

مقایسه دیدگاه معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان درباره رفتار حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن و اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی

میکائیل جوان^۱ - یعقوب بدری آذین^۲ - سلمان جعفری^{۳*} - بهرام اکبری^۴

۱. کارشناس ارشد مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

۲. دانشیار گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران ۳. کارشناس ارشد تربیت بدنی عمومی، دانشکده تربیت بدنی

و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران ۴. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، گروه مدیریت

ورزشی، دانشگاه پیام نور تهران، تهران، ایران

(تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۱۲/۲۰، تاریخ تصویب: ۱۳۹۴/۰۳/۱۱)

چکیده

هدف تحقیق حاضر مقایسه دیدگاه معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان درباره رفتار حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن و اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی و ارتباط بین آنها در مدارس شهرستان مراغه بود. جامعه آماری پژوهش کلیه معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهرستان مراغه بودند و نمونه آماری را ۳۸۳ نفر از دانش‌آموزان پسر و ۳۹ نفر از معلمان تربیت بدنی پایه مقطع متوسطه شهرستان مراغه تشکیل می‌دادند که به روش تصادفی ساده انتخاب شدند. برای گردآوری داده‌ها از دو پرسشنامه رفتار بین‌فردی پلیر و همکاران (۲۰۰۱) و پرسشنامه اثربخشی آموزش استیفن کو و کریستین بولی (۲۰۰۷) استفاده شد. یافته‌های تحقیق با استفاده از روش‌های آماری توصیفی و استنباطی تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد که بین دیدگاه معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان درباره رفتار حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن و اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی در دانش‌آموزان تربیت بدنی در مدارس شهرستان مراغه تفاوت معناداری وجود دارد ($P \leq 0/05$). همچنین بین حمایت اجتماعی معلمان تربیت بدنی و مؤلفه‌های آن با اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی هم از دیدگاه معلمان و هم دانش‌آموزان همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. پیشنهاد می‌شود معلمان تربیت بدنی رفتارهای حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن را در بین دانش‌آموزان گسترش دهند.

واژه‌های کلیدی

اثربخشی، ارتباطی، استقلال، حمایت اجتماعی، دانش‌آموز، شایستگی، معلمان تربیت بدنی

مقدمه

تربیت بدنی می‌تواند سهم آموزشی مهمی در رشد شخصی دانش‌آموزان داشته باشد. تربیت بدنی فرصت‌هایی را برای لذت بردن، یادگیری مهارت‌های حرکتی جدید و همکاری با دیگران فراهم می‌سازد (۱). از اهداف اصلی تربیت بدنی فراهم کردن دانش، شایستگی و مهارت لازم برای افراد جوان برای انتخاب و شرکت در فعالیت‌های جسمانی مرتبط با سلامت در اوقات فراغت است. مهم‌تر اینکه جوانان از طریق فعالیت‌های تربیت بدنی در مدارس تجربه‌های مختلفی را از فعالیت‌های جسمانی به دست می‌آورند و این فعالیت‌های در مدرسه ممکن است مشارکت جوانان را در فعالیت‌های بدنی بیرون از مدرسه رنگ‌تر کند (۲). این در حالی است که محیط مدرسه محیط پیچیده‌ای است و عوامل متعددی بر دانش‌آموزان در انجام فعالیت‌های بدنی تأثیر دارند. چهار عامل مربوط به تفاوت‌های فردی، تأثیر خود را بر انگیزه‌های درونی در تربیت بدنی نشان داده‌اند. این عوامل عبارت‌اند از: درک شایستگی، درک استقلال، دستیابی به هدف و سودمندی درک‌شده از کلاس تربیت بدنی. مطالعات چندی نشان داده‌اند که درک شایستگی در ارتباط مثبت با انگیزه‌های درونی است. اگر دانش‌آموزان احساس کنند که در کلاس تربیت بدنی شایسته‌اند، از مشارکتشان لذت می‌برند. درک استقلال یا خودمختاری نیز بر دستیابی به اهداف کلاس تربیت بدنی تأثیرگذار است. دانش‌آموزانی که در تربیت بدنی برای فعالیت‌های خود احساس استقلال کنند، بیشتر به فعالیت‌های بدنی و ورزش روی خوش نشان می‌دهند (۱).

تربیت بدنی جزء لاینفک برنامه‌های آموزش و پرورش است و آموزش همگانی برای تمام دانش‌آموزان مطرح است و هدف از آن تقویت و پرورش تمام استعدادهای جسمانی و روانی دانش‌آموزان تا حدی است که زندگی سالم و موفق در محیط‌های طبیعی و اجتماعی میسر

شود. بنابراین آموزش تربیت بدنی برای تمام دانش‌آموزان و در جهت پرورش تمام استعدادهای آنان همگام و همسو با تعلیم و تربیت کلی، ارائه می‌شود. همچنین زنگ تربیت بدنی در مدارس مکانی برای آموزش مهارت‌های حرکتی نوجوانان، سازگاری روان‌شناختی و دانش سلامت عمومی به حساب می‌آید. در شرایط مطلوب تربیت بدنی می‌تواند برای دانش‌آموزان فرصتی فراهم کند تا بخش چشمگیری از فعالیت بدنی روزانه توصیه‌شده 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. دانش‌آموزان در کلاس‌های تربیت بدنی تلاش کمی دارند. با این حال تعدادی نیز از مشارکت اجتناب می‌ورزند (۳). در این زمینه 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 جامعه‌پذیر شده باشند، نرخ‌های متفاوت مشارکت در فعالیت‌های بدنی دارند. خانواده و همسالان، معلمان و استادان، رادیو و تلویزیون بر مشارکت در فعالیت‌های ورزشی تأثیر مثبت دارند. حمایت خانواده و دوستان به‌طور ثابت بر میزان مشارکت افراد در فعالیت بدنی تأثیرگذار است و برعکس نداشتن حمایت اجتماعی سبب کاهش سطح مشارکت در فعالیت بدنی می‌شود (۴). حمایت اجتماعی یکی از فرایندهایی اجتماعی مورد مطالعه در چندین دهه گذشته بوده است. حمایت اجتماعی مفهومی چندبعدی است که به اشکال و طرق مختلفی تعریف شده است. سارافینو^۱ (۱۹۹۸)، حمایت اجتماعی را میزان برخورداری از محبت، همراهی، مراقبت، احترام، توجه و کمک دریافت‌شده توسط فرد از سوی افراد یا گروه‌های دیگر مانند اعضای خانواده، دوستان و

انجام موفقیت‌آمیز مأموریت (۶). معلمان اثربخش نیز افرادی هستند که دستیابی به اهداف خاص را در نظر می‌گیرند، خواه این اهداف توسط خود آنها یا دیگران (مدیران، آموزش و پرورش و...) تهیه و تدوین شده باشد. از جمله مشکلات عمده فرا روی سیستم آموزشی کشور، کیفیت پایین منابع انسانی است که به‌طور مستقیم بر کیفیت کل آموزش به شکل افزایش میزان افت تحصیلی در میان دانش‌آموزان و هدر رفتن هزینه‌های ملی تأثیر می‌گذارد که این سیستم آموزشی، شامل فعالیت‌های تربیت بدنی که در مدارس کشور توسط دبیران تربیت بدنی در قالب زنگ ورزش ارائه می‌گردد نیز می‌شود. براساس نتایج پژوهش‌ها به‌طور وسیعی سطح فعالیت جسمانی افراد جوان در حال حاضر پایین‌تر از سطح در نظر گرفته‌شده مناسب برای ترویج فواید بهداشتی است (۷). همچنین شواهد تحقیقاتی از کشورهای صنعتی نشان می‌دهد که کاهش فعالیت جسمانی با افزایش سن با شدیدترین کاهش بین ۱۳ و ۱۸ سالگی است. در پاسخ به این شواهد، سازمان ملی مانند مراکز کنترل و پیشگیری بیماری، از وزارت بهداشت، درمان و خدمات انسانی ایالات متحده و اداره حسابرسی ملی در بریتانیا توصیه می‌کند که برنامه‌های تربیت بدنی مدارس باید نقش مرکزی در افزایش سطح فعالیت‌های فیزیکی افراد جوان بازی کنند، زیرا بسیاری از کودکان در برنامه‌های سازمان‌یافته فعالیت بدنی در خارج از مدرسه شرکت نمی‌کنند. در مقابل، کلاس‌های تربیت بدنی تقریباً شامل اعضای گروه همسن با سطح توانایی‌های کاملاً مختلف‌اند (۸).

دسی و رایان^۲ در نظریه «خودتعیینی» به بررسی ماهیت و نحوه اثرپذیری از محیط پرداختند. براساس این نظریه اثرپذیر شدن، به داشتن انگیزه برای انجام کارها اشاره دارد. شخص هنگامی که نیرو یا منبع محرکی برای

دیگران مهم تعریف کرده‌اند. عده‌ای حمایت اجتماعی را واقعیتی اجتماعی و برخی دیگر، آن را ناشی از ادراک و تصور فرد می‌دانند. ساراسون^۱ (۱۹۸۸) نیز حمایت اجتماعی را مفهومی چندبعدی می‌داند که هر دو بعد واقعی و تصویری را در برمی‌گیرد. در مجموع، شاید بتوان گفت که حمایت اجتماعی یعنی این احساس که شخص مورد توجه دیگران است و دیگران برای او ارزش قائل‌اند و اینکه او به یک شبکه اجتماعی متعلق است. رایج‌ترین انواع حمایت اجتماعی که توسط پژوهشگران معرفی شده و در تحقیقات متعددی بررسی شده‌اند، شامل سه مقوله حمایت اجتماعی عاطفی، ابزاری و اطلاعاتی است (۵).

تحقیقات زیادی نشان داده‌اند، افرادی که دارای سطوح بالاتری از حمایت اجتماعی‌اند، ممکن است احساس اثربخشی آنها، بالاتر از کسانی باشد که چنین مزیتی ندارند. این وضعیت، به چشم‌انداز مثبت و خوش‌بینانه منجر می‌شود که می‌تواند صرف‌نظر از میزان کارایی انجام کارها توسط افراد، برای سلامتی آنها سودمند باشد. همچنین، برخی پژوهش‌ها نشان می‌دهند که سطوح بالای حمایت اجتماعی، می‌توانند اثربخشی افراد در انجام امور کارها را نیز افزایش دهند (۵).

امروزه نیز تلاش سازمان‌ها برای دستیابی به اهداف از طریق استخدام و جذب نیروهای انسانی کارآمد همواره یکی از نگرانی‌های اصلی آنها بوده است. همچنین سازمان‌های موفق همواره نگران میزان و نحوه تحقق اهداف خود هستند. اثربخشی اهداف سازمان در گرو داشتن نیروی انسانی بانگیزه و با مهارت بالاست که در بین سازمان‌ها، سازمان‌های آموزشی به‌دلیل ماهیت وظیفه‌ای که بر عهده دارند، نیازمند معلمانی اثربخش‌اند. درباره اثربخشی تعاریف متعددی ارائه شده است. در فرهنگ عام اثربخشی عبارت است از میزان تحقق اهداف و

عمل کردن ندارد، فاقد انگیزه است. نظریه خودتعیینی به‌عنوان اصل موضوع پذیرفته که عوامل محیطی زمانی که با توجه به سه نیاز بنیادی روانی، یعنی نیاز به شایستگی، ارتباط و استقلال مطالعه می‌شوند، از عملکرد مؤثر انسان حمایت می‌کنند. معلمان می‌توانند این نیازها را با استفاده از رفتارهای حمایتی پرورش دهند، به این معنا که معلمان به مشارکت دانش‌آموزان دقت و توجه بیشتری داشته باشند و فرصت‌های بیشتری را برای آنها ایجاد کنند تا خودشان فعال باشند. معلمان حمایت‌کننده استقلال، ارتباط را ارتقا داده و فرصت‌های بیشتری را برای انتخاب فراهم می‌کنند و سؤالات زیادی در مورد آنچه دانش‌آموزان می‌خواهند انجام دهند، می‌پرسند و نشانه‌های پیشرفت را تحسین می‌کنند. به‌طور کلی، افرادی که نیازهایشان از طریق چنین شرایط محیطی حمایت شود، از نتایج مثبت مربوط به آن بهره‌مند خواهند شد (۹). درباره رفتار حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن (در دانش‌آموزان تربیت بدنی) و اثربخشی (کلاس‌های تربیت بدنی) پژوهش‌های متعددی انجام گرفته و نتایج متناقض و متفاوتی گزارش شده است. شعبانی بهار و همکاران (۱۳۸۶)، در تحقیقی به بررسی عوامل تأثیرگذار در کیفیت بخشی به درس تربیت بدنی پرداختند و نشان دادند که از دیدگاه معلمان تربیت بدنی عوامل اهداف آموزشی، برنامه آموزشی، محتوای آموزشی، شیوه تدریس، تخصص معلمان ورزش، تجربه معلمان ورزش، نگرش و ارزشیابی در حد زیاد و خیلی زیاد بر کیفیت بخشی درس تربیت بدنی اثرگذارند (۱۰). واعظی و همکاران (۱۳۸۷)، در تحقیقی با عنوان «بررسی ارتباط مؤلفه‌های رفتاری مدیران آموزشی با اثربخشی دبیرستان‌های شهر تهران» بیان کردند که بین مؤلفه‌های رفتاری حمایتی، موفقیت مدار و مشارکت‌جویانه با اثربخشی سازمانی ارتباط معناداری وجود دارد و بین مؤلفه‌های رفتاری دستوری و

موقعیت‌مدار با اثربخشی ارتباط معناداری وجود ندارد (۱۱). شن^۱ و همکاران (۲۰۱۰) در تحقیقی به بررسی تأثیر حمایت اجتماعی نامناسب معلمان تربیت بدنی بر بی‌انگیزگی دانش‌آموزان در تربیت بدنی پرداختند. نتایج نشان داد ادراک حمایت ناکافی دبیران از استقلال، شایستگی و ارتباط با عدم مشارکت در تربیت بدنی در ارتباط است. یافته‌ها نشان داد که کاهش حمایت اجتماعی معلمان از دانش‌آموزان می‌تواند به‌عنوان عامل مهمی در تلاش ناکافی برای شرکت در فعالیت‌های جسمانی دانش‌آموزان عمل کند (۱۲). همچنین پژوهش‌هایی که عملکرد حمایت اجتماعی دبیران بر انگیزش دانش‌آموزان را بررسی کرده‌اند، می‌توان به نتایج تحقیق ستاندریج^۲ و همکاران (۲۰۰۶) اشاره کرد. یافته‌های آنها نشان داد که ادراک دانش‌آموزان از حمایت اجتماعی معلمان، به‌طور مثبت پیش‌بینی‌کننده شایستگی، استقلال و ارتباط ادراک‌شده دانش‌آموزان بود که هر یک به‌طور مثبت با اهداف تربیت بدنی ارتباط داشت (۱۳). در نهایت می‌توان گفت دانش‌آموزانی که تجربه مثبت در فعالیت‌های جسمانی دارند، ممکن است بخواهند این فعالیت‌ها را ادامه دهند و برعکس آن نیز ممکن است اتفاق بیفتد. اگر هدف از تربیت بدنی در مدارس، ارتقای فعالیت بدنی در طول عمر است، برای دانش‌آموزان داشتن تجربه لذت‌بخش مهم است. پس بررسی دیدگاه دانش‌آموزان مناسب است و می‌تواند منعکس‌کننده تجارب آنها باشد و اطلاعات ارزشمندی را فراهم سازد (۱۴).

اگر تربیت بدنی 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 شود و با نگرشی نو به آن در برنامه‌ها و ساختار

1. Shen

2. Standage

که به‌طور منظم در ساعات تربیت بدنی در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کردند، به‌عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از طریق پرسشنامه، ابتدا با اداره آموزش پرورش شهرستان مراغه هماهنگی‌های لازم برای دریافت مجوز جهت حضور در مدارس انجام گرفت. بعد از دریافت مجوز از اداره آموزش و پرورش، از تعداد معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان متوسطه، مطلع شدیم و در مدارس حضور یافتیم و بعد از آن پرسشنامه‌ها براساس پرس کردن، در بین معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان پخش شد. پس از پخش کردن پرسشنامه‌ها در بین معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان، توضیحات لازم در مورد نحوه پر کردن پرسشنامه‌ها به معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان ارائه شد، که این روند سه ماه طول کشید. برای جمع‌آوری داده‌ها در بین معلمان تربیت بدنی از دو پرسشنامه استاندارد رفتار بین‌فردی پلیتر^۱ و همکاران (۲۰۰۱) (۱۵) و پرسشنامه اثربخشی آموزش استیفن کو و کریستین باولی^۲ (۲۰۰۷) (۱۶) که برای معلمان طراحی شده است، استفاده شد. همچنین برای حمایت اجتماعی با اثربخشی از دیدگاه دانش‌آموزان با بهره گرفتن از دو پرسشنامه استاندارد رفتار بین‌فردی پلیتر و همکاران و پرسشنامه اثربخشی آموزش استیفن کو و کریستین باولی (۲۰۰۷) استفاده شد. برای سنجش پایایی ابزار از دو روش پایایی آزمون-بازآزمون و پایایی درونی (ضریب آلفای کرونباخ)، استفاده شد. برای محاسبه پایایی آزمون-بازآزمون از آزمون (ICC)^۳ در محیط نرم‌افزار SPSS استفاده شد؛ بدین‌صورت که پرسشنامه‌ها در بین ۳۰ نفر از جامعه آماری (۱۵ دانش‌آموز و ۱۵ معلم تربیت بدنی)، در دو مرحله متفاوت با فاصله زمانی ۱۰ روز توزیع و جمع‌آوری شد، میانگین داده‌ها محاسبه و با استفاده از

خود تجدیدنظر کند و تمامی عواملی را که ممکن است باعث بی‌انگیزگی دانش‌آموزان شود، بررسی کند تا ضمن آگاهی از آنها زمینه مشارکت همه دانش‌آموزان در فعالیت‌ها فراهم شود و دانش‌آموزان به سمت زندگی فعال هدایت شوند تا در آینده جامعه‌ای بشاش، پرنشاط، سالم و نیرومند داشته باشیم. با توجه به موارد ذکرشده، آنچه به‌عنوان سؤالات اصلی در این تحقیق مطرح است این است که آیا بین دیدگاه معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان درباره رفتار حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن در دانش‌آموزان تربیت بدنی تفاوت وجود دارد؟ آیا بین دیدگاه معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان درباره اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی در مدارس شهرستان مراغه تفاوت وجود دارد؟ همچنین آیا بین رفتار حمایت اجتماعی دبیران تربیت بدنی و اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی مدارس از دیدگاه معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان ارتباط وجود دارد؟

روش تحقیق

روش پژوهش حاضر از شاخه پیمایشی و از نوع توصیفی-همبستگی است و از نظر هدف، کاربردی است و اطلاعات به‌صورت میدانی با استفاده از نظرهای دانش‌آموزان و معلمان تربیت بدنی شهرستان مراغه گردآوری شد. جامعه آماری پژوهش را کلیه معلمان تربیت بدنی و تمامی دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهرستان مراغه تشکیل می‌دادند، که تعداد معلمان تربیت بدنی ۳۹ نفر و تعداد دانش‌آموزان ۹۶۵۲ نفر بود. در این پژوهش به‌علت محدود بودن جامعه آماری معلمان، از روش سرشماری استفاده شد، یعنی نمونه آماری برابر جامعه آماری در نظر گرفته شد. برای نمونه‌گیری دانش‌آموزان نیز از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای استفاده شد، که در نهایت ۳۸۳ دانش‌آموز

1. Pelletier
2. Stepfen, Choo & Christine, Bowley
3. Intraclass correlation coefficient

آزمون (ICC)، همبستگی بین میانگین‌ها محاسبه شد، که برای پرسشنامه رفتار بین فردی پلیتر و همکاران برابر با ۰/۸۶ برای معلمان تربیت بدنی و ۰/۸۳ برای دانش‌آموزان و برای پرسشنامه اثربخشی آموزش استیفن کو و کریستین باولی (۲۰۰۷)، برابر با ۰/۸۷ برای معلمان تربیت بدنی و ۰/۷۹ برای دانش‌آموزان به دست آمد. براساس مطالعات قبلی، ضریب همبستگی ۰/۷۴ به بالاتر، بسیار خوب است (۲). برای سنجش سازگاری درونی از روش آزمون آلفای کرونباخ استفاده شد. این ضریب برای پرسشنامه رفتار بین فردی پلیتر و همکاران به ترتیب برای معلمان و دانش‌آموزان ۰/۸۷، ۰/۸۴ و برای پرسشنامه اثربخشی آموزش استیفن کو و کریستین باولی (۲۰۰۷)، به ترتیب برای معلمان و دانش‌آموزان ۰/۹۱، ۰/۸۳، به دست آمد، که براساس مطالعات قبلی محدوده بالاتر از ۰/۸۰ بسیار خوب است (۱۸، ۱۷، ۱۴). برای پی بردن به روایی پرسشنامه‌ها از دو روش روایی محتوا و روایی صوری استفاده شد. برای تعیین روایی محتوای از مدل لاوشی (۱۹۷۵)، استفاده شد، به این ترتیب که هر دو پرسشنامه با مقیاس قضاوتی لیکرت چهاررتبه‌ای از «ارتباط ندارد تا بسیار مرتبط است» با نمره‌گذاری ۱ تا ۴، همراه با اهداف و فرضیه‌های پژوهش به پنج تن از متخصصان تربیت بدنی ارائه شد و در پرسشنامه ارائه شده به متخصصان خواسته شد، نظرهای خود را در خصوص ارتباط گویه‌ها با متغیرها و گویه‌هایی که لازم است اضافه یا حذف شود، لحاظ کنند (۲۱، ۲۰، ۱۹). برای تعیین روایی صوری نیز در پرسشنامه اولیه که به پنج تن از متخصصان تربیت بدنی ارائه شد، از متخصصان خواسته شد، نظرهای خود را در مورد ساختار پرسشنامه، غلط املایی، نگارشی و ادبی نیز لحاظ کنند. داده‌های تحقیق ابتدا از دیدگاه توصیفی برای تعیین میانگین، انحراف معیار، فراوانی‌ها، درصدها و رسم

نمودار مورد نظر بود. به این منظور ابتدا اطلاعات دموگرافیک آزمودنی‌ها بررسی شد. آماره‌های توصیفی نیز در خصوص هر یک از متغیرهای تحقیق ارزیابی شدند. برای بررسی توزیع طبیعی متغیرها از آزمون کولموگوروف اسمیرنوف، استفاده شد ($P \leq 0/05$). برای آزمون فرضیه‌های پژوهش نیز از آزمون t مستقل و ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز از نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۰ استفاده شد. تجزیه و تحلیل آماری نیز در سطح $\alpha = 0/05$ انجام گرفت.

نتایج و یافته‌های تحقیق

در جدول ۱ توزیع فراوانی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی پاسخگویان پرسشنامه‌ها آورده شده است.

در جدول ۲ یافته‌های توصیفی متغیرهای رفتار حمایت اجتماعی و ابعاد آن و همچنین اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی، میانگین و انحراف معیار محاسبه شده است.

با توجه به اطلاعات جدول ۲ میانگین نمره کل حمایت اجتماعی و هر چهار مؤلفه آن از دیدگاه معلمان بیشتر از میانگین دیدگاه دانش‌آموزان است. همچنین از دیدگاه معلمان مؤلفه حمایت از شایستگی (۱۷/۷۸)، بیشترین امتیاز و مؤلفه حمایت از ارتباطی (۱۵/۵۳)، کمترین امتیاز را دارد و از دیدگاه دانش‌آموزان مؤلفه حمایت از استقلال (۱۲/۲۶)، بیشترین امتیاز و مؤلفه حمایت از ارتباط (۱۰/۶۴)، کمترین امتیاز را دارد. همچنین میانگین نمره اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی از دیدگاه معلمان (۸۹/۲۴)، همانند رفتار حمایت اجتماعی بیشتر از میانگین دیدگاه دانش‌آموزان (۸۲/۱۳) است.

جدول ۱. توزیع فراوانی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی پاسخگویان

متغیرها	آماره	فراوانی	درصد
سن معلمان	کمتر از ۳۰ سال	۱۴	۳۶
	۳۰ تا ۳۵ سال	۱۰	۲۶
	۳۶ تا ۴۰ سال	۷	۱۸
	۴۱ تا ۴۵ سال	۵	۱۳
	۴۵ سال به بالا	۳	۸
مدرک تحصیلی معلمان	دیپلم	-	۰
	فوق‌دیپلم	۸	۲۰
	لیسانس	۲۱	۵۴
سابقه تدریس معلمان	کمتر از ۵ سال	۱۱	۲۸
	۶ تا ۱۰ سال	۸	۲۱
	۱۱ تا ۱۵ سال	۹	۲۳
	۱۶ تا ۲۰ سال	۵	۱۳
	۲۰ سال به بالا	۶	۱۵
پایه تحصیلی دانش‌آموزان	اول	۱۳۸	۳۶
	دوم	۱۴۷	۳۸
	سوم	۹۸	۲۶
رشته تحصیلی دانش‌آموزان	علوم تجربی	۴۱	۱۷
	ریاضی و فیزیک	۴۳	۱۸
	علوم انسانی	۴۹	۲۰
	فنی و حرفه‌ای	۵۷	۲۳
	کاردانش	۵۵	۲۲

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار حمایت اجتماعی و ابعاد آن

متغیر	نمونه	تعداد	میانگین	انحراف معیار
حمایت از استقلال	معلمان	۳۹	۱۶/۱۲	۲/۴۵
	دانش‌آموزان	۳۸۳	۱۲/۲۶	۳/۲۴
حمایت از شایستگی	معلمان	۳۹	۱۷/۷۸	۲/۴۱
	دانش‌آموزان	۳۸۳	۱۱/۳۴	۲/۰۲
حمایت از ارتباط	معلمان	۳۹	۱۵/۵۳	۱/۷۸
	دانش‌آموزان	۳۸۳	۱۰/۶۴	۳/۴۵
حمایت اجتماعی	معلمان	۳۹	۵۰/۴۳	۳/۴۳
	دانش‌آموزان	۳۸۳	۳۴/۸۲	۵/۶۸
اثربخشی کلاس	معلمان	۳۹	۸۹/۲۴	۲/۵۷
	دانش‌آموزان	۳۸۳	۸۲/۱۳	۴/۲۹

اسمیرنوف استفاده شد و محاسبات انجام گرفته نشان داد که توزیع پراکندگی متغیرها طبیعی بود. در ادامه

به‌منظور انتخاب آزمون‌های آماری مناسب به‌منظور بررسی توزیع طبیعی داده‌ها از آزمون کولموگروف

درباره اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی در مدارس شهرستان مراغه از آزمون تی مستقل استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ درج شده است.

فرضیه‌های تحقیق بررسی می‌شود. به‌منظور بررسی مقایسه بین دیدگاه معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان درباره رفتار حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن و همچنین مقایسه بین دیدگاه معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان

جدول ۳. مقایسه دیدگاه معلمان و دانش‌آموزان درباره رفتارهای اجتماعی و مؤلفه‌های آن

متغیر	آماره	نوع	میانگین	انحراف استاندارد	آزمون t مستقل		
					t	df	P
استقلال		معلمان	۱۶/۱۲	۲/۴۵	۴۲۰	-۳/۲۱۱	۰/۰۱*
			دانش‌آموزان	۱۲/۲۶			
شایستگی		معلمان	۱۷/۷۸	۲/۴۱	۴۲۰	-۵/۸۹۰	۰/۰۱*
			دانش‌آموزان	۱۱/۳۴			
ارتباطی		معلمان	۱۵/۵۳	۱/۷۸	۴۲۰	-۴/۲۳۶	۰/۰۱*
			دانش‌آموزان	۱۰/۶۴			
حمایت اجتماعی		معلمان	۵۰/۴۳	۳/۴۳	۴۲۰	-۲/۸۵۲	۰/۰۱*
			دانش‌آموزان	۳۴/۸۲			
اثربخشی معلمان		معلمان	۸۹/۲۴	۲/۵۷	۴۲۰	-۴/۱۰۱	۰/۰۱*
			دانش‌آموزان	۸۲/۱۳			

* ارتباط ($P \leq 0/05$)، معنادار است.

بین دیدگاه معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان در خصوص اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی تفاوت معناداری وجود دارد ($P \leq 0/05$).

به‌منظور بررسی رابطه بین رفتار حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن با اثربخشی کلاس‌ها (دانش‌آموزان و معلمان)، از آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ نشان داده شده است.

با توجه به اطلاعات جدول ۴ از نتایج آزمون تی مستقل مشخص است که مقدار معناداری برای نمره کل حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن و مقدار معناداری برای در زمینه اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی از دیدگاه معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان برابر با $P=0/01$ است، که کمتر از سطح معناداری ($0/05$) است. بنابراین بین دیدگاه معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان در زمینه رفتارهای حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن و همچنین

جدول ۴. نتایج تحلیل رابطه بین رفتار حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن با اثربخشی کلاس‌ها (دانش‌آموزان و معلمان)

پیش‌بین	ملاک	ضریب همبستگی (r)	سطح معناداری P
حمایت اجتماعی	اثربخشی کلاس‌ها (دانش‌آموزان)	۰/۵۱	۰/۰۱*
حمایت از استقلال	اثربخشی کلاس‌ها (دانش‌آموزان)	۰/۶۵	۰/۰۱*
حمایت از شایستگی	اثربخشی کلاس‌ها (دانش‌آموزان)	۰/۵۵	۰/۰۱*
حمایت ارتباطی	اثربخشی کلاس‌ها (دانش‌آموزان)	۰/۴۸	۰/۰۲*
حمایت اجتماعی	اثربخشی کلاس‌ها (معلمان)	۰/۶۷	۰/۰۱*
حمایت از استقلال	اثربخشی کلاس‌ها (معلمان)	۰/۵۲	۰/۰۱*
حمایت از شایستگی	اثربخشی کلاس‌ها (معلمان)	۰/۷۳	۰/۰۱*
حمایت ارتباطی	اثربخشی کلاس‌ها (معلمان)	۰/۴۶	۰/۰۱*

* ارتباط ($P \leq 0.05$)، معنادار است.

ارتباطی)، وجود دارد، به‌طوری‌که هم در نمره کل رفتار حمایت اجتماعی و هم در هر سه مؤلفه آن میانگین به‌دست‌آمده از دیدگاه دبیران تربیت بدنی بیشتر از دیدگاه دانش‌آموزان بوده است. این نتایج بیانگر آن است که معلمان از دیدگاه خود رفتارهای حمایت اجتماعی در حد بالاتری برای دانش‌آموزان انجام می‌دهند. این در حالی است که دانش‌آموزان آن رفتارهای حمایت اجتماعی را نسبت به خود معلمان پایین‌تر گزارش کرده‌اند که به لحاظ آماری نیز این اختلاف معنادار است. همچنین از دیدگاه خود معلمان بیشترین توجهشان از بین مؤلفه‌های رفتار حمایت اجتماعی به‌ترتیب شایستگی (۱۷/۷۸)، استقلال (۱۶/۱۲) و ارتباطی (۱۵/۵۳) است، که این نتایج با نتایج پژوهش سالاری و بادامی (۱۳۹۱) ناهم‌سوست (۲۲). آنها در پژوهش خود نشان دادند که از دیدگاه دبیران تربیت بدنی، بیشترین میانگین مربوط به مؤلفه استقلال است. از دلایل احتمالی این ناهم‌سویی می‌توان به تفاوت در ویژگی‌های اجتماعی و فرهنگی آزمودنی‌های پژوهش، تفاوت در موقعیت جغرافیایی و تفاوت در جامعه آماری پژوهش اشاره کرد. از دیدگاه دانش‌آموزان نیز به‌ترتیب استقلال (۱۲/۲۶)، شایستگی (۱۱/۳۴) و ارتباطی (۱۰/۶۴) بیشترین میزان توجه معلمان به رفتارهای

با توجه به جدول ۴، نتایج حاصل از آزمون ضریب همبستگی پیرسون نشان می‌دهد که بین رفتار حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن از دیدگاه معلمان و دانش‌آموزان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ($P \leq 0.05$). از دیدگاه دانش‌آموزان حمایت از استقلال با ضریب همبستگی $r=0.65$ ، بیشترین تأثیر را برای اثربخشی کلاس‌ها دارد و کمترین ضریب همبستگی هم مربوط به حمایت ارتباطی با ضریب همبستگی $r=0.48$ است. از دیدگاه معلمان نیز حمایت از شایستگی با ضریب همبستگی $r=0.73$ بیشترین تأثیر را برای اثربخشی کلاس‌ها دارد و کمترین ضریب همبستگی هم مربوط به حمایت ارتباطی با ضریب همبستگی $r=0.46$ است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف مقایسه دیدگاه معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان درباره رفتار حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن و اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی و ارتباط بین آنها در مدارس شهرستان مراغه صورت گرفت. یافته‌های تحقیق حاکی از آن است که تفاوت معناداری بین دیدگاه دبیران تربیت بدنی و دانش‌آموزان در زمینه رفتار حمایت اجتماعی دبیران تربیت بدنی و هر سه مؤلفه آن (حمایت از استقلال، حمایت از شایستگی و حمایت

حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن است. همچنین پژوهشگر، مطالعه‌ای را که در آن دیدگاه معلمان و دانش‌آموزان در خصوص میزان ادراک‌شده حمایت اجتماعی و مؤلفه‌های آن مقایسه شده باشد، نیافت. با توجه به نتایج می‌توان گفت شاید به‌علت اینکه دانش‌آموزان در سن نوجوانی قرار دارند، روی رفتارهای حمایت از استقلال بیشتر از رفتارهای دیگر توجه می‌کنند و به همین دلیل معلمان برای اینکه در دانش‌آموزان احساس رفتار حمایت اجتماعی را افزایش دهند و به تبع آن موجب اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی شوند، باید سعی کنند از رفتارهای حمایت از استقلال نسبت به مؤلفه‌های دیگر برای این رده سنی در کلاس‌های تربیت بدنی بیشتر استفاده کنند، تا از این طریق احساس حمایت اجتماعی را در دانش‌آموزان افزایش دهند. همچنین معلمان تربیت بدنی بهتر است در شیوه رهبری خود از استقلال دانش‌آموزان حمایت کنند و شرایطی را فراهم آورند که دانش‌آموزان در کلاس‌های تربیت بدنی حق انتخاب و آزادی در عمل بیشتری در انجام فعالیت‌های بدنی داشته باشند.

یافته‌های دیگر تحقیق بیانگر آن است که تفاوت معناداری بین دیدگاه معلمان تربیت بدنی و دانش‌آموزان در زمینه اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی وجود دارد، به‌طوری‌که میانگین اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی از دیدگاه معلمان تربیت بدنی (۸۹/۲۴)، بیشتر از دیدگاه دانش‌آموزان (۸۲/۱۳)، بوده است که این نتایج حاکی از آن است که معلمان از دیدگاه خود اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی را در حد بالاتری نسبت به دیدگاه دانش‌آموزان گزارش کرده‌اند. این در حالی است که دانش‌آموزان اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی را نسبت به خود معلمان پایین‌تر گزارش کرده‌اند که به لحاظ آماری نیز این تفاوت معنادار است. همچنین پژوهشگر، در این

فرضیه مطالعه‌ای را که در آن دیدگاه معلمان و دانش‌آموزان در خصوص اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی مقایسه شده باشد، نیافت. اثربخشی یعنی انجام کارهای درست و ملاک درستی کارها که نتیجه ارتباط منطقی آنها با هدف‌هاست. پس اثربخشی را می‌توان میزان دستیابی به اهداف و سودمند بودن برنامه، تعریف کرد که امروزه در مدارس کشور برای اینکه کلاس‌های تربیت بدنی دارای اثربخشی در حد مطلوب داشته باشند، یعنی بتوانند به هدفی‌های که کلاس‌های تربیت بدنی براساس آنها تشکیل شده است، بتوانند برسند، باید از دبیران تربیت بدنی کارآمد و متخصص در کلاس‌های تربیت بدنی استفاده کرد. ولی نتایج حاکی از آن است، براساس دیدگاه دانش‌آموزان کلاس‌های تربیت بدنی اثربخشی پایین‌تری نسبت به دیدگاه معلمان دارد، بر همین اساس بهتر است، دیدگاه دانش‌آموزان در مورد اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی سنجش شود که از جمله این پژوهشی‌ها می‌توان به پژوهش لیندا و بانویل (۲۰۰۶)، که گزارش کردند نگرش دانش‌آموزان این است که اثربخشی و کیفیت‌بخشی درس تربیت بدنی در مدارس زمانی اتفاق می‌افتد که به توسعه آمادگی جسمانی و افزایش سطح مهارت‌های دانش‌آموزان بینجامد (۱۰). پس از جمله مواردی که معلمان تربیت بدنی برای اثربخش‌تر کردن کلاس‌های تربیت بدنی می‌توانند اجرا کنند، توسعه آمادگی جسمانی و افزایش سطح مهارت‌های دانش‌آموزان است. در نتیجه با توجه به نتایج می‌توان گفت از دیدگاه معلمان تربیت بدنی، کلاس‌های تربیت بدنی اثربخشی بالاتری نسبت به دیدگاه دانش‌آموزان دارند، ولی از دیدگاه دانش‌آموزان چنین نیست، که برای رساندن آن به حد مطلوب بهتر است معلمان تربیت بدنی تلاش بیشتری داشته باشند، که از جمله آن فعالیت‌ها نیز در قسمت بالا ذکر شد.

یافته‌های بخش دیگر تحقیق حاکی از همبستگی مثبت و معنادار بین حمایت اجتماعی معلمان تربیت بدنی با اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی در دانش‌آموزان متوسط شهرستان مراغه از دیدگاه خود دانش‌آموزان بود. به عبارت دیگر، از دیدگاه دانش‌آموزان هرچه حمایت اجتماعی معلمان تربیت بدنی افزایش یابد، اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی نیز افزایش می‌یابد. از پژوهش‌های همسو با این فرضیه می‌توان به پژوهش‌های واعظی و همکاران (۱۳۸۷)، عریضی و همکاران (۱۳۸۵)، شعبانی بهار و همکاران (۱۳۹۰)، تومانیس (۲۰۰۱)، هاساندرا و همکاران (۲۰۰۳)، رین بوث و همکاران (۲۰۰۴)، تومانیس (۲۰۰۵) اسپرینگر و همکاران (۲۰۰۶)، بیگ و همکاران (۲۰۱۱)، و جویسار (۲۰۱۲) اشاره کرد (۲۵، ۲۶، ۲۸، ۲۹، ۳۰). در نتیجه می‌توان گفت حتی خود دبیران تربیت بدنی رابطه بین اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی را با افزایش رفتارهای حمایت اجتماعی مثبت و معنادار اعلام کرده‌اند، بنابراین می‌توان گفت خود معلمان تربیت بدنی تأثیر حمایت اجتماعی بر اثربخشی فعالیت‌های تربیت بدنی در زنگ ورزش آگاهی دارند، پس باید مدیران و با مسئولان تربیت بدنی آموزش و پرورش به دنبال برگزاری دوره‌های آموزشی برای معلمان تربیت بدنی خود به لحاظ آموزش حمایت اجتماعی مناسب باشند.

یافته‌های بخش دیگر پژوهش حاکی از همبستگی مثبت و معنادار بین حمایت از استقلال معلمان تربیت بدنی با اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی در دانش‌آموزان متوسط شهرستان مراغه از دیدگاه خود دانش‌آموزان بود. به عبارت دیگر، از دیدگاه دانش‌آموزان هرچه حمایت از استقلال معلمان تربیت بدنی افزایش یابد، اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی نیز افزایش می‌یابد. از بین مؤلفه‌های رفتارهای حمایت اجتماعی نیز به ترتیب حمایت از استقلال ($r=۰.۶۵$)، بیشترین همبستگی را با اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی داشت. این در حالی است که استراتژی‌های انگیزشی از جمله پاداش و تهدید، استقلال را تضعیف می‌کنند و در نتیجه به نتایج غیرمطلوب مانند کاهش انگیزه درونی، خلاقیت کمتر، و ضعیف‌تر شدن حل مشکل منجر می‌شوند. در مقابل، فراهم کردن حق انتخاب و تصدیق احساسات می‌تواند حس خود-آغازی را ارتقا دهند. به طوری که بعضی مطالعات نقش واسطه‌ای استقلال ادراک شده را نشان می‌دهند. برای مثال، دسی و رایان (۲۰۰۰)، در پژوهشی نشان دادند ارائه حمایت از استقلال،

یافته‌های بخش دیگر تحقیق حاکی از همبستگی مثبت و معنادار بین حمایت اجتماعی معلمان تربیت بدنی با اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی در دانش‌آموزان متوسط شهرستان مراغه از دیدگاه خود دانش‌آموزان بود. به عبارت دیگر، از دیدگاه دانش‌آموزان هرچه حمایت اجتماعی معلمان تربیت بدنی افزایش یابد، اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی نیز افزایش می‌یابد. از پژوهش‌های همسو با این فرضیه می‌توان به پژوهش‌های واعظی و همکاران (۱۳۸۷)، عریضی و همکاران (۱۳۸۵)، شعبانی بهار و همکاران (۱۳۹۰)، تومانیس (۲۰۰۱)، هاساندرا و همکاران (۲۰۰۳)، رین بوث و همکاران (۲۰۰۴)، تومانیس (۲۰۰۵) اسپرینگر و همکاران (۲۰۰۶)، بیگ و همکاران (۲۰۱۱)، و جویسار (۲۰۱۲) اشاره کرد (۲۵، ۲۶، ۲۸، ۲۹، ۳۰). در نتیجه می‌توان گفت حتی خود دبیران تربیت بدنی رابطه بین اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی را با افزایش رفتارهای حمایت اجتماعی مثبت و معنادار اعلام کرده‌اند، بنابراین می‌توان گفت خود معلمان تربیت بدنی تأثیر حمایت اجتماعی بر اثربخشی فعالیت‌های تربیت بدنی در زنگ ورزش آگاهی دارند، پس باید مدیران و با مسئولان تربیت بدنی آموزش و پرورش به دنبال برگزاری دوره‌های آموزشی برای معلمان تربیت بدنی خود به لحاظ آموزش حمایت اجتماعی مناسب باشند.

یافته‌های بخش دیگر تحقیق نیز حاکی از همبستگی مثبت و معنادار بین حمایت اجتماعی دبیران تربیت بدنی با اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی در دانش‌آموزان متوسط شهرستان مراغه از دیدگاه دبیران تربیت بدنی بود. ضمن این ارتباط بالاتر از حد متوسط و حدود ۶۷ درصد بود. به عبارت دیگر، از دیدگاه خود دبیران نیز هرچه حمایت اجتماعی دبیران تربیت بدنی افزایش یابد، اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی نیز افزایش می‌یابد. از پژوهش‌های همسو با این فرضیه می‌توان به پژوهش‌های حسینی کشتان و همکاران (۱۳۸۹)، پلیتر و همکاران (۲۰۰۱)، بیدل و وانگ (۲۰۰۳)، تومانیس (۲۰۰۵)،

نسبت به کنترل، با نتایج مثبت از جمله انگیزه درونی بیشتر، افزایش رضایت و افزایش تندرستی همراه است، که با نتایج پژوهش حاضر همسوست (۱۷). عریضی و همکاران (۱۳۸۶)، نیز در پژوهشی نشان دادند، از میان رفتارهای مرتبط با سرزندگی معلم، اشتیاق معلم، حمایت استقلال و دانش زیربنایی بیش از دیگر رفتارهای معلم تبیین‌کننده سرزندگی و انگیزه درونی دانش‌آموزان نسبت به فعالیت‌های بدنی‌اند. بنابراین نسبت به نتایج به‌دست‌آمده از دیدگاه دانش‌آموزان باید معلمان تربیت بدنی سعی داشته باشند، رفتار حمایت از استقلال، را در بین دانش‌آموزان گسترش دهند تا از این طریق سبب اثربخشی کلاس‌ها تربیت بدنی و به‌دنبال آن افزایش مشارکت دانش‌آموزان در فعالیت‌های جسمانی شوند. از طرفی از دیدگاه دانش‌آموزان بیشترین تأثیر بر اثربخشی را مؤلفه حمایت از استقلال گزارش کرده‌اند، که آن هم می‌تواند به‌دلیل این باشد که دانش‌آموزان در این سن بیشتر در پی استقلال و خودمختاری هستند (۴). در خصوص تأیید این یافته می‌توان به پژوهش دسی و رایان (۲۰۰۰)، مارکلند و توبین (۲۰۱۰) و مک‌لند (۲۰۱۱) اشاره کرد (۳۲، ۳۱، ۱۷). با توجه به نتایج این تحقیقات به‌دلیل نقش استقلال به‌عنوان قوی‌ترین و اصولی‌ترین پیش‌بینی‌کننده نتایج مرتبط با سلامت روانی روی آن تأکید می‌کنند و ضروری است که اقدامات رفتاری مرتبط با سلامت بر روی افزایش استقلال از طریق ارائه حمایت از استقلال در جهت برانگیختن تغییر رفتار یا بهبود تندرستی تمرکز کنند. بنابراین می‌توان گفت باید به این مؤلفه بیشتر از مؤلفه‌های دیگر نسبت به دیدگاه دانش‌آموزان، دیران تربیت بدنی توجه داشته باشند و بیشتر به‌کار برند، تا اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی نیز افزایش یابد.

مطابق یافته‌های دیگر تحقیق، بین نمره حمایت از شایستگی با اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی ارتباط

مثبت و معناداری با ضریب همبستگی بالاتر از حد متوسط وجود دارد که این همبستگی کمتر از تأثیر اثربخشی رفتار حمایت استقلال است. همچنین همان‌طور که در فرضیه سوم ذکر شد، برای دستیابی فرد به احساس شایستگی باید رفتار حمایت از استقلال را به‌دست آورد. در زمینه شایستگی آزمایش‌های اولیه نشان دادند رویدادهایی مانند بازخورد مثبت که بر رضایت از نیاز به شایستگی دلالت دارند، انگیزه‌های درونی را افزایش می‌دهند، درحالی‌که رویدادهایی مانند بازخورد منفی که تمایل به مهار نیاز به شایستگی دارند، انگیزه درونی را تضعیف می‌کنند که دسی و رایان (۱۹۸۰)، این نتایج را به نیاز به شایستگی ارتباط دادند (۱۷). نتایج این فرضیه با نتایج پژوهش‌های واعظی و همکاران (۱۳۸۷)، شعبانی‌بهار و همکاران (۱۳۹۰)، سالاری (۱۳۹۳)، ستانیدیچ و همکاران (۲۰۰۶)، آموروس و بوچر (۲۰۰۷)، مورسیا و همکاران (۲۰۰۸)، بیگ و همکاران (۲۰۱۱) و جوپسار (۲۰۱۲) همسوست (۳۰، ۲۹، ۲۶، ۲۲، ۱۳، ۱۱، ۱۰، ۹). بنابراین معلمان تربیت بدنی باید سعی کنند در کنار رفتار حمایت از استقلال، رفتار حمایت از شایستگی را نیز داشته باشند. همچنین بازخوردهای مثبت بهتر است از عملکردهای باشد، که واقعاً فرد شایستگی آن را داراست، تا از این طریق انگیزه‌های درونی دانش‌آموزان را برای انجام فعالیت‌های بدنی افزایش دهند.

نتایج دیگر تحقیق بیانگر آن است که بین نمره حمایت از ارتباط با اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. ولی نسبت به دو مؤلفه قبلی رفتار حمایت اجتماعی ضریب همبستگی (۴۸ درصد) پایین‌تری دارد، به‌طوری‌که این همبستگی کمتر از حد متوسط است. اگرچه استقلال و شایستگی تأثیرات قوی بر انگیزه درونی دارد، نظریه‌ها و تحقیقات نشان می‌دهند که ارتباط هم، هرچند کم، در حفظ انگیزه

نتایج پژوهش پلیتر و همکاران (۲۰۰۱)، ستاندریج و همکاران (۲۰۰۶)، مارکلند و توپین (۲۰۱۰)، احمدی و همکاران (۱۳۹۱)، آموروس و بوچر (۲۰۰۷)، شن و همکاران (۲۰۱۰)، همسوست (۳۳، ۳۱، ۲۹، ۱۵، ۱۳، ۱۲). با توجه به نتایج به‌دست‌آمده در این بخش از تحقیق که نشان می‌دهد، معلمان تربیت بدنی به مؤلفه حمایت از شایستگی در اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی اهمیت بیشتری قائل‌اند، درحالی‌که باید سعی داشته باشند، به مؤلفه حمایت از استقلال توجه ویژه‌ای داشته باشند، چراکه براساس پیشینه موجود در این زمینه، حمایت از استقلال و دیدگاه خود دانش‌آموزان، این مؤلفه می‌تواند تأثیرگذاری بیشتری بر اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی داشته باشد.

نتایج بخش دیگر تحقیق بیانگر آن است که بین نمره حمایت از شایستگی با اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد که در بین مؤلفه‌های حمایت اجتماعی نیز مؤلفه حمایت از شایستگی دارای بیشترین ضریب همبستگی $r=0/73$ با اثربخشی است. این نتایج نشان می‌دهد که از دیدگاه معلمان تربیت بدنی حمایت از شایستگی نسبت به دو مؤلفه دیگر می‌تواند تأثیر بیشتری بر اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی داشته باشد. این در حالی است که حمایت از استقلال باید وجود داشته باشد تا تأثیر حمایت از شایستگی بیشتر باشد. با این همه این شایستگی خود نیز اهمیت بیشتری می‌یابد. در مورد شایستگی می‌توان گفت دانش‌آموزان زمانی که درک کنند، معلم تربیت بدنی براساس معیارهای خود - ارجاعی آنها را ارزیابی می‌کند، احساس شایستگی می‌کنند. به‌خصوص در تربیت بدنی درک شایستگی نقش بسیار مهمی دارد، زیرا برخی دانش‌آموزان هیچ تجربه قبلی در برخی از فعالیت‌های ورزشی ندارند. بنابراین، کسانی که با تجربه قبلی احساس شایستگی جسمی کنند،

درونی نقش دارد. به‌طور مثال، وقتی کودکان در فعالیتی جالب و دلچسب در حضور آزمونگر بزرگسال، که تلاششان برای برقرار کردن ارتباط را نادیده می‌گرفت، کار می‌کردند، بچه‌ها سطح بسیار پایینی از انگیزه درونی را نشان دادند. در واقع، در طول عمر، نظریه خودتعیینی فرض می‌کند که انگیزه درونی به‌احتمال بیشتر، در زمینه‌هایی با احساس ارتباط مطمئن شکوفا خواهد شد. به‌طور مثال دانش‌آموزانی که معلمان خود را به‌صورت صمیمی و دلسوز تجربه می‌کنند، انگیزه درونی بیشتری را نشان می‌دهند. همچنین دسی و رایان به نقش کمتر ارتباط نسبت به استقلال و شایستگی در انگیزه خودتعیینی معتقدند (۱۷). این گفته‌ها در مورد این فرضیه پژوهش همخوانی دارد، چراکه از دیدگاه دانش‌آموزان نیز نقش رفتار حمایت از استقلال و شایستگی بیشتر از رفتار حمایت ارتباطی بود. همچنین نتایج این فرضیه با نتایج پژوهش‌های آموروس و بوچر (۲۰۰۷) و شن و همکاران (۲۰۱۰) همخوانی دارد (۲۹، ۱۲). بنابراین معلمان تربیت بدنی علاوه بر اینکه رفتار حمایت از استقلال و شایستگی را در کلاس‌های تربیت بدنی به‌کار می‌برند، از رفتار حمایت از ارتباط نیز به‌سبب نقشی که در افزایش انگیزه درونی نسبت به شرکت و ادامه دادن فعالیت‌های بدنی دارد، استفاده کنند.

نتایج به‌دست‌آمده از بخش دیگر تحقیق نشان می‌دهد، بین نمره حمایت از استقلال با اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد و همبستگی آن بالاتر از حد متوسط است. همچنین همبستگی بین رفتار حمایت از استقلال با اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی نسبت به دیدگاه دانش‌آموزان بیشتر از دیدگاه خود معلمان بود، یعنی دانش‌آموزان تأثیر رفتار حمایت از استقلال را بیشتر از خود معلمان در اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی می‌دانند. این مؤلفه با

نیرومند در نظر گرفته شده است (۲۱). از نتایج همسو با این فرضیه می‌توان پژوهش‌های تومانیس (۲۰۰۵)، مارکلند و توبین (۲۰۱۰)، جویسار (۲۰۱۲) را نام برد (۳۱، ۲۶، ۸).

در پایان پیشنهاد می‌شود دبیران تربیت بدنی برای اینکه بتوانند در دانش‌آموزان احساس رفتار حمایت اجتماعی در کلاس‌های تربیت بدنی را افزایش دهند و به دنبال آن موجب اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی شوند، همچنین با توجه به اینکه از دیدگاه خود دانش‌آموزان نیز بیشترین تأثیر بر اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی را مؤلفه حمایت از استقلال دارد، بهتر است سعی کنند بیشتر از رفتارهای حمایت از استقلال نسبت به مؤلفه‌های دیگر برای این رده سنی در کلاس‌های تربیت بدنی استفاده کنند، تا از این طریق احساس حمایت اجتماعی در دانش‌آموزان را افزایش دهند. همچنین پیشنهاد می‌شود معلمان تربیت بدنی در کنار رفتار حمایت از استقلال، رفتار حمایت از شایستگی را نیز داشته باشند و بازخوردهای مثبت از عملکرد دانش‌آموزان نیز بهتر است، بازخوردهایی باشند که واقعاً فرد شایستگی آن را دارد، تا از این طریق انگیزه‌های درونی دانش‌آموزان برای انجام فعالیت‌های بدنی را افزایش دهند. در ضمن معلمان تربیت بدنی علاوه بر اینکه رفتار حمایت از استقلال و شایستگی را در کلاس‌های تربیت بدنی به کار می‌برند، از رفتار حمایت از ارتباط نیز به سبب نقشی که در افزایش انگیزه درونی دارد، استفاده کنند. در آخر اینکه دبیران تربیت بدنی در شیوه رهبری خود از استقلال ورزشکاران حمایت کنند و شرایطی را فراهم آورند که به دانش‌آموزان حق انتخاب و آزادی عمل بیشتری در انجام فعالیت‌ها داده شود. همچنین معلمان تربیت بدنی برای اثربخش‌تر کردن کلاس‌های تربیت بدنی به توسعه آمادگی جسمانی و افزایش سطح مهارت‌های دانش‌آموزان در

به احتمال زیاد تربیت بدنی را جالب و سرگرم‌کننده می‌دانند و می‌خواهند در آن شرکت کنند و بیشتر به توسعه مهارت‌های ورزشی خود بپردازند. با این حال، کسانی که درمی‌یابند فاقد شایستگی جسمی‌اند، معمولاً تربیت بدنی را تجربه‌ای بی‌معنی می‌دانند و فقط به این دلیل که قانون است یا به دلیل ترس از تنبیه در آن شرکت می‌کنند (۶). همچنین نتایج این فرضیه با پژوهش‌های آموروس و بوچر (۲۰۰۷)، شن و همکاران (۲۰۱۰)، هاساندرا و همکاران (۲۰۰۳) همخوانی دارد (۲۹، ۱۲، ۱). بنابراین بهتر است دبیران تربیت بدنی بر اساس معیارهای خود - ارجاعی دانش‌آموزان را در کلاس‌های تربیت بدنی ارزیابی کنند، تا در آنها احساس شایستگی و در نهایت حمایت از شایستگی را ایجاد کنند.

مطابق یافته‌های دیگر تحقیق، بین نمره حمایت از ارتباط با اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد که همبستگی (۰/۴۶ درصد) آنها پایین‌تر از حد متوسط است. با توجه به دیدگاه دانش‌آموزان و معلمان همبستگی بین حمایت از ارتباط با اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی نسبت به دو مؤلفه حمایت از استقلال و شایستگی با اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی کمتر است. این در حالی است که ارتباط مشارکت را ارتقا می‌دهد و احساسی خاص و مهم است که رفتارهای پرنرژی مانند تلاش، پشتکار و مشارکت را برای ترویج احساسات مثبت مانند علاقه و شور و شوق و تعدیل عواطف منفی مانند اضطراب و خستگی در پی خواهد داشت. کودکانی که احساس بی‌ارتباطی با همراهان اصلی اجتماعی کنند، به‌سختی در فعالیت‌ها مشارکت می‌کنند و به راحتی بی‌حوصله، نگران و ناامید می‌شوند. پس روابط و نزدیکی معلم و دانش‌آموز اهمیت زیادی دارد. روابط با معلمان به دلیل نقش‌های مختلفی که معلمان به‌خصوص معلمان تربیت بدنی می‌توانند داشته باشند، به‌عنوان عاملی

کلاس‌های تربیت بدنی توجه بیشتری داشته باشند، تا خود دانش‌آموزان به حد مطلوب برسند.
 بتوانند اثربخشی کلاس‌های تربیت بدنی را حتی از دیدگاه

منابع و مآخذ

1. Hassandra M, Goudas M, Chroni S. Examining factors associated with intrinsic motivation in physical education: a qualitative approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 2003; 4(3): 211-223.
2. Hagger M, Chatzisarantis N, Culverhouse T, Biddle S. The processes by which perceived autonomy support in physical education promotes leisure-time physical activity intentions and behavior: A trans-contextual model. *Journal of Educational Psychology*, 2005; 95(4): 784-795.
3. Bazgari A, Mahdivand A, Zamani L. Educational courses with distinct structure and free activity: self-determination and physical activity of students. *The Growth of Physical Education*, 2011; 12(1): 58-61. (in Persian)
4. Arizi HR, Abedi A, Taji M. The relationship between teachers' behaviors and the vitality and inner motivation of high school students in Isfahan. *Quarterly Journal of Educational Innovations*, 2007; 6(23): 13-28. (in Persian)
5. Riyahi, ME, Veerdinia AA, Pourhossein SZ. The Relationship between Social Support and Mental Health. *Journal of Social Welfare Research*, 2010; 10(39): 85-121. (in Persian)
6. Seyyednour SA, Hayati D, Aqbahi A, Abdoulkhani Z. Investigating the Relation Between the Simple and Multiple Organizational Culture and its Components with the Effectiveness of a Teacher in Secondary Schools of Shosh. *Faculty of Medicine, University of Medical Sciences*, 2013; 3(2): 29-39. (in Persian)
7. Cavill N, Biddles J, Sallis J. Health enhancing physical activity for young people: Statement of the United Kingdom expert consensus conference. *Pediatric Exercise Science*, 2001; 13(1): 12-25.
8. Tomanis N. A Prospective Study of Participation in Optional School physical education Using a self-determined Theory Framework. *Journal of Educational Psychology*, 2005; 97(3): 444-453.
9. Bieg S, Backes S, Mittag W. The role of intrinsic motivation for teaching, teachers care and autonomy support in students self-determined motivation. *Journal for Educational Research Online*, 2011; 3(1): 122-140.
10. Shabani Bahar GR, Erfani N, Eshraqi A. Investigating influencing factors in quality of physical education in secondary schools from the point of view of sports teachers. *Quarterly Journal of Research in Sport Sciences*, 2007; 20: 143-156. (in Persian)
11. Vaezi, M, Hosseini SR, Amir Hosseini A. Investigating the Relationship between Behavioral Components of Educational Managers and the Effectiveness of High Schools in Tehran. *Journal of Psychology and Education*, 2008; 39(2): 30-30. (in Persian)

12. Shen B, Li W, Sun H, Rukavina PB. The Influence of Inadequate Teacher-to-Student Social Support on Amotivation of physical education students. *Journal of teaching in physical education*, 2010; 29(4): 417-432.
13. Standage M, Duda JL, toumanis N. Students motivational processes and their relationship to teacher ratings in school physical education: A self- determination theory approach. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 2006; 77(1): 100-110.
14. Bernstein E, Phillips SH, Silverman S. Attitudes and Perceptions of Middle School Students toward Competitive Activities in physical education. *Journal of Teaching in physical educational*, 2011; 30(1): 69-83.
15. Pelletier LG, Fortier MS, Vallerand RJ, Brière NM. Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 2001; 25(4): 279-306.
16. Stepfen Ch, Christine B. Using training and development to affect job satisfaction within franchising. *Journal of Small Business and Enterprise Development*, 2007; 14(2): 339-352.
17. Deci E, Ryan M. The Support of Autonomy and the Control of Behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1980; 53(6): 1024- 1037.
18. Nunnally J, Bernstein IP. *Psychometric Theory* New York: McGraw Hill, 3rd ed. *Western Journal of Nursing Research*, 1994; 25(5): 508-518.
19. Gable R, Wolf J W. *Instrument development in the affective domain: Measuring attitudes and values in corporate and school settings*. Boston: Kluwer Academic; 1993.
- 20- Lewin A.Y, John W M. Determining organizational effectiveness: another look , and an agenda for research. *Management science* , 1986; 32(5): 514-538.
21. Walz CF, Strickland O, Lenz E. *Measurement in nursing research* (2nd ed.). Philadelphia: F. A. Davis, Health and Social Work, 1991; 20: 87-92
22. Salari K, Badami, R. The Relationship between Social Support of Educational Teachers and Students' Motivation for Sport Activities. *Sports Psychology Studies*, 2012; 3(8): 49-58. (in Persian)
23. Tomanis N. A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. *The British Journal of educational Psychology*, 2001; 71: 225-242.
24. Reinboth M, Duda JL, Ntoumanis N. Dimensions of coaching behavior, need satisfaction, and the psychological and physical welfare of young athletes. *Motivation and Emotion*, 2004; 28(3): 297-313.
25. Springer AE, Kelder SH, Hoelscher DM. Social support, physical activity and sedentary behavior among 6th-grade girls: a cross-sectional study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 2006; 3(8) : 1479-1489.
26. Joesaar, H. The effects of perceived peer motivational climate, autonomy support from coach, basic need satisfaction, and intrinsic motivation on persistence in sport. PHD Dissertation, University of Tartu, Estonia, 2012; P 24.

- 27- Hosseini Keshtan, M. The relationship between coach's style and the team's integrity of the Iranian Premier League football team. Master's Thesis, Physical Education and Sports Science, Guilan University, 2007; p. 23. (in Persian)
28. Biddle S, Wang J. Motivation and self-perception profiles and links with physical activity in adolescent girls. *Journal of Adolescence*, 2003; 26: 687-701.
29. Amorose AJ, Anderson-Butcher D. Autonomy-supportive coaching and self-determined motivation in high school and college athletes: A test of self-determination theory. *Psychology of Sport and Exercise*, 2007; 8(5): 654-670.
30. Murcia JA, Rojas NP, Coll DG. Influence of autonomy support, social goals and relatedness on amotivation in physical education classes. *Psicothema*, 2008; 20(4): 636-641.
31. Markland D, Tobin VJ. Need support and behavioural regulations for exercise among exercise referral scheme clients: The mediating role of psychological need satisfaction. *Psychology of Sport and Exercise*, 2010; 11: 91-99.
32. McLachlan S. The role of autonomy support and integration in predicting and changing behaviour: theoretical and practical perspectives on self-determination theory. PhD thesis, University of Nottingham, 2010; P 89.
33. Ahmadi M, Namazizadeh M, Mokhtari P. Perceived motivational atmosphere, satisfaction of psychological needs and self-motivation in children's sports. *Quarterly Journal of Research in Sport Management and Motor Behavior*, 2012; 2(3): 125-139. (in Persian)