

بررسی میزان مشارکت دانش‌آموزان متوسطه اول شهر مشهد در ورزش و عوامل روانشناختی کناره‌گیری آنان از ورزش

مهلا روحبخش اجتماعی*؛ سیدمحمد کاظم واعظ موسوی^۲؛ زهرا سلمان^۳

چکیده

مقدمه: نگرش افراد در نوجوانی نسبت به موانع و مزایای مشارکت در فعالیت بدنی به‌عنوان عامل اثرگذار بر تصمیم‌گیری‌های نظر گرفته‌شده است. هدف از این پژوهش، سنجش میزان مشارکت دانش‌آموزان متوسطه اول شهر مشهد و بررسی عوامل روان‌شناختی مؤثر در مشارکت و کناره‌گیری آنان از ورزش است.

روش شناسی: این پژوهش بر روی ۳۸۶ دانش‌آموزان ۱۵-۱۳ به روش تصادفی خوشه‌ای-مرحله‌ای انجام شد و از سه پرسشنامه خودگزارشی، نگرش به ورزش، نکفب و موانع مشارکت کارول و آلکساندریا استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد، (۷۵ درصد) دانش‌آموزان شرکت‌کننده فعال و (۲۵ درصد) غیرفعال هستند. همچنین، از اصلی‌ترین موانع عدم مشارکت؛ موانع شخصی (کمبود زمان، عدم علاقه، ترس از آسیب‌دیدگی و خستگی)، موانع محیطی (عدم امکانات، فضاهای آموزشی نامناسب) و موانع اجتماعی (نداشتن همراه، عدم حمایت والدین، فشارهای اجتماعی) و عوامل درونی در درجه اول (آمادگی و سلامت جسمانی، کسب لذت و علاقه، سلامت روان، سرگرمی و تفریح) و عوامل بیرونی (در کنار دوستان بودن، یافتن دوستان جدید، رشد اجتماعی، رقابت) در درجه دوم اولویت از دلایل مشارکت در فعالیت‌های بدنی در نوجوانان هست.

بحث و نتیجه‌گیری: انجام این پژوهش در این بازه سنی می‌تواند راهی برای تأمل و تفکر بیشتر در جهت ارتقاء ورزش نوجوانان جهت رسیدن به جامعه‌ای پویا باشد. با توجه به سابقه ورزشی به‌دست‌آمده از شرکت‌کنندگان تقریباً ۶۶ درصد از افراد فعال، سابقه بیشتر از ۳ سال در ورزش داشتند. همچنین، مشارکت‌کنندگان در ورزش علاوه بر ساعت ورزش در مدرسه به‌طور میانگین بیشتر از ۳ ساعت در هفته در برنامه‌های ورزشی خارج از مدرسه نیز مشارکت داشته‌اند. با توجه به داده‌های به‌دست‌آمده پسران حدود ۱۰ درصد بیشتر از دختران در ورزش مشارکت می‌کنند. دستیابی به این نتایج می‌تواند راهی برای تأمل و تفکر بیشتر در جهت ارتقاء ورزش نوجوانان جهت رسیدن به جامعه‌ای پویا باشد.

واژگان کلیدی: فعالیت بدنی منظم، عوامل روان‌شناختی، ترک ورزش، دانش‌آموزان.

۱. کارشناسی ارشد روان‌شناسی ورزش، دانشگاه علامه طباطبائی، ایران، تهران (نویسنده مسئول: تلفن:، پست الکترونیکی:

(mahla.roohbakhsh71@gmail.com)

۲. استاد روان‌شناسی ورزش دانشگاه امام حسین(ع)، ایران، تهران

۳. دانشیار رفتار حرکتی دانشگاه علامه طباطبائی، ایران، تهران

۱- مقدمه

تربیت بدنی و ورزش در مفهوم کلی کلمه پدیده‌ای اجتماعی است که با اعتلای آن، روابط افراد جامعه و سلامت جسم و روح آن‌ها استحکام می‌یابد؛ بنابراین روابط اجتماعی، تربیت بدنی و ورزش بر یکدیگر تأثیر متقابل دارند و در تأمین بهداشت روانی، نحوه تفکر و تصمیم‌گیری، اعتماد به نفس، تکوین شخصیت و اجتماعی شدن مؤثر است (۱). فعالیت جسمانی یکی از ابعاد شیوه زندگی سالم است و خطر برخی از بیماری‌های قلبی-عروقی، سرطان‌ها و دیابت نوع دوم را کاهش می‌دهد. فعالیت جسمانی پیش‌زمینه بسیاری از فعالیت‌های روزمره زندگی مثل خوردن، پوشیدن لباس، برخاستن، راه رفتن و غیره است. این عوامل نه تنها برای ایجاد استقلال جسمانی فرد ضروری هستند بلکه در ارزیابی‌های عملکردی افراد نیز حائز اهمیت است (۲). آموزش و پرورش به عنوان یک نهاد اجتماعی، نقش مهمی در رشد و پیشرفت هر جامعه دارد. به طوری که ارتقاء سطح فرهنگی، سیاسی، اجتماعی و ورزشی هر جامعه، نیازمند توجه به آموزش و پرورش و برنامه‌ریزی مناسب و توسعه کمی و کیفی آن است. در این راستا، تربیت بدنی و ورزش نیز یک پدیده مؤثر در ارتقاء فرهنگ جوامع به شمار می‌رود. از این رو، می‌توان با توسعه فعالیت‌های تربیت بدنی و ورزش در مدارس، علاوه بر سطح توانایی‌های جسمانی و روانی، بلوغ فکری و عقلی دانش‌آموزان را نیز افزایش داد که پیامد آن کاهش تنش‌های روانی و جسمانی است (۳). نوجوانان بزرگ‌ترین گروه افراد شرکت‌کننده در ورزش را تشکیل می‌دهند و از میانه دهه ۱۹۷۰ به این سو، تعداد روزافزونی از متخصصان متعهد در زمینه روان‌شناسی ورزش مسیر شغلی خود را به بررسی مسائل مهم روان‌شناختی در شرکت کودکان در ورزش اختصاص داده‌اند. آثار این روان‌شناسان پیامدهای مهمی را برای برنامه‌های ایمن و سالم از لحاظ روان‌شناختی برای کودکان در پی داشته است (۴). ورزش برای جوانان تکیه‌گاه امن به حساب می‌آید تا در پناه آن به نهایت رشد و کمال مطلوب انسانی دست یابند. تحقیقات بسیار نشان داده است ورزش علاوه بر اینکه ابزار ارزشمندی برای سلامت بدنی است، رابطه نزدیکی با سلامت روان به ویژه جلوگیری از ناهنجاری‌های روانی دارد. در واقع ورزش از جنبه‌های مختلف اجتماعی، فرهنگی، سیاسی، اقتصادی و سلامت حائز اهمیت است (۵). در ایران نوجوانان گروه سنی ۱۱ تا ۱۹ سال حدود ۱۶ میلیون نفر (۲۷ درصد) از جمعیت را شکل می‌دهند. نوجوانی دوران منحصربه‌فردی در زندگی است و یکی از پرچالش‌ترین دوره‌های رشد انسان به شمار می‌آید. در این دوره تکاملی، تغییراتی در وضعیت بدن، تفکر و روابط اجتماعی به وجود می‌آید و فرد به تکامل جسمی، روانی و جنسی دست می‌یابد و به تدریج مسئولیت سلامت خود را به عهده می‌گیرد. مدرسه به عنوان یکی از مهم‌ترین نهادهای سازمان‌یافته اجتماعی و رسمی، با فراهم نمودن محیطی سالم می‌تواند باعث شکوفایی جسم و روان کودکان و نوجوانان جامعه شود و آنان را نسبت به خانواده و اجتماع مسئول سازد. باید اشاره نمود که محیط مدرسه بافتی را می‌آفریند که گستره‌ای از عواطف متفاوت را تحت تأثیر قرار می‌دهد و در واقع نقشی پر سایه در پدیدآوری انواع عواطف دارد (۶). ورود ورزش در دوره‌های تحصیلی و آموزشگاه‌ها مهر تأییدی بر نقش ورزش در حصول اهداف آموزشی و تربیتی است. شرکت در ورزش آموزشگاهی از چند نظر برای دانش‌آموزان سودمند است. ورزش آموزشگاهی به ارتقای سطح آمادگی جسمانی و تسلط بر بعضی از مهارت‌های ورزشی و کسب دانش مربوط به جنبه‌های مختلف ورزش کمک می‌کند. مزایای دیگری که بارها از آن‌ها یاد شده است، شامل تقویت روح ورزشکاری، همکاری، رهبری و وفاداری است. ورزش فرصت‌های رشد شخصی را فراهم و راه دوستی‌ها را هموار می‌سازد، تصمیم‌سازی و مهارت‌های فکری را تقویت می‌کند، خود انضباطی و تعهد را آموزش می‌دهد، اعتماد به نفس و موقعیت شخصی را تقویت می‌کند و موجب پذیرش دیگران بدون توجه به نژاد، قومیت و مذهب

می‌شود. کودکان و نوجوانان دلایل خاص یا انگیزه‌های بسیاری را برای شرکت در ورزش بروز می‌دهند. عواملی که مرتبط با شادی و سرگرمی هستند به‌طور مستمر توسط کودکان و نوجوانان رده‌بندی می‌شوند زیرا این عوامل از جمله مهم‌ترین دلایلی به شمار می‌آیند که به ورزش می‌پردازند. علاوه بر شادی و سرگرمی، کودکان به‌منظور افزایش توانایی‌هایشان نیز ورزش می‌کنند، اوقات خود را با دوستان سپری می‌کنند، سطوح آمادگی خود را بهبود می‌بخشند، چالش‌ها را تجربه می‌کنند، فرصت‌های جدیدی به‌دست‌آمده می‌آورند، سپس افتخار خانواده و ملت خویش می‌شوند. یافته‌ها بیانگر آن است که تعداد کمی از نوجوانان در فعلیت‌های بدنی و ورزش به‌طور منظم شرکت می‌کنند و سبک زندگی کم‌تحرک در آنان بیشتر شده است؛ بنابراین، شناسایی عوامل انگیزشی که تعیین‌کننده میزان مشارکت ورزشی در کودکان و نوجوانان است، می‌تواند مفید باشد. انگیزش^۱ از مهم‌ترین موضوعات در روان‌شناسی ورزش است، زیرا با اصل مشارکت و عدم مشارکت در ورزش ارتباط مستقیم دارد. درواقع، انگیزش فرآیند گرایش به فعلیتی خاص و تداوم آن است. این فرآیند، تمایلات و سوق‌دهنده‌های درونی و محرک‌های بیرونی را در برمی‌گیرد (۷). در تبیین انگیزش، نظریه‌های گوناگونی ارائه شده است، اما دسی (۲۰۰۰)، به تأثیر جنبه‌های شناختی انگیزش و پاداش‌ها به‌صورت تقویت کلامی و بازخورد مثبت، در سطوح بالای انگیزش درونی بر رفتار پرداخت. این امر، منجر به شکل‌گیری نظریه ارزیابی شناختی نظریه ارزیابی شناختی^۲ شد که اساس نظریه خودمختاری^۳ می‌باشد. بر اساس این نظریه، زمانی که افراد خودشان می‌خواهند کاری انجام دهند، نسبت به زمانی که احساس می‌کنند مجبور هستند آن کار را انجام دهند، سطوح بالاتری از انگیزش خودمختار را تجربه می‌کنند. درون نظریه خودمختار، پیوستاری از سطوح انگیزش ارائه شده است که در آن، انگیزش درونی^۴ بالاترین سطح قرار دارد، یعنی یک فرد فعالیت را در درجه اول به خاطر پاداش‌های ذاتی آن فعالیت مانند تفریح، لذت و رضایتمند انجام می‌دهد. عدم انگیزش، در پایین‌ترین سطح قرار دارد و فرد دلیل و انگیزه خاصی برای انجام فعالیت ندارد. دراین‌بین، انگیزش بیرونی قرار دارد که چهار نوع تنظیم انگیزشی شامل: آمیخته^۵ مانند مشارکت در فعلیتی که با حس فرد آمیخته شده و جزء اهداف و ارزش‌های واقعی فرد است، خودپذیر^۶ مانند فرد برای دستیابی به اهداف، پیامدها و فواید فردی در ورزش شرکت می‌کند، درون‌فکنی شده^۷ مانند انجام ورزش به خاطر حس شرم و یا گناه که در آن احتمال دارد تا حدی انگیزه درونی نیز وجود داشته باشد) و بیرونی^۸ (انجام یک فعالیت به خاطر پاداش‌های بیرونی) هستند (۸).

پژوهش دوفت و جانسون (۲۰۰۴) نشان داد، نوجوانان بزرگ‌ترین گروه افراد شرکت‌کننده در ورزش را تشکیل می‌دهند و از میان دهه ۱۹۷۰ به این‌سو تعداد روزافزونی از متخصصان متعدد در زمینه روان‌شناسی ورزش به بررسی مسائل مهم روان‌شناختی در شرکت کودکان در ورزش پرداخته‌اند. همچنین طبق تحقیقات اوینگ و سیفلد (۱۹۹۶)، از حدود ۸۰۰۰ نوجوان (۴۹ درصد پسر و ۵۱ درصد دختر) در ورزش‌های دارای حامی مالی در ایالات‌متحده چه در مدرسه و چه پس‌از آن شرکت می‌کردند، بنابراین بخشی از مهم‌ترین نقش‌آفرینی‌های روان‌شناس ورزش به شکل بالقوه به ورزش کودکان مربوط می‌شود (۴). بر اساس آمار ارائه شده توسط سازمان جهانی بهداشت، بار ناشی از

1. Motivation
2. Causality Orientations Theory
3. Self-determination theory
4. Intrinsic motivation
5. Integrated regulations
6. Identified regulatios
7. Introjected regulations
8. External regulations

بی‌حرکتی جسمانی در منطقه مدیترانه شرقی برابر یک میلیون و دویست و چهل هزار مورد مرگ و یک میلیون و دویست و چهل و سه هزار سال عمر ازدست‌رفته برآورد شده است. در ایران بی‌حرکتی در ۶۵ درصد بالغین جامعه وجود دارد و به‌عنوان یکی از عوامل مؤثر در شیوع بیماری‌های قلبی عروقی و سرطان قلمداد می‌شود (۹). پژوهش دوفت و جانسون (۲۰۰۴) نشان داد، نوجوانان بزرگ‌ترین گروه افراد شرکت‌کننده در ورزش را تشکیل می‌دهند و از میان دهه ۱۹۷۰ به این سو تعداد روزافزونی از متخصصان متعدد در زمینه روان‌شناسی ورزش به بررسی مسائل مهم روان‌شناختی در شرکت کودکان در ورزش پرداخته‌اند. همچنین طبق تحقیقات اوینگ و سیفلد (۱۹۹۶)، از حدود ۸۰۰۰ نوجوان (۴۹ درصد پسر و ۵۱ درصد دختر) در ورزش‌های دارای حامی مالی در ایالات متحده چه در مدرسه و چه پس از آن شرکت می‌کردند، بنابراین بخشی از مهم‌ترین نقش‌آفرینی‌های روان‌شناس ورزش به شکل بالقوه به ورزش کودکان مربوط می‌شود (۴). متأسفانه در طول زمان ورزش به محیطی پرتنش تبدیل شده است که بخش اعظم تفریح طلبی و لذت این‌گونه فعالیت‌ها را از بین می‌برد و جوانان را از این خوشی محروم می‌کند. این تفریح طلبی که گرایش‌های غلط والدین و مربیان با آن درآمخته است ورزش را برای برخی نوجوانان و جوانان به یک ترس تبدیل کرده و روان‌شناسان حوزه ورزش را بر آن داشته است تا با نگاهی تیزبینانه و دقیق‌تر به مسئله ورزش جوانان نگاه کنند. چرا بسیاری از نوجوانان پس از سن ۱۲ سالگی ورزش را کنار می‌گذارند؟ آیا نحوه مربیگری برای آن‌ها مشکل پیش می‌آورد؟ فشار والدین و تمرین باعث آن می‌شود؟ یا به ورزش دیگری روی می‌آورند؟ و هزاران چرایی دیگر (۹). طبق تحقیقات اوینگ و سیفلد (۱۹۸۹)؛ ایالات میشیگان (۱۹۷۶) شرکت کودکان در ورزش در سنین ۱۰ تا ۱۳ سالگی به اوج خود می‌رسد و سپس تا سن ۱۸ سالگی به شکل مداوم کاهش می‌یابد؛ یعنی زمانی که درصد نسبتاً کمی از نوجوانان همچنان به شرکت در ورزش سازمان‌یافته ادامه می‌دهند. طبق تحقیقات گولد و پتلیشکوف (۱۹۸۸) از هر ۱۰ کودکی که فصل ورزش را آغاز می‌کند ۳ یا ۴ نفر بیش از شروع فصل بعدی ورزش را متوقف می‌کند (۴).

حدود ۲۰ سال پیش مطالعه‌ای فشرده در مورد انگیزه جوانان برای شرکت در ورزش و همچنین دلایل خروج آن‌ها از این عرصه انجام داد، به این منظور ۱۱ شهر در سراسر ایالات متحده به‌عنوان نمونه به‌دقت انتخاب شدند و پاسخ‌های ۱۰۰۰۰ نوجوان ۱۰ تا ۱۸ ساله برای تحلیل داده‌ها استفاده شد. نتایج این تحقیق نتایج تحقیقات پیشین را تأیید کرد، از جمله: ۲۶ درصد جوانان ۱۸ ساله در ورزش شرکت می‌کردند، اغلب دلایل کنار گذاشتن ورزش را «لذت نبردن» و «مربیگری ضعیف» عنوان کردند، تعجب‌برانگیز نیست که آن‌ها ورزش را به خاطر نبود سرگرمی در آن و یا این‌که خود آن‌ها دیگر علاقه‌ای ندارند و یا به خاطر عوامل دیگری از قبیل عدم وقت کافی برای شرکت در بازی، تأکید زیاد بر برنامه و یا برنده شدن، رها می‌کنند (۹). کناره‌گیری در ورزش جوانان در بیشتر مواقع تحت تأثیر فشاری است که زمان شرکت در این ورزش‌ها تجربه می‌شود. منابع احتمالی فشار شامل ادراک از خود، عزت‌نفس، ارزشیابی اجتماعی، درک دستیابی به هدف و رفتار مربیان و والدین در مسابقات ورزشی جوانان می

1. Duffett & Johnson
- 2 Ewing & Seefeldt
- 3 Gould & Petlichkoff
4. Dropout
5. Self-perceptions
6. Self-esteem
7. Social evaluation

شود. طبق تحقیقات وایس و فرر-کاجا^۱ (۲۰۰۲) کودکان دارای ادراک پایین از توانایی‌های ورزشی خود در ورزش شرکت نمی‌کنند یا از ورزش کناره‌گیری می‌کنند، درحالی‌که کودکان سطح بالای ادراک شایستگی‌های خود در ورزش شرکت کرده و مشارکت خود را ادامه می‌دهند، اما دلایل شرکت و عدم شرکت نوجوانان در ورزش متفاوت است؛ بنابراین باید بین کناره‌گیری اختصاصی در ورزش و کناره‌گیری عمومی که منجر به توقف کامل شرکت نوجوانان در ورزش می‌شود تمایز قائل شد (واینبرگ و گولد، ترجمه واعظ موسوی و همکاران، ۱۳۹۴). طبق گزارش دبیرخانه شورای راهبردی وزارت ورزش و جوانان که در خرداد (۱۳۹۴) منتشر شد، میزان مشارکت دانش‌آموزان در رقابت‌های ورزش و ورزشی از ۳۶۱۴۷۸۳ نفر در سال (۱۳۸۹) به ۳۵۰۰۰۰۰ نفر در سال (۱۳۹۳) کاهش یافته است (۱۰). طبق گزارش دبیرخانه شورای راهبردی وزارت ورزش و جوانان که در خرداد (۱۳۹۴) منتشر شد، میزان مشارکت دانش‌آموزان در رقابت‌های ورزش و ورزشی از ۳۶۱۴۷۸۳ نفر در سال (۱۳۸۹) به ۳۵۰۰۰۰۰ نفر در سال (۱۳۹۴) کاهش یافته است (۱۰).

در حال حاضر، تحقیقات موجود حاکی از ناکافی بودن سطح فعالیت بدنی در نوجوانان است. نتایج تحقیقات تیموری و لوینس (۱۳۸۷) نیز نشان داد که تنها ۳۶ درصد دختران نوجوان در مرحله اتخاذ رفتار فعالیت بدنی هستند. شاید ظرفیت و علاقه در فرد موجود باشد اما محیط و مضمون جهت علاقه را مشخص می‌کند و در شکل‌گیری آن نقش دارد (۱۱). نلسون، لارسن، آدیر، پاپکین^۳ (۲۰۰۵) بیان کردند که در مورد الگوهای رفتار فعالیت‌بدنی و بی‌تحرکی یا تأثیر آن بر بیداری طولانی‌مدت فعالیت‌بدنی به‌ویژه در دوران حساس گذر از نوجوانی به بزرگسالی، اطلاعات کمی در دسترس است. درواقع تلاش‌هایی برای ارتقای الگوهای مادام‌العمر فعالیت‌بدنی در نوجوانان انجام شده، اما موفقیت آن‌ها به نسبت کم بوده است (۱۲). شاید یکی از علل این امر، استفاده بیشتر از رویکردهای کمی و سؤالات از پیش تعیین شده در مورد دانش، نگرش و عقاید افراد درباره ورزش و فعالیت‌بدنی و در نتیجه توجه کمتر به رویکردهای کیفی در این حوزه باشد؛ درحالی‌که تحقیق کیفی درصد دستیابی به نظرات عمیق مشارکت-کنندگان برای کشف نگرش‌ها، رفتارها و تجارب آنان است. علاوه بر این، روش‌های کیفی برای کسب نگاهی نو درباره آن چیزهایی که میزانی از آگاهی درباره آن‌ها وجود دارد نیز مؤثر است. از آنجایی که پژوهش‌های کمی در رابطه با فعالیت‌های بدنی و ورزش در نوجوانان در کشور انجام شده و از وضعیت ورزش در دانش‌آموزان ۱۵-۱۳ سال کشور اطلاع چندانی در دست نیست و با توجه به اینکه عدم انجام فعالیت بدنی چالش اصلی بهداشت عمومی در جهان به شمار می‌رود و به‌عنوان همه‌گیری جهانی شناخته می‌شود، به نظر می‌رسد انجام تحقیقی در این بازه سنی و باهدف سنجش میزان مشارکت دانش‌آموزان متوسطه اول شهر مشهد در ورزش و بررسی عوامل روان‌شناختی مشارکت و کناره‌گیری آنان از ورزش می‌تواند راهی برای تأمل و تفکر بیشتر در جهت ارتقاء و بهبود ورزش در نوجوانان جهت رسیدن به جامعه‌ای پویا و فعال باشد.

1 . Weiss & Ferrer-caja

2 . Weinberg & Gould

3 . Nelson, Adair, Larsen & Popkin

روش‌شناسی پژوهش

روش پژوهش

روش مورد استفاده در این پژوهش با توجه به ماهیت موضوع و اهداف مورد نظر، روش زمینه‌یابی از نوع زمینه‌یابی مقطعی است. در واقع این پژوهش به منظور توصیف کردن یک جامعه تحقیقی در زمینه توزیع یک پدیده معین انجام می‌شود. در این پژوهش نتایج به دست آمده از نمونه به جامعه تعمیم داده می‌شود و مهم‌ترین هدف یک زمینه‌یابی، توصیف یک جامعه است. در زمینه‌یابی مقطعی، اطلاعات از نمونه‌ای جمع‌آوری می‌شود که از جامعه‌ای از قبل تعیین شده می‌باشند، بنابراین اطلاعات فقط در یک برهه از زمان جمع‌آوری می‌شوند.

شرکت‌کنندگان

جامعه آماری این پژوهش ۳۸۶ دانش‌آموز متوسطه دوره اول بودند (۱۹۴ دختر و ۱۹۲ پسر) که از مجموع ۲۴۰۰۰ نفر بر اساس جدول مورگان و به صورت تصادفی - خوشه‌ای مرحله‌ای از میان نواحی هفت‌گانه آموزش و پرورش مشهد چند ناحیه و از بین نواحی چند مدرسه انتخاب شدند.

ابزار و شیوه گردآوری داده‌ها

در پژوهش حاضر از سه ابزار زیر برای جمع‌آوری اطلاعات مورد نیاز استفاده شده است.

(الف) پرسش‌نامه مشخصات فردی

(ب) پرسش‌نامه نگرش کودک به فعالیت بدنی و ورزش نکفب^۱

(ج) پرسش‌نامه موانع شرکت در فعالیت بدنی کارول و الکساندریا (۱۹۹۷)

پرسش‌نامه مشخصات فردی: این پرسش‌نامه محقق ساخته، شامل سؤالات تک پاسخی و تشریحی است که به منظور تحلیل بهتر اطلاعات به دست آمده استفاده شده است؛ که شامل جنسیت که به صورت کد مشخص می‌شود، پایه تحصیلی، سابقه ورزشی، مدت زمانی که ورزش می‌کند، دلایل انجام فعالیت ورزشی و کناره‌گیری از آن، سن کناره‌گیری از ورزش است که همراه با پرسش‌نامه اصلی به شرکت‌کنندگان تحویل داده شد.

پرسش‌نامه نگرش کودک به فعالیت بدنی و ورزش نکفب: شوتس، اسمول، کری و موشر (۱۹۸۵) سیاهه "نگرش کودکان به فعالیت بدنی نکفب" را برای سنجش شیوه نگرش کودکان به فعالیت بدنی ایجاد کردند. پیش از آن، کنیان (۱۹۶۸) سیاهه‌ای را برای سنجش نگرش جوانان به فعالیت بدنی به وجود آورد؛ اما باید در نظر داشت که زمان شکل‌گیری نگرش در انسان، اواسط کودکی است و همان‌گونه که مارتنز (۱۹۷۵) تأکید کرده، مطالعه شکل‌گیری نگرش و تغییرات آن در دوران کودکی اهمیت اساسی دارد. سیمون و اسمول (۱۹۷۴) با عنایت به این اهمیت، سیاهه کنیان را برای استفاده دانش‌آموزان ساده‌سازی کردند و آن را سیاهه "نگرش کودکان به فعالیت بدنی، نکفب" معرفی نمودند. تجربه اجرای این سیاهه به این نتیجه منجر شده که برای ارائه هفت زیر حیطه ترتیب مشخصی به وجود آید که عبارت است از رشد اجتماعی، تداوم اجتماعی، سلامتی و آمادگی جسمانی، خطر و هیجان، زیباشناسی، پالایش و ریاضت‌کشی. سؤالات با استفاده از مقیاس پنج طبقه‌ای نمره دهی می‌شوند، به طوری که ۵ همیشه باصفت مثبت و ۱ همیشه باصفت منفی زوج کلمات همراه است.

1. Children's attitude toward physical activity
2. Caroll & Alexandria
3. Schutz, Smoll, Carre, Mosher
4. Kenyon

در خصوص پایایی این پرسش‌نامه، شوتس و اسمول (۱۹۷۷) و شوتس و همکاران (۱۹۸۱) ضرایب پایایی ۰/۸۰ و ۰/۹۰ را گزارش کردند. وود (۱۹۷۹) همسانی درونی را گزارش نمود. ضریب همسانی درونی محاسبه شده در این پژوهش ۰/۷۹ بود که نزدیک به یافته‌های تحقیقات قبلی است. ضریب باز آزمایی نیز در این تحقیق ۰/۶۵۷۵ بیشتر از نتایج سایمون و اسمول (۱۹۷۴) است که ۰/۶۰ گزارش شده بود. همچنین این پرسش‌نامه در سال ۱۳۸۴ توسط واعظ موسوی و همکاران به صورت نسخه فارسی ترجمه و اعتبارسنجی شد. میزان همسانی درونی آزمون و آلفای کرونباخ به دست آمده ۰/۷۹۰۶ و ضریب باز آزمایی محاسبه شده در آزمون ۰/۶۵۷۵ و نشان دهنده پایایی آماری مناسب است.

پرسش‌نامه موانع شرکت در فعالیت بدنی کارول و الکساندریا: این پرسش‌نامه بر اساس مدل هرمی موانع، تهیه و شامل ۲۹ پرسش است. در این پرسش‌نامه موانع مشارکت در فعالیت‌های ورزشی به هفت بعد تقسیم شدند و عبارت بودند از: کمبود وقت، نبود علاقه، ناآگاهی، مشکلات فردی- روانی، مشکلات مربوط به نداشتن همراه، کمبود امکانات و نداشتن دسترسی به امکانات. در این پرسش‌نامه، موانع مربوط به آگاهی، علاقه و مشکلات فردی- روانی جزء موانع درون فردی؛ موانع مربوط به همراه جزء موانع بین فردی؛ و موانع مربوط به وقت، امکانات و دسترسی در ردیف موانع ساختاری قرار می‌گیرند. این پرسش‌نامه در چندین تحقیق مورد استفاده قرار گرفته و پایایی و روایی مناسبی برای آن گزارش شده است (کارول و الکساندریا، ۱۹۹۷، ۲۰۰۱، ولسکا، ۲۰۰۰). میزان آلفای کرونباخ برای کل پرسش‌نامه برابر ۰/۹۱۷ بود (۱۳).

ابزار و شیوه گردآوری داده‌ها

در پژوهش حاضر از سه ابزار زیر برای جمع‌آوری اطلاعات مورد نیاز استفاده شده است.
الف) پرسش‌نامه مشخصات فردی،

ب) پرسش‌نامه نگرش کودک به فعالیت بدنی و ورزش نکفب؛

ج) پرسش‌نامه موانع شرکت در فعالیت بدنی کارول و الکساندریا (۱۹۹۷)

پرسش‌نامه مشخصات فردی: این پرسش‌نامه محقق ساخته، شامل سوالات تک پاسخی و تشریحی است که به منظور تحلیل بهتر اطلاعات به دست آمده استفاده شده است؛ که شامل جنسیت که به صورت کد مشخص می‌شود، پایه تحصیلی، سابقه ورزشی، مدت زمانی که ورزش می‌کند، دلایل انجام فعالیت ورزشی و کناره‌گیری از آن، سن کناره‌گیری از ورزش است که همراه با پرسش‌نامه اصلی به شرکت‌کنندگان تحویل داده شد.

پرسش‌نامه نگرش کودک به فعالیت بدنی و ورزش نکفب: شوتس، اسمول، کری و موشر (۱۹۸۵) سیاهه "نگرش کودکان به فعالیت بدنی نکفب" را برای سنجش شیوه نگرش کودکان به فعالیت بدنی ایجاد کردند. سیاهه کنیا را برای استفاده دانش‌آموزان ساده‌سازی کردند و آن را سیاهه "نگرش کودکان به فعالیت بدنی، نکفب" معرفی نمودند. تجربه اجرای این سیاهه به این نتیجه منجر شده که برای ارائه هفت زیر حیطه ترتیب مشخصی به وجود آید که عبارت است از رشد اجتماعی، تداوم اجتماعی، سلامتی و آمادگی جسمانی، خطر و هیجان، زیباشناسی،

1. Children's attitude toward physical activity

2. Caroll & Alexandria

3. Schutz, Smoll, Carre, Mosher

پالایش و ریاضت‌کشی. سؤالات با استفاده از مقیاس پنج طبقه‌ای نمره دهی می‌شوند، به طوری که ۵ همیشه باصفت مثبت و ۱ همیشه باصفت منفی زوج کلمات همراه است.

این پرسش‌نامه در سال ۱۳۸۴ توسط واعظ موسوی و همکاران به صورت نسخه فارسی ترجمه و اعتبارسنجی شد. میزان همسانی درونی آزمون و آلفای کرونباخ به دست آمده ۰/۷۹۰۶ و ضریب باز آزمایی محاسبه شده در آزمون ۰/۶۵۷۵ و نشان دهنده پایایی آماری مناسب است (۱۳).

پرسش‌نامه موانع شرکت در فعالیت بدنی کارول و الکساندریا: این پرسش‌نامه بر اساس مدل هر می موانع، تهیه و شامل ۲۹ پرسش است. در این پرسش‌نامه موانع مشارکت در فعالیت‌های ورزشی به هفت بعد تقسیم شدند و عبارت بودند از: کمبود وقت، نبود علاقه، ناآگاهی، مشکلات فردی - روانی، مشکلات مربوط به نداشتن همراه، کمبود امکانات و نداشتن دسترسی به امکانات. در این پرسش‌نامه، موانع مربوط به آگاهی، علاقه و مشکلات فردی - روانی جزء موانع درون فردی؛ موانع مربوط به همراه جزء موانع بین فردی؛ و موانع مربوط به وقت، امکانات و دسترسی در ردیف موانع ساختاری قرار می‌گیرند. روایی این پرسش‌نامه توسط مشکل‌گشا (۱۳۸۵) به میزان ۰/۷۸ گزارش شده؛ و بر اساس آزمون ضریب آلفای کرونباخ میزان پایایی پرسشنامه ۰/۹۱ برآورد شد (۱۴).

شایان ذکر است، پرسشنامه‌های پژوهش در بین مدارس منتخب هر ناحیه به تفکیک جنسیت، کدهای زوج دختران و کدهای فرد پسران به طور هم‌زمان در اختیار معلمان ورزش آن مدارس قرار گرفته شد و در ساعت ورزش در بین شرکت‌کنندگان توزیع گردید

روند اجرای پژوهش به چه شکل بوده؟؟ زمان توزیع پرسشنامه‌ها؟؟

روش اجرای پژوهش

در این پژوهش، انتخاب نمونه به روش تصادفی - خوشه‌ای مرحله‌ای بود. در این روش از کل نواحی هفت‌گانه آموزش و پرورش در مشهد، تعدادی به شیوه تصادفی انتخاب شدند، سپس در درون هر ناحیه، تعدادی مدرسه متوسطه اول به تصادف برگزیده، آنگاه در درون مدارس منتخب سه پرسشنامه بین دانش‌آموزان دختر و پسر با کدهای زوج و فرد از بهمن ماه ۱۳۹۶ تا فروردین ۱۳۹۷ توزیع و جمع‌آوری شد. به منظور جمع‌آوری داده‌ها و اطلاعات مورد نیاز برای تجزیه و تحلیل، پرسش‌نامه خود گزارشی و نگرش کودک به فعالیت بدنی و ورزش نکفب در اختیار تمامی دانش‌آموزان قرار گرفت. همچنین پرسش‌نامه موانع مشارکت در فعالیت ورزشی کارول و الکساندریا نیز در بین دانش‌آموزان توزیع شد. در این پژوهش از یک پرسشنامه خود گزارشی که به صورت تشریحی باید دانش‌آموزان به آن پاسخ دهند و دو پرسشنامه استاندارد به منظور اطمینان بیشتر و رسیدن به نتایج دقیق‌تر استفاده شده است. این نکته قابل ذکر است که از تمامی دانش‌آموزان تقاضا شد که به منظور رسیدن به نتایج بهتر و دقیق‌تر، به سؤالات تشریحی پرسش‌نامه «الف» و پرسشنامه‌ها دیگر با حوصله و دقت پاسخ دهند.

روش پردازش داده‌ها

در این پژوهش از آمار توصیفی برای تجزیه و تحلیل داده‌های به دست آمده استفاده شد. به این ترتیب برای فراوانی، نمودار، میانگین و انحراف استاندارد متغیرها از آمار توصیفی استفاده شد. داده‌های به دست آمده در نرم‌افزار اکسل وارد شد. نمرات پرسشنامه‌ها برای هر فرد محاسبه گردید و با توجه به نتایج به دست آمده از پرسشنامه‌ها به تحلیل نمرات دانش‌آموزان پرداختیم. سپس آمارهای به دست آمده با یکدیگر مقایسه شده و تحلیل نهایی صورت گرفت.

تحلیل داده‌ها

در این پژوهش از آمار توصیفی برای تجزیه و تحلیل داده‌های به‌دست‌آمده استفاده شد. به این ترتیب برای فراوانی، نمودار، میانگین و انحراف استاندارد متغیرها از آمار توصیفی استفاده شد. داده‌های به‌دست‌آمده در نرم‌افزار اکسل ورژن ۲۰۱۳ وارد شد. نمرات پرسشنامه‌ها برای هر فرد محاسبه گردید و با توجه به نتایج به‌دست‌آمده از پرسشنامه‌ها به تحلیل نمرات دانش‌آموزان پرداختیم. سپس آمارهای به‌دست‌آمده با یکدیگر مقایسه شده و تحلیل نهایی صورت گرفت.

یافته‌ها

یافته‌های اولیه حاکی از آن بود که ۷۵ درصد از دانش‌آموزان شرکت‌کننده در پژوهش در فعالیت‌های بدنی و ورزش شرکت فعال دارند و تنها ۲۵ درصد از آن‌ها غیرفعال بودند. همچنین با توجه به سابقه ورزشی به‌دست‌آمده از شرکت‌کنندگان تقریباً ۶۶ درصد از افراد فعال، سابقه بیشتر از ۳ سال در ورزش داشتند. از دیگر موارد بررسی‌شده از دانش‌آموزان فعال، ساعت حضور آن‌ها در فعالیت‌های ورزشی خارج از مدرسه بود که در این میان دانش‌آموزان مشارکت‌کننده علاوه بر ساعت ورزش در مدرسه به‌طور میانگین بیشتر از ۳ ساعت در هفته در برنامه‌های ورزشی خارج از مدرسه نیز مشارکت داشته‌اند. با توجه به داده‌های به‌دست‌آمده پسران حدود ۱۰ درصد بیشتر از دختران در ورزش مشارکت می‌کنند.

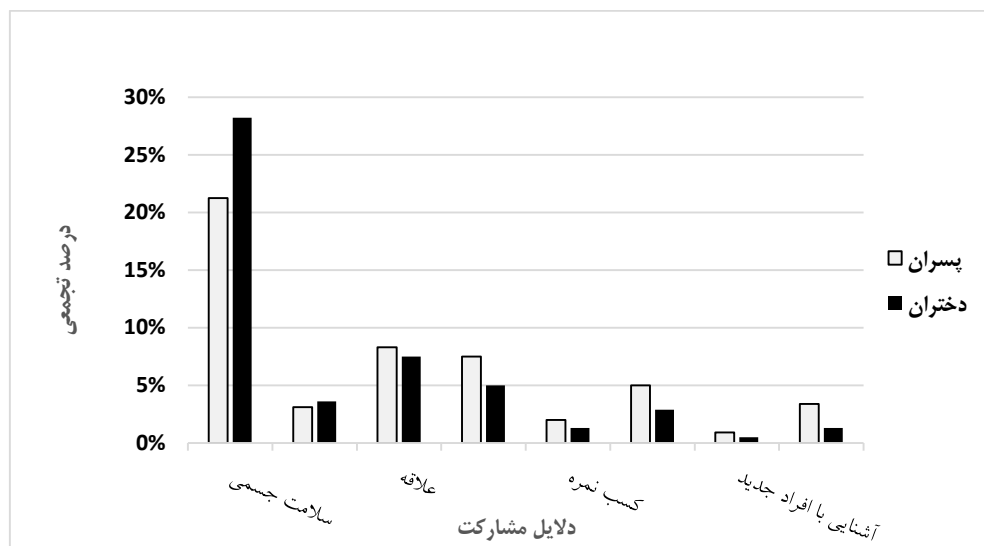
جدول ۱. توزیع مشارکت ورزش پسران و دختران به دو گروه فعال و غیرفعال تقسیم می‌شوند

جنسیت	فعال	کل	درصد تجمعی	غیرفعال	کل	درصد تجمعی
پسر	۱۶۱	۲۹۲	۴۱٪/۷	۳۱	۹۴	۸٪/۳
دختر	۱۳۱		۳۴٪	۶۳		۱۶٪/۳

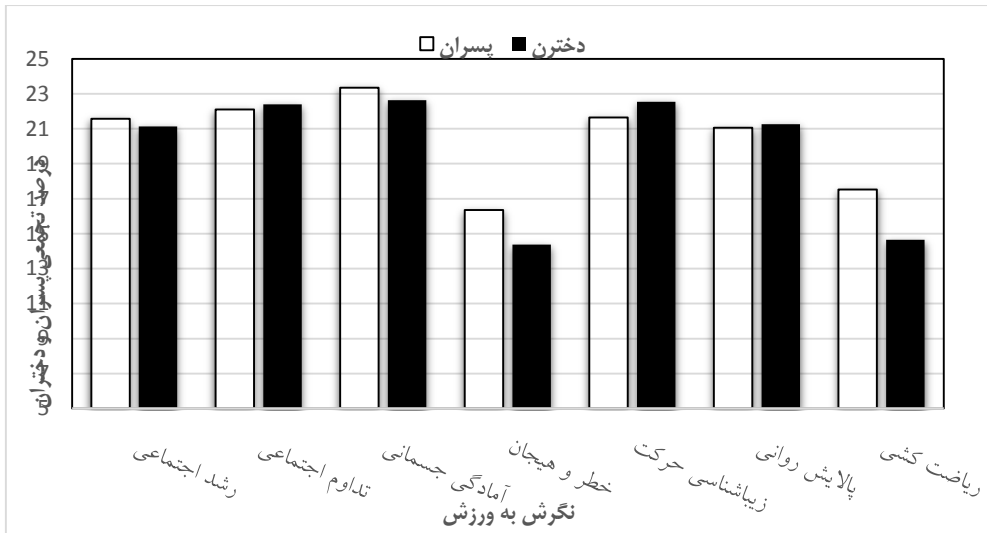
دیگر یافته‌های پژوهش نشان داد، در میان دو گروه پسران و دختران شرکت‌کننده مهم‌ترین دلیل و نگرشی که نسبت به شرکت در فعالیت‌های ورزشی داشتند، کسب آمادگی و سلامت جسمانی است. در پسران ۴۲ درصد و در دختران ۵۶ درصد بود که با توجه به پرسشنامه خودگزارشی که از کل شرکت‌کنندگان گرفته شده و به‌صورت کتبی دلایل خود را در اختیار پژوهشگر گذاشتند، نیمی از آنان «سلامت و آمادگی جسمانی» را مهم‌ترین و اصلی‌ترین نتیجه شرکت در فعالیت‌های بدنی و ورزش می‌دانند. از طرف دیگر، درصدهای به‌دست‌آمده در دختران و پسران در این مورد نیز تفاوت چشمگیری نداشت.

جدول ۲. دلایل مشارکت ورزشی شرکت کنندگان به صورت کلی و با توجه به پاسخ‌های خودگزارشی

علت	پسر	دختر	فراوانی	درصد تجمعی
۱ سلامت جسمی	۸۲	۱۰۹	۱۹۱	۴۹/۳
۲ تفریح و سرگرمی	۱۲	۱۴	۲۶	۶/۷٪
۳ علاقه	۳۲	۲۹	۶۱	۱۵/۸٪
۴ سلامت روانی، شادابی، انرژی، مفید بودن ورزش...	۲۹	۱۹	۴۸	۱۲/۴٪
۵ به خاطر نمره	۲	۵	۷	۱/۸٪
۶ رژیم (لاغری، چاقی)، تناسب‌اندام	۱۹	۱۱	۳۰	۷/۷٪
۷ آشنایی با افراد جدید	۳	۲	۵	۱/۳٪
۸ مسابقه، قهرمانی، رقابت، دفاع از خود، ملی‌پوش شدن...	۱۳	۵	۱۸	۴/۶٪
۹ کل	۱۹۲	۱۹۴	۳۸۶	~۱۰۰٪



نمودار ۱. دلایل مشارکت ورزش در پسران و دختران به صورت تفکیک‌شده و با توجه به پاسخ‌های خودگزارشی

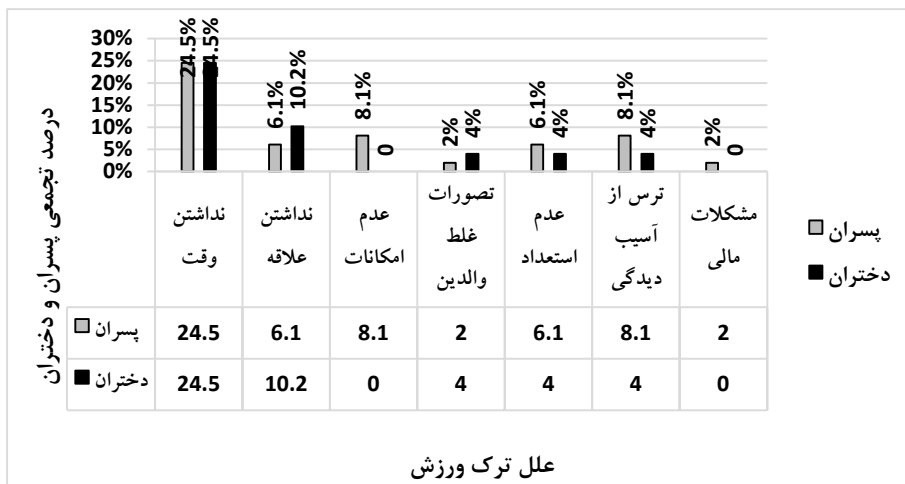


نمودار ۲. مقایسه نگرش پسران و دختران به مشارکت در ورزش با توجه به پرسشنامه نکفب

نمودار و جدول ۳ گزارش می‌دهند که، ۴۷ درصد از شرکت‌کنندگان در سن ۱۳ تا ۱۵ سالگی از ورزش کناره‌گیری کرده بودند. با توجه به پرسشنامه خودگزارشی که به صورت تشریحی به آن پاسخ داده‌اند، ۴۵ درصد «نداشتن وقت» را مهم‌ترین علت ترک ورزش خود عملاً همه موانع فعالیت ورزشی در کنترل افراد هستند و علل اصلی کناره‌گیری از برنامه‌های ورزشی عوامل شخصی بوده‌اند (مثلاً: نداشتن وقت، انگیزه، مدیریت زمان) که در کنترل شخص قرار دارند و می‌توانند تغییر پیدا کنند دانستند. با توجه به اطلاعات به دست آمده از پرسشنامه کارول و آلکساندریا ۴۷ درصد مهم‌ترین علت کناره‌گیری خود را در درجه اول «موانع فردی» و سپس «نبود وقت» می‌دانند. موانع فعالیت بدنی نشان می‌دهد که عملاً همه موانع فعالیت ورزشی در کنترل افراد هستند و علل اصلی کناره‌گیری از برنامه‌های ورزشی عوامل شخصی بوده‌اند (مثلاً: نداشتن وقت، انگیزه، مدیریت زمان) که در کنترل شخص قرار دارند و می‌توانند تغییر پیدا کنند.

جدول ۳. ستون اول و دوم مجموع پسران و دختران، ستون سوم فراوانی کل و دو ستون آخر میانگین و انحراف استاندارد در موانع مشارکت دو گروه شرکت‌کنندگان

موانع مشارکت	مجموع پسران	مجموع دختران	جمع کل	میانگین	انحراف استاندارد
۱ موانع فردی	۵۹۹	۴۳۳	۱۰۳۲	۲۱/۱	۲۳/۶
۲ نداشتن وقت	۳۹۴	۳۵۳	۷۴۷	۱۵/۲۴	۱۷/۱
۳ کمبود امکانات	۳۷۷	۲۶۰	۶۳۷	۱۳	۱۴/۶
۴ نداشتن دسترسی	۳۵۴	۲۷۲	۶۲۶	۱۲/۷۷	۱۴/۳
۵ نداشتن علاقه	۲۴۴	۲۱۶	۴۶۰	۹/۴	۱۰/۵
۶ نداشتن همراه	۲۷۰	۱۸۴	۴۵۴	۹/۳	۱۰/۴
۷ ناآگاهی	۲۴۳	۱۷۰	۴۱۳	۸/۴۲	۹/۴۵



نمودار ۳. مقایسه علل کناره‌گیری از ورزش در پسران و دختران براساس پرسشنامه خودگزارشی

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج نشان داد، میزان مشارکت دانش‌آموزان پسر (۸۳ درصد) و دختر (۶۷ درصد) فعال و (۱۶ درصد پسران) و (۳۲ درصد دختران) غیرفعال هستند. همان‌طور که پژوهش‌ها نشان می‌دهد، در مطالعات انجام‌شده در ایالات متحده و تحقیقات خارجی انجام‌شده تا ۱۳ سالگی افزایش اشتغال نوجوانان به ورزش و بعد از آن کاهش چشمگیری مشاهده کرده‌اند، در پژوهش حاضر نیز ۴۷ درصد از کسانی که از ورزش کناره‌گیری کردند ۱۵-۱۳ سال داشتند. با توجه به اینکه، به نظر می‌رسد سن اوج تغییرات ورزشی در نوجوانان ایران نیز ۱۳ تا ۱۵ سالگی است، با این حال، مطابق داده‌های به‌دست‌آمده جالب این است که بیش از نیمی از جمعیت مورد مطالعه تاکنون فعال هستند و از ورزش کناره‌گیری نکرده‌اند. پژوهشگران پیشگام در این زمینه، چنین نتیجه گرفتند که افراد شرکت‌کننده در ورزش نوجوانان از لحاظ سطح شایستگی ادراک‌شده با افرادی که در ورزش شرکت نمی‌کنند یا از ورزش کناره‌گیری می‌کنند، تفاوت دارند، یعنی کودکانی که ادراک پایین‌تری نسبت به توانایی خود در یادگیری و اجرای مهارت‌های ورزشی دارند، در ورزش شرکت نمی‌کنند یا از آن کناره‌گیری می‌کنند، در حالی که کودکانی که در ورزش می‌مانند سطح شایستگی ادراک‌شده بالاتری دارند. آن‌ها در این سال‌ها تلاش خود را بر یک یا دو ورزش متمرکز می‌کنند که عمدتاً ۱۳ سالگی چنین تصمیماتی می‌گیرند و تصمیمشان اغلب تحت تأثیر حمایت اجتماعی و تشویق معلمان، مربیان، فرزندان بزرگ‌تر خانواده، والدین و نیز لذت درونی خود و موفقیت که در ورزش کسب می‌کنند، است. پژوهشگران پیشنهاد می‌کنند برای اینکه کودکان بی‌علاقه نشوند و ورزش را کنار نگذارند، تمرین و بازی در این سال‌ها متعادل باشد (۱۴). یافته‌های به‌دست‌آمده در این پژوهش با پژوهش طولی از کجونیکنسن، تورسیم و ولد که دریافتند پسران جوان در مقایسه با دختران فعالیت ورزشی بیشتری دارند و گرایش به فعالیت در هر دو جنس با افزایش سن و در دوران نوجوانی و جوانی کاهش می‌یابد، هم‌سو است (۱۵). پژوهشی بر روی ۳۸۴ دانش‌آموز مهم‌ترین نیاز از دید آن‌ها را نیازهای جسمانی- حرکتی

گزارش کرد؛ پژوهش دیگر سلامت و آمادگی جسمانی را مهم‌ترین نگرش به ورزش در بین کارکنان یک دانشگاه نظامی گزارش دادند؛ نتایج در پژوهشی مشابه آمادگی جسمانی را مهم‌ترین دلیل مشارکت ورزشی در دختران ۱۵ ساله گزارش کردند؛ در پژوهشی متفاوت بر روی کودکان ۱۰-۷ سال با استفاده از تکنیک نقاشی و تفسیر آن عواملی که موجب شرکت در ورزش و فعالیت بدنی می‌شود در دختران مربوط به تعاملات اجتماعی و در پسران مربوط به عوامل فیزیکی و آمادگی جسمانی دانستند؛ پژوهشی با استفاده از پرسشنامه کنیون مهم‌ترین نگرش ۱۹۷۵ نفر از مردم خراسان رضوی را نسب به فعالیت بدنی کسب نشاط و شادابی گزارش کردند؛ نتایج یافته‌هایی بر روی ۲۲۵ دانش‌آموز ورزشکار ۱۵-۱۲ سال نیز نشان داد، لذت‌بخشی حاصل از فعالیت جسمانی به‌عنوان منبع مهم مشارکت و همچنین ادامه مشارکت نوجوانان در نظر گرفته می‌شود؛ همچنین سایر یافته‌ها تناسب‌اندام، کنترل وزن، فعالیت ورزشی با دوستان، احساس لذت، یافتن دوستان جدید، آرامش از طریق ورزش، سلامت روان و شادابی و نشاط را مهم‌ترین دلایل مشارکت خود در ورزش گزارش کردند (۱۶،۱۷،۱۱،۱۸،۱۹،۵،۲۰،۲۱،۲۲).

به‌طور کل عوامل شخصی چون؛ آمادگی و سلامت جسمانی در پسران و دختران به‌عنوان مهم‌ترین عامل مشارکت و عوامل اجتماعی مانند؛ یافتن دوستان جدید، در کنار دوستان بودن و تداومات اجتماعی جز اولویت‌های بعدی دختران و احساس لذت و علاقه نسبت به فعالیت‌های بدنی در درجه دوم اولویت پسران در این پژوهش است که بدون در نظر گرفتن اولویت‌ها با یافته‌های بالا هم‌سو است.

از طرف دیگر نتایج به‌دست‌آمده؛ عقب ماندن از کارهای روزانه و نداشتن وقت؛ و در تحلیل موانع مشارکت دختران، موانع شخصی همچون (نداشتن انگیزه لازم، تنبلی و بی‌حوصلگی، کمبود وقت و زمان به علت حجم زیاد درسی)، موانع اجتماعی و امکاناتی-اقتصادی و فرهنگی را عوامل عدم مشارکت دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه در فعالیت‌های ورزشی دانستند؛ در یک پژوهش مروری از ۲۲ پژوهش انتخاب‌شده، موانع مشارکت داوطلبانه در ورزش را بر روی نوجوانان زیر ۱۸ سال بررسی کردند. در این پژوهش موانع عملی مانند زمان، حمل‌ونقل، هزینه و مکان موانع اصلی شرکت در ورزش هستند و موانع فردی در جایگاه بعدی قرار دارد؛ نتایج بر روی موانع مشارکت ورزشی دانشجویمان حاکی از فقدان زمان به‌عنوان موانع خارجی و عدم علاقه به‌عنوان موانع داخلی بود؛ پژوهشی بر روی موانع مشارکت در فعالیت‌های بدنی «کمبود زمان» را به‌عنوان اصلی‌ترین مانع در بین نوجوانان دبیرستانی برزیل گزارش کردند؛ پژوهش دیگری موانع شرکت در فعالیت‌های جسمانی بر روی دانشجویمان را در سه بخش؛ موانع شخصی، اجتماعی و محیطی طبقه‌بندی کردند. موانع شخصی که شامل (کمبود زمان، خستگی، استرس، مسائل مربوط به ایمنی و...) در بین دانشجویمان اصلی‌ترین دلیل عدم مشارکت در فعالیت‌های جسمانی بود که نتایج پژوهش حاضر، این نتایج را تأیید می‌نماید (۱۹،۲۳،۱۷،۲۴،۲۵،۲۶،۲۷). این یافته‌ها با سایر یافته‌های پیشین نیز هم‌سو است (۲۸،۲۹،۳۰). در پیشینه موجود بوید و رینولد (۲۰۱۱)، «سرگرم‌کننده بودن» را مهم‌ترین دلیل و انگیزه مشارکت و دوری از مشارکت؛ و کرانی و تمپلی (۲۰۱۵)، موانع بین فردی شامل (عدم لذت، ادراک صلاحیت، فشارهای اجتماعی، اولویت‌های رقابت و عوامل فیزیکی) را موانع مشارکت در ورزش گزارش کردند؛ که با نتایج پژوهش حاضر مخالف بوده است (۲۰،۳۱).

به‌طور کل یافته‌های این پژوهش بر روی نوجوانان پسر و دختر ۱۵-۱۳ سال نشان می‌دهد، موانع شخصی (به‌این ترتیب؛ کمبود زمان، عدم علاقه و حوصله، ترس از آسیب‌دیدگی، خستگی) در درجه اول، موانع محیطی (عدم امکانات، فضاهای آموزشی نامناسب) و موانع اجتماعی (نداشتن همراه، عدم حمایت والدین، فشارهای اجتماعی) از اصلی‌ترین موانع عدم مشارکت و عوامل درونی در درجه اول (به‌ترتیب؛ آمادگی و سلامت جسمانی، کسب لذت و داشتن علاقه، سلامت روان، سرگرمی و تفریح) و عوامل بیرونی (در کنار دوستان بودن، یافتن دوستان جدید، رشد اجتماعی، کسب نمره، رقابت) در درجه دوم الویت دلایل مشارکت در فعالیت‌های بدنی و ورزشی در دانش‌آموزان نوجوانان پسر و دختر می‌باشد. تفاوت‌های جنسیتی محسوسی در این الویت‌ها بین دو گروه در این پژوهش دیده نشده است.

با توجه به مقایسه یافته‌های این پژوهش با دیگر پژوهش‌ها، پژوهشگر احتمال می‌دهد، علت تفاوت در الویت‌های مشارکت و عدم مشارکت ورزشی در پژوهش‌های گوناگون تفاوت در گروه‌های سنی مورد بررسی باشد؛ با توجه به اینکه سنین ۱۵-۱۱ سالگی از دید پیاژه آخرین مرحله رشد شناختی و دستیابی به عملیات صوری است و این سطح از تفکر بسته به موقعیت‌ها و جوامع گوناگون متفاوت بوده و همه نوجوانان به گونه‌ای برابر از این نوع تفکر برخوردار نیستند (۳۲). همچنین، بیشتر پژوهش‌ها در داخل کشور بر روی دختران نوجوان یا بزرگسالان انجام شده و پژوهشی به‌طور مشخص و به‌صورت همه‌گیرشناسی در این رده سنی که اوج تغییرات و نقل و انتقالات ورزشی است در هر دو گروه به‌صورت کیفی و به‌طور همزمان تاکنون در داخل کشور انجام نشده است.

در پایان با توجه به اینکه، مشارکت در فعالیت‌های بدنی و ورزش مقوله چند بعدی است. براین اساس، پیشنهاد می‌شود در تمامی آموزش‌های مستقیم و غیرمستقیم مسئولان، معلمان و مربیان تربیت بدنی، برنامه‌های آموزشی خود را چنان تنظیم کنند که همه شرکت‌کنندگان با حیطه‌های مختلف به قدر کافی آشنا شوند و در طولانی مدت در همه حیطه‌ها نگرش مثبت کسب کنند؛ همچنین اکثر شرکت‌کنندگان نوجوان دارای نگرش کلی و سطحی نسبت به فعالیت‌ها بدنی و ورزش هستند، لذا پیشنهاد می‌شود که رشد نگرشی آنان که آینده‌سازان این مرزوبوم هستند در برنامه‌های آموزشی تربیت بدنی و ورزش مورد توجه ویژه قرار گیرد و شرایط لازم برای آن فراهم شود.

نتایج نشان داد، میزان مشارکت دانش‌آموزان پسر (۴۲ درصد) و دختر (۳۴ درصد) فعال و (۸ درصد پسران) و (۱۶ درصد دختران) غیرفعال هستند. همان‌طور که پژوهش‌ها نشان می‌دهد، در مطالعات انجام‌شده در ایالات متحده و تحقیقات خارجی انجام‌شده تا ۱۳ سالگی افزایش اشتغال نوجوانان به ورزش و بعدازآن کاهش چشمگیری مشاهده کرده‌اند، در پژوهش حاضر نیز ۴۷ درصد از کسانی که از ورزش کناره‌گیری کردند ۱۵-۱۳ سال سن داشتند (۳). با توجه به اینکه، به نظر می‌رسد سن اوج تغییرات ورزشی در نوجوانان ایران نیز ۱۳ تا ۱۵ سالگی است، باین‌حال، مطابق داده‌های به‌دست‌آمده جالب این است که بیش از نیمی از جمعیت مورد مطالعه تاکنون فعال هستند و از ورزش کناره‌گیری نکرده‌اند. پژوهشگران پیشگام در این زمینه، چنین نتیجه گرفتند که افراد شرکت‌کننده در ورزش نوجوانان از لحاظ سطح شایستگی ادراک‌شده با افرادی که در ورزش شرکت نمی‌کنند یا از ورزش کناره‌گیری می‌کنند، تفاوت دارند، همان‌طور که در پرسشنامه خودگزارشی نوجوانان دلایلی مانند ترس از مسخره شدن توسط دوستان، خجالت کشیدن جهت حضور در سالن‌های ورزش، ترس از آشنایی با افراد جدید را دلایل عدم شرکت در فعالیت‌های ورزشی و از طرف دیگر دلایلی همچون: آشنایی و یافتن دوستان جدید، نشان دادن قدرت خود به دوستان و خانواده، قهرمان شدن در سطح بین‌الملل را از دلایل حضور و مشارکت در فعالیت‌های ورزشی ذکر کردند می‌توان این استنباط را

کرد که کودکانی که ادراک پایین‌تری نسبت به توانایی خود در یادگیری و اجرای مهارت‌های ورزشی دارند، در ورزش شرکت نمی‌کنند یا از آن کناره‌گیری می‌کنند، درحالی‌که کودکانی که در ورزش می‌مانند سطح شایستگی ادراک‌شده بالاتری دارند. آن‌ها در این سال‌ها تلاش خود را بر یک یا دو ورزش متمرکز می‌کنند که عمدتاً ۱۳ سالگی چنین تصمیماتی می‌گیرند و تصمیمشان اغلب تحت تأثیر حمایت اجتماعی و تشویق معلمان، مربیان، فرزندان بزرگ‌تر خانواده، والدین و نیز لذت درونی خود و موفقیت که در ورزش کسب می‌کنند، است. پژوهشگران پیشنهاد می‌کنند برای اینکه کودکان بی‌علاقه نشوند و ورزش را کنار نگذارند، تمرین و بازی در این سال‌ها متعادل باشد (۱۵). یافته‌های به‌دست‌آمده در این پژوهش با پژوهش طولی از کنیوکسن، تورسیم و ولدا که دریافتند پسران جوان در مقایسه با دختران فعالیت ورزشی بیشتری دارند و گرایش به فعالیت در هر دو جنس با افزایش سن و در دوران نوجوانی و جوانی کاهش می‌یابد، هم‌سو است (۱۶). پژوهشی بر روی ۳۸۴ دانش‌آموز مهم‌ترین نیاز از دید آن‌ها را نیازهای جسمانی - حرکتی گزارش کرد (۲۳)؛ پژوهش دیگر سلامت و آمادگی جسمانی را مهم‌ترین نگرش به ورزش در بین کارکنان یک دانشگاه نظامی گزارش دادند (۲۲۱)؛ نتایج در پژوهشی مشابه آمادگی جسمانی را مهم‌ترین دلیل مشارکت ورزشی در دختران ۱۵ ساله گزارش کردند (۲۱)؛ در پژوهشی متفاوت بر روی کودکان ۱۰-۷ سال با استفاده از تکنیک نقاشی و تفسیر آن عواملی که موجب شرکت در ورزش و فعالیت بدنی می‌شود در دختران مربوط به تعاملات اجتماعی و در پسران مربوط به عوامل فیزیکی و آمادگی جسمانی دانستند (۵)؛ پژوهشی با استفاده از پرسشنامه کنیون مهم‌ترین نگرش ۱۹۷۵ نفر از مردم خراسان رضوی را نسب به فعالیت بدنی کسب نشاط و شادابی گزارش کردند (۲۰)؛ نتایج یافته‌هایی بر روی ۲۲۵ دانش‌آموز ورزشکار ۱۵-۱۲ سال نیز نشان داد، لذت-بخشی حاصل از فعالیت جسمانی به‌عنوان منبع مهم مشارکت و همچنین ادامه مشارکت نوجوانان در نظر گرفته می‌شود (۱۹)؛ همچنین سایر یافته‌ها تناسب‌اندام، کنترل وزن، فعالیت ورزشی با دوستان، احساس لذت، یافتن دوستان جدید، آرامش از طریق ورزش، سلامت روان و شادابی و نشاط را مهم‌ترین دلایل مشارکت خود در ورزش گزارش کردند (۱۷، ۱۸، ۱۱).

به‌طور کل عوامل شخصی چون؛ آمادگی و سلامت جسمانی در پسران و دختران به‌عنوان مهم‌ترین عامل مشارکت و عوامل اجتماعی مانند؛ یافتن دوستان جدید، در کنار دوستان بودن و تداومات اجتماعی جز اولویت‌های بعدی دختران و احساس لذت و علاقه نسبت به فعالیت‌های بدنی در درجه دوم اولویت پسران در این پژوهش است که بدون در نظر گرفتن اولویت‌ها با سایر یافته‌ها هم‌سو است (۲۸).

از طرف دیگر نتایج به‌دست‌آمده؛ عقب ماندن از کارهای روزانه و نداشتن وقت؛ و در تحلیل موانع مشارکت دختران، موانع شخصی همچون (نداشتن انگیزه لازم، تنبلی و بی‌حوصلگی، کمبود وقت و زمان به علت حجم زیاد درسی)، موانع اجتماعی و امکاناتی-اقتصادی و فرهنگی را عوامل عدم مشارکت دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه در فعالیت‌های ورزشی دانستند (۲۷)؛ در یک پژوهش مروری از ۲۲ پژوهش انتخاب‌شده، موانع مشارکت داوطلبانه در ورزش را بر روی نوجوانان زیر ۱۸ سال بررسی کردند. در این پژوهش موانع عملی مانند زمان، حمل‌ونقل، هزینه و مکان موانع اصلی شرکت در ورزش هستند و موانع فردی در جایگاه بعدی قرار دارد (۲۶)؛ نتایج بر روی موانع مشارکت ورزشی دانشجویان حاکی از فقدان زمان به‌عنوان موانع خارجی و عدم علاقه به‌عنوان موانع داخلی بود (۲۵)؛ پژوهشی بر روی موانع مشارکت در فعالیت‌های بدنی «کمبود زمان» را به‌عنوان اصلی‌ترین مانع در بین نوجوانان دبیرستانی برزلی گزارش کردند (۱۸)؛ پژوهش دیگری موانع شرکت در

فعالیت‌های جسمانی بر روی دانشجویان را در سه بخش؛ موانع شخصی، اجتماعی و محیطی طبقه‌بندی کردند. موانع شخصی شامل کمبود زمان، خستگی، استرس، مسائل مربوط به ایمنی و... در بین دانشجویان اصلی‌ترین دلایل عدم مشارکت در فعالیت‌های جسمانی بود (۲۴) که نتایج پژوهش حاضر این نتایج را تأیید می‌نماید. این یافته‌ها با سایر یافته‌های پیشین نیز هم‌سو است (۲۹،۳۰،۳۱). در پیشینه موجود بوید و رینولد ۲۰۱۱، «سرگرم-کننده بودن» را مهم‌ترین دلیل و انگیزه مشارکت و دوری از مشارکت؛ و کرانی و تمپلی ۲۰۱۵، موانع بین فردی شامل (عدم لذت، ادراک صلاحیت، فشارهای اجتماعی، اولویت‌های رقابت و عوامل فیزیکی) را موانع مشارکت در ورزش گزارش کردند؛ که با نتایج پژوهش حاضر مخالف بوده است (۲۱،۳۲).

به‌طور کل یافته‌های پژوهش بر روی نوجوانان پسر و دختر ۱۵-۱۳ سال نشان می‌دهد، موانع شخصی از جمله: کمبود زمان، عدم علاقه و حوصله، ترس از آسیب‌دیدگی، خستگی؛ موانع محیطی شامل: عدم امکانات، فضاهای آموزشی نامناسب و موانع اجتماعی همچون نداشتن همراه، عدم حمایت والدین، فشارهای اجتماعی از اصلی‌ترین موانع عدم مشارکت است. همچنین عوامل درونی به ترتیب: آمادگی و سلامت جسمانی، کسب لذت و داشتن علاقه، سلامت روان، سرگرمی و تفریح، اصلی‌ترین عوامل درونی و عوامل بیرونی مثل در کنار دوستان بودن، یافتن دوستان جدید، رشد اجتماعی، کسب نمره و رقابت از اصلی‌ترین دلایل بیرونی مشارکت در فعالیت‌های بدنی و ورزش در دانش‌آموزان نوجوانان پسر و دختر است. تفاوت‌های جنسیتی محسوس در اولویت‌ها بین دو گروه در این پژوهش مورد مشاهده قرار نگرفت.

با توجه به مقایسه یافته‌های این پژوهش با دیگر پژوهش‌ها، پژوهشگر احتمال می‌دهد، علت تفاوت در اولویت‌های مشارکت و عدم مشارکت ورزشی در پژوهش‌های گوناگون تفاوت در گروه‌های سنی مورد بررسی باشد؛ با توجه به اینکه سنین ۱۵-۱۱ سالگی از دید پیاژه آخرین مرحله رشد شناختی و دستیابی به عملیات صوری است و این سطح از تفکر بسته به موقعیت‌ها و جوامع گوناگون متفاوت بوده و همه نوجوانان به‌گونه‌ای برابر از این نوع تفکر برخوردار نیستند (۳۲). همچنین، بیشتر پژوهش‌ها در داخل کشور بر روی دختران نوجوان یا بزرگسالان انجام شده و پژوهشی به‌طور مشخص و به‌صورت همه‌گیرشناسی در این رده سنی که اوج تغییرات و نقل و انتقالات ورزشی است در هر دو گروه به‌صورت کیفی و به‌طور هم‌زمان تاکنون در داخل کشور انجام نشده است.

در پایان با توجه به اینکه، مشارکت در فعالیت‌های بدنی و ورزش مقوله چندبعدی است. براین اساس، پیشنهاد می‌شود در تمامی آموزش‌های مستقیم و غیرمستقیم مسئولان، معلمان و مربیان تربیت بدنی، برنامه‌های آموزشی خود را چنان تنظیم کنند که همه شرکت‌کنندگان با حیطه‌های مختلف به‌قدر کافی آشنا شوند و در طولانی‌مدت در همه حیطه‌ها نگرش مثبت کسب کنند؛ همچنین اکثر شرکت‌کنندگان نوجوان دارای نگرش کلی و سطحی نسبت به فعالیت‌ها بدنی و ورزش هستند، لذا پیشنهاد می‌شود که رشد نگرشی آنان که آینده‌سازان این مرزوبوم هستند در برنامه‌های آموزشی تربیت‌بدنی و ورزش موردتوجه ویژه قرار گیرد و شرایط لازم برای آن فراهم شود.

محدودیت‌های پژوهش

■ حجم بالای نمونه موردبررسی موجب ناتوانی در کنترل کامل و دقیق شرکت‌کنندگان هنگام پاسخگویی

به سؤالات شد.

تعداد بالای سؤالات در سه پرسشنامه می‌تواند موجب خستگی و عدم دقت کافی در پاسخگویی نوجوانان موردبررسی در پژوهش باشد.

از دیگر محدودیت‌های تحقیق امکان پاسخگویی جهت‌دار، به دلیل ترس یا امتناع از ابراز احساسات خود یا دلایل دیگر مانند لاف زدن برای جلب توجه در بین دوستان باشد.

استفاده از پرسشنامه خودگزارشی که به‌خودی‌خود، با تهدیدکننده‌ای روایی همراه هستند. از تهدیدکننده‌ای روایی این‌گونه پرسشنامه‌ها می‌توان به عدم آگاهی صحیح نوجوان از خود به دلیل بازخوردهای محیطی و هم‌سو شدن با جمع و مشکل در به خاطر آوردن آنی پاسخ مناسب نام برد.

با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر، شایان ذکر است که پس از انجام این پژوهش به مهم‌ترین دلایل مشارکت دانش‌آموزان در سنین نوجوانی که دوران حیاتی برای نقل و انتقالات ورزشی محسوب می‌شود دست پیدا کردیم. همچنین اصلی‌ترین موانع پیش‌روی دانش‌آموزان برای انجام فعالیت بدنی منظم و عللی که موجب رها کردن و کناره‌گیری از ورزش در این سنین می‌شود شناسایی شدند. از دیگر موارد حائز اهمیت کیفی بودم پژوهش است که این پژوهش را نسبت به پژوهش‌های پیشین متفاوت کرده است، علاوه بر موارد ذکر شده، استفاده از پرسش‌های تشریحی در پرسشنامه خودگزارشی جهت دریافت عمیق‌تر دلایل روان‌شناختی مشارکت و کناره‌گیری و مقایسه آن‌ها با پرسشنامه‌های استاندارد موجب دستیابی به نتایج دقیق و قابل‌تأملی‌تری نسبت به سایر پژوهش‌ها که تاکنون با عناوین مشابه این پژوهش صورت گرفته، شده است. همچنین تاکنون پژوهشی که توجه ویژه به این رده سنی که در تحقیق اهمیت آن آمده، در مشهد انجام نشده است. قابل ذکر است که نتایج این پژوهش فقط در مشهد قابل‌تعمیم است.

References

1. Kashef, M., and Hosseinpour, A. (2008). The responsibilities of sports managers and the safety of places and sports spaces of schools. *Journal of Growth of Physical Education*, 38; Pp: 48-50. In Persian
2. Cowley, P. M., Ploutz-Snyder, L. L., Baynard, T., Heffernan, K., Jae, S. Y., Hsu, S., Lee, M. K., Pitetti, H., Reiman, M. P., & Fernhall, B. (2010). Physical fitness predicts functional tasks in individuals with Down syndrome. *Medicine & Science in Sports & Exercise (MSSE)*, 42 (2), 388–393.
3. Andam, A., kharkan, M., Mehdizadeh, R. (2013). *Basics of Exercise Psychology and Exercise (Vol. II)*. Translation of Vaez Mousavi, S. M K., Hojjati, A., Soltani, R., Ismaili, M., Radarbig, R. 1394, first edition. Tehran: Hatami Publications. In Persian
4. Weinberg, R S., and Gould, D. (2011). Introduction and Psychometric Approach to Children's Attitudes to Physical Activity. *Journal of Olympic*. 3. In Persian
5. Manocherie, J., Tojjarie, F., Samie, S. (2014). Structural model of the relationship between coaches' self-efficacy, physical self-efficacy and enjoyment of physical activity of students from physical education course. *Journal of Sports Management*, 8(1); Pp: 103-120. In Persian

6. Gholami, S., Hosseinchari, M. (2011). Predicting students' happiness by their perception of teacher expectations, teacher interaction and self-efficacy. *Learning and Education Studies*, Vol. 1, Spring and Summer, pp: 60-2. In Persian
7. Wuest, D., Bucher, C. (1999). *Foundation of physical education & sport*. Azad, A. (2011). Tehran. Samt.
8. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The 'what' and 'why' of goal pursuits: human needs and self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11 (4), Pp: 227-268.
9. Leunes, R. (2005). *Practical Guide to Understanding Sports Psychology*. Khabiri, M., Pourmanti, M. (2015), Mashhad: Hatami Publications, Second Edition, pp. 120-114.
10. Pathology of sport in the fourth and fifth development plans of the country. (2015). Secretariat of the Strategic Council of the Ministry of Sport and Youth, Second year, Khordad, p. 114-1.
11. Hosseini, S. A., Anousheh, M., Abbaszadeh, A., Ehsani, M. (2014). The reasons for the tendency of adolescent girls to be physically active. *Journal of Qual Res Health Sci*, 3(4): 331-9. In Persian
12. Nelson, M.C., Gordon-Larsen, P., Adair, L.S., & Popkin, B.M., (2005). Adolescent physical activity and sedentary behavior: patterning and long-term maintenance. *Journal of Am J Prev Med*. 28(3): 259-66.
13. Vaez Mousavi, M. k., Nasrie, S., Afarinesh, A. (2007). Introduction and Psychometric Approach to Children's Attitudes to Physical Activity. *Journal of Olympic*. 3. In Persian
14. Vaez Mousavi, M. k., Mosayebi, F. (2016). *Sport Psychology*. Eighth edition. Tehran. Samt. In Persian
15. Kjønniksen, L., Torsheim, T., & Wold, B. (2008). Tracking of leisure-time physical activity during adolescence and young adulthood: a 10-year longitudinal study. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5(1), 69.
16. Danaie-Fard, M. (2011). Physical education needs assessment from the viewpoint of students and physical education teachers of high school girls' schools in Khorasan Razavi province. Thesise to obtain a masters degree. Tehran. In Persian
17. Jabbari-Danesh, A., Vaez Mousavi, M. K., Naji, M. (2015). Factors and barriers to adherence to exercise for a military university personnel and their relationship with their attitude toward sport. *Journal of military Psychology*. 6; 24, Pp: 47-61. In Persian
18. Cope, E., Bailey, R., Parnell, D., & Kirk, B. (2018). What young children identify as the outcomes of their participation in sport and physical activity. *Health Behavior and policy review*, 5(1), 103-113.
19. Sohrabi, M., Attarzadeh, H.R., Foladian, J. (2012). Cognitive, emotional and behavioral attitudes of people in Khorasan Razavi province to motor activity and athletics. *Journal of Motor Behavior*, 12; Pp: 97-112. In Persian

20. Boyd, E. M., Reynolds, J. R., Tillman, K. H., & Martin, P. Y. (2011). Adolescent girls' race/ethnic status, identities, and drive for thinness. *Journal of Social Science Research*, 40(2); Pp: 667-684.
21. Kondric, M., Sindik, J., Furjan-Mandic, G., & Schiefler, B. (2013). Participation motivation and student's physical activity among sport students in three countries. *Journal of sports science & medicine*, 12(1); Pp: 10.
22. Keshtidar, M., Behzadnia, B., Imanpour, F. (2013). Comparing the role of intramural in academic stress and subjective wellbeing among female students. *Journal of Sport Management Review*, 5(17); Pp: 89-105. In Persian
23. Yoosefy, B., Azimirad, J., & Malekian, A. (2013). Relationship between Parenting Styles and Sport Participation of Teenager Girl. *Journal of Sport Psychology Studies*, 9; Pp: 55-66. In Persian
24. Fathi, A., Almasie, P. (2017). Analysis of Barriers to Participation of High School Girl Students in Sports Exercise Activities. The 3rd National Conference on Sport Sciences and Physical Education of Iran. Tehran. Association for the Promotion of Basic Sciences and Technology. In Persian
25. Somers, S., & Hoare, D. J. (2018). Barriers to voluntary participation in sport for children: a systematic review. *Journal of BMC pediatrics*, 18(1); Pp: 47.
26. Gómez-López, M., Gallegos, A. G., & Extremera, A. B. (2010). Perceived barriers by university students in the practice of physical activities. *Journal of sports science & medicine*, 9(3); Pp: 374.
27. Pandolfo, K. C. M., Minuzzi, T., Machado, R. R., Lopes, L. F. D., Azambuja, C. R., & Santos, D. L. D. (2016). Perceived barriers to physical activity practice in high school students. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, 18(5); Pp: 567-576.
28. El-Gilany, A. H., Badawi, K., El Khawaga, G., & Awadalla, N. (2011). Physical activity profile of students in Mansoura University, Egypt.
29. Fox, A. J., Bedi, A., & Rodeo, S. A. (2012). The basic science of human knee menisci: structure, composition, and function. *Sports health*, 4(4); Pp: 340-351.
30. Al-Otaibi, H. H. (2013). Measuring stages of change, perceived barriers and self efficacy for physical activity in Saudi Arabia. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, 14(2); Pp: 1009-1016.
31. Crane, J., & Temple, V. (2015). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *Journal of European physical education review*, 21(1); Pp: 114-131.
32. Sharifi-Daramadi, (2001). Explain, diagnose and treat psychiatric disorders. First Edition. Tehran. Psychometrics Publishers. In Persian

Investigating the Level of Participation in Sports among First-grade High School Students in Mashhad city and the Psychological Factors of Their Withdrawal from Sports

Mahla Roohbakhsh Ejtemayi*¹, Seyed Mohammad Kazem Vaez Mousavi², Zahra Salman³

Abstract

Background & Purpose: In adolescence, people's attitude toward obstacles and benefits of participation in physical activities is considered an influencing factor on their decisions to participate in a regular health-oriented activity. This research aimed to measure the level of Mashhad's first-grade high school students' participation in sports and investigate the psychological factors effective in their participation and withdrawal from sports.

Methodology: This research was conducted on 386 male and female first-grade high school students (13 to 15 years old) of Mashhad city in the academic year of 2017-2018. The participants were selected based on a staged cluster randomization method. The tools used in this study were a self-report, children's attitude toward physical activity questionnaire (Schutz et al., 1985), and the leisure constraints scale developed by Carroll and Alexandris (1997).

Results: The results revealed that 75 percent of the participating students were active and 25 percent were inactive. Furthermore, the major obstacles to not participating in physical activity were related to personal obstacles (lack of time, lack of interest, fear of injury, and fatigue), environmental obstacles (lack of facilities and inappropriate educational spaces), social obstacles (lack of accompanying, lack of family support, and social pressure), and internal factors (preparation and physical health, pleasure and interest, mental health, and entertainment) are the primary reasons, and external factors (being with friends, finding new friends, social growth, and competition) are the secondary reasons for participating in physical activities in adolescents.

Conclusion: According to the sports experience obtained from the subjects of this study, almost 66% of active participants had more than 3 years of experience in sports. In addition to their sports activities at school, the subjects have also participated in sports programs outside of school for an average of more than 3 hours per week. According to the results, boys participated in sports about 10% more than girls. Therefore, the findings of this study can be a way to reflect on and think about promoting youth sports in order to achieve a dynamic society.

Keywords

Regular physical activity, psychological factors, dropout sport, students.

¹. M.Sc. in Sport Psychology, Allameh Tabataba'i University, Iran.Tehran.Corresponding Author: Email: mahla.roohbakhsh71@gmail.com ; Tel:)

². Professor of Sport Psychology, Imam Hossein University of Tehran, Iran.Tehran

³. Associate Professor of Motor Behavior, Allameh Tabataba'i University, Iran, Tehran.