

بررسی علل بی‌انگیزگی دانش‌آموزان متوسطه از مشارکت در فعالیت‌های تربیت‌بدنی و ارتباط آن با حمایت اجتماعی

محمد مازیاری^{۱*} - سیدمحمد کاشف^۲ - میرحسن سیدعامری^۳

۱. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، گروه تربیت‌بدنی دانشگاه تهران، تهران، ایران. ۳ و ۲. دانشیار مدیریت ورزشی، گروه تربیت‌بدنی دانشگاه ارومیه، ارومیه، ایران.
(تاریخ دریافت: ۱۳۹۲/۰۱/۲۹، تاریخ تصویب: ۱۳۹۲/۰۵/۱۴)

چکیده

هدف از این تحقیق بررسی و مقایسه علل بی‌انگیزگی دانش‌آموزان از مشارکت در فعالیت‌های تربیت‌بدنی از دیدگاه دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان متوسطه و ارتباط آن با حمایت اجتماعی فراهم شده از سوی دبیران تربیت‌بدنی می‌باشد. این تحقیق توصیفی-همبستگی و از نوع پیمایشی است که به شکل میدانی انجام شده است. جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان پایه-های دوم و سوم مقطع متوسطه شهرستان بوکان می‌باشد. که ۳۸۱ دانش‌آموز به روش تصادفی، خوشه‌ای، چند مرحله‌ای و تمامی دبیران (۳۲ نفر) به عنوان نمونه‌های آماری انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه بی‌انگیزگی در تربیت‌بدنی شن و همکاران (۲۰۱۰) و مقیاس رفتار بین فردی پلیتر و همکاران (۲۰۰۸) بود. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون‌های فریدمن، همبستگی اسپیرمن و "U" مان-ویتنی انجام شد. نتایج نشان داد از دیدگاه دانش‌آموزان و دبیران تربیت‌بدنی به ترتیب، مهمترین عامل بی‌انگیزگی دانش‌آموزان جذاب نبودن فعالیت‌ها و تلاش ناکافی می‌باشند. نتایج تحقیق نشان داد بین دیدگاه دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان درباره علل بی‌انگیزگی دانش‌آموزان تفاوت معنی‌دار وجود دارد. همچنین از دیدگاه دانش‌آموزان، بین حمایت اجتماعی فراهم شده از سوی دبیران تربیت‌بدنی و علل بی‌انگیزگی دانش‌آموزان (کمبود توانایی، تلاش ناکافی، ارزشمند نبودن فعالیت‌ها و جذاب نبودن فعالیت‌ها) رابطه منفی و معنی‌داری وجود دارد، ولی از دیدگاه دبیران تربیت‌بدنی رابطه معنی‌داری وجود ندارد. با توجه به اینکه، کاهش رفتار حمایتی دبیران تربیت‌بدنی می‌تواند منجر به بی‌انگیزگی دانش‌آموزان شود پیشنهاد می‌گردد دبیران تربیت‌بدنی ماهیت چند بعدی بی‌انگیزگی را شناسایی و با افزایش حمایت اجتماعی از دانش‌آموزان، مشارکت آنان را در فعالیت‌های تربیت‌بدنی توسعه دهند.

واژه‌های کلیدی

انگیزش، حمایت اجتماعی، تربیت‌بدنی، دبیران تربیت‌بدنی، دانش‌آموزان متوسطه.

مقدمه

تربیت‌بدنی جزئی لاینفک از برنامه‌های آموزش و پرورش بوده که آموزش همگانی برای تمام دانش‌آموزان مطرح است و هدف از آن تقویت و پرورش تمام استعدادهای جسمانی و روانی دانش‌آموزان تا حدی که یک زندگی سالم و موفق در محیط‌های طبیعی و اجتماعی میسر گردانده، می‌باشد (۳). در شرایط مطلوب تربیت‌بدنی می‌تواند برای دانش‌آموزان فرصتی فراهم کند تا بخش چشمگیری از فعالیت بدنی روزانه توصیه شده را انجام دهند. یکی از اهداف مصوب سلامت جامعه در سال ۲۰۱۰ این بوده است که دانش‌آموزان باید حداقل ۵۰ درصد از کل زمان کلاس درس را به فعالیت بگذرانند. برخی از دانش‌آموزان در کلاس‌های تربیت‌بدنی تلاش کمی دارند، با این حال، تعدادی نیز کاملاً از مشارکت اجتناب می‌ورزند (۱). به طور وسیعی اذعان شده که امروزه سطح فعالیت جسمانی افراد جوان پایین‌تر از سطح در نظر گرفته شده مناسب برای بهره‌مندی آنان از فواید بهداشتی است (۱۱). شواهد تحقیقاتی از کشورهای صنعتی نشان می‌دهد که کاهش فعالیت‌های جسمانی با بالا رفتن سن، با شدیدترین کاهش در بین سنین ۱۳ و ۱۸ سالگی است (۱۸).

انگیزش^۱ ساختاری است فرضی که برای توصیف نیروهای درونی یا بیرونی به کار می‌رود. تفاوت‌های فردی انگیزش از اهمیت فراوانی برخوردار هستند. در واقع افراد نه تنها بر حسب دلایل متفاوت در ورزش و فعالیت‌های جسمانی شرکت می‌کنند، بلکه با روش‌های گوناگون و در موقعیت‌های متفاوت نیز برانگیخته می‌شوند (۴). اگر چه بسیاری از نظریه‌پردازان، انگیزش را ساختاری تک بعدی توصیف کرده‌اند، دسی و رایان^۲ (۲۰۰۰) بیان می‌کنند که

انواع مختلفی از انگیزش وجود دارد که در امتداد یک زنجیره دیده می‌شوند. نظریه خود تعیینی^۳، انگیزش درونی، انگیزش بیرونی و بی‌انگیزگی^۴ را با درجات مختلفی از انگیزه خود تعیینی، از هم متمایز می‌کند (۱۵). انگیزه درونی نشان دهنده بالاترین درجه از انگیزه خود تعیینی است و اشاره به شرایطی دارد که در آن افراد آزادانه به فعالیت‌هایی می‌پردازند که برای آنها جالب و لذت بخش و ارائه دهنده فرصت برای یادگیری است (۱۵ و ۲۴). انگیزه بیرونی انگیزه‌ای می‌باشد که از یک منبع خارجی می‌آید. انگیزه بیرونی هنگامی که افراد فعالیت را به دلیل ارزش نتایج مرتبط با آن بیشتر از خود فعالیت، انجام می‌دهند، مشهود است. در حالی که هم انگیزه درونی و هم انگیزه بیرونی درجات متفاوتی از اراده را نشان می‌دهند، بی‌انگیزگی نشان دهنده عدم وجود انگیزه است. بی‌انگیزگی زمانی که افراد فاقد قصد و تمایل به شرکت در یک رفتار خاص هستند، مشهود است. به این ترتیب اقدامات بی‌انگیزه، منفعل و فاقد هر گونه هدف ارادی هستند (۱۵). وقتی که یک نفر بی‌انگیزه است، فاقد هر گونه قصد و اراده برای عمل کردن می‌باشد. افرادی که بی‌انگیزه‌اند برای انجام فعالیت‌ها ارزش قائل نیستند، آنها برای انجام فعالیت‌ها احساس شایستگی نمی‌کنند و معتقدند که انجام کار نتیجه مورد نظر را در پی نخواهد داشت. این زمانی است که آنها قادر به تنظیم رفتارشان نیستند (۱۲) و اغلب نتیجه احساس بی‌کفایتی و عدم کنترل بر رفتار است و غالباً منجر به ترک کردن تربیت‌بدنی و یا مدرسه می‌شود (۱۶ و ۲۵)

بررسی‌ها نشان داده‌اند که نحوه مشارکت افراد با زمینه‌های اجتماعی و فرهنگی گوناگون، در فعالیت‌های ورزشی متفاوت است. آنها با توجه به اینکه در چه شرایط اجتماعی و فرهنگی جامعه پذیر شده باشند، نرخ‌های

1 . Motivation
2 . Deci and Ryan

3 . Self-determination theory
4 . Amotivation (absence of motivation)

بی‌انگیزگی شود (۲۶). آینلی و همکاران^۳ (۲۰۰۲) اشاره می‌کنند که افراد باید لذت و خوشی را در یک فعالیت تجربه نمایند تا بتوانند رفتاری اثربخش داشته باشند (۵). لیگولت و همکاران^۴ (۲۰۰۶) تحقیقی با عنوان « چرا دانش‌آموزان دبیرستانی در کلاس فاقد انگیزه‌اند؟ به سوی درک درستی از بی‌انگیزگی تحصیلی و نقش حمایت اجتماعی» انجام دادند. نتایج نشان داد مؤلفه‌های بی‌انگیزگی (کمبود توانایی، تلاش ناکافی، ارزشمند نبودن فعالیت و جذاب نبودن فعالیت) به طور منفی با عملکرد، مدت زمان مطالعه و عزت نفس تحصیلی ارتباط معنی‌دار داشتند و به طور مثبت با فقدان علاقه به تحصیل، بی‌تفاوتی نسبت به تحصیل و تمایل به ترک تحصیل ارتباط معنی‌دار داشتند (۱۳).

تومانیس و همکاران^۵ (۲۰۰۴) در تحقیقی به بررسی علل اصلی و مهم بی‌انگیزگی در تربیت بدنی اجباری مدارس پرداختند. سه دلیل مهم برای بی‌انگیزگی مشخص شد: اعتقاد به ناتوانی در یادگیری، پایین بودن ارضای نیاز و عوامل زمینه‌ای. بی‌انگیزگی با عدم حضور در کلاس، مشارکت کم در کلاس و فعالیت جسمانی کم بعد از کلاس نشان داده شد (۱۶).

نتایج تحقیق ستانیدیچ و همکاران^۶ (۲۰۰۶) نشان داد حمایت اجتماعی با بی‌انگیزگی به طور منفی و معنی‌دار در ارتباط بود. علاوه بر این، مقدار انگیزه خود تعیینی که دانش‌آموزان گزارش کردند به طور مثبت با میزان تلاش و پشتکاری که آنها در فعالیت‌های تربیت بدنی نشان دادند، در ارتباط بود (۲۲). لیم و وانگ^۷ (۲۰۰۹) نیز در تحقیق خود نتایج نشان دادند که حمایت اجتماعی ادراک شده

متفاوت مشارکت در فعالیت‌های بدنی دارند. خانواده و همسالان، معلمان و استادان، رادیو و تلویزیون بر مشارکت در فعالیت‌های ورزشی تاثیر مثبت دارند حمایت خانواده و دوستان به طور ثابت بر میزان مشارکت افراد در فعالیت بدنی تاثیرگذار است و برعکس نداشتن حمایت اجتماعی سبب کاهش سطح مشارکت در فعالیت بدنی می‌شود (۲). چنانچه عریضی و همکاران (۱۳۸۵) در تحقیق خود نشان دادند که بین میزان حمایت اجتماعی و میزان مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی رابطه مثبت معناداری وجود دارد (۲). اسپرینگر و همکاران^۱ (۲۰۰۶) نیز در تحقیقی که بر روی دانش‌آموزان دختر کلاس ششم انجام دادند به بررسی تاثیر حمایت اجتماعی خانواده و دوستان‌شان بر روی رفتارهای فعالیت جسمانی و غیر فعال آنها پرداختند. نتایج نشان داد که دانش‌آموزانی که از حمایت اجتماعی بیشتری از طرف خانواده و دوستان‌شان برخوردار بودند فعالیت جسمانی روزانه بیشتری را انجام می‌دادند (۲۱).

دانش‌آموزان ممکن است دلایل متفاوتی برای عدم مشارکت در فعالیت‌های تربیت بدنی داشته باشند. اعتقاد به کمبود توانایی هنگامی منجر به بی‌انگیزگی می‌شود که دانش‌آموزان مشکلات تحصیلی خود را به شایستگی کم نسبت بدهند و امید کمی به کارآمدی خود در مدرسه داشته باشند (۲۶). همچنین بی‌انگیزگی ممکن است ناشی از تلاش ناکافی یا بی میلی برای تلاش کردن باشد. زیرا دانش‌آموزان مایل نیستند رفتاری را انجام دهند که تطبیق آن رفتار با سبک زندگی‌شان دشوار باشد (۱۳). به علاوه، ارزشمند نبودن یک فعالیت، منجر به بی‌انگیزگی می‌شود. ویگفیلد و اکل^۲ (۲۰۰۰) نشان دادند که ارزش نداشتن تحصیل در مدرسه به بی‌انگیزگی جدی منجر می‌شود. جذاب نبودن یک فعالیت هم می‌تواند منجر به

3 . Ainley et al
4 . Legault et al
5 . Ntoumanis et al
6 . Standage et al
7 . Lim, and Wang

1 . Springer et al
2 . Wigfield and Eccles

در دانش‌آموزان متوسطه به طور منفی با انگیزه بیرونی و بی‌انگیزگی در ارتباط است (۱۴).

به هر حال، آنچه قابل توجه است این است که تحقیقات کمی در زمینه عدم وجود انگیزه و یا بی‌انگیزگی وجود دارد ممکن است گفته شود که مشاهده بی‌انگیزگی در ورزش مشکل است، زیرا افراد بی انگیزه در ورزش شرکت نخواهند کرد، در حالی که اگر در طول دوره مشارکت افراد در ورزش، بی‌انگیزگی افزایش یابد، آنها ورزش را رها می‌کنند.

درک بهتر بی‌انگیزگی در تربیت‌بدنی نه تنها از دیدگاه نظری، بلکه همچنین از دیدگاه عملی مهم است. فقدان انگیزه برای شرکت در تربیت‌بدنی می‌تواند پیامدهای مهمی برای بهداشت عمومی داشته باشد (۱۶). اگر هدف از تربیت‌بدنی، ارتقای فعالیت بدنی در طول عمر است، برای دانش‌آموزان داشتن یک تجربه لذت بخش مهم است. بنابراین، بررسی دیدگاه دانش‌آموزان مناسب است و می‌تواند منعکس کننده تجارب آنها باشد و اطلاعات ارزشمندی را فراهم نماید، همچنین بررسی دیدگاه دبیران تربیت بدنی نیز می‌تواند به رفع و کاهش علل بی‌انگیزگی کمک شایانی نماید. با توجه به آنچه گفته شد، هدف از این تحقیق بررسی و مقایسه علل بی‌انگیزگی دانش‌آموزان از مشارکت در فعالیت‌های تربیت‌بدنی مدارس از دیدگاه دبیران تربیت بدنی و دانش‌آموزان و ارتباط آن با حمایت اجتماعی فراهم شده از سوی دبیران تربیت‌بدنی می‌باشد.

روش تحقیق

این تحقیق توصیفی-همبستگی و از نوع پیمایشی است که به شکل میدانی انجام شده است. جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه دبیران تربیت بدنی و دانش‌آموزان پایه‌های دوم و سوم مقطع متوسطه شهرستان بوکان در جریان سال تحصیلی ۹۱-۱۳۹۰ می‌باشد. که ۳۸۱ دانش-

آموز به روش تصادفی، خوشه‌ای، چند مرحله‌ای و تمامی دبیران (۳۲ نفر) به عنوان نمونه‌های آماری انتخاب شدند. به این منظور، در مورد دانش‌آموزان، شهر به پنج منطقه شمال، جنوب، شرق، غرب و مرکز تقسیم شد و از هر منطقه به طور تصادفی یک دبیرستان پسرانه و یک دبیرستان دخترانه انتخاب شد. سپس در هر دبیرستان یک کلاس از پایه دوم و یک کلاس از پایه سوم به طور تصادفی انتخاب شده و پرسشنامه‌ها توزیع شد و پس از حدود نیم ساعت جمع‌آوری شدند. همچنین، در مورد دبیران تربیت‌بدنی به دلیل کوچک بودن جامعه آماری تمامی آنها به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. برای سنجش علل بی‌انگیزگی از پرسشنامه بی‌انگیزگی در تربیت‌بدنی (AI-PE)^۱ شن و همکاران^۲ (۲۰۱۰) استفاده شد. این پرسشنامه مشتمل بر ۱۶ سوال است که چهار مؤلفه کمبود توانایی، تلاش ناکافی، ارزشمند نبودن فعالیت‌ها و جذاب نبودن فعالیت‌ها را در مقیاس لیکرت در ۵ طیف (اصلاً مطابق دلیل من نیست=۱ تا کاملاً مطابق دلیل من است =۵) می‌سنجد. شن و همکاران (۲۰۱۰)، پایایی خرده مقیاس‌های این پرسشنامه را به ترتیب، ۰/۸۵، ۰/۸۵، ۰/۸۹ و ۰/۸۶ گزارش کرده‌اند (۲۰). برای سنجش حمایت اجتماعی از مقیاس رفتار بین فردی (IBS)^۳ پلیتر و همکاران^۴ (۲۰۰۸) استفاده شد. این پرسشنامه مشتمل بر ۱۲ سوال است که سه مؤلفه حمایت از استقلال، حمایت از شایستگی و حمایت از تعلق را در مقیاس لیکرت در ۵ طیف (هیچ وقت=۱ تا همیشه =۵) می‌سنجد (۱۷). همچنین، پایایی خرده مقیاس‌های مقیاس رفتار بین فردی نیز ۰/۸۷ تا ۰/۹۱ گزارش شده است (۲۰).

- 1 . Amotivation Inventory-Physical Education
- 2 . Shen et al
- 3 . Interpersonal Behavior Scale
- 4 . Pelletier et al

ابتدا این پرسشنامه‌ها ترجمه شده و سپس روایی آنان توسط اساتید مدیریت ورزشی تایید شد و در یک مطالعه مقدماتی پرسشنامه‌ها بین ۳۰ نفر از دانش‌آموزان متوسطه در شهرستان بوکان و ۲۵ نفر از دبیران تربیت‌بدنی شهرستان مهاباد توزیع و با استفاده از نرم افزار آماری SPSS و ضریب آلفای کرونباخ پایایی پرسشنامه‌ها محاسبه شد. مقدار آلفای کرونباخ برای پرسشنامه‌های مربوط به دانش‌آموزان برای مقیاس رفتار بین فردی، ۰/۷۸ و برای پرسشنامه بی‌انگیزگی در تربیت‌بدنی، ۰/۸۱ به دست آمد. همچنین مقدار آلفای کرونباخ برای پرسشنامه‌های مربوط به دبیران برای مقیاس رفتار بین فردی، ۰/۷۳ و برای پرسشنامه بی‌انگیزگی در تربیت‌بدنی، ۰/۸۰ به دست آمد. در این تحقیق نیز ثبات درونی پرسشنامه‌ها به تفکیک برای دانش‌آموزان و دبیران تربیت‌بدنی با استفاده از روش آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفت که نتایج آن در جدول ۱ ارائه شده است.

با توجه به اینکه پرسشنامه‌های مذکور برای سنجش دیدگاه دانش‌آموزان می‌باشند و اینکه در این تحقیق دیدگاه دبیران تربیت‌بدنی نیز مورد بررسی قرار گرفته است، برای سنجش دیدگاه دبیران تربیت‌بدنی، این دو پرسشنامه با اصلاحات جزئی مورد استفاده قرار گرفت. مثلا در مورد پرسشنامه بی‌انگیزگی سوال اصلی که به این صورت بود «من در فعالیت‌های تربیت‌بدنی شرکت نمی‌کنم، زیرا دوست ندارم تلاشم را صرف فعالیت‌های تربیت‌بدنی کنم» برای سنجش دیدگاه دبیران تربیت‌بدنی، به این صورت اصلاح شد «دانش‌آموزان در فعالیت‌های تربیت‌بدنی شرکت نمی‌کنند، زیرا دوست ندارند تلاش‌شان را صرف فعالیت‌های تربیت‌بدنی کنند». و برای مقیاس رفتار بین فردی نیز سوال اصلی که به این صورت بود «من احساس می‌کنم، معلم تربیت‌بدنی صادقانه به من توجه دارد» برای سنجش دیدگاه دبیران تربیت‌بدنی، به این صورت اصلاح شد «من صادقانه به دانش‌آموزان توجه دارم».

جدول ۱: مقدار آلفای کرونباخ پرسشنامه بی‌انگیزگی با خرده مقیاس‌های آن و مقیاس رفتار بین فردی

دانش‌آموزان	دبیران تربیت‌بدنی	
۰/۷۶	۰/۷۶	کمبود توانایی
۰/۷۴	۰/۷۳	تلاش ناکافی
۰/۸۱	۰/۸۷	ارزشمند نبودن فعالیت
۰/۸۲	۰/۷۳	جذاب نبودن فعالیت
۰/۹۱	۰/۸۹	پرسشنامه بی‌انگیزگی
۰/۸۸	۰/۷۷	مقیاس رفتار بین فردی

یافته‌های تحقیق

یافته‌های توصیفی تحقیق در مورد دبیران تربیت‌بدنی نشان می‌دهد که ۴۰/۶ درصد آزمودنی‌ها زن و ۵۹/۴ درصد مرد هستند. ۳۵/۶ درصد کمتر از ۱۰ سال، ۴۳/۸ درصد ۱۱ تا ۲۰ سال و ۱۵/۶ درصد بیشتر از ۲۰ سال، سابقه کاری دارند. همچنین در مورد دانش‌آموزان یافته‌های توصیفی نشان می‌دهد که ۴۷/۲ درصد دختر و

در این پژوهش جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم افزار آمار SPSS. 19 استفاده شد. از آمار توصیفی جهت برآورد فراوانی و محاسبه میانگین و انحراف معیار و برای تجزیه و تحلیل داده‌ها با توجه به نتیجه آزمون کولموگروف-اسمیرنوف و نرمال نبودن توزیع داده‌ها از آزمون‌های فریدمن، ضریب همبستگی اسپیرمن و "U" مان-ویتنی استفاده گردید.

دارند. در حالی که از دیدگاه دبیران تربیت‌بدنی تلاش ناکافی (میانگین رتبه = ۳/۲۷) به عنوان مهمترین عامل بی‌انگیزی در فعالیتهای تربیت‌بدنی می‌باشد و ارزشمند نبودن فعالیت‌ها (میانگین رتبه = ۲/۲۸)، کمبود توانایی (میانگین رتبه = ۲/۲۳) و جذاب نبودن فعالیت‌ها (میانگین رتبه = ۲/۲۲) به ترتیب در رتبه‌های بعدی قرار دارند (جدول ۲). و از دیدگاه هر دو گروه (دانش‌آموزان و دبیران تربیت‌بدنی) تفاوت معنی‌دار میان اولویت‌های علل بی‌انگیزی وجود دارد (جدول ۳).

۵۲/۸ درصد پسر هستند که ۴۸ درصد آنان در پایه دوم و ۵۲ درصد در پایه سوم مشغول به تحصیل بودند. جدول ۲ و ۳ نتیجه آزمون فریدمن را نشان می‌دهد. به طوری که مشاهده می‌شود از دیدگاه دانش‌آموزان جذاب نبودن فعالیت‌ها (میانگین رتبه = ۲/۷۳) به عنوان مهمترین عامل بی‌انگیزی در فعالیتهای تربیت‌بدنی می‌باشد و کمبود توانایی (میانگین رتبه = ۲/۴۵)، ارزشمند نبودن فعالیت‌ها (میانگین رتبه = ۲/۴۲) و تلاش ناکافی (میانگین رتبه = ۲/۴۰) به ترتیب در رتبه‌های بعدی قرار

جدول ۲. اولویت‌بندی علل بی‌انگیزی دانش‌آموزان در فعالیتهای تربیت‌بدنی از دیدگاه دانش‌آموزان و دبیران

میانگین رتبه		متغیرها
دیدگاه دبیران	دیدگاه دانش‌آموزان	
۲/۲۳	۲/۴۵	کمبود توانایی
۳/۲۷	۲/۴۰	تلاش ناکافی
۲/۲۸	۲/۴۲	ارزشمند نبودن فعالیت
۲/۲۲	۲/۷۳	جذاب نبودن فعالیت

جدول ۳. نتیجه آزمون فریدمن

دبیران	دانش‌آموزان	
۳۲	۳۸۱	تعداد
۱۷/۲۵۸	۲۳/۹۶۹	مجذور کای
۳	۳	df
۰/۰۰۱	۰/۰۰۰	ارزش p

دیدگاه دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان در تمامی متغیرها تفاوت معنادار وجود دارد ($p < ۰/۰۱$) و دبیران تربیت‌بدنی در تمامی متغیرها، مقدار بیشتری را گزارش کرده و به بی‌انگیزی بیشتر دانش‌آموزان اذعان دارند.

برای مقایسه دیدگاه دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان درباره‌ی علل بی‌انگیزی دانش‌آموزان از آزمون "U" مان-ویتنی استفاده شد که نتیجه آن در جدول ۴ ارائه شده است. همانطور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، بین

جدول ۴. مقایسه دیدگاه دبیران تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان درباره‌ی علل بی‌انگیزگی دانش‌آموزان

نتیجه	ارزش P	مقدار Z	مقدار U	میانگین رتبه		متغیرها
				دبیران	دانش‌آموزان	
وجود تفاوت معنادار	۰/۰۰۰	-۴/۶۶۹	۳۱۴۸	۲۹۹/۱۲	۱۹۹/۲۶	کمبود توانایی
وجود تفاوت معنادار	۰/۰۰۰	-۶/۰۳۴	۲۲۸۷	۳۲۶/۰۲	۱۹۷/۰۰	تلاش ناکافی
وجود تفاوت معنادار	۰/۰۰۰	-۴/۱۴۳	۳۴۸۴	۲۸۸/۶۲	۲۰۰/۱۴	ارزشمند نبودن فعالیت
وجود تفاوت معنادار	۰/۰۰۰	-۲/۹۸۹	۴۱۹۵	۲۶۶/۳۹	۲۰۲/۰۱	جذاب نبودن فعالیت

جدول ۵ نتیجه آزمون همبستگی را بین مؤلفه‌های بی‌انگیزگی و حمایت اجتماعی از دیدگاه دانش‌آموزان نشان می‌دهد. در نتیجه از دیدگاه دانش‌آموزان، حمایت اجتماعی فراهم شده از سوی دبیران تربیت بدنی می‌تواند بی‌انگیزگی آنان را کاهش دهد.

همانطور که در جدول ۵ مشاهده می‌شود بین مؤلفه‌های بی‌انگیزگی؛ کمبود توانایی ($r = -0/180$)، تلاش ناکافی ($r = -0/136$)، ارزشمند نبودن فعالیت‌ها ($r = -0/216$) و جذاب نبودن فعالیت‌ها ($r = -0/231$) با حمایت اجتماعی فراهم شده از سوی دبیران تربیت‌بدنی، دیدگاه دانش‌آموزان ارتباط معکوس و معنی‌دار وجود دارد. همچنین جدول ۶ نشان می‌دهد، بین مؤلفه‌های بی‌انگیزگی و حمایت اجتماعی فراهم شده از سوی دبیران تربیت‌بدنی از دیدگاه دبیران تربیت‌بدنی ارتباط معنی‌دار وجود ندارد، به عبارت دیگر، از دیدگاه دبیران تربیت‌بدنی، حمایت اجتماعی فراهم شده از سوی آنان نقشی در کاهش بی‌انگیزگی دانش‌آموزان ندارد.

جدول ۵ نتیجه آزمون همبستگی را بین مؤلفه‌های بی‌انگیزگی و حمایت اجتماعی از دیدگاه دانش‌آموزان نشان می‌دهد.

همانطور که در جدول ۵ مشاهده می‌شود بین مؤلفه‌های بی‌انگیزگی؛ کمبود توانایی ($r = -0/180$)، تلاش ناکافی ($r = -0/136$)، ارزشمند نبودن فعالیت‌ها ($r = -0/216$) و جذاب نبودن فعالیت‌ها ($r = -0/231$) با حمایت اجتماعی فراهم شده از سوی دبیران تربیت‌بدنی از دیدگاه دانش‌آموزان ارتباط معکوس و معنی‌دار وجود دارد.

جدول ۵. آزمون همبستگی اسپیرمن بین مؤلفه‌های بی‌انگیزگی و حمایت اجتماعی از دیدگاه دانش‌آموزان

حمایت اجتماعی		متغیرها
ارزش P	ضریب همبستگی (r)	
۰/۰۰۰	-۰/۱۸۰**	کمبود توانایی
۰/۰۰۸	-۰/۱۳۶**	تلاش ناکافی
۰/۰۰۰	-۰/۲۱۶**	ارزشمند نبودن فعالیت
۰/۰۰۰	-۰/۲۳۱**	جذاب نبودن فعالیت

** در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است.

جدول ۶. آزمون همبستگی اسپیرمن بین مؤلفه‌های بی‌انگیزگی و حمایت اجتماعی از دیدگاه دبیران

حمایت اجتماعی		متغیرها
ارزش P	ضریب همبستگی (r)	
۰/۴۳۶	۰/۱۴۳	کمبود توانایی
۰/۶۲۱	۰/۰۹۱	تلاش ناکافی
۰/۷۵۳	-۰/۰۵۸	ارزشمند نبودن فعالیت
۰/۴۷۸	۰/۱۳۰	جذاب نبودن فعالیت

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این تحقیق، بررسی و مقایسه علل بی‌انگیزگی دانش‌آموزان از مشارکت در فعالیت‌های تربیت بدنی مدارس از دیدگاه دانش‌آموزان و دبیران تربیت بدنی و ارتباط آن با حمایت اجتماعی فراهم شده از سوی دبیران تربیت بدنی بود.

نتایج تحقیق نشان داد، از دیدگاه دانش‌آموزان، علل بی‌انگیزگی آنان در فعالیت‌های تربیت بدنی به ترتیب، جذاب نبودن فعالیت‌ها، کمبود توانایی، ارزشمند نبودن فعالیت‌ها و تلاش ناکافی می‌باشد که با نتیجه تحقیقات تومانیس و همکاران (۲۰۰۴) و شن و همکاران (۲۰۱۰) همخوانی دارد (۱۶ و ۲۰). و از دیدگاه دبیران تربیت بدنی علل بی‌انگیزگی دانش‌آموزان به ترتیب، تلاش ناکافی، ارزشمند نبودن فعالیت‌ها، کمبود توانایی و جذاب نبودن فعالیت‌ها می‌باشد. همچنین نتایج نشان داد، بین دیدگاه دبیران تربیت بدنی و دانش‌آموزان درباره علل بی‌انگیزگی دانش‌آموزان در فعالیت‌های تربیت بدنی تفاوت معنی‌داری وجود دارد؛ یعنی دبیران تربیت بدنی عواملی را در بی‌انگیزگی دانش‌آموزان مهم تلقی می‌کنند که با عواملی که از دیدگاه دانش‌آموزان مهم است، تفاوت دارد. مقایسه دیدگاه‌های دبیران تربیت بدنی و دانش‌آموزان درباره بی‌انگیزگی و مؤلفه‌های آن نشان می‌دهد که آنها زیاد به هم مربوط نیستند. یک تفسیر احتمالی برای این یافته‌ها ممکن است مربوط به اختلاف در فرآیندهای ادراک و آگاهی انسانی باشد. از طرف دیگر دبیران تربیت بدنی سوالات مربوط به بی‌انگیزگی دانش‌آموزان را با در نظر گرفتن دانش‌آموزانی که در فعالیت‌ها شرکت نمی‌کنند یا کمتر شرکت می‌کنند پاسخ داده‌اند در حالی که کل دانش‌آموزان به این سوالات پاسخ داده‌اند و این می‌تواند یکی دیگر از دلایل تفاوت معنی‌دار در دیدگاه‌ها باشد. به علاوه، بی‌انگیزگی دارای ماهیت چند بعدی است و عوامل

بی‌انگیزگی بیشتر مربوط به خود فرد می‌باشند و این امکان وجود دارد که دانش‌آموزان بی‌انگیزه آن را بروز ندهند در نتیجه دبیران تربیت بدنی نتوانند درک درستی از آنها داشته باشند.

اعتقاد به کمبود توانایی و تلاش ناکافی از سوی دانش‌آموزان منجر به بی‌انگیزگی و عدم مشارکت در فعالیت‌های تربیت بدنی می‌شود. زمانی که دانش‌آموزان احساس کنند نمی‌توانند تلاش کافی از خود نشان دهند، در کلاس تاخیر کرده و زمان کمی را صرف فعالیت‌ها می‌کنند. برای اینکه دانش‌آموزان احساس کنند که از شایستگی و توانایی لازم برخوردارند، بهتر است دبیران تربیت بدنی بیشتر آنها را تشویق کرده و تحسین نمایند و کمتر آنها را مورد انتقاد قرار دهند. به علاوه، ارزش بر رفتار فرد تاثیر می‌گذارد پس اگر فرد برای فعالیت‌ها ارزش قائل نباشد نمی‌تواند رفتار خود را با آن فعالیت تطبیق دهد و منجر به بدترین عکس‌العمل، که عدم مشارکت و یا ترک کردن فعالیت می‌باشد، خواهد شد. دانش‌آموزان باید به این باور برسند، که انجام فعالیت‌ها و تکالیف نیاز به زمان و تلاش دارند. اگر دانش‌آموزان برای آنچه انجام می‌دهند ارزش قائل باشند، به احتمال زیاد دوباره آن را تکرار خواهند کرد، حتی اگر آن فعالیت برایشان لذت بخش نباشد (۱۳). پس اگر دانش‌آموزان بتوانند ارزش فعالیت‌های تربیت بدنی را بیشتر درک کنند، تعهد ورزشی و مشارکت بیشتری در فعالیت‌های ورزشی خواهند داشت.

آگاهی دبیران تربیت بدنی از علل بی‌انگیزگی دانش‌آموزان می‌تواند نقش مهمی در برطرف کردن آنان داشته باشد و زمینه مشارکت بیشتر دانش‌آموزان در فعالیت‌های تربیت بدنی را فراهم نماید. بنابراین، معلمان تربیت بدنی و مدیران برنامه‌های ورزشی سعی نمایند تا استانداردهای عملکرد افراد شرکت کننده در فعالیت‌های

می‌توان این عامل را برطرف نمود و به اهداف مرتبط با ارتقای سلامت دست یافت. در رابطه با جذاب نبودن فعالیت‌ها می‌توان گفت متأسفانه فعالیت‌های تربیت بدنی مدارس به چند رشته خاص و تکرار آنها در طول سال تحصیلی محدود شده است. پس دبیران تربیت بدنی می‌توانند با نظر سنجی از آنان رشته‌های مورد علاقه دانش‌آموزان را در مدارس تا حد امکان اجرا نمایند و یا با خلاقیت خود رشته‌های موجود را با روش‌ها و شیوه‌های متنوعی ارائه دهند. بیدل و همکاران^۲ (۱۹۹۵) نشان دادند که یک سبک آموزشی متفاوت (که در آن به دانش‌آموزان تعدادی از گزینه‌ها ارائه شده) واکنش مثبت دانش‌آموزان را نسبت به فعالیت‌های ورزشی در برداشته است (۷). از طرف دیگر، اعتقاد به ناتوانی در تربیت بدنی باعث می‌شود دانش‌آموزان تلاش کمتری از خود نشان دهند (۱۶). پس توجه نمودن به تفاوت‌های فردی و توانایی‌های دانش‌آموزان در انجام فعالیت‌ها بسیار مهم است. اگر دبیران تربیت بدنی از دانش‌آموزان در حد توانایی‌هایشان انتظار داشته باشند و آنان را با همدیگر مقایسه نکنند، دانش‌آموزان هم بیشتر تلاش کرده و سعی می‌کنند در فعالیت‌های تربیت بدنی مشارکت بیشتری داشته باشند. معلمان زمانی می‌توانند تجارب شایستگی را ارتقا دهند که بر روی تلاش فردی دانش‌آموزان تمرکز نموده و بر توانایی‌های خود فرد تکیه کنند و دانش‌آموزان را بر اساس عملکرد گذشته‌شان ارزیابی نمایند (۸). بنابراین، بهتر است معلمان تربیت بدنی محتوای فعالیت‌ها را طوری سازماندهی نمایند که مشارکت دانش‌آموزان را تسهیل کنند. پس، معلمان می‌توانند تلاش، پیشرفت فردی و فعالیت‌های یادگیری را با تنوع بخشیدن به مهارت‌های جسمانی، دادن بازخورد بیشتر، ستایش و تشویق بیشتر، در دانش‌آموزان افزایش دهند. به علاوه،

ورزشی را بهبود ببخشند و سطح رضایت و تجربیات موفقیت‌آمیز آنها را افزایش دهند (۱۰). اگر دانش‌آموزان تجربه موفقیت داشته باشند، این موفقیت ممکن است منجر به مشارکت دانش‌آموزان و ادامه فعالیت آنها شود. اعتقاد دانش‌آموزان به توانایی‌هایشان ممکن است در مشارکت آنان تاثیر بگذارد. دانش‌آموزانی که دارای تجربه مثبت در فعالیت‌های جسمانی هستند ممکن است بخواهند این فعالیت‌ها را ادامه دهند. بالعکس، دانش‌آموزانی که احساس کنند، در یک فعالیت ناموفق هستند، از تربیت بدنی لذت نمی‌برند و ممکن است نخواهند مشارکت‌شان را ادامه دهند (۶).

در این رابطه، کسانی که در حوزه آموزش و مربیگری کار می‌کنند باید اصول و جایگاه مهم انگیزش در ورزش، بهبود عملکرد، هدایت ورزشکاران به سوی رفتارهای هدف و پیدا کردن روش‌های افزایش مشارکت در ورزش را درک نمایند (۱۰). در نتیجه دست اندرکاران تربیت بدنی مدارس باید عوامل موثر در بی‌انگیزگی دانش‌آموزان را شناسایی کرده و برنامه‌های کاربردی برای رفع آنها از سوی دبیران تربیت بدنی اتخاذ شود. بریت^۱ (۲۰۰۵) بیان می‌کند، برای ایجاد انگیزه در فرد لازم است تا از چیزهایی که برای شخص مهم است آگاه بوده و سپس رویکرد مناسب برای برآوردن خواسته‌های فرد اتخاذ شود. رویکرد اتخاذ شده به حفظ عملکرد بالای ورزشکار و نتایج رفتار تاثیر می‌گذارد (۹).

بسیاری از دانش‌آموزان فعالیت‌های تربیت بدنی را ارزشمند نمی‌دانند چون اعتقاد دارند به اهداف مورد نظر نخواهند رسید زیرا زنگ تربیت بدنی در مدارس به یک یا دو ساعت در هفته محدود شده است (۱۶). پس لازم است نقشی محوری برای تربیت بدنی در برنامه درسی مدارس در نظر گرفته شود و با افزودن ساعت تربیت بدنی در هفته

نادرست را از آنان دور کرده و مشارکت آنان را افزایش دهند. در چنین فضایی دانش‌آموزان نیز بیشتر تلاش کرده و فعالیت‌های تربیت‌بدنی را ارزشمند تلقی کرده و در آن مشارکت فعال می‌نمایند.

همچنین نتایج تحقیق نشان داد که بین حمایت اجتماعی فراهم شده از سوی دبیران تربیت‌بدنی و مؤلفه‌های بی‌انگیزگی دانش‌آموزان در فعالیت‌های تربیت‌بدنی از دیدگاه دبیران تربیت‌بدنی رابطه معنی‌داری وجود ندارد. به طور کلی می‌توان بیان کرد که، نتیجه تحقیق نشان می‌دهد که دبیران تربیت‌بدنی نقشی در بی‌انگیزگی دانش‌آموزان برای خود قائل نیستند و این در حالی است که تحقیقات زیادی تاثیر رفتارهای حمایتی دبیران را بر انگیزش دانش‌آموزان نشان داده‌اند (مثلا تحقیقات؛ ۱۳، ۱۴، ۲۱ و ۲۲). در نتیجه نبود رفتارهای حمایتی می‌تواند منجر به بی‌انگیزگی شود. دلیل همسان نبودن نتیجه این تحقیق با تحقیقات قبلی می‌تواند مربوط به نمونه‌های آماری باشد زیرا تحقیقات قبلی، فقط دیدگاه دانش‌آموزان را بررسی کرده‌اند. معلمان با توجه به انتظاراتی که از دانش‌آموزان دارند هم به لحاظ کمی و هم کیفی به طور متفاوتی با آنان رفتار می‌کنند. ادراک معلمان از انگیزش و توانایی‌های دانش‌آموزان، بر رفتارهای فردی معلم نسبت به دانش‌آموزان و اتخاذ سبک تدریس حمایتی یا کنترلی تاثیرگذار است (۱۹). هرچند، بهبود در سبک بین فردی معلمان می‌تواند به کاهش بی‌انگیزگی دانش‌آموزان کمک نماید، ولی با این حال نیز همیشه به افزایش انگیزش در دانش‌آموزان منجر نمی‌شود. زیرا محیط مدرسه، به دلیل حضور اجباری در آن یک محیط کنترلی است و محتوای برنامه‌های آموزشی و یادگیری فعالیت‌ها سرگرم کننده نیستند و همچنین، کار دانش‌آموزان با دادن نمره مورد ارزیابی قرار می‌گیرد (۲۳). این نتایج می‌تواند به دلایل مختلفی باشد. معلمان در گزارش کیفیت آموزشی کلاس

گوش دادن بیشتر به دانش‌آموزان و استفاده از عبارات دلسوزانه می‌تواند دغدغه‌های مربوط به درگیر شدن در تمرین مهارت‌های حرکتی جدید و فعالیت‌های تربیت‌بدنی را کاهش دهد (۲۳).

همچنین نتایج نشان می‌دهد که بین حمایت اجتماعی فراهم شده از سوی دبیران تربیت‌بدنی و مؤلفه‌های اعتقاد به کمبود توانایی، تلاش ناکافی، ارزشمند نبودن فعالیت‌ها و جذاب نبودن فعالیت‌ها، از دیدگاه دانش‌آموزان رابطه معکوس و معنی‌داری وجود دارد. این نتیجه با تحقیق لیگولت و همکاران (۲۰۰۶)، ستاندریج و همکاران (۲۰۰۶) و لیم و وانگ (۲۰۰۹) همخوانی دارد (۱۳ و ۲۲ و ۱۴).

ویژگی فعالیت‌ها می‌تواند باعث علاقه‌مندی دانش‌آموزان به مشارکت در فعالیت‌های تربیت‌بدنی شود و می‌تواند شور و شوق دانش‌آموزان را برای مشارکت در کلاس افزایش دهد. اگر چه، بی‌انگیزگی بیشتر از درون دانش‌آموزان سرچشمه می‌گیرد، غیر منصفانه به نظر می‌رسد فرض کنیم که تمام تکالیف و فعالیت‌های مدرسه جذاب و جالب توجه هستند که دانش‌آموزان باید برای انجام آنها با انگیزه باشند. بدیهی است، دانش‌آموزانی که تکالیف و فعالیت‌های ارائه شده را فاقد جذابیت، یکنواخت، کسل کننده درک کنند انگیزه لازم برای مشارکت را نخواهند داشت (۱۳) و در این حالت دبیران تربیت‌بدنی باید برای جذاب نمودن فعالیت‌ها تلاش نمایند و با رفتارهای حمایتی خود باعث تلاش و کوشش بیشتر دانش‌آموزان و مشارکت در فعالیت‌ها شوند. حمایت اجتماعی فراهم شده از سوی دبیران تربیت‌بدنی می‌تواند بر دانش‌آموزانی که معتقد به کمبود توانایی در انجام فعالیت‌های تربیت‌بدنی هستند، تاثیر گذاشته و دبیران تربیت‌بدنی می‌توانند با تشویق دانش‌آموزان به انجام فعالیت‌هایی که قادر به انجام آن هستند این تصور

تربیت‌بدنی قرار گیرد. اگر تربیت‌بدنی در مدارس ایران می‌خواهد نقش محوری را در ارتقای سلامت افراد بازی کند و همچنین پایه‌ای برای ورزش قهرمانی باشد باید از سبک سنتی خود خارج شده و با نگرشی نو به آن در برنامه‌ها و ساختار خود تجدید نظر نماید و باید تمامی عواملی که ممکن است باعث بی‌انگیزگی دانش‌آموزان شوند مورد بررسی قرار گیرند تا ضمن آگاهی از آگاهی از آنها سعی شود زمینه مشارکت همه دانش‌آموزان را در فعالیت‌ها فراهم شود و دانش‌آموزان را به سمت یک زندگی فعال هدایت کرده تا جامعه‌ای بشاش، پرنشاط، سالم و نیرومند در آینده داشته باشیم.

خود مشکلاتی دارند، زیرا آنها می‌خواهند بهترین روش تدریس را بکار گیرند. آنها به احتمال زیاد چگونه می‌خواهند تدریس کنند را بیان می‌کند تا آنچه که واقعا تدریس می‌کنند (۸). از طرف دیگر دبیران تربیت‌بدنی برای کل دانش‌آموزان یک رفتار را به نمایش می‌گذارند و شاید انتظار دارند که همه دانش‌آموزان به طور یکسان در کلاس فعالیت نمایند درحالی که این رفتار آنها می‌تواند نزد دانش‌آموزان به صورت‌های مختلفی ادراک و تعبیر شود. با اینکه تصور می‌شود معلمان با دانش‌آموزانی که با انگیزه و فعالیت‌ترند بیشتر ارتباط و تعامل دارند، ولی، نتیجه تحقیق سارازین^۱ و همکاران (۲۰۰۶) نشان داد که معلمان تربیت‌بدنی با دانش‌آموزانی که سطح انگیزش پایینی داشتند، به منظور توسعه مهارت‌ها و اجتماعی شدن آنان، تعامل و ارتباط بیشتری را برقرار کرده بودند (۱۹).

با توجه به اینکه تربیت‌بدنی نقش مهمی در ارتقای فعالیت‌های جسمانی جوانان و پیشرفت بهداشت عمومی دارد و اینکه مشارکت در فعالیت‌های تربیت‌بدنی در مدارس می‌تواند به اتخاذ سبک زندگی فعال در دانش‌آموزان تاثیر بگذارد (۱۴) و با در نظر گرفتن عوامل ایجاد کننده بی‌انگیزگی، پیشنهاد می‌گردد دبیران تربیت‌بدنی با نظر سنجی از دانش‌آموزان از علاقه آنان به رشته‌های ورزشی آگاهی پیدا نمایند و تا حد امکان رشته‌های ورزشی مورد علاقه دانش‌آموزان را در مدارس اجرا نمایند و یا با خلاقیت خود رشته‌های موجود را جذاب نموده و با شیوه‌های متنوعی در طول سال تحصیلی اجرا نمایند و به مدارس امکانات کافی داده شود تا ورزش‌های مورد علاقه دانش‌آموزان قابل اجرا شوند. برای ارزشمند نمودن فعالیت‌های تربیت‌بدنی در مدارس، پیشنهاد می‌گردد ساعت تربیت‌بدنی در مدارس افزایش یابد و کتاب کار برای غنی سازی محتوا تهیه شده و مورد استفاده دبیران

منابع و مآخذ

۱. برزگری، علی. مهدی‌وند، ایوب. ضامنی، لیلا. (۱۳۹۰). "دوره‌های آموزشی دروس تربیت بدنی با ساختار مشخص و فعالیت آزاد: حق تعیین سرنوشت و فعالیت بدنی دانش‌آموزان". رشد آموزش تربیت بدنی، دوره دوازدهم، ۱ (۴۰): صص ۵۸-۶۱.
۲. عریضی، فروغ. وحید، فریدون. پارسا مهر، مهربان. (۱۳۸۵). "بررسی تاثیر حمایت اجتماعی بر مشارکت زنان در فعالیت های ورزشی (مطالعه موردی: زنان استان مازندران)". فصلنامه المپیک، سال چهاردهم، ۱ (۳۳): صص ۷۷-۸۶.
۳. کارگر فرد، مهدی. نادریان، مسعود. (۱۳۸۵). "تربیت بدنی در مدارس". چاپ دوم. انتشارات پیام نور، تهران، صص ۲-۷.
۴. ملکی، بهنام. محمد زاده، حسن. سید عامری، میر حسن. زمانی ثانی، حجت. (۱۳۹۰). "بررسی رابطه عزت نفس و انگیزش پیشرفت در ورزشکاران موفق و ناموفق استان آذربایجان غربی". پژوهش در علوم توانبخشی، سال هفتم، ۱: ۱-۱۰.
5. Ainley, M., Hidi, S., and Berndorff, D.(2002). **"Interest, learning, and the psychological process that mediate their relationship"**. Journal of Educational Psychology, 94(3), PP: 545-561.
6. Bernstein, E., Phillips, SH.R., and Silverman, S.(2011). **"Attitudes and Perceptions of Middle School Students toward Competitive Activities in Physical Education"**. Journal of Teaching in Physical Education, 30(1), PP: 69-83.
7. Biddle, S., Cury, F., Goudas, M., Sarrazin, P., Famose, J. P., and Durand, M.(1995). **"Development of scales to measure perceived physical education class climate: A cross national project"**. British Journal of Educational Psychology, 65 (3), PP: 341-358.
8. Bieg, S., Backes, S. and Mittag, W. (2011). **"The role of intrinsic motivation for teaching, teachers' care and autonomy support in students' self-determined motivation"**. Journal for Educational Research Online, 3(1), PP: 122-140.
9. Britt, T.V.(2005). **"The Effects of Identity-Relevance and Task Difficulty on Task Motivation, Stress, and Performance"**. Motivation and Emotion, Vol. 3(29), PP: 189-202.
- 10.Can, S.(2010). **"Determination of the factors motivating and motivation level of the weightlifters participating in Turkish weightlifting championship"**. Procedia Social and Behavioral Sciences, 2(2), PP: 4245-4249.
- 11.Cavill, N., Biddle, S.J.H., and Sallis, J. F.(2001). **"Health enhancing physical activity for young people: Statement of the United Kingdom expert consensus conference"**. Pediatric Exercise Science, 13(1), PP: 12-25.
- 12.Deci, E. L., and Ryan, R. M.(2000). **"The what and why of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior"**. Psychological Inquiry, 11(4), PP: 227-268.

13. Legault, L., Green-Demers, I., and Pelletier, L.G. (2006). **“Why do high school students lack motivation in the classroom? Toward an understanding of academic amotivation and the role of social support”**. *Journal of Educational Psychology*, 98(3), PP: 567–582.
14. Lim, C., and Wang, J. (2009). **“Perceived autonomy support, behavioural regulations in physical education and physical activity intention”**. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(1), PP: 52–60.
15. Ntoumanis, N. (2005). **“A Prospective Study of Participation in Optional School Physical Education Using a Self-Determination Theory Framework”**. *Journal of Educational Psychology*, 97(3), PP: 444-453.
16. Ntoumanis, N., Pensgaard, A.M., Martin, C., and Pipe, K. (2004). **“An ideographic analysis of amotivation in compulsory school physical education”**. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 26(2), PP: 197-214.
17. Pelletier, L. G., Beaudry, S., Sharp, E. and Otis, N. (2008). **“The Interpersonal Behaviors Scale: A measure of Autonomy Support, Competence and Relatedness in Different Life Domains”**. Unpublished manuscript, University of Ottawa, Ontario, Canada.
18. Sallis, J.F. (2000). **“Age-related decline in physical activity: A synthesis of human and animal studies”**. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32(9), PP: 1598-1600.
19. Sarrazin, P., Tessier, D., Pelletier, L., Trouilloud, D., and Chanal, J. (2006). **“The Effects of Teachers’ Expectations about Students’ Motivation on Teachers’ Autonomy Supportive and Controlling Behaviors”**. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 4(3), PP: 283-301.
20. Shen, B., Li, W., Sun, H., and Rukavina, P. B. (2010). **“The Influence of Inadequate Teacher-to- Student Social Support on Amotivation of Physical Education Students”**. *Journal of Teaching in Physical Education*, 29(4), PP: 417-432.
21. Springer, A.E., Kelder, S.H., and Hoelscher, D.M. (2006). **“Social support, physical activity and sedentary behavior among 6th-grade girls: a cross-sectional study”**. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 3(8), PP: 1479-1489.
22. Standage, M., Duda, J. L., and Ntoumanis, N. (2006). **“Students’ motivational processes and their relationship to teacher ratings in school physical education: A self-determination theory approach”**. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 77(1), PP: 100–110.
23. Tessier, D., Sarrazin, P. and Ntoumanis, N. (2010). **“The effect of an intervention to improve newly qualified teachers’ interpersonal style, students’ motivation and psychological need satisfaction in sport-based physical education”**. *Contemporary Educational Psychology*, 35(4), PP: 242–253.
24. Vallerand, R.J., Pelletier, L.G., Blais, M.R., Brière, N.M., Senécal, C.B., and Vallières, E.F. (1992). **“The academic motivation scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and**

- amotivation in education**". Education and Psychological Measurement, 52(4), PP: 1003-1017.
25. Vallerand, R.J., Fortier, M.S., and Guay, F.(1997). "**Self-determination and persistence in a real-life setting: Toward a motivational model of high school dropout**". Journal of Personality and Social Psychology, 72(5), PP: 1161-1176.
26. Wigfield, A., and Eccles, J.S.(2000). "**Expectancy-value theory of achievement motivation**". Contemporary Educational Psychology, 25(1), PP: 68-81.