.
31. Jiang, L., & Alexakis, G. (2017). Comparing students' and managers' perceptions of essential entry-level management competencies in the hospitality industry: An empirical study. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*, 20, 32-46.
32. Marandi, M. F., Kashef, S. M., Ameri, M. H. S., & Shajie, R. (2016). Competence Based Management: An Approach towards Effectiveness. *Mediterranean Social Sciences*, 7(4 S2), 189.
33. Oliveira, J. F. D. (2017). The importance of information technology as a strategic resource for hospital management process and the management skills required for managers. *Business and Systems Research*, 11(1-2), 182-197.

34. Podgórska, M. and Pichlak, M. (2019). Analysis of project managers' leadership competencies: Project success relation: what are the competencies of polish project leaders?. International Journal of Managing Projects in Business, Vol. 12 No. 4, pp. 869-887. <https://doi.org/10.1108/IJMPB-08-2018-0149>
35. Seate, B. M., Poee, R. I., & Chinomona, R. (2016). The relative importance of managerial competencies for predicting the perceived job performance of Broad-Based Black Economic Empowerment verification practitioners. Human Resource Management, 14(1), 11.
36. Steyn, E., Hollander, W., & Roux, C. (2012). State of sport event management competencies in South Africa: sports management and marketing. Physical Health Education, Recreation and Dance: Contemporary issues in sport in the 21st Century: Supplement 1(18), 64-76.
37. Tasiopoulos, Ioannis, Tripolitsioti, Alexandra, Stergioulas, Apostolos (2014). Identifying competencies of boxing coaches. SMIJ – VOL. 10, Number 2, 9-20.
38. Tripolitsioti, A., Moudakis, K., Konstantinacos, P., & Theodorikakos, P. (2007). Identifying management competencies of the directors of fitness centers and indoor facilities of youth and sport municipalities. A pilot study. Biology of Exercise, (3), 48-59.
39. Yevhen ,Prystupa, Svitlana, Kryshchanovych, Myroslava, Danylevych, Ihor, Lapychak, Myroslav, Kryshchanovych, Petro, Sikorskyi, Zoryana, Podolyak, Volodymyr, Basarab (2020). Features of formation the professional competence of future managers of physical culture and sports. journal of Physical Education and Sport(JPES), Vol 20 (Supplement issue 1), Art 64 pp 441 – 446

Validation of Body Confidence Scale in Fundamental Motor Skills

Mohammad Tollabi¹, Jamal Fazel Kalkhoran², Alireza Babaei Mazreno^{3*}, Fatemeh Sadat Tabatabaei⁴

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 ± 1.6 , 7.78 ± 2 , 7.78 ± 1.8 in girls and 7.66 ± 1.9 , 2.3 ± 2 in boys, respectively. It was 7.68 ± 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 دریافت: ۱۴۰۲/۰۵/۱۴

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۰۱

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۹/۳۰

اعتباریابی مقیاس اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه

محمد طلایی^۱، جمال فاضل کلخوران^۲، علیرضا بابایی مزرعه نو^{۳*}، فاطمه سادات طباطبایی^۴

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 دانش‌آموزان 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 مک‌گرین و همکارانش (۲۰۱۶) بود. میانگین و انحراف معیار متغیرهای حرکتی، تعادل و کنترل شی بترتیب در دختران $1/6 \pm 7/78$ ، $1/8 \pm 7/78$ و در پسران $1/9 \pm 7/66$ ، $2/3 \pm 7/31$ و $2 \pm 7/68$ 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 این‌گونه 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 بوم شناختی کشور، تعیین شود. در این راستا مک‌گرن، بلتون، پاول، وودز و ایسسرترل (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 بی‌حرکتی 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 بوده است و کمبود اعتبار و نداشتن رویکردی جامع به مهارت‌های حرکتی پایه، اغلب مطالعات را به چالش کشیده است (رید، ۲۰۰۴).

ابزارهای مختلفی وجود دارد که خودکارآمدی ۱ و شایستگی حرکتی ادراک شده ۲ در یک مقیاس بزرگ‌تر برای مثال نیمرخ خود ادراکی بدنی ۳ را ارزیابی می‌کند. 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 می‌باشند 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 اندازه‌گیری نمی‌کند. لذا، یکی از محدودیت‌های 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 مهارت‌ها 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 مناسب‌تر است (هارتر، ۱۹۸۴). بنابراین مک‌گرین و همکاران (۲۰۱۶) مقیاس اعتماد به نفس بدنی ۴ مهارت‌های حرکتی پایه ۵ در طیف لیکرت و سه عامل حرکتی، کنترل اجسام و تعادل و اعتماد به نفس کلی تهیه نمودند (مک‌گرین، ۲۰۱۶).

از آنجایی که اندازه‌گیری سطوح اعتماد به نفس بدنی نوجوانان برای دختران و پسران مهم است و ممکن است تفاوت‌های جنسیتی که کاهش فعالیت بدنی در طول نوجوانی به‌ویژه 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 نقص‌هایی دارد که نمیتوان به آنان اعتماد و اطمینان زیادی کرد.

بارنت و همکاران، (۲۰۱۵) با اندازه‌گیری اعتماد به نفس بدنی این گروه سنی کسانی که حمایت و توجه ویژه می‌خواهند مشخص خواهند شد. هم‌چنین اگرچه پژوهش‌هایی در زمینه بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسش‌نامه‌های اعتماد به نفس و ساختارهای مربوط به آن توسط پژوهشگران در ایران انجام شده است (فارسی، ۱۳۹۳ و واعظ موسوی، ۱۳۸۷). ولی تاکنون مطالعه‌ای در خصوص سنجش روایی و پایایی مقیاس اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های 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 مهارت‌های حرکتی پایه را اندازه‌گیری کند مشاهده نشد و این پژوهش با هدف تعیین روایی و پایایی مقیاس اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه با طیف لیکرت در بین دانش‌آموزان 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 کربجی 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 پهلوی، 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 (پریدن 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، ۰/۹۲ بدست آوردند که نشان‌دهنده پایایی بسیار خوب است. روایی همزمان با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون بین این مقیاس و مشخصات خود ادراک بدنی، ۰/۷۲ در سطح معناداری کمتر از ۰/۰۰۱ گزارش شده است که همبستگی مثبت و قوی می‌باشد. هم‌چنین ضریب همبستگی هریک از مهارت‌های مقیاس با عوامل مقیاس مشخصات خود ادراک بدنی، مثبت و قوی بوده و در سطح کمتر از ۰/۰۱ معنادار بوده است. برای ارزیابی تفاوت‌های جنسیتی و تعیین سطح اعتماد به نفس بدنی در همه مهارت‌ها، ۳۷۶ نوجوان (۱۸۳ دختر و ۱۹۳ پسر) با میانگین سنی ۱۳/۷۸ و انحراف معیار ۱/۲۱، 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 شی)	-	-	۳/۲	۱۰	۷/۷۴	۱/۹
کل مقیاس	-	-	۵۴	۱۵۰	۱۱۵/۲	۲۵/۴

روایی

جهت بررسی روایی^۱ 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^۲ 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^۳ 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^۴: 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 هرچند 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^۱ مقیاس اعتماد به نفس بدنی در مهارت‌های حرکتی پایه از دو روش استفاده شد: روش بازآزمایی^۲ و روش همسانی درونی (روش دونیمه کردن^۳ و روش ضریب آلفا^۴).

روش بازآزمایی: در این پژوهش همبستگی به‌دست 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^۵ استفاده شد. بعد از دونیمه کردن گویه‌های مقیاس به صورت فرد و زوج با نرم‌افزار 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 $0/95$ به‌دست 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 $0/73$ به‌دست 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

به‌منظور 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 تا ده گویه‌های مقیاس یک تا ده 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 دانش-آموزان 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 ۰/۸۵ و ۰/۷۲ و ۰/۸۵ و بسیار بالا می‌باشد و همبستگی عوامل با یکدیگر هرچند 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 می‌سند 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 ۰/۷۲ 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 ۰/۳۰ 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 ۰/۹۷ به دست آمد که نشان‌دهنده پایایی بسیار بالایی برای مقیاس است. این ضریب روی نوجوانان ایرلندی نیز برابر ۰/۹۲ 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 ۰/۸۴ و نیمه دوم (گویه‌های ۲، ۴، ۶، ۸، ۱۰، ۱۲ و ۱۴) برابر ۰/۸۳ و پایایی کل مقیاس با ضریب همبستگی اسپیرمن-راون با طول نابرابر ۰/۹۵ 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 ۰/۹۲، عامل اول، برابر ۰/۸۸، عامل دوم، برابر ۰/۸۴ و عامل سوم ۰/۷۳ 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، قدیمی‌مقدم، 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 بوشهری‌ناهد، شفیع‌نیا 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. واعظ‌موسوی، 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، فتح الله، (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)، ۱۸، 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 مهارت های حرکتی پایه می پردازد. 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 مهارت های زیر را به طور صحیح انجام می دهید، 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										ردیف	مهارتها
۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱		
										۱	دویدن روی خط مستقیم
										۲	جهیدن روی خط مستقیم
										۳	پریدن از روی یک کیسه شن
										۴	یورتمه رفتن روی خط مستقیم
										۵	سر خوردن از پهلو در یک خط مستقیم
										۶	پرش عمودی جفتی به هوا از وضعیت ایستاده
										۷	پرش طول (افقی) از وضعیت ایستاده
										۸	پرتاب توپ تنیس از بالای شانه
										۹	گرفتن توپ تنیس پرتاب شده با دو دست
										۱۰	ضربه با پا به توپی که روی زمین مقابل شما قرار گرفته است
										۱۱	ضربه زدن با چوب (چوگان) به توپ غیر متحرکی که در مقابل و هم ارتفاع لگن شما قرار گرفته است
										۱۲	پنج بار در بیل متوالی در وضعیت ایستاده
										۱۳	تعادل روی نیمکت با یک پا
										۱۴	سه بار لی لی کردن روی پای راست و بعد پای چپ
										۱۵	غلطاندن توپ بر روی زمین

Determining the relationship between spiritual intelligence and social responsibility through career innovation in physical education teachers

Omid safari ^{1*}

1. Assistant Professor , Department of Physical Education, Nourabad Mamasani Branch , Islamic Azad University, Nourabad Mamasani , Iran

* Corresponding Author Email: : omidsafari11@yahoo.com

Abstract

The purpose of this research was to determine the relationship between spiritual intelligence and social responsibility through career innovation in physical education teachers in Mamsani and Rostam cities. This research was applied and descriptive and correlational. The statistical population of this research was all the physical education teachers of Mamsani and Rostam cities in number of 89 people, of which 82 people cooperated with the researcher as a sample and using the total number sampling method. Data collection tools were standard intelligence questionnaires. Manavi King (2008), Carroll's social responsibility (2003) and Moghimi and Ramadan's job innovation (2010). Descriptive statistics methods were used to describe the data, and Pearson's correlation coefficient, regression, and structural equations were used to analyze the data. The results showed that there was a positive and significant relationship between spiritual intelligence and job innovation with social responsibility, and the relationship between spiritual intelligence and social responsibility through job innovation in the subjects was positive and significant ($P \leq 0.01$).

Keywords: Spiritual intelligence, social responsibility, job innovation, physical education teachers.

To cite this article:

Safari, Omid. (2023). Determining the relationship between spiritual intelligence and social responsibility through career innovation in physical education teachers. *Physical education and student health studies*. 2 (6): 65-75.

مطالعات تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۵/۰۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۰۳

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۹/۳۰

تعیین ارتباط بین هوش معنوی و مسئولیت پذیری اجتماعی از طریق نوآوری شغلی در معلمان

تربیت بدنی

امید صفری^۱*

۱. استادیار، گروه تربیت بدنی، واحد نورآباد ممسنی، دانشگاه آزاد اسلامی، نورآباد ممسنی، ایران

* ایمیل نویسنده مسئول: omidsafari11@yahoo.com

چکیده

هدف از این تحقیق، تعیین ارتباط بین هوش معنوی و مسئولیت پذیری اجتماعی از طریق نوآوری شغلی در معلمان تربیت بدنی شهرستان های ممسنی و رستم بود. این تحقیق کاربردی و از نوع توصیفی و همبستگی بود. جامعه آماری این تحقیق، تمامی معلمان تربیت بدنی شهرستان های ممسنی و رستم به تعداد ۸۹ نفر بود، که از این تعداد ۸۲ نفر به عنوان نمونه و به روش نمونه گیری کل شمار با محقق همکاری کردند. ابزار جمع آوری داده ها پرسشنامه های استاندارد هوش معنوی کینگ (۲۰۰۸)، مسئولیت پذیری اجتماعی کارول (۲۰۰۳) و نوآوری شغلی مقیمی و رمضان (۱۳۹۰) بود. برای توصیف داده ها از روش های آمار توصیفی و برای تجزیه استنباطی داده ها از روش های آماری ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون و معادلات ساختاری استفاده شد. نتایج نشان داد که بین هوش معنوی و نوآوری شغلی با مسئولیت پذیری اجتماعی رابطه ی مثبت و معناداری وجود داشت و همچنین ارتباط بین هوش معنوی و مسئولیت پذیری اجتماعی از طریق نوآوری شغلی در آزمودنی ها مثبت و معنادار بود ($P < 0/01$).

واژه های کلیدی: هوش معنوی، مسئولیت پذیری اجتماعی، نوآوری شغلی، معلمان تربیت بدنی، شهرستان های ممسنی و رستم.

به این مقاله این گونه استناد کنید:

صفری، امید* (۱۴۰۲). تعیین ارتباط بین هوش معنوی و مسئولیت پذیری اجتماعی از طریق نوآوری شغلی در معلمان تربیت بدنی. مطالعات تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی، ۲(۶)، ۶۵-۷۵.

مقدمه

امروزه سازمان ها و به ویژه سازمان های آموزشی تأثیر عمده ای بر جامعه دارند؛ بنابراین فعالیت آنها باید به گونه ای باشد که اثرات مثبت حاصل از فعالیت خود را به حداکثر و اثرات منفی را به حداقل برسانند و به عنوان تأثیرگذارترین عضو جامعه، نگران نیازها و خواسته های دراز مدت جامعه بوده و در جهت رفع معضلات آن بکوشند. این بدان معنی است که سازمان های امروزی بایستی مسئولیت اجتماعی خود را شناخته و پذیرای آن باشند (براتی مارنانی و همکاران، ۱۳۹۰). مسئولیت اجتماعی مجموعه وظایف و تعهداتی است که سازمان باید در جهت حفظ و کمک به جامعه ای انجام دهد که در آن فعالیت می کند (رویایی و مهردوست، ۱۳۸۸). در واقع این مفهوم بیانگر تعهد و تکلیف مدیریت به انجام کارهایی است که حافظ و ارتقاء دهنده رفاه جامعه و علائق سازمان باشد (طالقانی و همکاران، ۱۳۹۰). مسئولیت اجتماعی سازمان ها همچنین در برگیرنده تعهد سازمان ها به بهبود زندگی کارکنان و خانواده های آن ها است (ایکو، ۲۰۱۳). مسئولیت پذیری اجتماعی از جمله مهمترین عناصر فلسفه ی وجودی سازمان ها شناخته شده است، به نحوی که اهمیت دادن به رعایت آن نه تنها احتمال ارتقاء تعهد و نوآوری سازمانی را به همراه دارد، بلکه رضایت ذینفعان خارج از سازمان را برای مشروعیت بخشیدن به سازمان تقویت می کند (رستگاری شه بندی، ۱۳۹۷). بنابراین برای ایجاد مسئولیت پذیری و افزایش کارایی و اثربخشی هر چه بیشتر سازمان ها مجموعه عواملی می توانند سهم باشند که در این پژوهش به برخی از آنها از جمله هوش معنوی و نوآوری شغلی پرداخته می شود:

هوش معنوی را می توان به عنوان ظرفیت ذهن برای رسیدگی به جنبه های اساسی و معنوی زندگی شخصی و حرفه ای تعریف کرد که در برگیرنده معنا، هدف، پتانسیل، فلسفه، صداقت و اشتیاق برای زندگی شخصی و اجتماعی انسان است (لین و همکاران، ۲۰۱۶). هوش معنوی مجموعه ای از ظرفیت های ذهنی است که به آگاهی، یکپارچگی و کاربرد تطبیقی غیرمادی و متعالی وجود فرد کمک می کند و منجر به تأمل عمیق وجودی، تقویت معنا و خودشناسی متعالی و تسلط بر شرایط معنوی می شود. چهار هسته هوش معنوی عبارتند از: اول؛ تفکر وجودی انتقادی، دوم؛ تولید معنای شخصی، سوم؛ آگاهی متعالی و چهارم؛ تشریح وضعیت آگاهی. هوش معنوی برای یافتن و استفاده از درونی ترین منابع، مانند ظرفیت مراقبت و قدرت تحمل و سازگاری لازم است. ایجاد یک حس واضح و پایدار از هویت به عنوان یک فرد در زمینه تغییر روابط کاری؛ توانایی تشخیص معنای واقعی موقعیت و ایجاد کار معنادار؛ شناسایی و هماهنگ کردن ارزش های شخصی با یک هدف روشن؛ استفاده از ارزش ها بدون مصالحه برای نشان دادن صداقت و توانایی مهار نفس قبل از مهار خلاقیت و کمک به کارکنان برای معنادارتر کردن کارشان از نتایج برخورداری از هوش معنوی است. جورج (۲۰۰۶) هوش معنوی را به عنوان بعد بالاتری از هوش تعریف می کند که ویژگی ها و قابلیت های خود واقعی را در قالب خرد، شفقت، صداقت، شادی، عشق، خلاقیت و آرامش فعال می کند (جورج، ۲۰۰۶). علاوه بر این، هوش معنوی طیف گسترده ای از مهارت های مهم (هم مهارت های زندگی و هم مهارت های کاری) را افزایش می دهد. هوش معنوی معیار توانایی فرد در استفاده از معنویت به عنوان مکانیزم مقابله است. تعریف هوش معنوی بر مفهوم معنویت تکیه دارد. از این رو، هوش معنوی می تواند با سلامت روان مرتبط باشد (سافارا و باتیا

۲۰۱۳). بنابراین؛ مهم است که معلمان از نظر معنوی باهوش شوند، زیرا آنها می توانند اصلاحات و سیاست های آموزشی آینده را در رابطه با محتوا و روش ها برای رشد همه جانبه افراد روشن کنند و راهنمایی کنند. هوش معنوی توانایی ایجاد معنا بر اساس درک عمیق و نگرش مثبت برای حل مشکلات را در معلمان به ارمغان می آورد (کولشرستا و سینگال، ۲۰۱۷). معلمان می توانند وظایف و مسئولیت های خود را به عنوان یک مربی حرفه ای بر اساس شایستگی های خود انجام دهند و در صورتی که معلمین از هوش معنوی مناسبی برخوردار نباشند منجر به کاهش شایستگی و فقدان مسئولیت پذیری و کنترل در مدارس و در نهایت سبب عملکرد ضعیف معلمان نیز می شود .

نوآوری شغلی یکی دیگر از عوامل تاثیر گذار بر مسئولیت پذیری اجتماعی است به طوری که سازمان ها برای موفق شدن و تداوم رشد و حیاتشان همواره به دنبال کسب مزیت رقابتی هستند و نوآوری، مهمترین روش کسب مزیت رقابتی است. نوآوری شغلی عبارتند از خلق و ابداع روشی نو در امور شغلی به منظور جایگزینی روش های مدرن و آسان به جای روش های قدیمی می باشد. امروزه در مورد اهمیت رو به گسترش نوآوری در سازمان های آموزشی و پویاتر شدن آنها، موافقت عمومی وجود دارد. نوآوری به طور فزاینده ای به عنوان یکی از عوامل اصلی موفقیت بلند مدت سازمان ها در محیط های آموزشی تبدیل شده است. نوآوری نقش مهمی را در ایجاد ارزش و حفظ مزیت رقابتی دارد. نوآوری چیزی بیش از خلاقیت مردمی در معنای عامیانه است . نوآوری فرایندی است که از طریق آفرینش و به کارگیری ایده های جدید می تواند رضایت معلمان و دانش آموزان را تأمین کند. نوآوری باید به عنوان بخش اساسی از راهبردهای کسب و کار محسوب گردد و نوآوری دارای سه بعد فرد، گروه و سازمان است. نوآوری سازمانی کلید موفقیت یا شکست سازمان است. عوامل درون سازمانی و برون سازمانی، تغییر و تحول در سازمان ها را ضروری می سازد. نوآوری و طراحی، اجزای اساسی هر راهبرد آموزشی است (صالحی و کریمی، ۱۳۹۹). پژوهش های پراکنده و غیرمستقیمی در رابطه با موضوع مورد پژوهش انجام شده و به نظر می رسد که بین هوش معنوی با مسئولیت پذیری اجتماعی از طریق نوآوری شغلی رابطه وجود دارد. اسدزاده هیر و همکاران (۱۳۹۸) به این نتیجه رسیدند که بین هوش معنوی و مولفه های آن با عملکرد شغلی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. رستگاری شه بندی (۱۳۹۷) به این نتیجه رسید تأثیر هوش معنوی بر مسئولیت پذیری مثبت و معنادار است. باوندی ثانی و همکاران (۱۳۹۷) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که تأثیر هوش معنوی بر عملکرد شغلی کارکنان بانک با نقش واسطه نوآوری فردی مثبت و معنادار است. سیسوانتو و افندی (۲۰۲۰) در پژوهش خود نقش هوش معنوی بر مؤسسات آموزشی مبتنی بر کودکان را در کشور اندونزی مورد مطالعه قرار دادند و نتایج پژوهش نشان داد که هوش معنوی و فرهنگ سازمانی بر عملکرد معلمان تأثیر می گذارد و از آنجا که امروزه متاسفانه در محیط های آموزش و از جمله معلمان تربیت بدنی شهرستان های ممسنی و رستم ما شاهد کاهش مسئولیت پذیری اجتماعی هستیم و این امر هم ممکن است به دلایل کاهش هوش معنوی و نوآوری در محیط های کاری در سازمان مربوطه باشد. که این خود می تواند زنگ خطری برای نظام آموزش و پرورش کشور باشد که در آینده ای نه چندان دور باعث کاهش کارایی و اثر بخشی این محیط های آموزشی خواهیم شد. بنابراین پژوهشگر برای برون رفت از این مشکل و ارائه راهکارهای

لازم در جامعه هدف بدنبال پاسخگویی به این سوال است که آیا بین هوش معنوی و مسئولیت پذیری اجتماعی از طریق نوآوری شغلی در معلمان تربیت بدنی شهرستان های ممسنی و رستم رابطه معناداری وجود دارد؟

روش شناسی

این تحقیق از نظر هدف کاربردی، از نظر گردآوری داده ها میدانی و از نظر ماهیت همبستگی می باشد. جامعه آماری این تحقیق، تمامی معلمان تربیت بدنی شهرستان های ممسنی و رستم به تعداد ۸۹ نفر بود، که از این تعداد ۸۲ نفر به عنوان نمونه و به روش نمونه گیری کل شمار با محقق همکاری کردند. ابزار جمع آوری داده ها پرسشنامه های استاندارد هوش معنوی کینگ (۲۰۰۸)، مسئولیت پذیری اجتماعی کارول (۲۰۰۳) و نوآوری شغلی مقیمی و رمضان (۱۳۹۰) بود. روایی صوری پرسشنامه ها توسط چند نفر از اساتید متخصص مدیریت ورزشی که سابقه فعالیت در زمینه متغیرهای این تحقیق را نیز داشتند، مورد ارزیابی و تایید قرار گرفت و پایایی پرسشنامه با استفاده از فرمول محاسبه کرونباخ، محاسبه گردید و پایایی همه پرسشنامه ها بالاتر از ۰/۷ بود، که این نشان دهنده پایایی قابل قبول پرسشنامه ها بود. در تحلیل آماری متغیرهای تحقیق در بخش توصیفی از فراوانی، درصد فراوانی، میانگین و انحراف معیار استفاده شد و در بخش استنباطی از معادلات ساختاری، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی استفاده شد و همه تجزیه و تحلیل های آماری با استفاده از نرم افزارهای spss و PLS Smart انجام گرفته است.

یافته ها

بر اساس نتایج جدول (۱)، بین متغیر هوش معنوی و مؤلفه های آن با متغیر مسئولیت پذیری اجتماعی آزمودنی ها رابطه معنادار ($P < ۰/۰۱$) وجود دارد.

جدول (۱) نتایج آزمون پیرسون در خصوص رابطه هوش معنوی و مؤلفه های آن با مسئولیت پذیری اجتماعی

متغیرها	هوش معنوی	تفکر وجودی انتقادی	تولید معنای شخصی	آگاهی متعالی	بسط حالت هشیاری
ر	۰/۹۴	۰/۷۳	۰/۸۶	۰/۷۸	۰/۹۱
Sig	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱
نتیجه	تایید فرضیه	تایید فرضیه	تایید فرضیه	تایید فرضیه	تایید فرضیه

بر اساس نتایج جدول (۲)، بین متغیر هوش معنوی و مولفه های آن با متغیر نوآوری شغلی رابطه معنادار ($P < ۰/۰۱$) وجود دارد.

جدول (۲) نتایج آزمون پیرسون درخصوص رابطه هوش معنوی و مؤلفه های آن با نوآوری شغلی

متغیرها	هوش معنوی	تفکر وجودی انتقادی	تولید معنای شخصی	آگاهی متعالی	بسط حالت هشجاری
r	۰/۸۸	۰/۸۰	۰/۷۷	۰/۸۱	۰/۸۵
Sig	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱
نتیجه	تایید فرضیه	تایید فرضیه	تایید فرضیه	تایید فرضیه	تایید فرضیه

بر اساس نتایج جدول (۳)، بین متغیر نوآوری شغلی با متغیر مسئولیت پذیری اجتماعی رابطه معنادار ($P < ۰/۰۱$) وجود دارد.

جدول (۳) نتایج آزمون پیرسون درخصوص رابطه نوآوری شغلی با مسئولیت پذیری اجتماعی

متغیرها	نوآوری شغلی
r	۰/۸۴
Sig	۰/۰۰۱
نتیجه	تایید فرضیه

جدول ۴، پیش بینی متغیر مسئولیت پذیری اجتماعی بر اساس هوش معنوی را نشان می دهد. همانگونه که مشاهده می شود، ضریب تعیین (تیین) بدست آمده برابر با (۰/۸۸۳) است. پس می توان نتیجه گرفت که (۰/۸۸۳) متغیر مسئولیت پذیری اجتماعی از طریق هوش معنوی تبیین می شود.

جدول ۴: پیش بینی متغیر مسئولیت پذیری اجتماعی بر اساس هوش معنوی

ضریب همبستگی	ضریب تعیین
--------------	------------

۰/۸۸۳

۰/۹۴

جدول ۵، پیش‌بینی متغیر نوآوری شغلی بر اساس هوش معنوی را نشان می‌دهد. همانگونه که مشاهده می‌شود، ضریب تعیین (تبیین) بدست آمده برابر با (۰/۷۷۴) است. پس می‌توان نتیجه گرفت که ۰/۷۷۴ (تقریباً ۷۷٪) متغیر نوآوری شغلی از طریق هوش معنوی تبیین می‌شود.

جدول ۵: خلاصه‌ی مدل پیش‌بینی متغیر نوآوری شغلی بر اساس هوش معنوی

ضریب همبستگی	ضریب تعیین
۰/۸۸	۰/۷۷۴

جدول ۶، پیش‌بینی متغیر مسئولیت پذیری اجتماعی بر اساس نوآوری شغلی را نشان می‌دهد. همانگونه که مشاهده می‌شود، ضریب تعیین (تبیین) بدست آمده برابر با (۰/۷۰۵۶) است. پس می‌توان نتیجه گرفت که ۰/۷۰۵۶ (تقریباً ۷۱٪) متغیر مسئولیت پذیری اجتماعی از طریق نوآوری شغلی تبیین می‌شود.

جدول ۶: پیش‌بینی متغیر مسئولیت پذیری اجتماعی بر اساس نوآوری شغلی

ضریب همبستگی	ضریب تعیین
۰/۸۴	۰/۷۰۵۶

جدول ۷، نتایج مدل‌سازی معادله ساختاری مدل نهایی پژوهش را نشان می‌دهد. ضرایب الگوی پژوهش نشان می‌دهد که ضریب مسیر هوش معنوی به مسئولیت پذیری اجتماعی برابر ۰/۷۵ می‌باشد و این نشان می‌دهد که با یک واحد افزایش در هوش معنوی، مسئولیت پذیری اجتماعی به میزان ۰/۷۵ تغییر می‌کند. ضریب مسیر هوش معنوی به نوآوری شغلی برابر ۰/۵۶ می‌باشد و این نشان می‌دهد که هوش معنوی به میزان ۰/۵۶ بر نوآوری شغلی تأثیر مثبت دارد. ضریب مسیر نوآوری شغلی به مسئولیت پذیری اجتماعی برابر ۰/۴۳ می‌باشد و این نشان می‌دهد که نوآوری شغلی به میزان ۰/۴۳ بر مسئولیت پذیری اجتماعی تأثیر مثبت و معناداری دارد. همانطور که در جدول مشاهده می‌شود تأثیر غیر مستقیم هوش معنوی با مسئولیت پذیری اجتماعی از طریق نوآوری شغلی به میزان ۰/۲۴ می‌باشد.

جدول ۷: نتایج مدل‌سازی معادله ساختاری متغیرهای پژوهش

ردیف	مسیرهای الگو	ضریب مسیر	t	نتیجه	اثر غیرمستقیم
۱	هوش معنوی → مسئولیت پذیری اجتماعی	۰/۷۵	۱۵/۸۳	تایید فرضیه	-
۲	هوش معنوی → نوآوری شغلی	۰/۵۶	۹/۸۹	تایید فرضیه	-
۳	نوآوری شغلی → مسئولیت پذیری اجتماعی	۰/۴۳	۶/۶۸	تایید فرضیه	-
۴	هوش معنوی → مسئولیت پذیری اجتماعی	-	-	تایید فرضیه	۰/۲۴۰
	نوآوری شغلی				

بحث و نتیجه گیری

این تحقیق با هدف تعیین ارتباط بین هوش معنوی و مسئولیت پذیری اجتماعی از طریق نوآوری شغلی در معلمان تربیت بدنی شهرستان های ممسنی و رستم انجام شد و یافته های آن بیانگر وجود رابطه مثبت و معنادار بین هوش معنوی و ابعاد آن با مسئولیت پذیری اجتماعی آزمودنی ها می باشد. و همچنین نتایج تحقیق بیانگر قابلیت پیش بین معنادار مسئولیت پذیری اجتماعی از طریق هوش معنوی بود. بنابراین نتایج تحقیق نشان داد که هوش معنوی و ابعاد آن زمینه لازم را جهت ارتقای مسئولیت پذیری اجتماعی در آزمودنی ها فراهم می نماید. نتایج این تحقیق با نتایج تحقیقات رستگاری شه بندی (۱۳۹۷)، دیبایی صابر (۱۳۹۷)، بابایی و همکاران (۱۳۹۴)، حسن زاده و همکاران (۱۳۹۴) و رافائل و همکاران (۲۰۱۲) همخوانی دارد. در تبیین نتایج این فرضیه می توان بیان کرد که برخورداری از هوش معنوی به عنوان یک توانمندی فردی و سازمانی می تواند نقش مهم و غیر قابل انکاری در تحقق اهداف سازمانی معلمان داشته باشد. معلم به عنوان فردی که مسئولیت تربیت نسل آینده جامعه را به عنوان یک وظیفه خطیر بر دوش دارد، باید به خوبی بر این امر واقف باشد که تعلیم و تربیت صحیح و علمی تحقق پیدا نمی کند مگر آنکه از همه توانمندی ها و قابلیت های ذاتی و اکتسابی خود در این راه استفاده کند. مسئولیت پذیری معلم باعث می شود تا در قبال دانش آموزان و جامعه احساس مسئولیت نماید و برای تحقق اهداف سازمانی تلاش بیشتری نماید. هوش معنوی به معلم کمک می کند تا شناخت بهتری نسبت به توانایی های خود پیدا کند و در برخورد با دیگران از جمله دانش آموزان رفتارهایی مبتنی بر اخلاق، انسانیت و باورهای دینی و اجتماعی داشته باشد. در چنین حالتی نگاه معلم به شغل خود صرفاً جنبه مادی ندارد بلکه با ویژگی ها و خصوصیات فراتر از جنبه مادی آن عجین می شود که موجب می شود وی به اصول اخلاقی و انسانی در فعالیت های سازمانی خود توجه ویژه داشته باشد. یکی از مهمترین رسالت های یک مدرسه تربیت افراد به گونه ای است که بتوانند برای جامعه خود مفید و مثمر واقع شوند. دستیابی به چنین خواسته ای مستلزم آن است که مربیان و تربیت کنندگان افراد جامعه در انتقال مفاهیم اخلاقی، انسانی و هر آنچه مورد نیاز زندگی فردی، اجتماعی و سازمانی آنان است اهتمام لازم را به خرج دهند. هوش معنوی ابزاری است که معلمان با تقویت و بکارگیری آن می توانند به اهداف عالی آموزشی و سازمانی که مسئولیت پذیری و تعهد حرفه ای از مصادیق عینی آن به شمار می روند، دست پیدا کنند. بدون تردید معلم مسئولیت پذیر،

حس وابستگی و تعهد بیشتری نسبت به شغل خود پیدا می کند و این مسئولیت پذیری و تعهد زمانی بیشتر آشکار و نمایان می شود که به هوش معنوی به عنوان یک ابزار خود کنترلی و خود مدیریتی توجه خاص داشته باشد. هوش معنوی خود آگاهی فرد را افزایش داده و به او اجازه می دهد تا در برخورد با وقایع، حوادث، پدیده ها رفتاری منطقی و عقلانی داشته باشد. معلمان نیز به عنوان کسانی که با افراد و گروه هایی مختلف جامعه از جمله دانش آموزان در ارتباط هستند باید به گونه ای عمل کنند تا رفتارشان سرلوحه کار دیگران قرار گیرد. به طور کل و با توجه به آنچه گفته شد باید بر این واقعیت تاکید کرد که برخورداری معلمان از هوش معنوی می تواند گره گشای بسیاری از مشکلات حرفه ای و سازمانی آنان باشد و این نتیجه و پیامد مطلوب را به دنبال دارد که آنان را برای اتخاذ تصمیمات و رفتارهای متناسب با شرایط مهیا ساخته و راه رسیدن به اهداف عالی آموزشی و سازمانی را فراهم می سازد. بنابراین و بر اساس آنچه گفته شد پیشنهاد می شود از سوی وزارت آموزش و پرورش با برگزاری دوره های آموزشی متناسب؛ اهمیت بکارگیری توانایی های منحصر به فرد معلمان در فعالیت های شغلی و حرفه ای که هوش معنوی نیز در زمره این توانمندی ها به شمار می رود، بیش از هر زمانی توجه شود و به عنوان یک ابزار کارآمد برای تحقق اهداف آموزشی و سازمانی مورد تاکید قرار گیرد. به معلمان نیز پیشنهاد می شود برای شناخت و کاربرد این توانایی اهتمام بیشتری داشته باشند و برای تقویت و بکارگیری آن تمرین و ممارست بیشتری به خرج دهند.

نتایج حاصل از تحقیق نیز نشان داد که بین هوش معنوی و مؤلفه های آن با نوآوری شغلی در معلمان تربیت بدنی شهرستان های ممسنی و رستم رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. هوش معنوی قابلیت پیش بین معنادار نوآوری شغلی آزمودنی ها را دارد. بنابراین نتایج تحقیق نشان داد که هوش معنوی و ابعاد آن زمینه لازم را جهت ارتقاء نوآوری شغلی در آزمودنی ها فراهم می نماید. نتایج این تحقیق با نتایج تحقیقات صالحی و کریمی (۱۳۹۹)، اسدزاده هیر و همکاران (۱۳۹۸)، باوندی ثانی و همکاران (۱۳۹۷)، اوزتوزکو کوچوکبره و بالکر (۲۰۲۱) و سیسوانتو و افندی (۲۰۲۰) همخوانی دارد. در تبیین نتایج این فرضیه می توان بیان کرد که اگر بخواهیم نوآوری را که امری است مقتضی در دیای امروز نهاده کنیم، باید عوامل آن در سازمان فراهم شود و تحت فرایند مناسب دائماً توسعه یابد. رسیدن به چنین سازمانی نیاز به فرایند تحول اساسی دارد، لذا مدار نوینی که سازمان مورد نظر باید در آن قرار گیرد، مداری است که سازمان های یاد گیرنده و دارای هوش معنوی بالا باید در آن قرار گیرد. سازمان های یاد گیرنده و دارای هوش معنوی بالا، عامل نوآوری را درون خود تقویت می کنند و نوآوری نیز تداوم می یابد.

نتایج حاصل از تحقیق نیز نشان داد که بین نوآوری شغلی با مسئولیت پذیری اجتماعی در معلمان تربیت بدنی شهرستان های ممسنی و رستم رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. نوآوری شغلی قابلیت پیش بین معنادار مسئولیت پذیری اجتماعی آزمودنی ها را دارد. بنابراین نتایج تحقیق نشان داد که نوآوری شغلی زمینه لازم را جهت ارتقاء مسئولیت پذیری اجتماعی در آزمودنی ها فراهم می نماید. نتایج این تحقیق با نتایج تحقیق صالحی و کریمی (۱۳۹۹) همخوانی دارد. در تبیین نتایج این فرضیه می توان بیان کرد که افزایش مسئولیت اجتماعی توسط سازمان و توجه به تعهدات اقتصادی، تعهدات اخلاقی، تعهدات قانونی و تعهدات اجتماعی در سازمان از طریق نوآوری و خلاقیت شغلی باعث می شود که رضایت ارباب رجوعان، کارکنان و بصورت کلی رضایت از سازمان افزایش یابد و کارکنان احساس تعلق و تعهد بیشتری به سازمان پیدا نمایند و در نتیجه انگیزش شغلی آنان برای انجام وظایف بیشتر گردد و در نهایت می تواند منجر به بهبود بهره وری فردی و سازمانی شود.

نتایج حاصل از تحقیق نیز نشان داد که بین هوش معنوی و مسئولیت پذیری اجتماعی از طریق نوآوری شغلی در معلمان تربیت بدنی شهرستان های ممسنی و رستم رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. تحقیقی که همسو و یا غیر همسو باشد نسبت به این تحقیق پیدا نشد. در تبیین نتایج این فرضیه می توان بیان کرد که با توجه به اینکه آموزش و پرورش سنگ زیربنای هر جامعه است. مقوله هایی از قبیل عدالت اجتماعی، آزادی، فرصت های مساوی، حقوق فردی و نظایر آن فقط از طریق برنامه ریزی های درست آموزش و پرورش تحقق می یابد. برنامه ریزی علمی با رعایت همه عوامل و امکانات از وظایف اخلاقی و مسئولیت های اجتماعی مدیران سطوح بالای آموزش و پرورش است که می تواند با ایجاد بسترسازی مناسب برای متغیرهای هوش معنوی و نوآوری شغلی زمینه ایجاد آن را در این سازمان آموزشی به منظور کارایی و اثربخشی هر چه بیشتر فراهم آورد.

با توجه به نتایج بدست آمده از این پژوهش و به منظور کمک به ارتقاء مسئولیت پذیری اجتماعی از طریق هوش معنوی و نوآوری شغلی در آزمودنی ها پیشنهادات زیر ارائه می گردد:

۱. با توجه به نتایج فرضیه هوش معنوی با مسئولیت پذیری اجتماعی و نوآوری شغلی پیشنهاد می شود در مراحل استخدام معلمان بایستی به شاخص های هوش معنوی آنها توجه و تمرکز بیشتری شود.
۲. با توجه به نتایج فرضیه هوش معنوی با نوآوری شغلی پیشنهاد می شود که به منظور نوآوری شغلی و عملکرد بهتر معلمان، آنها را در امر تصمیم گیری مشارکت و به آنها تفویض اختیار داده تا بتوان خود را با تغییرات جدید وفق داده و نوآوری را در سازمان تسهیل و حمایت کرد.
۳. بر اساس یافته های حاصل از تحقیق پیشنهاد می گردد که دوره های آموزشی در خصوص تبیین مسئولیت پذیری اجتماعی، هوش معنوی و نوآوری شغلی برای معلمان برگزار گردد.

منابع

۱. اسدزاده هیر، نجف. مهاجران، بهناز. قلعه ای، علیرضا. دیوبند، افشین. جواد، پریسا (۱۳۹۸). بررسی رابطه هوش معنوی و مولفه های آن با عملکرد شغلی معلمان شهرستان اصلاندوز، مجله روانشناسی مدرسه، دوره ۸، شماره ۲، ص ۲۱-۷.
۲. باوندی ثانی، سید محمد. ملک زاده، غلامرضا. پویا، علیرضا (۱۳۹۷). بررسی اثر هوش معنوی بر عملکرد شغلی کارکنان بانک با نقش واسطه نوآوری فردی در بانک مهر اقتصاد استان خراسان رضوی، مجله علوم اجتماعی دانشکده ادبیات دانشگاه فردوسی مشهد، ص ۲۱۲-۱۷۳.
۳. بابایی، محمد رضا. شهسواری، هومن. مرادی، منصوره (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین هوش معنوی و مسئولیت پذیری اجتماعی سازمانها در دانشکده های تابعه دانشگاه علوم پزشکی تهران، سومین کنفرانس بین المللی پژوهشهای کاربردی در مدیریت و حسابداری.
۴. براتی مارناتی، احمد؛ حقانی، حمید؛ محمدی، رامین؛ مرادی، فردین؛ روحانی، بهزاد؛ طرسکی، مهدی و -خدایاری، رحیم (۱۳۹۰)، رابطه ی سلامت سازمانی و شاخص های عملکردی در مراکز آموزشی درمانی وابسته به دانشگاه علوم پزشکی تهران، مدیریت سلامت، شماره ۴۶ ی.

۵. حسن زاده، علی. عرب نژاد، محمد حسن. امیریان، مسلم (۱۳۹۴). ارتباط بین هوش معنوی و توانمند سازی با تعهد سازمانی معلمان تربیت بدنی شهر زاهدان، همایش ملی تازه های پژوهش در علوم ورزشی
۶. دیبایی صابر، محسن (۱۳۹۷)، تحلیل رابطه هوش معنوی و تعهد حرفه ای معلمان دوره متوسطه شهر قم، فصلنامه توسعه حرفه ای معلم، سال ۳، شماره ۳، ص ۵۲-۳۳.
۷. رستگاری شه بندی، شبنم (۱۳۹۷). پیش بینی مسئولیت پذیری بر اساس هوش معنوی با در نظر گرفتن نقش میانجی تاب آوری دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی شهر تهران، جامعه شناسی آموزش و پرورش، شماره ۹، ص ۹۴-۷۹.
۸. رویایی، رمضانعلی؛ مهردوست، حسین (۱۳۸۸)، بررسی نقش مدیران فرهنگی در ارتقای مسوولیت اجتماعی (بررسی موردی: مدیران تک پست سازمان صدا و سیما)، پژوهش نامه علوم اجتماعی، دوره ۳، شماره ۳.
۹. صالحی، علی اکبر. کریمی، مریم (۱۳۹۹). رابطه ابتکار و نوآوری شغلی با خلاقیت و انگیزش پیشرفت، مجله پیشرفت های نوین در روانشناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش، سال سوم، شماره ۲۹.
۱۰. طالقانی، غلامرضا؛ نرگسیان، عباس؛ گودرزی، مصطفی (۱۳۹۰)، بررسی تأثیر سرمایه اجتماعی بر مسئولیت اجتماعی سازمان ها (مطالعه موردی: اداره کل مالیات غرب استان تهران)، راهبردهای بازرگانی-دانشور رفتار سابق، دوره ۹، شماره ۴۷.
11. Ekwo, US. (2013) "Sustainability Through Collaboration-Based Corporate Social Responsibility". Building Solutions for Architectural Engineering, Pennsylvania, United States: American Society of Civil Engineers, p 633-642.
12. George, M.(2006). Practical application of spiritual intelligence in the workplace. Human Resource Management International Digest, 14(5), 3-5.
13. Kulshrestha.S, Singhal.T.K.(2017). Impact of spiritual intelligence on performance and job satisfaction:A study on school Teachers , International Journal of Human Resource & Industrial Research,4(2),1-6.
14. Lin.M, Preston.A., Kharrufa.A., Kong.Z.(2016).Making L2 learners' reasoning skills visible: The potential of Computer Supported Collaborative Learning Environments," Thinking Skills and Creativity, (22), 303-322.
15. Oztuzcu Kuçukbere R., Balkar B. (2021) 'Teacher Accountability for Teacher Occupational Professionalism: The Effect of Accountability on Occupational Awareness with the Mediating Roles of Contribution to Organization, Emotional Labor and Personal Development', Journal on Efficiency and Responsibility in Education and Science,14(3), 167-179.
16. Rapheal,J., Paul, V(2013). Spiritual Correlates Of .av Psychological Well Being, Indian Streams Research Journal,3(71),1-7.
17. Safara,M., Bahita, M.S.(2013). Spiritual intelligence. Delhi psychiatry Journal, 16 (2),412-423.
18. Siswanto, S., Efendi.M. (2020). The Role of spiritual intelligence on Pesantren-based educational institutions. Eksis: Jurnal Riset Ekonomi & Bisnis, 15 (1),12-22.

The effect of a selected play therapy course on improving the static and dynamic balance of mentally retarded students

Elham Radmehr^{1*} , Poria Jabbari² , Hasan Daneshmand³

1. Assistant Professor Ph.D. Motor Behavior, Education Secretary of Ardabil Province, Ministry of Education.Kharazmi, Iran.

2.M.Sc., Department of Sport Pathology and Corrective Exercises.School of Physical Education and Sport Sciences, University of Gilan, Gilan, Iran.

3. Professor, Department of Sport Pathology and Corrective Exercises, School of Physical Education and Sport Sciences, University of Gilan, Gilan,Iran.

* Corresponding Author Email: : elhamsavalan@yahoo.com

Abstract

The purpose of this research was to investigate the effect of eight weeks of play therapy exercises on the physical fitness factors of mentally retarded students.This research was applied and had a quasi-experimental design of pre-test and post-test with a control group. The participants were 30 mentally retarded male students who were divided into two groups. The training program of the experimental group included games related to balance. The training program of the experimental group included games related to balance, aerobic fitness and agility. The subjects did the exercises in eight weeks (three times a week).The adjusted star test was used to evaluate dynamic balance and the stork balance test was used to evaluate static balance. After testing the normality of data distribution through Shapiro-Wilk test, paired t-test was used to compare pre-test and post-test and independent t-test was used to compare between groups. The results showed that there are significant differences between static and dynamic balance (in all three directions, anterior, posterior-internal and posterior-external) in the two experimental and control groups before and after the exercises, and there is a significant difference in sports progress in the experimental group($p \leq 0.05$). Considering the weakness of balance in the mentally retarded and the importance of balance in daily activities and the effect of different physical games on balance, it showed that these games improve balance in these people. Mentally retarded people whose lives are affected by brain disorders should prevent the possibility of various diseases by doing sports activities and physical activity. Exercise and physical activity can have positive effects on people with mental disabilities.

Keywords: Game therapy, star test, static balance, dynamic balance, Intellectual disability

To cite this article:

Radmehr. Elham, Jabbari. Poria, Daneshmand. Hasan (2023). The effect of a selected play therapy course on improving the static and dynamic balance of mentally retarded students. *Physical education and student health studies*. 2 (2): 76-92 .

مطالعات تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۴/۱۹

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۷/۲۰

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۹/۳۰

تاثیر یک دوره بازی درمانی منتخب بر بهبود تعادل ایستا و پویای دانش آموزان کم توان ذهنی آموزش پذیر

الهام رادمهر^{۱*}، پوریا جباری^۲، حسن دانشمندی^۳

۱. استادیار، دکتری رفتار حرکتی دانشگاه خوارزمی تهران، وزارت آموزش و پرورش، دبیر اداره آموزش و پرورش استان اردبیل، ایران
۲. کارشناسی ارشد، گروه آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان، گیلان، ایران
۳. استاد، گروه آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان، گیلان، ایران

* ایمیل نویسنده مسئول: elhamsavalan@yahoo.com

چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی تاثیر هشت هفته تمرینات بازی درمانی بر تعادل ایستا و پویای دانش آموزان کم آموزش پذیر بود. این پژوهش کاربردی و طرح شبه آزمایشی پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود بدین منظور ۳۰ دانش آموز پسر کم توان ذهنی از طریق نمونه گیری تصادفی (در دسترس) انتخاب و در دو گروه قرار گرفتند. اطلاعات فردی آنها با استفاده از پرونده پزشکی شان به دست آمد. برنامه تمرینی گروه تجربی شامل بازی های مرتبط با تعادل بود. آزمودنی ها تمرینات را در هشت هفته (سه بار در هفته) انجام دادند. برای ارزیابی تعادل پویا از تست تعدیل شده ستاره و برای ارزیابی تعادل ایستا از آزمون تعادلی لک لک استفاده شد. پس از آزمون نرمال بودن توزیع داده ها از طریق آزمون شاپیرو-ویلک، از آزمون t زوجی برای مقایسه پیش آزمون و پس آزمون و برای مقایسه بین گروهی از آزمون t مستقل استفاده شد. نتایج نشان داد که بین تعادل ایستا و پویا (در هر سه جهت قدامی، خلفی-داخلی و خلفی-خارجی) در دو گروه تجربی و کنترل قبل و پس از تمرینات اختلاف معنی دارند و پیشرفت ورزشی در گروه تجربی به صورت معنادار می باشد. ($p < 0.05$). افراد کم توان ذهنی در مقایسه با افراد طبیعی در رشد حرکتی تاخیر دارند که به نظر می رسد باعث می شود تعادل در آنها با اختلالاتی روبرو بشود. با توجه به ضعف تعادل در کم توانان ذهنی و اهمیت تعادل در فعالیت های روزمره و تاثیر بازی های مختلف جسمانی بر تعادل نشان داد که این بازی ها باعث بهبود تعادل در این افراد می شود.

واژه های کلیدی: بازی درمانی، تست ستاره، تعادل ایستا، تعادل پویا، کم توان ذهنی

به این مقاله این گونه استناد کنید:

رادمهر، الهام^{*}؛ جباری، پوریا؛ دانشمندی، حسن (۱۴۰۲). تاثیر یک دوره بازی درمانی منتخب بر بهبود تعادل ایستا و پویای دانش آموزان کم توان ذهنی آموزش پذیر. مطالعات تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی، ۲(۶)، ۷۶-۹۲.

مقدمه

در دوره های مختلف زندگی افرادی در جامعه وجود داشتند که از نظر فعالیت های ذهنی در حد طبیعی نیستند، کم توان ذهنی یا به اصطلاح دیگر نارسایی رشد قوای ذهنی موضوع تازه و جدیدی نیست. از روزی که بشر زندگی اجتماعی را شروع کرد، موضوع کسانی که به عللی قادر نبودند خود را با اجتماع هماهنگ سازند مطرح بوده است (حصاری، دانشمندی و مهدوی، ۱۳۹۰). کم توانی ذهنی یک اختلال رشدی معمول و یک بیماری در طول زندگی است. واژه های مختلفی در خصوص این نوع آسیب به کار می رود که عبارتند از نارسایی ذهنی، کم توانی ذهنی و معلول ذهنی که به طور یکسان برای نشان دادن حالتی است که شخص رشد ذهنی عادی ندارد و چنین فردی از نظر رفتار انطباقی نارسایی دارد (مجتهدی، ۱۳۴۱). کودکان کم توان ذهنی دارای ناتوانایی های خفیف تا شدید هستند که آنها را دچار وابستگی به حمایت افراد دیگر در همه جنبه ها و فعالیت های روزانه می کند. افزون بر این به علت محدودیت در عملکرد ذهنی و رفتارهای انطباقی، کودکان کم توان ذهنی دارای ویژگی های تاخیری حرکتی برجسته بوده و آسیب در عملکرد حسی و حرکتی، روی سیستم های عصبی و عضلانی اسکلتی و حسی و حرکتی تأثیر خواهد داشت (گیاگاز اوغلو، ۲۰۲۳). مشکلات معمول در میان افراد مبتلا به معلولیت ذهنی عبارت از چاقی، مشکلات وضعیت و مکانیک بدن، انحرافات قامت و تعادل، مشکلات شنوایی و بینایی و ناتوانی های جسمانی. همچنین کودکان کم توان ذهنی در مهارت های حرکتی درشت از جمله تعادل، پرتاب کردن و پریدن عقب تر از کودکان عادی اند (اسکر، مختار، زاده، خراسانی، ۱۳۹۳). در افراد کم توان ذهنی حفظ قدرت و استقامت عضلانی و تعادل پویا برای دستیابی به زندگی بهتر و استقلال عملکردی مهم است. توانایی حفظ زندگی مستقل عامل مهمی برای افراد کم توان ذهنی است (کسل و همکاران ۲۰۰۲). معمولاً افراد کم توان ذهنی غیرفعال بوده و نسبت به افراد عادی آمادگی جسمانی کمتری دارند. آنها در توانایی های عملکردی به ویژه قدرت، محدود هستند (اولسون بلومقوسول و همکاران، ۲۰۱۳). قدرت و خستگی عضلانی از عواملی هستند که در آمادگی جسمانی بدنی و سلامت کلی مؤثرند. به عبارت دیگر خستگی باعث کاهش عملکرد جسمانی می شود و دشواری اجرای یک فعالیت را افزایش می دهد. بنابراین، طی فعالیت عضله، خستگی به عنوان عدم توانایی در حفظ سطح قدرت مورد نیاز تعریف می شود (بویاس و گوول، ۲۰۱۱). کم توانی ذهنی عدم صلاحیت یا ناتوانی در عملکرد ذهنی، رفتارهای سازشی و مهارت های علمی، اجتماعی و فکری است و این ناتوانی قبل از سن ۱۸ سالگی بروز می کند. افراد کم توان ذهنی با برخی مسائل اجتماعی و عاطفی مواجهند، این که آنها تا با دیگران متفاوت اند به تنهایی کافی است که در موقعیت های اجتماعی، به صورتی متفاوت با آنان برخورد شود. دادن القاب و عناوینی چون کودن از طرف گروهی از کودکان به آنان، مسلماً به حس اعتماد به نفس شان آسیب می رساند (نژاد و همکاران، ۲۰۱۳). رئیس سازمان آموزش و پرورش استثنایی کل کشور در سالنامه آماری ۱۳۹۵-۱۳۹۶ تعداد کل کودکان استثنایی مشغول به تحصیل در ایران را ۱۳۷ هزار نفر ذکر کرده است که از این رقم تعداد ۷۳ هزار نفر را در مدارس ویژه و مابقی در مدارس عادی مشغول به تحصیل هستند. (فرامرزی، قاسمی خلیل طهماسبی، ۱۳۹۳) در یکی از تقسیم بندی ها این افراد به گروه های آموزش پذیر با بهره هوشی ۷۵-۵۰، تربیت پذیر با بهره هوشی ۳۰

تا ۴۹ و گروه وابسته با بهره هوشی کمتر از ۲۹ دسته بندی می شود (دلپیشه و هلم سرشت، ۱۹۹۲). تولد و حضور کودک با کم توانی ذهنی در هر خانواده ای می تواند رویدادی نامطلوب و چالش زا تلقی شود که احتمالاً تنیدگی و سرخوردگی و احساس غم و نوسیدی را به دنبال خواهد داشت (عابدی شاپور ابادی و دوستی، ۲۰۱۵). با افزایش سن، آمادگی عضلانی برای استقلال در فعالیت های روزمره زندگی و انجام کارهای شخصی در این افراد ضروری می باشد. توانایی حفظ سبک زندگی مستقل عامل مهمی برای افراد کم توان ذهنی است. در این افراد حفظ قدرت گگو استقامت عضلانی و تعادل پویا برای اطمینان از کیفیت زندگی و استقلال عملکردی مهم است. با افزایش سن، بدتر شدن اوضاع جسمانی معمولاً به دنبال سبک زندگی بی تحرک و یا کاهش تحرک و فعالیت بدنی، موجب افزایش وابستگی به دیگران می شود (مشهدی و هوشنگی ضمیر، ۱۳۹۲). کم توانی ذهنی باعث تأثیرات مهمی در آمادگی جسمانی و همچنین فعالیت های شناختی در طول زندگی این کودکان می شود. تحقیقات زیادی به این نتیجه رسیدند که کودکان کم توان ذهنی نسبت به همسالان خود دارای آمادگی جسمانی پایین تری هستند. در این تحقیقات نشان داده شده است که کودکان کم توان ذهنی در عوامل استقامت قلبی-عروقی، قدرت عضلانی، استقامت عضلانی، دوی سرعت، تعادل و چابکی در سطح پایین تری قرار دارند (یلماز و همکاران، ۲۰۰۹). تعادل عبارت است از توانایی حفظ مرکز فشار بدن در محدوده سطح اتکا و حفظ بازیافت آن طی فعالیت که با کنترل پاسچر و با راهبردهای واکنشی و پیش بینی کننده ارتباط دارد. تعادل پدیده ای پویا شامل ترکیب ثبات و حرکت است این توانایی تحت تأثیر سه عامل مهم قرار می گیرد که عبارتند از اطلاعات حسی (سیستم بینایی، دهلیزی و حس پیکری)، دامنه حرکتی مفاصل و قدرت عضلانی است. بازی درمانی روشی است که به وسیله آن، ابزارهای طبیعی بیان حالت کودک، یعنی بازی، به عنوان روش درمانی وی به کار گرفته می شوند تا به کودک، کمک کند تا فشارهای احساسی خویش را تحت کنترل قرار دهد. بازی درمانی نوعی تعامل کمکی بین کودک و بزرگسال آموزش دهنده است که از طریق ارتباط نمادین در بازی، در جست و جوی راه هایی برای کاهش آشفتگی های هیجانی کودک است، به طوری که کودک در طی تعاملات بین فردی با درمانگر، پذیرش، تخلیه هیجانی، کاهش اثرهای رنج آور و جهت دهی مجدد تکانه ها را تجربه می کند (حصاری، دانشمندیو مهدوی، ۱۳۹۰). کودکان استثنایی به دلیل رویکرد نادرست، به فقر حرکتی بیشتری دچارند، زیرا این کودکان یا در خانه محدود می شوند و یا به دلیل دلسوزی ناآگاهانه به صورت بیماران ناتوان نگهداری می شوند و این رفتارها مانع شکوفایی استعداد های حرکتی آنان می شود. مسئله ی مهم این است که این کودکان ممکن است در انجام مهارت ها ناتوان نباشند و موفق نشدن آنها ناشی از درک نکردن آن مهارت حرکتی بعلت نداشتن تجربه انجام آن حرکت باشد. این در حالی است که برنامه تمرینی حرکتی منظم روی بازگشت افراد با ناهنجاری های ذهنی به زندگی عادی نقش موثری ایفا می کند (غیجی و همکاران، ۱۳۹۳). بازی یکی از مهمترین مؤلفه های زندگی کودک است. کودکان از طریق بازی می توانند مهارت های پایه و اجتماعی را یاد بگیرند و رشد، به ویژه وسایل بازی نقشی تعیین کننده در بازی دارد تا بتواند جهان اطرافش را کشف کند. بازی کیفیت زندگی را با رشد تفکر خلاقانه بهبود می بخشد. با توجه به تأثیر بازی درمانی در مورد اختلالات رفتاری کودکان، به نظر می رسد که پژوهش حاضر از یک بعد می تواند بر مجموعه تحقیقات مربوط به این گستره پیوندد، از سوی دیگر می تواند کارایی آن را در کودکان مبتلا نشان دهد و به لحاظ عملی و کاربردی نیز نتایج این تحقیق می تواند یاری دهنده درمان های دوران کودکی باشد (طهماسبی یلفانی و همکاران ۱۳۹۶) به بررسی تأثیر ۸ هفته بازی درمانی بر تعادل کودکان کم توان ذهنی ۱۲-۱۰ ساله پرداختند. در این تحقیق، تعداد ۳۰ نفر از کودکان

کم توان ذهنی بطور تصادفی به دو گروه ۱۵ نفره تجربی و کنترل تقسیم شدند. گروه تجربی یک دوره هشت هفته‌ای (سه جلسه در هفته) بازی های تعادلی منتخب را انجام دادند. در این مدت، گروه کنترل هیچگونه تمرین قدرتی و تعادلی را تجربه نکردند. نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که تعادل آزمودنی ها در گروه تجربی در هر سه شاخص کلی قدامی- خلفی، داخلی-خارجی در پیش آزمون و پس آزمون در گروه تجربی و نیز در مقایسه با گروه کنترل اختلاف معنی داری داشتند. ووسی و همکاران (۲۰۱۰) در پژوهشی تاثیر برنامه های آمادگی جسمانی مرتبط با سلامتی را در افراد با کم توانی ذهنی را در یک موسسه بهزیستی بررسی کردند. نتایج، کاهش معناداری در وزن و شاخص توده بدن، و بهبود مثبتی در استقامت عضلانی و انعطاف پذیری نشان دادند. فلوی (۲۰۰۶) تاثیر فعالیت بدنی و آمادگی جسمانی را روی کودکان کم توان ذهنی که در مقطع ابتدایی تحصیل می کردند را مورد بررسی قرار داد. هدف اصلی در این پژوهش، بررسی تاثیر فعالیت بدنی روی کودکان کم توان ذهنی و سالم می باشد. نتایج تحقیق به فعالیت بدنی در کودکان سالم و معلول از همان سال های ورود به مدرسه تاکید دارد. ضمن اینکه کودکان سالم زمان بیشتری را برای انجام فعالیت بدنی اختصاص می دهند. همچنین ایجاد الگوهای مختلف را برای آموزش این دو گروه پیشنهاد می کند. به نظر می رسد شرایط خاص افراد کم توان ذهنی و جدا کردن آنها از افراد سالم، دلیل عمده ای برای عدم پرداختن به فعالیت بدنی و به تبع آن داشتن زندگی کم تحرک و آمادگی جسمانی ضعیف می باشد. بدین ترتیب در صورتی که شرایط برای یک شیوه زندگی با فعالیت بدنی بیشتر برای این افراد فراهم باشد، می توان شاهد ارتقا سطوح آمادگی جسمانی اینگونه افراد بود. به همین دلیل انجام مطالعاتی جهت پیدا کردن راهی جهت افزایش تعادل، در بهبود وضعیت کیفیت زندگی این افراد تأثیرات بسزایی را ایفا خواهد نمود. بنابراین از متغیرهایی که در این افراد نیاز به توجه و بهبود دارد تعادل است که نیازمند دریافت سیستم دهلیزی و همچنین یکپارچه سازی این داده ها با توجه به شرایط محیطی و نوع عمل است. با این حال بیشتر تحقیقات ورزشی و برنامه های تمرینی بر روی افراد عادی انجام شده است و در مورد افراد کم توان ذهنی اطلاعات کمی در دسترس است. بطوریکه در همین رابطه، انکلار و همکاران، عنوان می کنند اگر چه در افراد عادی شواهد متقاعد کننده ای برای برنامه های ورزشی وجود دارد که علاوه بر بهبود توانایی های راه رفتن و تعادل، دفعات افتادن را نیز کاهش می دهد اما برای افراد کم توان ذهنی چنین شواهدی موجود نیست، لذا در مطالعه حاضر محقق با استفاده از آزمون های عملکردی، تاثیر تمرینات بازی درمانی را بر تعادل دانش آموزان کم توان ذهنی را بررسی کرده است.

روش شناسی

پژوهش از نوع کاربردی و طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل است. برای انتخاب آزمودنیها از نمونه گیری تصادفی استفاده شد. تمامی آزمودنیها از مقطع ابتدایی مدرسه استثنایی بهاران شهرستان تربت جام انتخاب شدند. نمونه آماری پژوهش شامل ۳۰ دانش آموز پسر کم توان ذهنی در دو گروه کنترل (۱۵ نفر با میانگین سنی $10/57 \pm 1/78$ سال، قد $134/42 \pm 8/39$ سانتیمتر و وزن $31/92 \pm 17/42$ کیلوگرم) و تجربی (۱۵ نفر با میانگین سنی $9/73 \pm 1/48$ سال، قد $128/33 \pm 9/48$ سانتیمتر، وزن $25/93 \pm 5/77$ کیلوگرم) بود. افرادی که معیارهای اولیه مانند سابقه آسیب اندام تحتانی، تحصیل در مدارس غیر از مدارس استثنایی، سن بیشتر از ۱۸ سال و عدم تمایل برای شرکت در پژوهش را نداشتند، از تحقیق حذف شدند. تمامی آزمودنی ها داوطلب بودند و با رضایت نامه والدین و همکاری مدیر و

معلم ورزش مدرسه در این پژوهش شرکت کردند. علاوه بر این تمام آنها دارای بهره هوشی ۵۰-۷۵، یعنی جزو گروه آموزش پذیر بودند. قبل از اجرای فاز آزمودنی ها از نظر سن و فعالیت بدنی، در یک سطح قرار گرفتند. پای برتر بوسیله میل به شوت زدن به توپ فوتبال مشخص شد. برای اندازه گیری تعادل ایستا از آزمون اصلاح شده ی لک لک استفاده شد. نحوه انجام آزمون بدین صورت است که آزمودنی مطابق شکل با یک پا در سطح صاف می ایستد و پای آزاد او تا سطح میچ پا بالا برده می شود و هر دو دست در کنار بدن قرار می گیرد و حرکت دست ها در کنار بدن آزاد است. آزمونگر حداکثر زمانی را که آزمودنی روی پای خود می ایستد را اندازه گیری می کند و هنگامی که آزمودنی پای آزادش را روی زمین قرار دهد زمان را متوقف می کند. این آزمون ۲ بار و در هر دو پا انجام می شود و بهترین زمان به عنوان رکورد ثبت می شود (شکل ۱).



شکل ۱- اندازه گیری تعادل ایستا با چشم بسته و باز (آزمون لک لک)

از آزمون تعادلی ستاره جهت ارزیابی تعادل پویا با روایی بالایی استفاده گردید ($r=0.91$) در این آزمون ۳ جهت (قدامی، خلفی خارجی و خلفی داخلی) با زاویه ۱۳۵ درجه نسبت به یکدیگر رسم می شوند. به لحاظ اینکه این آزمون با طول پا رابطه معنی داری دارد به منظور اجرای این آزمون و نرمال کردن اطلاعات، طول واقعی پا از خار خاصه قدامی فوقانی تا قوزک داخلی در حالت خوابیده طاق باز بر روی زمین اندازه گیری شد. هر آزمودنی ۶ بار آزمون را تمرین کرده تا روش اجرای آزمون را فرا گیرد آزمودنی در مرکز محل آزمون روی یک پا ایستاده و با پای دیگر در جهتی که آزمونگر انتخاب می کرد عمل دستیابی حداکثری را بدون خطا انجام می داد و به حالت اولیه برمی گشت. به منظور از بین بردن اثر یادگیری، هر آزمودنی هر کدام از جهت ها را شش بار با فاصله ۱۵ ثانیه استراحت، تمرین می نمود. بعد از ۵ دقیقه استراحت، آزمودنی آزمون را در جهتی که آزمونگر بصورت تصادفی انتخاب می کرد شروع می کرد. محل تماس

پا تا مرکز محل آزمون بر حسب سانتیمتر توسط آزمونگر اندازه گیری می شد. آزمون برای هر آزمودنی سه بار تکرار شد. بهترین رکورد محاسبه و تقسیم بر طول پا شد، سپس در عدد ۱۰۰ ضرب گردید تا فاصله دستیابی بر حسب درصد طول پا به دست آید. در صورت بروز خطا به شکلی که پایی که در مرکز قرار داشت حرکت می کرد یا تعادل فرد دچار اختلال می شد، از آزمودنی خواسته می شد آزمون را دوباره تکرار کند. پس از توضیحات لازم در خصوص نحوه اجرای آزمون توسط آزمونگر، آزمودنی در مرکز ۷ قرار می گیرد، روی یک پا می ایستد و پای دیگر را به صورت دایره ای جهت عمل دستیابی حداکثر، بدون خطا انجام می دهد و به حالت اولیه (یعنی روی دو پا) بر می گردد، به منظور از بین بردن اثر یادگیری، هر آزمودنی هر کدام از جهت ها را ۶ بار با فاصله ۱۵ ثانیه استراحت، تمرین می کند. بعد از ۵ دقیقه استراحت، مجدداً هر آزمودنی هر یک از جهت ها را سه بار به صورت دایره ای انجام می دهد، میانگین آنها محاسبه و تقسیم بر طول پا می شود، سپس در عدد ۱۰۰ ضرب می گردد تا فاصله دستیابی بر حسب درصد طول پا بدست آید. اگر شخص بر پایی که عمل دستیابی را انجام می دهد تکیه کند، یا در پایی که در مرکز ۷ قرار دارد حرکت مشاهده شود، یا شخص نتواند تعادل خود را حفظ کند، آن عمل دستیابی مربوطه حذف و از آزمودنی خواسته می شود تا دوباره آزمون را تکرار کند. گریبل (۲۰۰۹) به این نتیجه رسید که شش بار تمرین در هر جهت برای کاهش اثر یادگیری ضروری است (شکل ۲).



شکل ۲- آزمون تعادلی تعدیل شده ستاره (۷)

جهت به دست آوردن اختلاف بین میانگین نمرات آزمون تعادلی ۷ در همه جهات به صورت کلی، از فرمول زیر استفاده شد:

$$100 \times \frac{\text{قدامی} + \text{خلفی خارجی} + \text{خلفی داخلی}}{3 \times \text{طول اندام}} : \text{امتیاز}$$

براساس مطالعه پژوهش‌های قبلی و نظر متخصصین توانبخشی برنامه تمرینی شامل ۸ هفته بازی‌های تعادلی، سه جلسه در هفته و هر جلسه حدود ۵۰ دقیقه بود. گروه کنترل هیچ‌گونه برنامه تمرینی در مدت زمان تحقیق نداشتند، اما گروه تجربی برنامه تمرینی را که شامل تمرین‌های مرتبط با تعادل (شامل راه رفتن روی خطوط مستقیم و منحنی، بازی گردو بشکن، بازی فرشته، لی لی و خروس جنگی) را انجام دادند. آزمودنی‌ها ابتدا با چند حرکت کششی بدن خود را گرم کرده و سپس در ۲ گروه (هر گروه شامل ۱۵ نفر) قرار می‌گرفتند و با فرمان آزمونگر گروه یک شروع به اجرای برنامه تمرینی و بعد از اتمام هر حرکت گروه دو همان تمرین را آغاز می‌کرد. همه تمرینات در محوطه حیاط مدرسه انجام گرفت. تمرین‌های مذکور به طور معمول قابل اجرا بودند و توسط محقق به طور شفاهی قبل از تمرین توضیح داده شدند. ۱۰ دقیقه گرم کردن: ایستادن صحیح و راه رفتن آرام و صحیح روی پنجه در جهات مختلف، راه رفتن همراه با حرکات جهشی، حرکات هماهنگی دست و پای مخالف و حرکت پروانه و در انتها انجام حرکات نرمشی و کششی. ۳۰ دقیقه حرکات اختصاصی (بازی‌های اختصاصی): مانند پرش جفت، لی لی، خروس جنگی، حرکت تعادلی فرشته، بازی قالیچه سحرآمیز، بازی دم روباه، هفت سنگ، وسطی، راه رفتن روی چوب موازنه، جهش و چرخش روی یک پا، حرکت روی خط مستقیم به عقب، پهلوی، راه رفتن پاشنه به پنجه که هدف این تمرینات بهبود تعادل، هماهنگی، چالاکی، استقامت قلبی عروقی، پیشرفت آگاهی فضایی و آگاهی بدنی است. ۱۰ دقیقه برگشت به حالت اولیه: انجام حرکات به صورت انفرادی، ارائه بازخورد و اصلاح حرکت به منظور درک میزان پیشرفت آزمودنی، راه رفتن آهسته به سمت جلو و حرکت دستها به طرفین (Plisky et al., 2009). لازم به ذکر است تمامی کودکان گروه تجربی با توجه به مهیج بودن بازیها در طول ۸ هفته با درمانگر همکاری لازم را انجام دادند و به صورت منظم در جلسات تمرین حضور داشتند. تمرینات بازی درمانی در طول جلسات متنوع و متفاوت بود به گونه ای که اصل انجام حرکات بر مبنای مولفه‌های حرکتی-ادراکی شامل تعادل ایستا و پویا، چالاکی و چابکی، آمادگی هوایی، مهارت‌های جابجایی و هماهنگی، شناسایی بدن و برنامه ریزی حرکت بود. ولی ابزار انجام بازی‌ها با توجه به وسایل مختلف در نظر گرفته شد.

به عنوان مثال بازی وسطی با توپ والیبال انجام گرفت یا برای بازی قالیچه سحرآمیز از فوم‌های نرم در ابعاد ۳۰ در ۳۰ سانتی متر استفاده شد. علاوه بر این زمانبندی داخلی اجرای حرکات با توجه به شرایط محیطی از جمله فضای لازم در مدرسه، سعی بر این شد که حتی الامکان از بازی‌هایی استفاده شود که این مسئله را پوشش دهد. لازم به ذکر است که در تمام دوره تمرین بازی درمانی از پیشنهادات و توجیه‌های کالج پزشکی ورزشی آمریکا در ارتباط با برنامه تمرینی افراد کم‌توان ذهنی و همچنین توجیه‌های کتاب راهنمای آموزشی آمادگی جسمانی براکپورت (ویژه معلولین) استفاده شد. و سپس از سوی متخصصان مورد ارزیابی قرار گرفت. بخشی از بازی‌ها پیش از اعمال بازخورد، مجموعه‌ای از بازی‌ها را تهیه و مجدد از طریق متخصصان مربوطه مورد نظرسنجی قرار داد. آنگاه نسخه نهایی بازی‌ها بر روی تعدادی از آزمودنی‌ها و به مدت محدود انجام و پس از اصول لازم بسته بازی نهایی تدوین گردید.



شکل ۳- نمونه ای از تمرینات اجرا شده در پروتکل

تمرین الف- بازی لی لی: در این بازی شرکت کننده از داخل مربع‌هایی با چیدمان مختلف به حالت لی لی عبور می‌کند (هدف: تقویت تعادل یک پا) در صورتیکه فرد پایش رو خطوط قرار گیرد یا تعادلش بهم خورد از بازی خارج می‌شود. تمرین ب- شرکت کننده ها از روی فوم های ۱۰ و ۲۰ سانتیمتری راه می روند و با هربار افتادن از روی فوم، از دوباره شروع می کنند (هدف: تقویت تعادل در محیط ناپایدار). تمرین ج- بچه‌ها دو به دو مقابل هم قرار گرفته و دست‌های خود را روی سینه قرار می‌دهند و روی یک پا به صورت لی لی کردن در محوطه‌ی دایره ای که مشخص شده است به حرکت درمی‌آیند و هریک از آنها سعی دارد که تعادل دانش آموز دیگر را به وسیله تنه زدن، هل دادن و حرکت فریبانه (جا خالی دادن) بر هم بزنند. بطوری که فرد پایش را روی زمین بگذارد یا از محوطه‌ی مشخص شده خارج شود. فردی که پایش روی زمین قرار گیرد یا از محوطه خارج شود بازنده محسوب می‌شود. تمرین د- دانش آموزان بصورت پشت سر هم قرار گرفته و روی یک مسیر مشخص شده به حالت پاشنه به پاشنه راه می‌روند. بطوریکه باید هنگام این تمرین پاشنه پای جلویی با پاشنه پای عقبی در تماس باشد. در صورت برهم خوردن تعادل و یا جدا شدن پاها از یکدیگر، فرد از بازی خارج خواهد شد. هدف: افزایش تعادل پویا). بعد از جمع آوری داده‌ها به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش تی مستقل برای مقایسه دو گروه استفاده شد. پس از آزمون نرمال بودن توزیع داده‌ها از طریق آزمون شاپیرو-ویلک، از آزمون t زوجی برای مقایسه پیش آزمون و پس آزمون و برای مقایسه بین گروهی از آزمون t مستقل استفاده شد. سطح معنی داری برای تمامی آزمودنی‌ها $p \leq 0.05$ در نظر گرفته شد. تمامی عملیات در نرم افزار SPSS نسخه ۱۶ انجام شد. برای رسم نمودارها نیز از نرم افزار Excel استفاده شد.

یافته‌ها

اطلاعات توصیفی مربوط به سن، قد و وزن آزمودنی‌ها در جدول ۴-۱ آورده شده است. بر اساس ملاک‌های فوق هیچ اشکال اساسی متوجه توزیع داده‌ها نبود و می‌توان آنها را طبیعی در نظر گرفت. در جدول ۲، یک تحلیل استنباطی نیز صورت گرفته است. دو گروه با روش t مستقل مقایسه شدند که مقدار t و سطح معناداری برای هر عامل مشخص شد. مقدار t در همه عوامل غیرمعنادار بوده ($P > 0.05$) و به این ترتیب، در مجموع می‌توان دو گروه کنترل و تجربی را از حیث مشخصات فردی همگن در نظر گرفت. به منظور بررسی بودن توزیع داده‌ها از آزمون

شاپیرو-ویلک استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ آمده است. با توجه به نتایج آزمون شاپیرو-ویلک برای متغیرهایی که دارای توزیع نرمال هستند ($p > 0.05$)، از آزمون‌های پارامتریک برای آزمون فرضیه‌های پژوهش استفاده شد. از طرفی نتایج مربوط به تعادل ایستا در هر دو گروه در پیش و پس آزمون در جدول ۴ و شکل ۳ و نتایج حاصل از آزمون تعادل پویا در جدول ۵ و شکل ۴ آورده شده است.

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار ویژگی‌های فردی آزمودنی‌ها

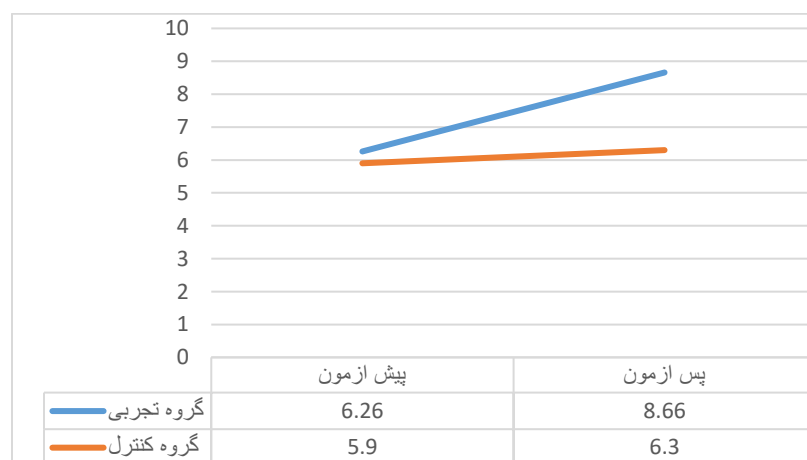
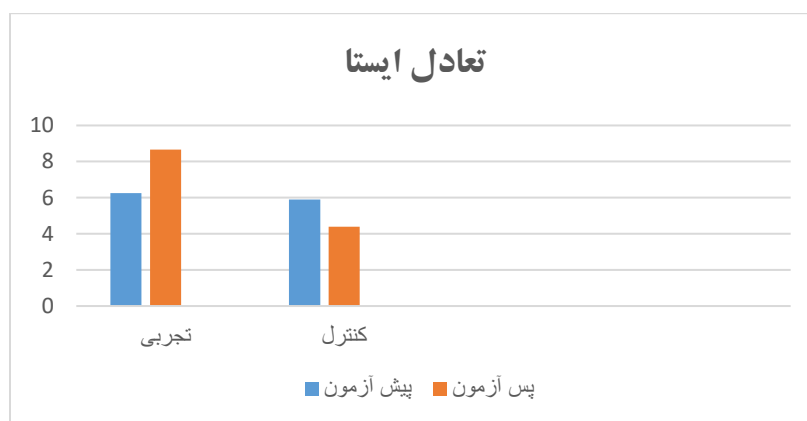
متغیر	گروه تجربی M±S.D	گروه کنترل M±S.D	p-value
سن (سال)	۹/۱±۷۳/۴۸	۱۰/۱±۵۷/۷۸	۰/۴۹
قد (سانتی‌متر)	۱۲۸/۹±۳/۴۸	۱۳۴/۸±۴۲/۳۹	۰/۳
وزن (کیلوگرم)	۲۵/۵±۹۳/۷۷	۳۱/۱۷±۹۲/۴۲	۰/۵۲
شاخص توده بدنی (کیلوگرم/متر مربع)	۱۵/۱±۴۶/۸۹	۱۷/۴±۰۰/۸۴	۰/۱۴

جدول ۳. نتایج آزمون شاپیرو-ویلک برای بررسی طبیعی بودن توزیع داده‌ها

متغیر	گروه تجربی		گروه کنترل	
	Sig.	Statistic	Sig.	Statistic
تعادل ایستا (ثانیه)	۰/۹۴۸	۰/۳۱۰	۰/۹۵۳	۰/۹۵۳
تعادل پویای اندام تحتانی قدامی (cm)	۰/۹۳۷	۰/۱۸۶	۰/۹۵۴	۰/۹۵۴
تعادل پویای اندام تحتانی خلفی داخلی (cm)	۰/۸۶۰	۰/۳۹۸	۰/۹۴۲	۰/۹۴۲
تعادل پویای اندام تحتانی خلفی خارجی (cm)	۰/۷۶۹	۰/۲۷۸	۰/۸۵۶	۰/۸۵۶

جدول ۴- مقایسه نمرات تعادل ایستا بین دو گروه قبل و بعد از برنامه تمرینی

متغیر	گروه	پیش آزمون M±S.D	پس آزمون M±S.D	p-value
تعادل ایستا	گروه تجربی (n=۱۵)	۶/۲۶±۲/۳۷	۸/۶۶±۱/۷۱	۰/۰۰۱*
	گروه کنترل (n=۱۵)	۵/۹±۲/۳۳	۶/۳±۲/۱۳	۰/۰۸۶



شکل ۴. اطلاعات مربوط به تعادل ایستا دو گروه

جهت	گروه	پیش آزمون M±S.D	پس آزمون M±S.D	p-value
قدامی	گروه تجربی	۳۳/۰۸±۴/۱۸	۴۰/۸۲±۵/۹۶	۰/۰۱۱
	گروه کنترل	۳۲/۳۴±۴/۸۴	۳۴/۴۱±۵/۶۶	۰/۹۷۸

خلفی خارجی	گروه تجربی	۴۰/۲۲±۳/۱۵	۴۵/۱۲±۲/۱۵	۰/۰۲۳
	گروه کنترل	۳۹/۶۲±۴/۰۲	۴۰/۰۱±۲/۰۲	۰/۹۶۴
خلفی داخلی	گروه تجربی	۳۷/۰۳±۰/۵	۴۸/۱۲±۲/۳۵	۰/۰۰۱
	گروه کنترل	۳۵/۶۲±۳/۲	۳۶/۷۲±۴/۱۵	۰/۷۸۶

بحث و نتیجه گیری

در این پژوهش به منظور بررسی تاثیر بازی درمانی بر تعادل ایستا و پویای افراد کم توان ذهنی انجام شد. نتایج نشان داد: شرکت کنندگان گروه تجربی پیشرفت معنی داری در تعادل داشتند و تمرینات بازی درمانی باعث بهبود تعادل ایستا و تعادل پویا در هر سه جهت قدامی، خلفی داخلی و خلفی خارجی شدند.

رشد حرکتی در کودکان کم توان ذهنی نیز محدودیت هایی نظیر فیزیکی، ذهنی، عصبی و عضلانی دارد که آنها را از بسیاری از فعالیت های زندگی محروم می کند. از متغیرهایی که به تجزیه و تحلیل نیاز دارد، تعادل است که نیازمند دریافت اطلاعات از سیستم بینایی و حسی پیکری و درون داده های وستیبولار است. این مقوله همچنین، نیازمند یکپارچه سازی این داده ها با توجه به وضعیت فرد در محیط است و به دلیل اینکه کنترل پاسچر به طور عمومی پیش شرطی برای رشد مهارت های حرکتی در نظر گرفته می شود و نقص در تعادل احتمالاً به تاخیر در رشد حرکتی منجر می شود، این تمرینات باعث بهبود تعادل در این افراد می شود. این یافته ها با نتایج تحقیق کرمی و همکاران همخوانی دارد. مطالعه کرمی و همکاران (۱۳۹۴)، نشان دادند بازی درمانی نه تنها برای کودکان، بلکه جهت تشخیص و درمان نوجوانان کم توان ذهنی نیز قابل استفاده است. همچنین در مطالعه یلفانی و همکاران (۱۳۹۶)، که به صورت دو گروه تجربی و کنترل بود. نتایج حاصل از این پژوهش نشان داد که تعادل آزمودنی ها در گروه تجربی در هر سه شاخص کلی قدامی - خلفی، داخلی - خارجی در پیش آزمون و پس آزمون در گروه تجربی و نیز در مقایسه با گروه کنترل اختلاف معنی داری داشتند که با یافته های تحقیق حاضر همخوانی دارد. کویلای و همکاران (۲۰۱۱) به بررسی تاثیر تمرینات تعادلی و وضعیتی بر سطوح عملکردی کودکان کم توان ذهنی پرداختند. در این پژوهش که ۲۸ دانش آموز کم توان ذهنی با دامنه هوشی $IQ: 70-50$ که در مدرسه ابتدایی استثنایی مشغول به تحصیل بودند، در دو گروه تجربی (۱۴ نفر) و گروه کنترل (۱۴ نفر) قرار گرفتند. گروه تجربی تمرینات تعادلی و وضعیتی را با توپ سویس بال و تمرینات ورزشی را در مدرسه به مدت ۸ هفته و هر هفته ۳ جلسه انجام دادند. گروه کنترل فقط تمرینات ورزشی را در مدرسه انجام می دادند. استقامت عضلانی (sit-up test)، انعطاف پذیری (sit & reach)، قدرت و هماهنگی (chair rising test)، تحرک عملکردی (تست ۵۰ فوت پیاده روی) و تعادل به منظور ارزیابی عملکردی قبل و بعد از تمرینات انجام گرفت. نتایج نشان داد که در همه ی پارامترها به جز انعطاف پذیری گروه تجربی پیشرفت موثری داشته اند که این نشان می دهد، تمرینات تعادلی و وضعیتی برای کودکان کم توان ذهنی مفید می باشد و با نتایج پژوهش حاضر هم خوانی دارد. احمدی و همکاران (۲۰۱۲) در پژوهشی که بر روی ۳۱ مرد کم توان ذهنی انجام دادند، به بررسی تاثیر ۶ هفته تمرینات ثبات مرکزی به تعادل دانش آموزان کم توان ذهنی پرداختند. گروه تجربی ۱۷ نفر به مدت ۶ هفته و سه بار در هفته تمرینات ثبات مرکزی را انجام دادند. تست Y در قبل و بعد از تمرینات از هر دو گروه تجربی و کنترل گرفته شد. نتایج حاصله نشان داد که ارتباط معناداری بین مولفه

خلفی جانبی و خلفی داخلی با تمرینات تعادلی وجود داشته که با تحقیق حاضر همخوانی داشته ولی این تمرینات در مولفه قدیمی تأثیر نداشته است که با تحقیق حاضر همخوانی ندارد و همچنین هاریلوس و همکاران (۲۰۲۳) در تحقیقی "اثرات فعالیت بدنی در کودکان و نوجوانان مبتلا به اختلال هماهنگی رشد" بررسی کردند نتایج نشان داد که تعداد زیادی از برنامه‌های مداخله‌ای تربیت بدنی و ورزش باعث بهبود مهارت‌های حرکتی و همچنین عملکرد روزانه کودکان می‌شود که با تحقیق حاضر همخوانی دارد و سه موس اصلان و همکاران (۲۰۲۳) تأثیر تمرینات تقویتی و هوازی بر تعادل و استقلال عملکردی دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی بررسی کردند که نتایج به‌دست آمده از این مطالعه نشان داد که تمرینات تقویتی و هوازی اعمال شده بر روی دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی بر راه رفتن، تعادل و استقلال عملکردی تأثیر مثبت دارد که با تحقیق حاضر همخوانی دارد

بطور کلی بسیار روشن است که کودکان کم‌توان ذهنی از نظر آمادگی جسمانی، توانایی حرکتی و مکانیک بدن نیاز به پیشرفت دارند. وضعیت بدنی این افراد ضعیف و شادابی جسمی چندانی ندارند. نحوه گام برداشتن آنان نامتعادل و نا استوار است و حکایت از آن دارد که هماهنگی کلی حرکات بدنی ضعیف است. بنابراین، باید فعالیت‌های جسمانی برای کودکان کم‌توان ذهنی برنامه‌ریزی شود. از محدودیت‌های مهم این پژوهش می‌توان به استفاده نکردن از ابزارهای دقیق اندازه‌گیری تعادل اشاره کرد. از این رو می‌توان نتایج این مطالعه را میتوان به عنوان مقدمه ای برای اجرای پژوهش‌های کاربردی در زمینه ورزش در افراد دارای کم‌توانی‌های ذهنی به کار برد. از دیگر محدودیت‌های این پژوهش، عدم دسترسی به افراد سالم و مقایسه آنها با افراد کم‌توانی ذهنی و همچنین، انجام تمرین‌های تعادلی گوناگون بود. بنابراین با توجه به نتایج تحقیق حاضر و اهمیت تعادل در انجام فعالیت‌های روزانه و کسب مهارت‌های دیگر و تأثیر مثبت برنامه‌های مختلف فعالیت بدنی نظیر بازی‌های مختلف بدنی در بهبود تعادل، باید اقدامات لازم برای درمان مشکلات تعادل در این افراد مورد توجه قرار گیرد. همچنین معلمان و مربیان ورزش می‌توانند با الگوبرداری از بازی‌های پژوهش حاضر و طراحی بازی‌های مختلف بدنی و اجرای برنامه‌های تمرینی تعادلی ضمن تشویق و افزایش میل و رغبت دانش‌آموزان کم‌توانی ذهنی برای شرکت، بویژه در سنین پایه که مهارت‌های حرکتی شان در حال شکل‌گیری است، بر بهبود مهارت‌های تعادلی آنان تأکید کنند. تربیت بدنی یکی از حوزه‌های مهم تعلیم و تربیت است که نقش مهمی در تحقق اهداف تعلیم و تربیت ایفا می‌کند، بنابراین با یک برنامه مناسب فعالیت بدنی، افراد با کم‌توانی ذهنی جوان این فرصت را خواهند داشت که از لحاظ بدنی و حتی رفتاری تربیت شده و بنابراین یک زندگی فعال و سالم را هنگام ورود به بزرگسالی داشته باشند و این نشان از ضرورت تربیت بدنی در میان این افراد است. بازی‌های کودکان به منزله هسته حیاتی، برای همه‌ی دوره‌های زندگی است. زیرا موجب بروز استعداد و شخصیت کودک می‌شود، کودک از طریق آن مهارت‌های گوناگون را کسب می‌ند. از سوی دیگر، بازی بهترین وسیله‌ای است که از طریق آن، می‌توان بسیاری از مفاهیم را آموزش داد و بسیاری از ناهنجاری‌های کودک را از طریق خود او درمان کرد و همچنین بازی برای درمانگران وسیله‌ی مناسبی است تا به دنیای کودکان راه یابند و آن را بهتر بشناسند و به مشکلات آنها پی ببرند. بازی درمانی از جمله روش‌هایی است که بین انواع تکنیک‌های توانبخشی و روانشناسی به لحاظ تربیتی و آموزشی_درمانی ارزش زیادی دارد. بازی درمانی روشی است که به وسیله آن، ابزارهای طبیعی بیان حالت کودک یعنی بازی، به عنوان روش درمانی او بکار گرفته می‌شود تا به کودک کمک کند فشارهای احساسی خویش را تحت کنترل داشته باشد. این نوع درمان در مورد تعلیم و تربیت کودکان استثنایی جایگاه ویژه‌ای دارد. با توجه به تأثیرگذاری بازی درمانی در اصلاح مشکلات رفتاری نظیر کاهش اضطراب و استرس، افزایش اعتماد به

نفس و روحیه دانش‌آموزان و بهبود سطوح مختلف آمادگی جسمانی و بعلاوه ماهیت فرح بخشی بازی که سبب می‌شود بیشتر دانش‌آموزان با میل و رغبت بیشتری شرکت کنند، پیشنهاد می‌شود اتاق‌های بازی درمانی با وسایل و ابزارهای استاندارد در مدارس استثنایی بصورت جدی‌تری فراهم و کتاب‌های آموزشی بیشتری در این زمینه برای مشاوران و معلمان مدارس استثنایی تالیف و در اختیار مدارس و حتی والدین قرار گیرد.

منابع

۱. اسکر، س.، مختار، زاده، ز.، خراسانی، ا. (۱۳۹۳). تأثیر دوازده هفته تمرینات ادراکی-حرکتی بر تعادل پویای پسران کم‌توان ذهنی ۱۱ تا ۱۴ سال. پژوهش در علوم توانبخشی، ۱(۱)، ۱۳۹-۱۵۰.
۲. شهبازی، مهدی، طهماسبی، شهزاد، ش. م. سنجش و اندازه‌گیری در تربیت بدنی و علوم ورزشی. انتشارات بامداد کتاب.
۳. غیجی، کردی، حسن، فرخی، احمد، عباس. (۱۳۹۳). اثر بازی‌های بومی محلی و بازی‌های معمول بر رشد مهارت‌های دستکاری پسران کم‌توان ذهنی آموزش‌پذیر. یافته، ۱۵(۵)، ۶۱-۷۱.
۴. حصاری، فرزانه؛ دانشمندی، حسن مهدوی، سولماز. (۱۳۹۰). اثر ۸ هفته برنامه تمرینی ثبات مرکزی بر تعادل دانش‌آموزان معلول شنوایی. مجله علم و پزشکی ورزش، ۷(۳)، ۶۷-۸۴.
۵. مجتهدی، ح. (۱۳۴۱). آزمون‌های ورزشی. شرکت چاپ و نشر کتاب‌های درسی ایران، ۷(۳)، ۶۷-۸۴.
۶. مشهدی، هوشنگی‌ضمیر، عیسی. (۱۳۹۲). آمادگی جسمانی وابسته به سلامت در دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی. تعلیم و تربیت استثنایی، ۱۱(۱۳)، ۲۹-۳۷.
۷. نژاد، آ.، بابا، ج.، فرامرزی، سالار، عابدی، احمد. (۱۳۹۲). تأثیر یک دوره فعالیت منظم ورزشی بر پرخاشگری دانش‌آموزان عقب‌مانده ذهنی آموزش‌پذیر. نشریه رشد و یادگیری حرکتی ورزشی، ۵(۲)، صص ۹۱-۱۰۵.
۸. ویسمه، علی اکبر (۱۳۸۱)، ارزیابی برنامه درسی تربیت بدنی دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی مدارس شهر تهران و آرایه الگویی جامع در این زمینه. انتشارات پژوهشکده کودکان استثنایی کشور. صص ۷.
۹. یلفانی، علی. جاللی، نرگس. غالمی بروجنی، بهنام. احمد نژاد، لیال. (۱۳۹۶). تأثیر هشت هفته بازی درمانی بر تعادل کودکان ۱۱-۱۲ ساله کم‌توان ذهنی. مجله علوم پیراپزشکی و توانبخشی مشهد. دوره ۶. شماره ۱. بهار ۱.
۱۰. جهانگیر کرمی، بهناز شفیع، پریسا حیدری شرف. (۱۳۹۴). اثربخشی بازی درمانی گروهی شناختی-رفتاری در اصلاح سازش نیافتگی اجتماعی دانش‌آموزان دختر با کم‌توان ذهنی. مجله تعلیم و تربیت استثنایی. ۱۵(۳). صص ۳۰-۲۱.
۱۱. جورف پی وینیک، فرانسیس ایکس شورت (۱۳۸۵). راهنمای آزمون‌های آمادگی جسمانی (براکپورت). (مترجمان: حسین سلیمانی ملکان، عباس اردستانی). انتشارات بامداد.
۱۲. غلامغلی افروز، روان‌شناسی و توانبخشی کودکان آهسته گام (کم‌توان ذهنی)، انتشارات دانشگاه تهران، چاپ دهم، ۱۳۸۸.
۱۳. هالیس اف فیت (۱۳۶۶). تربیت بدنی و بازپروری برای رشد، سازگاری و بهبودی معمولان. (ترجمه تقی، منشی طوسی). انتشارات آستان قدس، صص ۳۳۷-۳۴۰.
۱۴. ویسمه، علی اکبر (۱۳۸۱)، ارزیابی برنامه درسی تربیت بدنی دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی مدارس شهر تهران و آرایه الگویی جامع در این زمینه. انتشارات پژوهشکده کودکان استثنایی کشور. صص ۲۳-۲۲-۷۰.

15. Blomqvist, S., Olsson, J., Wallin, L., Wester, A., & Rehn, B. (2013). Adolescents with intellectual disability have reduced postural balance and muscle performance in trunk and lower limbs compared to peers without intellectual disability. *Research in developmental disabilities*, 34(1), 198-206.
16. Boyas, S., & Guével, A. (2011). Neuromuscular fatigue in healthy muscle: underlying factors and adaptation mechanisms. *Annals of physical and rehabilitation medicine*, 54(2), 88-108.
17. Carmeli, E., Kessel, S., Coleman, R., & Ayalon, M. (2002). Effects of a treadmill walking program on muscle strength and balance in elderly people with Down syndrome. *The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences*, 57(2), M106-M110.
18. Giagazoglou, P., Arabatzi, F., Kellis, E., Liga, M., Karra, C., & Amiridis, I. (2013). Muscle reaction function of individuals with intellectual disabilities may be improved through therapeutic use of a horse. *Research in developmental disabilities*, 34(9), 2442-2448.
19. Helm Seresht, P., & Delpisheh, E. (1992). *Rehabilitation and Health Disability*. Tehran: Chehr ublication, 5-98.
20. Jafari, Z., Malayeri, S., & Rezazadeh, N. (2011). Haji heydari F. Performance of dynamic and static balance in children with severe to profound congenital hearing loss. *Journal of audiometric*, 20(2), 102-112.
21. Khaliltahmasebi, R., Ghasemi, G., & Faramarzi, S. (2014). The effects of rebound exercises on static and dynamic balance in educable children with mental retardation. *Journal of Research in Rehabilitation Sciences*, 9(6).
22. Movallali, G., Dousti, M., & Abedi-Shapourabadi, S. (2015). The effectiveness of positive parenting program (triple P) on mental health of parents of hearing impaired children. *Journal of Applied Environmental and Biological Sciences*, 5(5), 286-290.
23. Ostrosky, M. M., & Meadan, H. (2010). Helping children play and learn together. *YC Young Children*, 65(1), 104.
24. Plisky, P. J., Gorman, P. P., Butler, R. J., Kiesel, K. B., Underwood, F. B., & Elkins, B. (2009). The reliability of an instrumented device for measuring components of the star excursion balance test. *North American journal of sports physical therapy: NAJSPT*, 4(2), 92.
25. Wyznikiewicz-Nawracala, A. (2002). Development of physical fitness of pupils with mental retardation. *Journal of Human Kinetics*, 7(58), 75-88.
26. Yılmaz, I., Ergu, N., Konukman, F., Agbuğa, B., Zorba, E., & Cimen, Z. (2009). The effects of water exercises and swimming on physical fitness of children with mental retardation. *Journal of Human Kinetics*, 21(2009), 105-111.
27. Ahmadi A , Shahi Y. Effect of perceptual-motor practiceson motor and mathematical skills in autism . *J Fu Me He* 2010; 46: 534-41.[Persian]

28. Blomqvist S, Olsson J, Wallin L, Wester A, et al. Adolescents with intellectual disability have reduced postural balance and muscle performance in trunk and lower limbs compared to peers without intellectual disability. *Res Dev Disabil* 2013; 34(1):198-206.
29. Boyas S, Guével A. Neuromuscular fatigue in healthy muscle: underlying factors and adaptation mechanisms. *Ann Phys Rehabil Med* 2011; 54(2): 88-108.
30. Chaiwani chsivi, D., Suwannakul.W.(2000). Poor physical fitness adolescents with mental retardation at Rajanukul School. *J Med Assoc Thai.*, NOV;83(11).
31. Eric G, Johonson P.(2007), The effect og pilates-based exercise on dynamic balance in healthy adults. *j of strength and conditioning research*. 522-528.
32. Garmeli E, Zinger_ Vaknin T, Morad M, Merrick J. Can physical training have an effect on well-being in adults with mild intellectual disability ? *Mech Ageing Dev* 2005; 126:299-304.
33. Giagazoglou, P. Arabatzis , F., Kellis ,E.,Liga M. Karra , C & Amiridis ,I.(2013) Muscle reaction function of individuals with intellectual disabilities may be improved through therapeutic use of a horse. *Research in Developmental Disabilities*. 34(9).8-2448.
34. Gorla, J.I., Leonardo, T., & Paulo, F.(2010). Performance of balance beam task of KTK by people with intellectual disability . *J of Artigo*. 101-111.
35. Granacher U, Muehlbauer T, Doerflinger B , Strohmeir R. et al. promoting strength and balance in adplescents during physical education : effect of short-term resistance training. *J strength Cond Res* 2011;25(4):940-9.
36. Jalali N, Eslami Shahr Babaki M, Sahebozamani M. The effect of Exercise Program on Reducing Symptoms of Attention, Deficit/Hyperactivity Disorder in children Iranian Journal of Psychaitry and clinical Psychology 2015;20(4):309-316.
37. Khajavi D, Hashemi moghadam S, Khalaji H. Survey the physical education curriculum of mental retardation students views of experts. *Research on exceptional children*. 2008;8(2) : 187-204.[in Persian].
38. Kubilay Ns, Yildirim Y, Bilge K, Akdurhh. Effect of Balance training and posture exercises on functional level in mental retardation. 2011(22):55-64.
39. Landreth, G.L.(2002) Plat therapy: The art of the relationship . Munice, IN; Accelerated Development.
40. Mendonca GV, Pereira FD, Femhall B. (2011). Effect of Combined aerobic and resistance exercise training adult with and without Down Syndrome. *Jan*;92(1):37-45P.
41. Mohamad, esmail.Elahe. play therapy, theories, methods and clinical application. Tehran, press Danzh. (2009).[Persian].
42. Norton DJ, McBain RK, Ongur D, Chen Y. Perceptual training Strongly improves visual motion perception in schizophrenia *Brain Cognition* 2011;77(2):248-25.
43. Ozmen T, Ryildirim Nu, Yuktasir B, Beets Mw.(2007), Effects of School-Based Cardiovascular-Fitness Training In Children with Mental Retardation. *Pediatr Exwrc Sci*;19(2):171-178.

44. Pitetti, K.H., Boneh, S. 1995. Cardiovascular fitness as related to leg strength in adults with mental retardation , *Medicine and Science in Sport and Exercise* , 27:423-428
45. Rimmer JH, Heller T, Wang E, and Valerio I.(2004). Improvments in Physical Fitness in Adult with Down Syndrome. *American Journal on Mental Retardation*: March, 109(2):165-174.
46. Wu C, Lin J, Hu J, et al. (2010). The effectiveness of health physical fitness programs on people with intellectual disabilities living in a disability in stitution: Six-month Short-Term effect Research in *Developmental Disabilities*:31(3):713-717.
47. Yildirim, N. Ü., Erbahçeci, F., Ergun, N., Pitetti, K. H., & Beets, M. W. (2010). The effect of physical fitness training on reaction time in youth with intellectual disabilities. *Perceptual and motor skills*, 111(1), 178-186.
48. Yılmaz I, Ergu N, Konukman F, Agbu\uga B, Zorba E, Cimen Z. The effects of water exercises and swimming on physical fitness of children with mental retardation. *Journal of Human Kinetics*. 2009;21(1):105–111.
49. Zafeiridis A, Giagazoglou P, Dipla K, Salonikidis K, et al. Muscle fatigue during intermittent exercise in individuals with mental retardation. *Res Dev Disabil* 2010; 31(2): 388-96.
50. Harilaos Zaragas, Olga Fragkomichelaki, Marina Geitona, Maria Sofologi, Georgia Papantoniou, Dimitrios Sarris, Vassiliki Pliogou , Christos Charmpatsis and Panagoula Papadimitropoulou.(2023)The Effects of Physical Activity in Children and Adolescents with Developmental Coordination Disorder, *Neurol. Int.* 2023. 15(3), 804-820; <https://doi.org/10.3390/neurolint15030051>
51. Sehmus Aslan, Hasan Atacan Tonak, Erdoğan Kavlak3 , Ahmet Ergin4 .(2023) The effect of strengthening and aerobic exercises on balance and functional independence levels in students with intellectual disabilities. *International Journal of Developmental Disabilities*. <https://doi.org/10.1080/20473869.2023.2199224>.

