

Identifying the Solutions and Consequences of Preventing Students From Hating and Leaving the Sports

Sahar Pirjamadi¹ , Reza Aminzadeh² , Ahmad Mahmoudi^{3✉} ,
Zahra Hemat yar⁴ 

1. Department of Sport Management, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, University of Allameh Tabataba'i, Tehran, Iran E-mail: pirjamadisahar@yahoo.com
2. Department of Sport Management, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, University of Imam Reza International, Mashhad, Iran. E-mail: aminzadeh.reza@gmail.com
3. Corresponding Author, Department of Sport Management, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran E-mail: ah.mahmoudi@ut.ac.ir
4. Department of Sport Management, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran E-mail: zahrahematyar76@gmail.com

Article Info

Article type: Research

Article history:

Received:

17 December 2022

Received in revised form:

22 May 2023

Accepted:

23 May 2023

Published online:

23 September 2023

Keywords:

*Individual Experiences,
Infrastructure,
Leaving sport,
Motivation,
Students.*

ABSTRACT

Introduction: The present study was conducted with the purpose of identifying the solutions and consequences of preventing Students' Hate and Leaving of Sport.

This applied research was conducted in a qualitative research method. For this purpose, the theoretical saturation was achieved with the purposeful judgment of 21 experts using in-depth and semi-structured interviews. The data were collected using an exploratory approach and the process of identification and analysis was conducted using the MaxQDA qualitative data analysis software. Test-retest reliability was also measured.

Results: In the current research, 104 indices in the form of 14 concepts (use of exercise knowledge and science, attention to personality-psychological characteristics, development of sports for all, elimination of inappropriate habits in sports environments, advertisement and promotion, economic, facilitating access, the role of government and officials, increasing participation, increasing awareness, improving the physical-psychological condition of society, changing beliefs, professional development, educational development) were identified.

Conclusion: The current research emphasizes the factors of motivational strategies, culture building, structural strategies, acculturation of sports in society, increase of public health, and development of sports infrastructures in preventing students from sports hating and burnout. In this context, it is suggested to pay attention to factors such as the construction and location of sports facilities in the school environment, increasing the hours of physical education in schools, preparation of sports programs on radio and television, holding morning sports programs, inviting famous sports figures and offer discounts to teenagers to prevent students from hating and leaving the sport.

Cite this article: Pirjamadi, S., Aminzadeh, R., Mahmoudi, A., & Hemat yar, Z. (2023). Identifying the Solutions and Consequences of Preventing Students From Hating and Leaving the Sports. *Journal of Sports and Motor Development and Learning*, 15 (3),5-17.

DOI: <http://doi.org/10.22059/jsmdl.2023.352600.1693>



Journal of Sports and Motor Development and Learning by University of Tehran Press is licensed under CC BY-NC 4.0| web site: <https://jsmdl.ut.ac.ir/> | Email: jsmdl@ut.ac.ir.

Extended Abstract

Introduction

Nowadays, physical education and sports and their role in the health and activity of students is one of the topics that have attracted the attention of sports medicine experts (Castagna et al., 2018). On the other hand, one of the important topics of sports psychology, which is effective in the level and intensity of student-athletes performance, is the discussion of students' hating and leaving the sport. Petlichkoff (1993) considered leaving sports as a slow and progressive process, during which the motivation to participate in sports fades. Hatred in sports is also referred to as all negative feelings and emotions derived from external and internal factors in a person due to participation in sports and sports environment (Beltran-Carrillo et al, 2012). In this regard, Espedalen and Seippel, (2022) named socio-economic status, ethnicity, gender, lack of sports skills, discouragement from parents, and sports expenses as the most important reasons for leaving sports. The investigation of the records shows that even though students' hatred and abandonment of sports have been raised in recent decades as a global issue and the high position of sports in the student's educational life and health, no research with this title has been done at the country level. Student-athletes play both the role of student and athlete, so often with external stress that leads to hatred and quitting sports. Therefore, these students cannot easily adapt themselves to this field and the schools do not have proper support for them, and this causes the students to face many obstacles. Therefore by conducting this research, the researcher aimed to investigate the question that what are the solutions and consequences of preventing students from hating and leaving sports for the individual, society, family, school, and education organization.

Methods

The research method was qualitative and exploratory research, which used the contextualization method to obtain information, and in terms of the goal, it was considered applied research. The research statistical population included physical education teachers, physical education experts of the General Directorate of Education of Tehran, students in the second year of high school in Tehran city with championship experience, sports management professors, and sports coaches. The statistical Sampling was conducted in the form of purposeful judgment, which reached theoretical saturation with 21 interviews. The research tool was an in-depth and semi-structured interview. At this stage, data collection was done by qualitative data collection method. After taking the interviews, using the open (verbal statements), central (concepts), and selective (general categories) identification methods, the solutions and consequences of preventing students from hating and leaving sports were identified and categorized using the MaxQDA qualitative data analysis software. Test-retest reliability was also measured.

Results

In the present study, 217 primary indices were extracted, and after summarizing, combining, and merging the indices that had a common aspect in terms of meaning and concept, a total of 104 (open) indices were identified, and these factors were classified in 14 concepts (central indices) and six general categories.

Conclusion

In the current research, six general categories and 14 concepts were identified. In the current research, some strategies to prevent students from hating sports, motivational strategies, culture building, and the structural strategies were identified. For interpretation of this result, it can be said that sports programs that are not suitable for the physical condition of students and for the different age groups, lack of awareness of psychological and physical benefits, incorrect information provided by teachers and sports coaches to athletes and their families, lack of variety in sports activities, lack of attention to individuals' deficiency lead to a decrease in the sports interest of student, the use of knowledge and presentation of rules specific to student sports in this organization and the implementation of these rules at different levels. Therefore, taking into account that physical education plays an important role in promoting the physical activities of adolescents and improving public health, and taking into account the factors identified in the current research, the following are suggested 1. Paying attention to the construction and location of sports facilities in the school environment and providing suitable means of transportation to sports spaces. 2. It is necessary for organizations that create a culture in society, such as radio and television, to take steps to improve the view of students and their families towards sports.

Ethical Considerations

In the present study, all ethical guidelines have been followed.

Authors' contribution: The contribution of all authors in the current research was equal.

Conflict of interest: There is no conflict of interest.

Acknowledgments: We are grateful to all participants in the research.



رشد و یادگیری حرکتی ورزشی



شناسایی راهکارها و پیامدهای جلوگیری از تنفر و ترک ورزش دانش آموزان

سحر پیرجمادی^۱، رضا امین‌زاده^۲، احمد محمودی^۳، زهرا همت‌یار^۴

۱. گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران. رایانامه: piriamadisahar@yahoo.com

۲. گروه تربیت بدنی، دانشگاه بین‌المللی امام رضا (ع)، مشهد، ایران. رایانامه: aminzadeh.reza@gmail.com

۳. نویسنده مسؤل، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران. رایانامه: ah.mahmoudi@ut.ac.ir

۴. گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران. رایانامه: zahrahematyar76@gmail.com

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: پژوهشی	مقدمه: پژوهش حاضر با هدف شناسایی راهکارها و پیامدهای جلوگیری از تنفر و ترک ورزش دانش آموزان انجام گرفت.
تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۹/۲۶	روش پژوهش: هدف پژوهش کاربردی و روش پژوهش کیفی بود. بدین منظور با ۲۱ نفر از صاحب‌نظران به صورت قضاوتی هدفمند و با استفاده از مصاحبه‌های عمیق و نیمه‌ساختارمند اشباع نظری حاصل شد. داده‌ها با استفاده از رویکرد اکتشافی از طریق فرایند شناسه‌گذاری و تحلیل آن با استفاده از نرم‌افزار کیفی مکس کیودی‌ای انجام شد. همچنین از پایایی بازآزمون استفاده شد.
تاریخ بازنگری: ۱۴۰۲/۰۳/۰۱	یافته‌ها: در پژوهش حاضر ۱۰۴ شاخص در قالب ۱۴ مفهوم (استفاده از دانش و علم تمرین، توجه به ویژگی‌های شخصیتی-روانی، توسعه ورزش همگانی، حذف عادات نامناسب در محیط‌های ورزشی، تبلیغ و ترویج، اقتصادی، تسهیل دسترسی، نقش دولت و مسئولان، افزایش مشارکت، افزایش آگاهی، بهبود وضعیت جسمی-روانی جامعه، تغییر باورها، توسعه حرفه‌ای و توسعه آموزشی) شناسایی شد.
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۳/۰۲	نتیجه‌گیری: پژوهش حاضر بر توجه به عوامل راهبردهای انگیزشی، فرهنگ‌سازی، راهبردهای ساختاری، فرهنگ پذیری ورزش در جامعه، افزایش سلامت عمومی و توسعه زیرساخت‌های ورزشی در جلوگیری از تنفر و تمرین‌زدگی دانش‌آموزان از ورزش تأکید دارد. در این زمینه توجه به عواملی نظیر ساخت و مکان‌یابی اماکن ورزشی در محیط مدرسه، افزایش ساعت تربیت بدنی در مدارس، تهیه برنامه‌های ورزشی در رادیو و تلویزیون، برگزاری برنامه‌های صبحگاهی ورزشی، دعوت از چهره‌های مشهور ورزشی و ارائه تخفیف به کودکان و نوجوانان به منظور جلوگیری از تنفر و تمرین‌زدگی دانش‌آموزان از ورزش پیشنهاد می‌شود.
تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۷/۰۱	

کلیدواژه‌ها:
انگیزش،
تجارب فردی،
ترک ورزش،
دانش‌آموز،
زیرساخت.

استناد: پیرجمادی، سحر؛ امین‌زاده، رضا؛ محمودی، احمد؛ و همت‌یار، زهرا (۱۴۰۲). شناسایی راهکارها و پیامدهای جلوگیری از تنفر و ترک ورزش دانش آموزان. نشریه

رشد و یادگیری حرکتی ورزشی، (۳) ۱۵، ۵-۱۷.

DOI: <http://doi.org/10.22059/jsmdl.2023.352600.1693>

این نشریه علمی رایگان است و حق مالکیت فکری خود را بر اساس لایسنس کپی‌رایت کامنز 4.0 CC BY-NC به نویسندگان واگذار کرده است. تارنما: <https://jsmdl.ut.ac.ir> رایانامه: jsmdl@ut.ac.ir



مقدمه

امروزه تربیت بدنی و ورزش و نقش آن در تندرستی و نشاط دانش‌آموزان از مباحث مورد توجه صاحب‌نظران عرصه پزشکی و ورزش است (کاستاگنا^۱ و همکاران، ۲۰۱۸). درس تربیت بدنی و اجرای فعالیت‌های منظم ورزشی در مدارس و آموزشگاه‌ها از ابزارهای کلیدی و مؤثر رشد نسل آینده محسوب می‌شود. برای دستیابی به این هدف در مدارس، درس ورزش و تربیت بدنی تنها درسی است که علاوه بر افزایش تجارب علمی دانش‌آموزان، درصدد است از طریق فعالیت‌های جسمانی تمام ابعاد انسانی از جمله بعد جسمی، روحی، اخلاقی، فرهنگی، حرکتی و اجتماعی را تقویت کند (خلجی، ۲۰۱۳). مشارکت ورزشی در دوران نوجوانی می‌تواند تأثیرات مثبت و همیشگی بر سلامت جسمانی، شخصیت و رشد روان‌شناختی افراد داشته باشد (فرآیین و همکاران، ۲۰۲۱). از طرفی پژوهش‌ها در زمینه روانشناسی رشد نشان می‌دهد که دوره سنی نوجوانی از لحاظ عزت نفس و رشد اجتماعی پیامدهای مهمی در پی دارد و تجربه ورزش در این دوران می‌تواند بر شخصیت و رشد روان‌شناختی تأثیر مهم و همیشگی داشته باشد. علاوه بر این رفتارهایی که در دوره نوجوانی شکل می‌گیرد، بر سلامت فرد در زندگی آینده تأثیر می‌گذارد؛ بنابراین نوجوانی دوره حساسی برای مطالعه فعالیت بدنی است (ولا^۲ و همکاران، ۲۰۱۵).

از طرفی یکی از موضوعات مهم روانشناسی ورزش که در میزان و شدت عملکرد دانش‌آموزان ورزشکار مؤثر است، بحث تنفر و ترک دانش‌آموزان از حضور در ورزش است. در این خصوص انگیزش عاملی برای انتخاب و جهت دادن به رفتار و پایداری تا رسیدن به هدف است. ترک ورزش در سنین نوجوانی بدین مفهوم است که ورزشکار نوجوان پیش از رسیدن به بالاترین سطح عملکرد ورزشی خود، به دوران ورزشی خود پایان دهد، این در حالی است که ممکن است آن فرد هنوز به ورزش دیگری مشغول باشد یا به ورزش دیگری روی آورد (یزدان‌پرست و بادامی، ۲۰۱۹). (پتلیچکوف^۳، ۱۹۹۳) ترک ورزش را فرایندی آرام و پیشرونده قلمداد کرد که طی آن انگیزه‌های حضور در ورزش کمرنگ می‌شود. نفرت شکلی از احساسات و هیجانات است و واکنش‌هایی که در اثر احساس نفرت تجربه می‌شوند، همیشه با حالات عاطفی غیرخوشایند همراهند. در روانشناسی نفرت به عنوان احساس کلی انزجار و تمایل به خلاص شدن از شر چیزی آلوده، فاسد و... تعریف می‌شود (شاهی صدرآبادی و همکاران، ۲۰۱۸). تنفر از ورزش نیز به تمامی احساسات و عواطف منفی برگرفته از عوامل بیرونی و درونی در فرد به واسطه حضور در ورزش و محیط ورزشی گفته می‌شود (بلتران-کاریلو^۴ و همکاران، ۲۰۱۲). افرادی که دچار احساس بی‌انگیزگی و تنفر از ورزش هستند، برای انجام فعالیت‌های ورزشی ارزش قائل نیستند، آنها برای انجام فعالیت‌های ورزشی احساس شایستگی نمی‌کنند و معتقدند که انجام کار نتیجه موردنظر را در پی نخواهد داشت. این زمانی است که آنها قادر به تنظیم رفتارشان نیستند (دسی و رایان^۵، ۲۰۰۰) و اغلب احساس تنفر از ورزش نتیجه احساس بی‌کفایتی و عدم کنترل بر رفتار است و اغلب به ترک کردن ورزش منجر می‌شود (نتومانیس^۶ و همکاران، ۲۰۰۴). با تمام این تفاسیر می‌توان گفت این مفهوم شاید شدیدترین و در عین حال مهم‌ترین احساس منفی باشد که ممکن است فرد نسبت به ورزش داشته باشد (زارانتونلو^۷ و همکاران، ۲۰۱۶). نفرت و انزجار از ورزش، از علل رایج افت عملکرد در ورزشکاران است. علائمی چون خستگی مزمن، درد عضلانی، کاهش وزن، تغییرات خلقی و ابتلای مکرر به ناخوشی‌ها ممکن است توأم با افت عملکرد بروز کند (فضلی و قره‌خانلو، ۲۰۱۶). در این زمینه (وینز^۸ و همکاران، ۲۰۰۸) عدم موفقیت در فوتبال بلغارستان را به ناتوانمندی دولت در پایه‌گذاری سیاست‌های مؤثر و راهبردهای حکومتی نسبت دادند. این پژوهشگران اذعان داشتند که اگر در تحقیقات، تفاوت‌های فرهنگی لحاظ نشود، دیدگاه‌های نظری گمراه‌کننده خواهد بود. در بررسی پژوهش‌های جدید یافته‌های (فریکل^۹ و همکاران، ۲۰۲۰) حاکی از آن است که لازم است برنامه‌هایی شامل اطلاعات، مشاوره انگیزشی و آموزش فردی برای غلبه بر خستگی و جلوگیری از ترک ورزش ارائه شود. در پژوهش‌های داخلی مهم‌ترین و مرتبط‌ترین تحقیقات نیز شامل موارد زیر است: یافته‌های (خلجی و همکاران، ۲۰۱۸) نشان داد که معلمان تربیت بدنی در صورت آشنایی با عوامل و مؤلفه‌های مربوط به انگیزش پیشرفت ورزشی (رقابت‌جویی، پیروزی‌گرایی و هدف‌گرایی) می‌توانند دانش‌آموزان را در رقابت‌های المپیاد درون‌مدرسه‌ای در جایگاه موفق قرار دهند.

1. Castagna
2. Vella
3. Petlichkoff

4. Beltran-Carrillo
5. Deci & Ryan
6. Ntoumanis

7. Zarantonello
8. Vincze
9. Frikkel

(جعفری، ۲۰۱۸) نیز در پژوهش خود به این نتیجه دست یافت که کمال‌گرایی مثبت و منفی رابطه معناداری با فرسودگی ورزشی دارد و به‌منظور کاهش فرسودگی ورزشی، پیشنهاد می‌شود علاوه بر توجه به نوع کمال‌گرایی بازیکنان، زمینه ارتقای راهبردهای مقابله‌ای کارآمد نیز فراهم شود. نتایج (مرادی و آذر کردار، ۲۰۱۹) نیز بیانگر آن است که بین عوامل انگیزشی (درونی و بیرونی) و همچنین بین عوامل بازدارنده (دانش‌آموز محور، معلم محور و سازمانی) در آموزش تربیت بدنی تفاوت وجود داشت. همچنین عامل انگیزش درونی و عامل بازدارنده سازمانی بیشترین تأثیر را بر آموزش تربیت بدنی داشت. افزون بر این نتایج (کریمی و همکاران، ۲۰۲۱) نشان داد که شاخص‌های اجتماعی تأثیر زیادی در ارتقای فرهنگ ورزش کشور دارند.

بررسی پیشینه‌ها نشان می‌دهد علی‌رغم مطرح بودن تنفر و ترک دانش‌آموزان از ورزش در دهه‌های اخیر به‌عنوان یک موضوع جهانی و جایگاه بالای ورزش در زندگی تربیتی و سلامتی دانش‌آموزان، اما تاکنون پژوهشی با این عنوان در سطح کشور به انجام نرسیده است و اندک پژوهش‌های انجام‌گرفته به بررسی موانع انگیزشی، دلایل ترک ورزش در ورزش‌های تیمی پرداخته‌اند. همچنین بیشتر پژوهش‌های انجام‌گرفته جامعه دانش‌آموزان را بررسی نکرده‌اند. این خلأ در مطالعات خارجی در حوزه ورزش دانش‌آموزان نیز مشهود است. از این رو در پژوهش‌های انجام‌گرفته راهکارها و پیامدهای تنفر و ترک دانش‌آموزان از ورزش در ورزش‌های فردی و تیمی ارائه نشده و سازوکار پشت پرده ظهور افت عملکرد مشخص نشده است. بنابراین تحقیقات بیشتری لازم است تا رویکردهای تشخیصی و بازتوانی مبتنی بر شواهد در اختیار متخصصان قرار گیرد. در نتیجه، به‌نظر می‌رسد در این حوزه، یک خلأ پژوهشی وجود دارد و انجام پژوهش در راستای شناسایی راهکارها و پیامدهای تنفر و ترک دانش‌آموزان از ورزش اهمیت زیادی دارد.

مسئله حائز اهمیت آن است که تربیت بدنی جزئی لاینفک از برنامه‌های آموزش و پرورش است که آموزش همگانی برای تمام دانش‌آموزان مطرح است و هدف از آن تقویت و پرورش تمام استعدادها و جسمانی و روانی دانش‌آموزان است تا حدی که زندگی سالم و موفق در محیط‌های طبیعی و اجتماعی را میسر گرداند (کارگر فرد و نادریان جهرمی، ۲۰۱۴). غیر از افسردگی و اضطراب، مشارکت در ورزش با بسیاری از پیامدهای مثبت رشد در ارتباط است که از میان آنها می‌توان به مواردی از جمله افزایش مهارت‌های حرکتی و شناختی، عزت نفس، کار گروهی، مهارت‌های اجتماعی، نظم و انضباط، مسئولیت‌پذیری و رضایت‌مندی اشاره کرد (فایندلی و کوپلان، ۲۰۰۸). همراستا با این موضوع شواهد تحقیقاتی از کشورهای صنعتی نشان می‌دهد که کاهش فعالیت‌های جسمانی با بالا رفتن سن، با شدیدترین کاهش بین ۱۳ و ۱۸ سالگی است (سالیس^۲، ۲۰۰۰). نتایج تحقیقات دیگر نشان می‌دهد که شرکت در فعالیت‌های بدنی از ۱۰ تا ۱۳ سالگی به اوج می‌رسد. پس از آن تا ۱۸ سالگی به شکل مداوم کاهش می‌یابد؛ به‌عبارتی از هر ۱۰ کودک که ورزش را شروع می‌کنند، سه تا چهار نفر در شروع فصل بعدی ورزش را ترک می‌کنند. اگرچه دلایل ترک ورزش در بین پژوهش‌های مختلف متفاوت بوده است، اما تعدادی از دلایل مانند علاقه به فعالیت‌های دیگر، کمبود تفریح و رضایت، کمبود موفقیت یا پیشرفت، کم شرکت کردن در رقابت، استرس رقابتی بیش‌ازحد، دلزدگی و نارضایتی از مربی و برنامه در غالب گزارش‌ها به چشم می‌خورد (لپیر^۳، ۲۰۰۹). این موضوع به این دلیل نیز می‌تواند شایان توجه باشد که دانش‌آموزان ورزشکار هم نقش دانش‌آموز و هم ورزشکار را ایفا می‌کنند، بنابراین اغلب با استرس‌های بیرونی که به تنفر و ترک ورزش منجر می‌شود، روبه‌رو می‌شوند. همچنین دانش‌آموزان ورزشکار باید تلاش‌های روانی و جسمانی که سایر دانش‌آموزان در شاخه‌های درسی دیگر نمی‌گذرانند، داشته باشند؛ از جمله تمرینات ورزشی، مشارکت در رقابت‌های ورزشی و ارتباطات بین فردی. از این رو این دانش‌آموزان به‌راحتی نمی‌توانند خود را با این رشته هماهنگ کنند و مدارس نیز حمایت مناسبی از آنها ندارند و این مسئله سبب مواجه شدن دانش‌آموزان با موانع متعددی می‌شود که علاوه بر دستاوردها و عملکرد آنها، در توسعه ورزشی آنها نیز در آینده تأثیرگذار است. آنچه حائز اهمیت است آن است که چنانچه دانش‌آموزان از خدمات و شرایط برگزاری کلاس‌های تربیت بدنی، آمادگی برای رقابت‌ها، برنامه‌های فوق برنامه ورزشی و مسابقات رضایت نداشته باشند، تصویر ذهنی منفی پیدا می‌کنند که ممکن است در تنفر و ترک از حضور در ورزش آنها مؤثر باشد؛ به‌نظر می‌رسد این درس در مدارس ایران در خطر قرار دارد. از طرفی از آنجا که بروز نشانگان تنفر از ورزش در دانش‌آموزان می‌تواند به شکلی زودرس دوره قهرمانی یک ورزشکار را کوتاه کند یا به آن خاتمه دهد، بنابراین پیشگیری از آن هدف بسیار مطلوبی است.

^۱. Findlay & Coplan

^۲. Sallis

^۳. Lepir

با عنایت به آنکه نوجوانان بزرگ‌ترین گروه شرکت‌کننده در ورزش را تشکیل می‌دهند و از سوی دیگر آموزش و پرورش در برابر عملکرد دانش‌آموزان و پیشرفت ورزشی آنان مسئول است، از این رو با توجه به حساسیت کشور بر توسعه ورزش همگانی و آموزشی در جامعه و از سوی دیگر حفظ استعدادهای ورزشی، محقق با انجام این پژوهش درصدد بررسی این سؤال است که راهکارها و پیامدهای جلوگیری از تنفر و ترک دانش‌آموزان از ورزش برای فرد، جامعه، خانواده، مدرسه و سازمان آموزش و پرورش کدام‌اند؟

روش‌شناسی پژوهش

روش پژوهش، کیفی^۱ و از نوع پژوهش‌های اکتشافی^۲ بود و از روش زمینه‌یابی^۳ برای کسب اطلاعات استفاده شد و از لحاظ هدف نیز جزو پژوهش‌های کاربردی به‌شمار می‌آید. جامعه آماری پژوهش شامل دبیران تربیت بدنی، کارشناسان تربیت بدنی اداره کل آموزش و پرورش شهر تهران، دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر تهران با سابقه قهرمانی، استادان رشته مدیریت ورزشی و مربیان ورزشی بودند. شایان ذکر است بخشی از نمونه موردنظر شامل دانش‌آموزان با سابقه قهرمانی در مسابقات ورزشی بودند که در سه سال اخیر ورزش را ترک کرده و میل و رغبت خود را به شرکت در مسابقات و انجام ورزش از دست داده بودند و در زمان ترک ورزش ۱۳ تا ۱۹ ساله بودند. نمونه‌گیری به‌صورت قضاوتی هدفمند^۴ انجام گرفت که با ۲۱ مصاحبه، اشباع نظری^۵ حاصل شد. ابزار پژوهش، مصاحبه عمیق و نیمه‌ساختاریافته^۶ بود. در این مرحله گردآوری داده‌ها به شیوه جمع‌آوری داده‌های کیفی انجام گرفت. پس از اخذ مصاحبه‌ها، با استفاده از روش شناسه‌گذاری باز^۷ (گزاره‌های کلامی)، محوری^۸ (مفاهیم) و گزینشی^۹ (مقوله‌های کلی)، راهکارها و پیامدهای جلوگیری از تنفر و ترک ورزش دانش‌آموزان با استفاده از نرم‌افزار کیفی مکس کیودی‌ای پرو^{۱۰} شناسه‌گذاری و دسته‌بندی شد. (مورس^{۱۱} و همکاران، ۲۰۰۲) برای اطمینان از روایی و پایایی پژوهش کیفی مواردی نظیر انتخاب دقیق نمونه‌ها، جمع‌آوری و تحلیل همزمان داده‌ها و انسجام در روش‌شناسی پژوهش را برای اطمینان از نتایج، پیشنهاد می‌دهند که در این پژوهش نیز موارد پیش‌گفته از طرف پژوهشگر رعایت شد. همچنین با استفاده از روش پایایی بازآزمون از بین مصاحبه‌های انجام‌گرفته، به‌صورت تصادفی ۲۰ درصد مصاحبه‌ها که شامل چهار مصاحبه بود، انتخاب شد و هر کدام از آنها دو بار در فاصله زمانی ۳۰ روزه (یک ماه) توسط پژوهشگر دیگر از گروه پژوهش شناسه‌گذاری شدند. در این زمینه (استملر^{۱۲}، ۲۰۰۰) در پژوهش خود میزان پایایی بیشتر از ۶۰ درصد را مورد تأیید و قابل قبول تبیین کرد. نتایج حاصل از پایایی بازآزمون در جدول ۱ درج شده است.

جدول ۱. محاسبه پایایی مصاحبه‌ها به روش باز آزمون

ردیف	عنوان مصاحبه	تعداد کل کدها	تعداد توافقات	پایایی بازآزمون (درصد)
۱	P ₂	۲۴	۱۸	۷۵
۲	P ₁₁	۱۹	۱۵	۷۹
۳	P ₁₇	۲۱	۱۶	۷۷
۴	P ₁₄	۱۵	۱۲	۸۰
	کل	۷۹	۶۱	۷۸

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود تعداد کل کدها در دو فاصله زمانی ۳۰ روزه برابر ۷۲، تعداد کل توافقات بین کدها در این دو زمان برابر ۵۹ بود. پایایی بازآزمون مصاحبه‌های انجام‌گرفته در این پژوهش با استفاده از فرمول اسکات، برابر ۸۲ درصد است. با توجه به اینکه این میزان پایایی بیشتر از ۶۰ درصد است (استملر، ۲۰۰۰)، قابلیت پایایی شناسه‌گذاری‌ها مورد تأیید و قابل قبول است.

1. Qualitative Research
2. Exploratory Research
3. Survey Approach
4. Purposive Sampling

5. Theoretical Saturation
6. Semi-Structured
7. Open Coding
8. Axial coding

9. Selective Coding
10. MAXQDA Analytics Pro
11. Morse
12. Stemler

یافته‌های پژوهش

در پژوهش حاضر ۲۱۷ شناسه اولیه بازاستخراج شد که پس از تلخیص، تلفیق و ادغام شناسه‌هایی که به لحاظ معنایی و مفهومی دارای وجه مشترک بودند، در مجموع ۱۰۴ (شناسه باز) شناسایی شد که این عوامل در ۱۴ مفهوم (شناسه محوری) و شش مقوله کلی (شناسه گزینشی) به شرح جدول ۲ دسته‌بندی شدند.

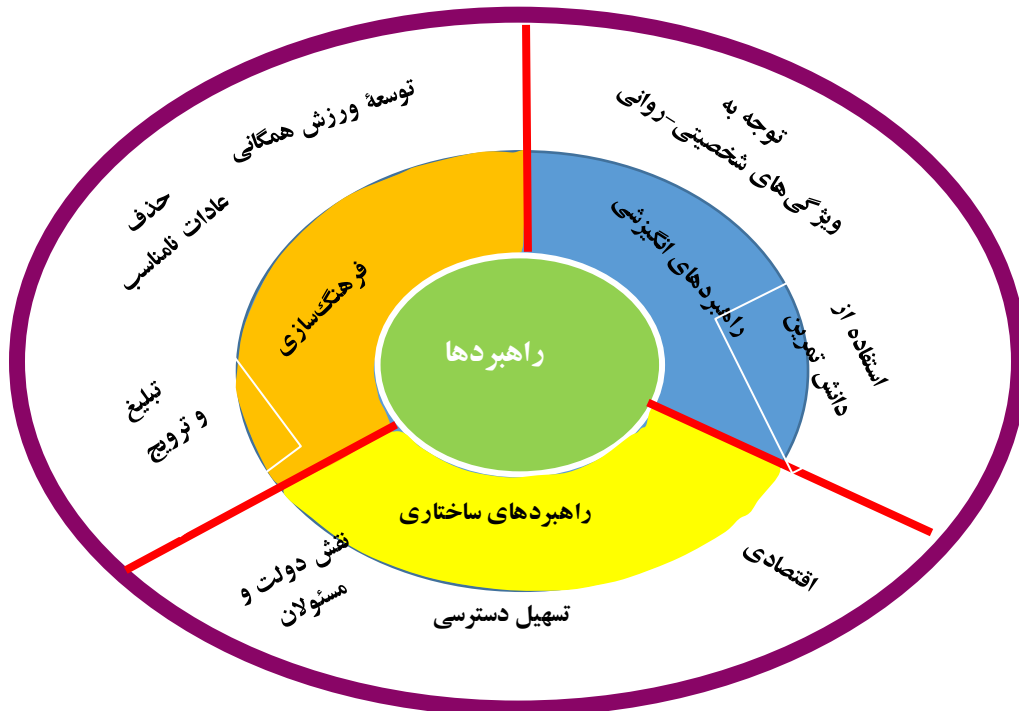
جدول ۲. راهکارهای جلوگیری از تنفر و ترک ورزش دانش‌آموزان

شناسه‌گذاری محوری (مفاهیم)	شناسه‌گذاری باز (گزاره‌های کلامی)	شناسه‌گذاری گزینشی (مقوله‌های کلی)
استفاده از دانش و علم تمرین	طراحی برنامه‌های ورزشی متناسب با وضعیت جسمی دانش‌آموزان، طراحی برنامه‌های ورزشی در راستای تقویت فاکتورهای آمادگی جسمانی، طراحی برنامه‌های ورزشی متناسب با رده‌های مختلف سنی، آگاه کردن دانش‌آموزان نسبت به مزایا و ارزش‌های حاصل از پرداختن به ورزش، افزایش دانش و اطلاعات مربیان و معلم ورزش، به‌روزرسانی منظم اطلاعات مربیان و معلمان ورزش، توجه به شرایط آب و هوایی در اجرای برنامه‌های ورزشی به‌ویژه برای ورزش‌های روباز، ارائه اطلاعات درست و مناسب از جانب معلمان و مربیان ورزشی به ورزشکاران و خانواده آنها، طراحی سیستم مناسب و کارآمد استعدادیابی در ورزش، متنوع ساختن برنامه‌های ورزشی، افزایش تعداد معلمان و مربیان ورزشی با دانش به نسبت تعداد افراد شرکت‌کننده، توجه به افراد دچار نقص جسمی در طراحی برنامه‌های ورزشی، توجه به عامل وراثت در طراحی برنامه‌های ورزشی، آموزش مربیان و معلمان در خصوص توجه به تک‌تک افراد حاضر در محیط ورزشی، ایجاد تنوع در کلاس‌های ورزشی و فعالیت بدنی و تحمل‌پذیر ساختن این فعالیت‌ها، اخذ اطلاعات مربوط به افراد به‌ویژه در خصوص داشتن بیماری‌های مزمن و لحاظ کردن آن در طراحی برنامه‌های ورزشی، استفاده از افراد تحصیل کرده در حیطه تربیت بدنی در امر آموزش ورزش، استفاده از مربیان و معلمان دارای صلاحیت در کلاس‌های ورزشی.	راهبردهای انگیزشی
توجه به ویژگی‌های شخصیتی-روانی	ایجاد علاقه در دانش‌آموزان نسبت به ورزش و فعالیت بدنی، توجه به علایق و ترجیحات فردی افراد در ورزش و فعالیت بدنی، توجه به اصل ویژگی‌های فردی و اضافه بار در برنامه‌های ورزشی، از بین بردن ترس افراد به‌منظور حضور در محیط ورزشی، بهبود و افزایش اعتمادبه‌نفس، استفاده از روانشناس ورزشی در کلاس‌ها و محیط‌های ورزشی در خصوص ارائه راهنمایی درباره تجارب ناخوشایند قبلی افراد از ورزش، توجه معلمان و مربیان به افراد حاضر در کلاس ورزش و از بین بردن حس طردشدن در فرد، توجه به افراد پرخاشگر در محیط ورزشی، از بین بردن احساس نگرانی در افرادی که نسبت به وزن خود حساس اند، توجه به علایق شخصی افراد در ورزش و ایجاد تجربه‌ای لذت‌بخش برای آنان، توجه ویژه به نوجوانان انزواطلب.	
توسعه ورزش همگانی	ایجاد فرهنگ پرداختن به ورزش، توجه به ورزش همگانی و توسعه آن، ایجاد انگیزه در دانش‌آموزان نسبت به ورزش با استفاده از راهکارهای مناسب، معرفی و استفاده از ورزش‌های نوظهور در جهان، طراحی برنامه‌هایی به‌منظور ایجاد ذهنیت مثبت در دانش‌آموزان، استفاده از برنامه‌های مختلف و تشویقی یا برگزاری جشنواره‌های ورزشی خانوادگی به‌منظور افزایش مشارکت دانش‌آموزان در ورزش.	فرهنگ‌سازی
حذف عادات نامناسب در محیط‌های ورزشی	برخورد با افرادی که در محیط ورزشی، دیگران را مورد تمسخر قرار می‌دهند، ارائه راهکارهای مناسب در خصوص حذف تبعیض در ورزش، علاقه‌مند ساختن دانش‌آموزانی که از فعالیت‌های گروهی نفرت دارند نسبت به فعالیت‌های گروهی، تغییر نگرش منفی دانش‌آموزان نسبت به ورزش و ایجاد علاقه در آنان نسبت به فعالیت بدنی.	
تبلیغ و ترویج	تغییر نگرش‌های ذهنی منفی دانش‌آموزان نسبت به ورزش با استفاده از تبلیغات در رسانه و سلبریتی‌ها، آموزش مسئولان و خانواده‌ها در خصوص حمایت از فرزندان خود به‌منظور توجه به ورزش، توجه ویژه به افزایش چاقی در جامعه به دلیل نبود فرهنگ مناسب، طراحی برنامه‌های ورزشی متناسب با عقاید فرهنگی-اجتماعی افراد، افزایش دانش و آگاهی دانش‌آموزان و خانواده‌های آنان نسبت به ورزش.	
اقتصادی	ارائه برنامه‌های ورزشی فوق‌برنامه با قیمت‌های معقول به‌ویژه برای دانش‌آموزان قشر ضعیف، بهبود وضعیت اقتصادی جامعه، تولید محصولات ورزشی داخلی با قیمت مناسب.	راهبردهای ساختاری

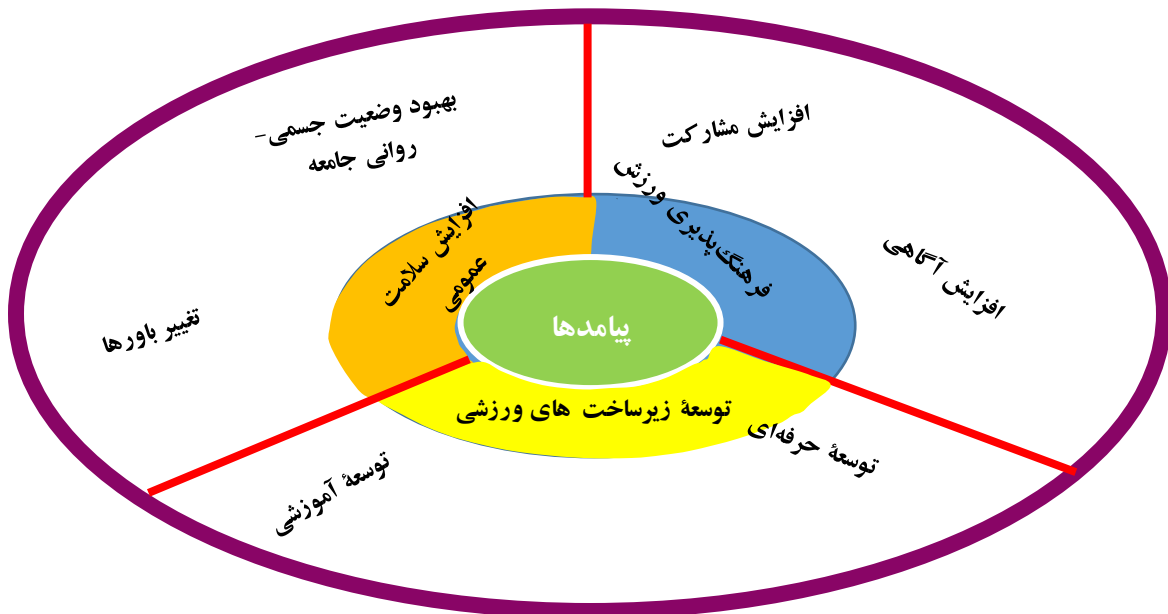
تسهیل دسترسی	احداث و راه‌اندازی اماکن ورزشی در محیط‌های مناسب، توجه به بحث زیبایی‌شناسی اماکن ورزشی، تقویت زیرساخت‌های ورزشی، برقراری اماکن دسترسی مناسب دانش‌آموزان به اماکن و تجهیزات ورزشی، برنامه‌ریزی و اجرای برنامه‌های ورزشی در ساعات مختلف روز، طراحی برنامه‌های ورزشی منعطف به لحاظ زمانی.
نقش دولت و مسئولان	توجه ویژه مسئولان به‌خصوص مدیران ورزشی به ورزش و تأکید بر پرداختن به آن در رسانه‌ها، افزایش توجه مسئولان به ورزش بانوان، مدیریت ریسک و ایمن‌سازی ورزش، افزایش تجهیزات ورزشی در اماکن ورزشی، به‌کارگیری تجهیزات به‌روز دنیا.

جدول ۳. پیامدهای جلوگیری از تنفر و ترک ورزش دانش‌آموزان

شناسه‌گذاری باز (گزاره‌های کلامی)	شناسه‌گذاری محوری (مفاهیم)	شناسه‌گذاری گزینشی (مقوله‌های کلی)
ایجاد تداوم در پرداختن به ورزش و فعالیت بدنی، پرداختن به ورزش و فعالیت بدنی به عنوان یک عادت در دانش‌آموزان، افزایش مشارکت دانش‌آموزان و دانشجویان در فعالیت‌های ورزشی، رشد و توسعه ورزش همگانی در جامعه.	افزایش مشارکت	شناسه‌گذاری گزینشی (مقوله‌های کلی)
افزایش توجه خانواده‌ها به امر ورزش و اهمیت آن برای فرزندان، حذف تبعیض و کلیشه‌های جنسیتی در ورزش، حذف عاداتی همچون توهین، تمسخر و پرخاشگری در محیط ورزشی، بهبود نگرش مدیران مدارس نسبت به ورزش، جا افتادن فرهنگ ورزش در بین عموم مردم، افزایش آگاهی و دانش مردم در خصوص فواید و مزایای پرداختن به ورزش، تغییر نگرش افراد نسبت به کارکردهای مختلف ورزش.	افزایش آگاهی	فرهنگ‌پذیری ورزش در جامعه
ایجاد برنامه‌های ورزشی مناسب با شرایط جسمی و روحی دانش‌آموزان مختلف، افزایش سطح نشاط و شادابی در جامعه، اجتماعی شدن افراد به‌واسطه حضور در گروه‌های ورزشی، رضایت افراد از ورزش و فعالیت‌های بدنی، سازگار شدن فعالیت‌های بدنی با شخصیت افراد، افزایش سطح ایمنی اماکن ورزشی، تخلیه انرژی به شکل مثبت در محیط ورزشی، لذت بردن افراد از پرداختن به ورزش، افزایش سطح سلامتی در جامعه، کاهش هزینه‌های درمانی ناشی از نپرداختن به ورزش و فعالیت بدنی، ایجاد برنامه‌های ورزشی مناسب برای دانش‌آموزان دارای نقص جسمی، افزایش سطح ایمنی فعالیت‌های ورزشی.	بهبود وضعیت جسمی-روانی جامعه	افزایش سلامت عمومی
از بین رفتن ترس حضور در فعالیت‌های ورزشی گروهی و تیمی، ایجاد اشتیاق در دانش‌آموزان برای حضور در اماکن و محیط‌های ورزشی، ایجاد اعتقاد در دانش‌آموزان در خصوص بهتر بودن زندگی به‌واسطه ورزش، حذف یا کم‌رنگ شدن تجارب ناخوشایند قبلی از ورزش، افزایش اعتمادبه‌نفس برای پرداختن به ورزش و فعالیت بدنی، افزایش اعتمادبه‌نفس مربیان و معلمان ورزش در تدریس و آموزش، موفقیت افراد در دستیابی به اهداف ورزشی خود، بهبود احساس دانش‌آموزان نسبت به ظاهر جسمانی خود.	تغییر باورها	
بهبود عملکرد مربیان و معلمان ورزش، رعایت موازین اخلاقی از سوی معلمان و مربیان ورزشی، بهبود و افزایش کیفیت اماکن ورزشی، آسان شدن دسترسی دانش‌آموزان به اماکن و تجهیزات ورزشی، افزایش مربیان و معلمان ورزشی بادنش و دارای صلاحیت حرفه‌ای، افزایش برنامه‌های متنوع ورزشی برای افراد با سلیق مختلف، وجود اماکن ورزشی مناسب برای افراد جامعه، وجود سیستم استعدادیابی ورزشی مناسب و پیشرفته، توسعه مهارت دانش‌آموزان در زمینه‌های ورزشی.	توسعه حرفه‌ای	توسعه زیرساخت‌های ورزشی
افزایش کیفیت دروس تربیت بدنی در مدارس و دانشگاه‌ها، ورود ورزش‌های جدید به کشور، افزایش ساعات تربیت بدنی در مدارس، افزایش توجه مسئولان به امر ورزش، بهبود برخورد مربیان و معلمان ورزش در محیط‌های ورزشی با افراد، ایجاد الگوهای ورزشی مناسب در جامعه.	توسعه آموزشی	



شکل ۱. راهکارهای جلوگیری از تنفر و ترک ورزش دانش‌آموزان



شکل ۲. پیامدهای جلوگیری از تنفر و ترک ورزش دانش‌آموزان

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر که با هدف شناسایی راهکارها و پیامدهای جلوگیری از تنفر و ترک ورزش دانش‌آموزان صورت گرفت، از اولین و مهم‌ترین تلاش‌هایی است که با ارائه نگرشی چندجانبه در راستای بررسی راهکار و پیشنهادهای طرح‌ریزی شده برای جلوگیری از تنفر دانش‌آموزان

از ورزش انجام گرفت. در پژوهش حاضر ۶ مقوله کلی و ۱۴ مفهوم شناسایی شد. در پژوهش حاضر راهبردهای جلوگیری از تنفر دانش آموزان از ورزش؛ راهبردهای انگیزشی (استفاده از دانش و علم تمرین، توجه به ویژگی‌های شخصیتی-روانی)، فرهنگ‌سازی (توسعه ورزش همگانی، حذف عادات نامناسب در محیط‌های ورزشی، تبلیغ و ترویج) و راهبردهای ساختاری (اقتصادی، تسهیل دسترسی، نقش دولت و مسئولان) شناسایی شد. این نتیجه با یافته‌های (وینز و همکاران، ۲۰۰۸)؛ (فریکل و همکاران، ۲۰۲۰)؛ (حلاجی و همکاران، ۲۰۱۸)؛ (جعفری، ۲۰۱۸) و (مرادی و آذر کردار، ۲۰۱۹) همخوان است. نتایج تحقیقات (مرادی و آذر کردار، ۲۰۱۹) نیز بیانگر آن است که بین عوامل انگیزشی (درونی و بیرونی) و همچنین بین عوامل بازدارنده (دانش‌آموز محور، معلم محور و سازمانی) در آموزش تربیت بدنی تفاوت وجود داشت. در تفسیر این نتیجه می‌توان گفت که اگرچه بی‌انگیزگی بیشتر از درون دانش‌آموزان سرچشمه می‌گیرد، غیرمنصفانه به نظر می‌رسد فرض کنیم که تمام فعالیت‌های ورزشی مدرسه جذاب و جالب توجه هستند که دانش‌آموزان باید برای انجام آنها با انگیزه باشند. بدیهی است دانش‌آموزانی که فعالیت‌های ارائه شده را فاقد جذابیت، یکنواخت و کسل‌کننده درک کنند، انگیزه لازم برای مشارکت را نخواهند داشت. از طرفی برنامه‌های ورزشی نامتناسب با وضعیت جسمی دانش‌آموزان و رده‌های مختلف سنی، ناآگاهی از فواید روانی و جسمانی، کمبود دانش و اطلاعات مربیان و معلم ورزش، ارائه اطلاعات نادرست از جانب معلمان و مربیان ورزشی به ورزشکاران و خانواده آنها، نبود طراحی سیستم مناسب و کارآمد استعدادیابی در ورزش، نبود تنوع در فعالیت‌های ورزشی، بی‌توجهی به افراد دچار نقص و عدم استفاده از مربیان و معلمان دارای صلاحیت در کلاس‌های ورزشی سبب پایین آمدن علاقه در بین دانش‌آموزان به ورزش می‌شود. متأسفانه فعالیت‌های تربیت بدنی مدارس به چند رشته خاص و تکرار آنها در طول سال تحصیلی محدود شده است. از طرفی بعضی از دانش‌آموزان نیز فشار بیش‌ازحدی را که در طول تمرین برای آنها ایجاد می‌شود، از عوامل اصلی مؤثر در تمرین زدگی و تنفر از ورزش برشمردند. این مسئله از دو دیدگاه قابل بررسی است؛ در نگاه اول، دانش‌آموز در رشته ورزشی موردنظر استعداد لازم را ندارد و همین عدم استعداد سبب می‌شود فشار بیش‌ازحدی در محیط ورزش تجربه کند. در حالت دوم معلم فشار زیادی را در طول تمرینات بر دانش‌آموزان وارد می‌کند و همین عامل سبب می‌شود حتی افرادی که در آن ورزش استعداد کافی نیز دارند، به دلیل خستگی زیاد ناشی از تمرین دل‌زده شده و حس بی‌زاری در آنها به وجود بیاید. از سوی دیگر توجه به ویژگی‌های شخصیتی-روانی دانش‌آموزان از جمله ترس افراد جهت حضور در محیط ورزشی، اعتمادبه‌نفس، علاقه دانش‌آموزان نسبت به ورزش و فعالیت بدنی، حس طرد شدن، افراد پرخاشگر در محیط ورزشی، علایق شخصی، اصل ویژگی‌های فردی، دانش‌آموزان انزواطلب بسیار مهم است. بسیاری از دانش‌آموزان فعالیت‌های تربیت بدنی را ارزشمند نمی‌دانند، چون اعتقاد دارند به اهداف موردنظر نخواهند رسید، زیرا زنگ تربیت بدنی در مدارس به یک یا دو ساعت در هفته محدود شده است پس لازم است نقشی محوری برای تربیت بدنی در برنامه درسی مدارس در نظر گرفته شود. همچنین تجارب فرد از جمله تصاویر منفی ضبط شده از ورزش در ذهن فرد، عادت نداشتن به انجام فعالیت بدنی، تجربه کمبود توانایی ورزش و فعالیت بدنی از سوی دانش‌آموزان به تنفر از ورزش منجر می‌شود. زمانی که دانش‌آموزان احساس کنند نمی‌توانند تلاش کافی از خود نشان دهند، در کلاس تأخیر کرده و زمان کمی را صرف فعالیت‌ها می‌کنند. دانش‌آموزانی که احساس کنند در فعالیتی ناموفق‌اند، از تربیت بدنی لذت نمی‌برند و ممکن است نخواهند مشارکتشان را ادامه دهند. استرس در موقعیت آموزش و مسابقه طی یک فرایند شکل می‌گیرد. تداوم و افزایش استرس‌ها به بروز یک سری از آسیب‌های جسمانی و روانی در ورزشکار منجر می‌شود. پیامدهای عناصر روانی در چارچوب ناهماهنگی‌های عناصر جسمانی و تجربه‌ای به صورت اختلال در پردازش اطلاعات، خود سرزنشگری، خود انتقادگری، احساس و درماندگی مشخص می‌شود که این وضعیت احتمال بروز تنفر از ورزش را افزایش می‌دهد.

نبود یا ضعف در فرهنگ ورزش می‌تواند ناشی از ضعف در رسانه‌های کشور، تغییر نگرش‌های ذهنی منفی دانش‌آموزان نسبت به ورزش با استفاده از تبلیغات در رسانه و سلبریتی‌ها، نبود برنامه‌های ورزشی متناسب با عقاید فرهنگی-اجتماعی افراد، نبود برنامه‌های مختلف و تشویقی یا برگزاری جشنواره‌های ورزشی خانوادگی به منظور افزایش مشارکت دانش‌آموزان در ورزش و همچنین عدم اطلاع‌رسانی درست در مورد فواید ورزش باشد. از این‌رو نیاز به وجود و شکل‌گیری مدیریت سیستمی در بین سازمان‌های متعامل با آموزش و پرورش را باید امر اساسی برای کاهش وضعیت این‌چنینی دانست. بنابراین، می‌توان بیان داشت که در صورت وضعیت اقتصادی و اجتماعی نامناسب، بیکاری،

وضعیت اقتصادی طبقه کارگر، هزینه‌های بالای ورزشی که معمولاً خارج از کنترل خود فرد هستند، می‌تواند به ایجاد تنفر دانش‌آموزان از ورزش منجر شود. به‌علاوه از جمله عوامل محیطی-فیزیکی مؤثر در تنفر و ترک از ورزش دانش‌آموزان تسهیل دسترسی از جمله: احداث و راه‌اندازی اماکن ورزشی در محیط‌های مناسب، توجه به بحث زیبایی‌شناسی اماکن ورزشی، تقویت زیرساخت‌های ورزشی، برقراری امکان دسترسی مناسب دانش‌آموزان به اماکن و تجهیزات ورزشی، برنامه‌ریزی و اجرای برنامه‌های ورزشی در ساعات مختلف روز و طراحی برنامه‌های ورزشی منعطف به لحاظ زمانی بود. بدیهی است مسیرهای دور نیز مشکلات خاص خود همچون خستگی، اتلاف وقت، مشکل رفت‌وآمد و یا حتی امنیت را به‌همراه دارد. بر این اساس اگر مسئولان خواهان آن هستند تا کودکان را از همان سال‌های اولیه در تمرینات ورزشی درگیر کنند و استعدادها را شکوفا شود، ضروری است تا محیط امن و ایمن با دسترسی آسان تعریف کنند.

در پژوهش حاضر پیامدهای جلوگیری از تنفر و ترک ورزش دانش‌آموزان فرهنگ‌پذیری ورزش در جامعه (افزایش مشارکت، افزایش آگاهی)، افزایش سلامت عمومی (بهبود وضعیت جسمی-روانی جامعه، تغییر باورها)، توسعه زیرساخت‌های ورزشی (توسعه حرفه‌ای، توسعه آموزشی) شناسایی شد. این نتیجه با یافته‌های (کریمی و همکاران، ۲۰۲۱) همخوان بود. (ویتج و همکاران، ۲۰۱۳) در پژوهش خود این نتیجه دست یافتند که زمینه‌هایی که به کودکان کمک می‌کند تا سبک زندگی غیرفعال را کنار بگذارند، شامل حمایت والدین و تشویق به فعالیت بدنی، داشتن یک محیط فیزیکی حمایتی و داشتن دوستان فعال، فعال بودن به‌عنوان اولویت فردی، آگاهی از خطرات بهداشتی و سلامتی مرتبط با رفتار بی‌حرکی، قوانین والدین و محیط حمایتی خانه است. نتایج تحقیق (کریمی و همکاران، ۲۰۲۱) نشان داد که شاخص‌های اجتماعی تأثیر قابل توجهی در ارتقای فرهنگ ورزش کشور دارند. مسئله مهم آن است که پایه‌سازی و توسعه زیرساخت‌های ورزشی در حوزه دانش‌آموزی باید بر اساس یک سیستم منطبق با علم آغاز شود. با توجه به راهبردهای ارائه‌شده در پژوهش حاضر شاهد توسعه حرفه‌ای (بهبود عملکرد مربیان و معلمان ورزش، رعایت موازین اخلاقی از سوی معلمان و مربیان ورزشی، بهبود و افزایش کیفیت اماکن ورزشی، آسان شدن دسترسی دانش‌آموزان به اماکن و تجهیزات ورزشی، افزایش مربیان و معلمان ورزشی با دانش و دارای صلاحیت حرفه‌ای، افزایش برنامه‌های متنوع ورزشی برای افراد با سلیق مختلف، وجود اماکن ورزشی مناسب برای افراد جامعه، وجود سیستم استعدادیابی ورزشی مناسب و پیشرفته، توسعه مهارت دانش‌آموزان در زمینه‌های ورزشی) و توسعه آموزشی (افزایش کیفیت دروس تربیت بدنی در مدارس و دانشگاه‌ها، ورود ورزش‌های جدید به کشور، افزایش ساعات تربیت بدنی در مدارس، افزایش توجه مسئولان به امر ورزش، بهبود برخورد مربیان و معلمان ورزش در محیط‌های ورزشی با افراد، ایجاد الگوهای ورزشی مناسب در جامعه) و در نهایت افزایش سلامت عمومی از جمله افزایش سطح نشاط و شادابی در جامعه، ایجاد برنامه‌های ورزشی مناسب با شرایط جسمی و روحی دانش‌آموزان مختلف، افزایش سطح سلامتی در جامعه، کاهش هزینه‌های درمانی ناشی از نپرداختن به ورزش و فعالیت بدنی، از بین رفتن ترس حضور در فعالیت‌های ورزشی گروهی و تیمی، ایجاد اعتقاد در دانش‌آموزان در خصوص بهتر بودن زندگی به‌واسطه ورزش، حذف یا کمرنگ شدن تجارب ناخوشایند قبلی از ورزش، افزایش اعتمادبه‌نفس برای پرداختن به ورزش و فعالیت بدنی، موفقیت دانش‌آموزان در دستیابی به اهداف ورزشی خود خواهیم بود. در این زمینه تعامل با سازمان‌ها و دستگاه‌های مرتبط با آموزش پرورش در حوزه تربیت بدنی و استفاده از ظرفیت‌های بالقوه این سازمان‌ها نیاز به ارتباطات قوی‌تر و روابط عمومی با برنامه‌تر دارد.

با توجه به اینکه تربیت بدنی نقش مهمی در ارتقای فعالیت‌های جسمانی نوجوانان و پیشرفت بهداشت عمومی دارد و با در نظر گرفتن عوامل شناسایی‌شده در پژوهش حاضر به معاونت تربیت بدنی و سلامت وزارت آموزش و پرورش، معاونت و کارشناسان تربیت بدنی ادارات آموزش و پرورش، مدیران مدارس، معلمان، مربیان ورزش و اولیا ورزش پیشنهاد می‌شود که ۱. ساخت و مکان‌یابی اماکن ورزشی در محیط مدرسه و فراهم کردن وسایل حمل‌ونقل مناسب به فضاهای ورزشی مورد توجه قرار گیرد؛ ۲. برای ارزشمند کردن فعالیت‌های تربیت بدنی در مدارس، پیشنهاد می‌شود ساعت تربیت بدنی در مدارس افزایش یابد و کتاب کار برای غنی‌سازی محتوا تهیه شده و مورد استفاده دبیران تربیت بدنی قرار گیرد؛ ۳. لازم است سازمان‌های فرهنگ‌ساز جامعه نظیر صداوسیما گام‌هایی را در جهت اصلاح دید دانش‌آموزان و خانواده‌هایشان نسبت به ورزش بردارند؛ ۴. مسابقات ورزشی بین دانش‌آموزان به‌صورت کلاسی در رشته‌های مورد علاقه آنان برگزار شود؛ ۵. بهتر است معلمان تربیت بدنی محتوای فعالیت‌ها را طوری سازماندهی کنند که مشارکت دانش‌آموزان را تسهیل کنند. پس، معلمان می

توانند تلاش، پیشرفت فردی و فعالیت‌های یادگیری را با تنوع بخشیدن به مهارت‌های جسمانی، دادن بازخورد بیشتر، ستایش و تشویق بیشتر، در دانش‌آموزان افزایش دهند؛ ۶. برگزاری برنامه‌های صبحگاهی بانشاط و پر بار همراه با موسیقی و ورزش و کمک جهت رفع عادات نامناسب عدم تحرک دانش‌آموزان در اولویت قرار گیرد؛ ۷. از افراد محبوب، موفق و برجسته مثل ورزشکاران و چهره‌های مشهور ورزشی جهت ارائه تجربه‌های موفق خود دعوت شود. ۸. ایجاد کانال‌های ارتباطی مناسب با دانش‌آموزان و زمینه‌های رشد ترقی آنها و کمک به آنها برای رفع مشکلات پیش رو می‌تواند زمینه‌های تنفر از ورزش را کاهش دهد. در نهایت بر اساس محدودیت‌های پژوهش مانند جامعه آماری محدود به شهر تهران، مدنظر قرار نگرفتن دیدگاه‌های والدین و دانش‌آموزان ورزشکار دختر، مدنظر قرار نگرفتن شرایط فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی دانش‌آموزان و انجام پژوهش به روش مطالعه کیفی، به سایر پژوهشگران در این زمینه پیشنهاد می‌شود که به‌منظور اعتبار و غنای هرچه بیشتر پژوهش حاضر به بررسی متغیرهای این پژوهش به روش مطالعه کمی، بررسی دیدگاه‌های دختران و والدین در راهبردها و پیامدهای جلوگیری از تنفر و ترک ورزش دانش‌آموزان، بررسی موانع آموزشی، فرهنگی، اجتماعی و نگرشی در شهرهای مختلف کشور و مقایسه آنها با یکدیگر و مطالعه تطبیقی در کشورهای پیشرو بپردازند.

تقدیر و تشکر

از تمامی مشارکت‌کنندگان در روند پژوهش کمال قدردانی را داریم.

References

- Beltran-Carrillo, V. J., Devis-Devis, J., Peiro-Velert, C., & Brown, D. H. (2012). When physical activity participation promotes inactivity: Negative experiences of Spanish adolescents in physical education and sport. *Youth & Society*, 44(1), 3-27. <https://doi.org/10.1177/0044118X10388262>
- Castagna, C., de Sousa, M., Krstrup, P., & Kirkendall, D. T. (2018). Recreational team sports: The motivational medicine. *Journal of sport and health science*, 7(2), 129. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2017.12.001>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Espedalen, L. E., & Seippel, Ø. (2022). Dropout and social inequality: young people's reasons for leaving organized sports. *Annals of Leisure Research*, 1-18. <https://doi.org/10.1080/11745398.2022.2070512>
- Fardeen, M., Vaez Mousavi, M.K., & Kashi, A. (2021). Comparing Adolescents' Levels of Motivation and Sports Participation Concerning Gender and Place of Residence. *Middle Eastern Journal of Disability Studies*, 11 :3-3. <https://doi.org/20.1001.1.23222840.1399.0.0.127.6> (in Persian)
- Fazli, M.R., & Ghare Khanloo, R. (2016). Overtraining Syndrome, Fatigue and Performance. *Strategic Studies on Youth and Sports*, 15(34), 1-17. (in Persian)
- Findlay, L. C., & Coplan, R. J. (2008). Come out and play: Shyness in childhood and the benefits of organized sports participation. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, 40(3), 153. <https://doi.org/10.1037/0008-400X.40.3.153>
- Frikkel, J., Götte, M., Beckmann, M., Kasper, S., Hense, J., Teufel, M., & Tewes, M. (2020). Fatigue, barriers to physical activity and predictors for motivation to exercise in advanced Cancer patients. *BMC palliative care*, 19(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12904-020-00542-z>
- Hallaji, M., Eshraaghi, A., & Saalekpoor, M. (2018). Comparison of Achievement Motivation in Sports between Successful and Failed Female Participants in School Olympiads. *Journal of Education*. 34 (3) :143-159. <https://doi.org/20.1001.1.10174133.1397.34.3.7.1> (in Persian)

- Jafari, A. (2019). The mediating role of efficient and nonefficient coping strategies in relationship of positive and negative perfectionism with sport burnout. *Sport Psychology*, 3(2), 29-44. <https://doi.org/10.29252/MBSP.3.2.29> (in Persian)
- Kargar Fard, M., & Naderian Jahormi, M. (2013). *Physical education in schools*. Payam Noor University Publications. (in Persian)
- Karimi, J., Abbasi, H., & Eidi, H. (2022). Implementing a Health-Oriented Sports Culture Through Social Indicators. *Iran J Cult Health Promot*, 5 (4) :512-517. (in Persian)
- Khalji, H. (2012). *Principles and basics of physical education*. Payam Noor University Publications. (in Persian)
- Lepir D. (2009). *Reasons for withdrawing from sports in the formerly active athletes*. *Fizička kultura*, 63(2):181-203
- Moradi, J., & Azarkerdar, ZH. (2019). Investigating Motivational and Preventive Factors Influencing Schools Physical Education teaching. *Journal of Research in Educational Science*, 13(46), 79-93. <https://doi.org/org/10.22034/jiera.2019.143488.1571> (in Persian)
- Ntoumanis, N., Pensgaard, A. M., Martin, C., & Pipe, K. (2004). An idiographic analysis of amotivation in compulsory school physical education. *Journal of sport and exercise psychology*, 26(2), 197-214. <https://doi.org/org/10.1123/jsep.26.2.197>
- Petlichkoff, L. M. (1993). *Coaching children: Understanding the motivational process*. *Sport Science Review*, 2(2), 48-61.
- Sallis, J. F. (2000). Age-related decline in physical activity: a synthesis of human and animal studies. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 32(9), 1598-1600.
- Shahisadrabadi, F., Khosravi, Z., Banijamali, S., & Cheraghmolae, L. A. (2019). Phenomenological Study on the experience of the anger in individual with Obsessive Compulsive Disorder. *Journal of Research in Psychological Health*. 12 (4) :28-47. <https://doi.org/10.52547/rph.12.4.28> (in Persian)
- Vella, S. A., Cliff, D. P., Magee, C. A., & Okely, A. D. (2015). Associations between sports participation and psychological difficulties during childhood: a two-year follow up. *Journal of science and medicine in sport*, 18(3), 304-309. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2014.05.006>
- Vincze G, Fügedi B, Dancs H, Bognár J. (2008). The effect of the 1989-1990 political transition in Hungary on the development and training of football talent. *Kinesiology. International journal of fundamental and applied kinesiology*, 30;40(1):50-60.
- Yazdanparast, Y., & Badami, R. (2020). Ranking of Factors Affecting on drop-out from Team Sports among Adolescent Athletes Based on gender. *Sport Psychology*, 4(1), 58-71. Doi: 10.29252/MBSP.4.1.58. (in Persian)
- Zarantonello, L., Romani, S., Grappi, S. and Bagozzi, R. (2016). Brand hate. *Journal of Product & Brand Management*, 25(1), 11-25. <https://doi.org/10.1108/JPBM-01-2015-0799>