





دانشگاه آزاد اسلامی
واحد تهران مرکزی
دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد (M.A)

گرایش :
مدیریت ورزشی

عنوان :
رابطه نوع فضای ورزشی مدارس متوسطه دخترانه شهر تهران با انگیزه
مشارکت ورزشی و نگرش دانش آموزان نسبت به تربیت بدنی

استاد راهنما:
دکتر فرزاد غفوری

استاد مشاور:
دکتر عبدالرضا میرتاش

پژوهشگر :
اعظم مقنی زاده

شهریور ۱۳۹۰



ISLAMIC AZAD UNIVERSITY
Central Tehran Branch

Faculty of Physical Education and Sport Science

"M.A" Thesis
On Sport Management

Subject:

The Relationship between Sports Space and Students' Motivation for Sports Participation and Their Attitude to Physical Education in Girls' High Schools in Tehran

Advisor:
Dr. Farzad Ghafouri

Consulting Advisor:
Dr. Abdolreza Amirtash

By:
Azam Moghanizadeh

Summer 2011

تشکر و قدردانی :

با سپاس از همه کسانی که لحظه ای بعد انسانی و وجدانی خود را فراموش نمی کنند و بر آستان گران سنگ انسانیت سر فرود می آورند و انسان را با همه تفاوت هایش ارج می نهند .

تقدیم به :

آنان که ناتوان شدند تا ما به توانایی برسیم ...
موهایشان سپید شد تا ما رو سفید شویم ...
و عاشقانه سوختند تا گرمابخش وجود ما و روشنگر راهمان باشند ...

پدرانمان

مادرانمان

استادانمان

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

فصل اول : مقدمه و معرفی

۲	مقدمه
۴	بیان مسأله
۵	ضرورت و اهمیت پژوهش
۷	اهداف تحقیق
۸	فرضیه های تحقیق
۸	پیش فرضهای تحقیق
۸	محدودیت های تحقیق
۹	تعریف واژه ها و اصطلاحات

فصل دوم : ادبیات و پیشینه تحقیق

الف) زمینه های نظری

۱۱	انگیزش چیست؟
۱۴	بنیانهای شناختی انگیزش در ورزش
۱۵	انگیزش شایستگی و ذاتی
۱۵	نگره های انگیزش
۱۶	نیاز به پیشرفت
۱۹	انگیزش شایستگی
۲۰	انگیزش درونی و بیرونی
۲۳	انگیزش اولیه و ثانویه
۲۴	انگیزه مثبت و منفی
۲۹	مشارکت ورزشی و بزهکاری
۳۴	انگیزه مشارکت در تمرین
۳۶	مشارکت بیش از حد، اعتیاد به تمرین
۳۸	مشارکت ورزشی و موفقیت در دنیای غیر ورزشی
۴۳	نگرش و نقش آن در ورزش
۴۴	شکل گیری نگرش
۴۵	سه بخش نگرش
۴۶	رابطه نگرش های رفتار
۴۷	اندازه گیری نگرش
۴۷	مقیاس تورستون (۱۹۳۱)
۴۸	مقیاس لیکرت
۴۹	مقیاس های افتراق معنایی اسگود
۵۰	ارزیابی مقیاس های نگرش
۵۱	تغییر نگرش
۵۱	نظریه ناهماهنگی شناختی
۵۲	نگرش هابه ورزش
۵۳	شکل گیری نگرش هابه ورزش
۵۳	شخصیت، وراثت و نگرش ها
۵۴	یادگیری اجتماعی نگرش ها
۵۶	نگرش هابه رقابت
۵۷	تجربه مستقیم و نگرش ها
۵۷	نگرش هابه ورزش کودکان چه هستند؟
۵۸	نگرش هابه ورزش و رفتار ورزشی

۵۹	ارزیابی نظریه کنش منطقی
۵۹	ارتباط بین نگرش به فعالیتهای بدنی و شرکت جوانان در فعالیتهای بدنی
	ب) پیشینه تحقیق
۶۱	تحقیقات انجام شده در داخل کشور
۶۴	تحقیقات انجام شده در خارج کشور
۷۶	خلاصه تحقیقات انجام شده

فصل سوم : روش شناسی تحقیق

۷۸	روش تحقیق
۷۸	جامعه آماری
۷۸	نمونه آماری و روش نمونه گیری
۷۹	تعریف عملیاتی متغیرها
۸۰	مقیاس اندازه گیری متغیرها
۸۰	ابزار اندازه گیری
۸۱	روایی و پایایی پرسشنامه انگیزه مشارکت ورزشی
۸۴	روایی و پایایی پرسشنامه نگرش به تربیت بدنی
۸۴	روش گرد آوری اطلاعات
۸۴	روش های آماری

فصل چهارم : یافته های آماری

۸۷	یافته های توصیفی
۱۱۰	آزمون فرضیه های تحقیق

فصل پنجم : بحث و نتیجه گیری

۱۲۵	یافته های تحقیق
۱۲۷	بحث و نتیجه گیری
۱۳۴	پیشنهادهاى برگرفته از تحقیق
۱۳۵	پیشنهادها برای تحقیقات آینده
۱۳۶	منابع و مأخذ
۱۴۳	پیوست
	چکیده انگلیسی

فهرست جدول ها

عنوان	صفحه
جدول ۱،۲: رابطه مشارکت در فعالیتهای ورزشی و بزهکاری اجتماعی	۳۰
جدول ۱،۳: حجم جامعه و نمونه آماری تحقیق در هریک از مناطق نمونه	۷۹
جدول ۲،۳: نتیجه تحلیل عاملی اکتشافی و تاییدی پرسشنامه انگیزش	۸۲
جدول ۱،۴: فراوانی و درصد حجم نمونه به تفکیک منطقه	۸۷
جدول ۲،۴: درصد حجم نمونه به تفکیک پایه تحصیلی	۸۸
جدول ۳،۴: توزیع درصد دانش آموزان باتوجه به وجود یا عدم فضای ورزشی	۸۹
جدول ۴،۴: شاخص گرایش به مرکز و پراکندگی سن دانش آموزان	۸۹
جدول ۵،۴: شاخص های گرایش به مرکز و پراکندگی وزن دانش آموزان	۹۰
جدول ۶،۴: شاخص های گرایش به مرکز و پراکندگی قد دانش آموزان	۹۱
جدول ۷،۴: فراوانی و درصد شغل پدر دانش آموزان	۹۲
جدول ۸،۴: احساس دانش آموزان مناطق مختلف نسبت به سلامتی خود آموزان	۹۲
جدول ۹،۴: درصد پرداختن دانش آموزان به فعالیت های ورزشی خارج از ساعت مدرسه	۹۳
جدول ۱۰،۴: درصد پرداختن دانش آموزان به فعالیت های ورزشی خارج از ساعت مدرسه	۹۴
جدول ۱۱،۴: روش رفت و آمد دانش آموزان به مدرسه	۹۴
جدول ۱۲،۴: شرکت دانش آموزان در مسابقات ورزشی	۹۵
جدول ۱۳،۴: شرکت دانش آموزان در سطوح مختلف مسابقات آموزان	۹۶
جدول ۱۴،۴: فراوانی و درصد انگیزه مشارکت ورزشی دانش آموزان	۹۶
جدول ۱۵،۴: شاخص های گرایش به مرکز و پراکندگی امتیاز انگیزه های دانش آموزان به تفکیک منطقه	۹۹
جدول ۱۶،۴: شاخص های گرایش به مرکز و پراکندگی امتیاز انگیزه های دانش آموزان به تفکیک سن	۱۰۱
جدول ۱۷،۴: شاخص های گرایش به مرکز و پراکندگی امتیاز انگیزه های دانش آموزان به تفکیک پایه تحصیلی	۱۰۲
جدول ۱۸،۴: شاخص های گرایش به مرکز و پراکندگی امتیاز انگیزه های دانش آموزان به تفکیک سن	۱۰۴
جدول ۱۹،۴: شاخص های گرایش به مرکز و پراکندگی امتیاز نگرش دانش آموزان به فعالیت های بدنی	۱۰۶
به تفکیک منطقه	۱۰۶
جدول ۲۰،۴: شاخص های گرایش به مرکز و پراکندگی امتیاز نگرش دانش آموزان به تربیت بدنی به تفکیک سن	۱۰۷
جدول ۲۱،۴: شاخص های گرایش به مرکز و پراکندگی امتیاز نگرش دانش آموزان به تربیت بدنی تفکیک پایه تحصیلی	۱۰۸
جدول ۲۲،۴: شاخص های گرایش به مرکز و پراکندگی امتیاز نگرش دانش آموزان به تربیت بدنی با توجه به سلامت جسمی، انجام فعالیت بدنی و وضعیت فضای ورزشی مدارس	۱۰۹
جدول ۲۳،۴: نتیجه آزمون آنالیز واریانس مخلوط (یک عامل درون موردی و یک عامل بین موردی) جهت مقایسه نگرش دختران مدارس فاقد فضای ورزشی مطلوب و دارای فضای ورزشی مطلوب نسبت به فعالیت های بدنی	۱۱۰
جدول ۲۴،۴: نتیجه آزمون فریدمن جهت بررسی تفاوت بین حیطه های نگرش دختران نسبت به فعالیت بدنی در مدارس فاقد و دارای فضای ورزشی مطلوب	۱۱۱
جدول ۲۵،۴: نتیجه آزمون آنالیز واریانس مخلوط (یک عامل درون موردی و یک عامل بین موردی) جهت مقایسه انگیزه شرکت دختران مدارس فاقد فضای ورزشی مطلوب و دارای فضای ورزشی مطلوب در فعالیت های بدنی	۱۱۲
جدول ۲۶،۴: نتیجه آزمون آنالیز واریانس جهت انجام مقایسه های دوتایی در هرخرده مقیاس انگیزه مشارکت دختران در فعالیت بدنی در مدارس با و فاقد فضای مطلوب ورزشی	۱۱۴
جدول ۲۷،۴: نتیجه آزمون آنالیز واریانس مخلوط (یک فاکتور درون موردی و یک فاکتور بین موردی) جهت بررسی تفاوت بین انگیزه های درونی و بیرونی دانش آموزان	۱۱۵
جدول ۲۸،۴: نتیجه آزمون آنالیز واریانس مخلوط (یک عامل درون موردی و یک عامل بین موردی) جهت مقایسه نگرش دختران مناطق مختلف نسبت به فعالیت های بدنی	۱۱۶

- جدول ۲۹,۴ : نتیجه آزمون آنالیز واریانس جهت بررسی تفاوت بین نگرش دختران مناطق مختلف به
 ۱۱۷ فعالیت بدنی
- جدول ۳۰,۴ : نتیجه آزمون تعقیبی توکی جهت بررسی تفاوت نگرش به فعالیت های بدنی دانش آموزان
 ۱۱۸ مناطق مختلف
- جدول ۳۱,۴ : نتیجه آزمون آنالیز واریانس مخلوط (یک عامل درون موردی و یک عامل بین موردی)
 ۱۲۰ جهت مقایسه انگیزه مشارکت ورزشی دختران مناطق مختلف
- جدول ۳۲,۴ : نتیجه آزمون آنالیز واریانس جهت انجام مقایسه بین مناطق در هر یک از خرده مقیاس های
 ۱۲۱ انگیزه مشارکت ورزشی دختران
- جدول ۳۳,۴ : نتیجه آزمون تعقیبی توکی جهت بررسی تفاوت انگیزه مشارکت ورزشی دانش آموزان
 ۱۲۲ مناطق مختلف

فهرست نمودارها

صفحه	عنوان
۲۱	شکل ۱-۲ اثر عوامل درونی و بیرونی بر انگیزش درونی و بیرونی و دلایل شرکت‌جویی در ورزش.....
۲۸	شکل ۲,۲ : منابع انگیزه انسانی.....
۸۸	شکل ۱,۴ : درصد دانش آموزان به تفکیک پایه تحصیلی.....
۱۰۰	شکل ۲,۴ : امتیاز انگیزه مشارکت دانش آموزان در فعالیت های بدنی.....
۱۰۲	شکل ۳,۴ : مقایسه امتیاز انگیزه های درونی و بیرونی دانش آموزان بر حسب سن.....
۱۰۳	شکل ۴,۴ : مقایسه انگیزه های درونی و بیرونی آزمودنی ها در پایه های مختلف تحصیلی.....
۱۰۴	شکل ۵,۴ : مقایسه امتیاز انگیزه مشارکت دانش آموزان در فعالیت های بدنی بر حسب احساس سلامت و عدم سلامت جسمی.....
۱۰۵	شکل ۶,۴ : مقایسه امتیاز انگیزه مشارکت دانش آموزان در فعالیت بدنی به تفکیک انجام و عدم انجام این فعالیت ها.....
۱۰۵	شکل ۷,۴ : مقایسه امتیاز انگیزه مشارکت دانش آموزان مدارس دارای فضای مطلوب و فاقد فضای مطلوب ورزشی.....
۱۰۶	شکل ۸,۴ : مقایسه امتیاز نگرش دانش آموزان دختر به فعالیت بدنی.....
۱۱۲	شکل ۹,۴ : مقایسه امتیاز خرده مقیاس انگیزه شرکت دختران در فعالیت های بدنی در مدارس با و بدون فضای ورزشی مطلوب.....
۱۱۵	شکل ۱۰,۴ : مقایسه امتیاز نگرش دختران مناطق مختلف به فعالیت های بدنی.....
۱۱۹	شکل ۱۱,۴ : مقایسه امتیاز انگیزه مشارکت دانش آموزان مناطق مختلف در فعالیت های بدنی.....

چکیده پایان نامه (شامل خلاصه، اهداف، روش های اجرا و نتایج به دست آمده) :

مدارس یکی از فضاهاى مهمى هستند که کودکان ساعتهاى زيادى از روز را در مهمترين سنين الگوپذيرى و آموزش پذيرى در آنجا سپرى مى کنند و يکى از مهمترين فضاها براى برقرارى ارتباط دانش آموزان با فعاليت بدنى مى باشد. هدف از پژوهش حاضر بررسى رابطه نوع فضاى ورزشى مدارس با انگيزه مشارکت ورزشى و نگرش به تربيت بدنى دانش آموزان مى باشد. روش تحقيق توصيفى-پيمائيشى است. جامعه آمارى اين پژوهش را تمام دختران دانش آموز مقطع متوسطه شهر تهران تشکيل مى دادند که ۴۹۵ نفر آنان از طريق تصادفى خوشه ايبه عنوان نمونه انتخاب گرديدند. در اين تحقيق براى جمع آورى داده ها از پرسشنامه انگيزه مشارکت ورزشى (گيل و همکاران ۱۹۸۳) براى ارزيابى انگيزه مشارکت ورزشى و پرسشنامه نگرش به تربيت بدنى (سيمون ۱۹۷۴) براى ارزيابى نگرش به تربيت بدنى استفاده شد. نتايج پژوهش نشان داد: بين نوع فضاى ورزشى مدارس با نگرش دانش آموزان به تربيت بدنى تفاوت معنادار وجود ندارد ($P < 0.05$). همچنين بين نوع فضاى ورزشى و انگيزه مشارکت ورزشى دانش آموزان تفاوت معنادارى مشاهده نشد ($P < 0.05$). بالاترين انگيزه هاى دانش آموزان براى شرکت در فعاليت هاى بدنى به ترتيب علاقه به پيروزى ، حفظ تناسب اندام ، علاقه به ارتقا به سطوح بالاتر ، لذت بردن از سرگرمى و تفريح ، انجام کارهاى که شايستگى آن را دارند ، علاقه به مسافرت و داشتن تناسب اندام بوده است

فصل اول:
کلیات طرح

۱,۱: مقدمه

در دنیای امروز اثبات شده که تربیت بدنی و ورزش و به طور کلی فعالیت های جسمانی در راستای سلامتی و شادابی تمام اقشار جامعه نقش بسیار تعیین کننده و بارز دارد. خیر خواهان جوامع و علمای تعلیم و تربیت دریافته اند که تربیت شهروندانی مسئول، سالم، و سر زنده جز در مدارس امکان پذیر نمی باشد؛ و همچنین اشاره دارند که بخش مهم این تربیت بر عهده ورزش و تربیت بدنی می باشد؛ به همین دلیل فعالیت های جسمانی و ورزش در برنامه درسی دانش آموزان گنجانده شده است (رحیمی ارسنجانی، ۱۳۸۰).

دوره دبیرستان را باید تداوم و تکامل مرحله رشد و بلوغ دانست که ثمراتش به تدریج در سالهای بعد در محیط دانشگاه یادر دنیای کسب و کار جلوه گر و آشکار می گردد. بنابراین در خلال این سالها باید برای راهنمایی، تشویق و ترغیب دانش آموزان فرصت لازم فراهم آورده شود تا بتوانند در انواع فعالیت های ورزشی که سبب تقویت جسمی و روانی خواهد شد، به صورت انفرادی و گروهی شرکت فعال داشته باشند. دانش آموزان و بویژه دختران در اواخر دوره دبیرستان باید معتقد و مطمئن شده باشند که تربیت بدنی یادگار ارزشمندی است از سالهای تحصیل که می توان و می باید آن را در دوران بزرگسالی همراه خود نگه داشت و از فواید و سودمندی های آن، خود و دیگران را بهره مند ساخت (کلانترزاده، ۱۳۸۲).

آنچه از تحلیل تربیت بدنی مدارس بر می آید تأکید بر این نکته است که ورزش در آموزش و پرورش باید از ریشه بروید و به درختی تنومند تبدیل شود و به بار بنشیند. برای ایجاد چنین رنسانس فکری و علمی در ساختارهای کهنسال ورزش کشور، ابتدا باید فکر تصمیم گیران در مورد ورزش مدارس را آماده تغییر کرد. به تبع آن در سطوح میانی و پایه مدیریتی ورزش به نگرش مدیران مدارس و اولیاء دانش آموزان و اندیشید (طالب پور، ۱۳۸۴).

سازمان بهداشت جهانی نیز در سال 2003 تحرك را رمز سلامتی بر شمرده است. یکی از مهمترین نهاد هایی که بستر را برای فعالیت های حال و آینده بچه ها فراهم می کند آموزش و پرورش است. هدف از قراردادن درس تربیت بدنی در برنامه درسی دانش آموزان نیز به منظور کسب و حفظ تندرستی و سلامتی از طریق فعالیت بدنی بوده است. اما فعالیت زمانی دارای معنا و مفهوم است و به اهداف خود دست می یابد که در محیط ایمن و با تجهیزاتی استاندارد انجام گیرد (رمضانی، ۱۳۸۴).

نگرش ها از باورهای ما از افراد و اشیاء نشأت می گیرد. نگرش ها رفتارهای ما را به طرق مختلف شکل می دهند و بر مشارکت ما در فعالیت ها، تعیین اهداف و تصمیم گیری ها تاثیر می گذارند. (سیلورمن و سابرامانیام، ۱۹۹۹).

برخی دیگر از متخصصان، انگیزش را عامل مهمی برای دسترسی به هدفها می دانند. برای

مثال، انشل^۱ (1993) انگیزش را عاملی برای انتخاب و جهت دادن به رفتار و پایداری تا رسیدن به هدف تعریف می کند انگیزش از دو جنبه شدت و جهت نیز مورد مطالعه روان شناسان قرار گرفته است. شدت انگیزش، یعنی شخص چگونه بر انگیزته می شود و نیرو می گیرد و یا برای رسیدن به یک هدف مشخص چقدر سعی و کوشش می کند (انشل، 1993).

بررسی نتایج تحقیقات مختلف در کشور نشان می دهد که افراد با انگیزه های متفاوتی مانند کسب نشاط، احساس لذت و پیشگیری از بیماری و شادابی و لاغر شدن و حفظ سلامت در فعالیت های ورزشی شرکت می کنند (تقوی، 1385).

باتوجه به موارد فوق و اهمیت موضوع محقق درصداست نگرش و انگیزه مشارکت ورزشی را در دانش آموزان مورد بررسی قرار دهد و ضمن بررسی و تعیین انگیزه و نگرش دانش آموزان به بررسی رابطه فضای ورزشی مدارس با آنها بپردازد؛ با شناخت انگیزه و نگرش به تربیت بدنی دانش آموزان و رابطه آن با فضای ورزشی مدارس می توان راهکارهای مؤثرتری را جهت پیشرفت تربیت بدنی و ورزش در مدارس ارائه نمود.

2.1: بیان مسئله

نوجوانان بیشترین زمان خود را در طول هفته در مدرسه سپری می کنند و از فرصت های بالقوه برای انجام فعالیت بدنی در این مکانها در طول زنگ های تفریح، آغاز و پایان روز درسی و نیز کلاس های تربیت بدنی برخوردار هستند (وراستارت و همکاران^۲، ۲۰۰۶). عوامل ترغیب فعالیت بدنی متنوع و گسترده است (سالیس^۳ و همکاران، ۲۰۰۰) با این وجود، شناخت اهمیت محیط فیزیکی روبه رشد است. جونز و همکاران^۴ (۲۰۰۷) بر اساس دیدگاه پینتریک و شاروین^۵ شناخت انگیزه از اجزای ضروری و پیش نیاز فعالیت های ورزشی است و بررسی دیدگاه و انگیزه مشارکت ورزشی مردم به اندازه ای توسعه و تنوع یافته که گرین تاکنون صد عامل انگیزشی را در این زمینه شناسایی کرده است (روز بیانی، ۱۳۸۰). یکی از اصلی ترین رویکردهای روانشناسی ورزشی در حوزه عاطفی تربیت بدنی، مطالعه نگرشهاست. مطالعه ی دقیق و گسترده نگرشها در برنامه ریزیهای توسعه ای تربیت بدنی، همچنین در استعدادیابی اهمیت دارد (واعظ موسوی و همکاران، ۱۳۸۶).

در مدارس دارای زمین بازی، کودکان فعال بیشتری در مقایسه با مدارس فاقد زمین بازی دیده می شوند (هاگ و همکاران^۶، ۲۰۰۸). دختران به عنوان نیمی از افراد جامعه با موانع بیشتری برای

۱. Anshel

۲. Verstraete

۳. Sallis

۴. Jones

۵. Pintrich & schrauben

۶. Haug

مشارکت در فعالیتهای ورزشی مواجهند. در نمونه بدست آمده از مدارس ابتدایی، قابلیت دسترسی به تسهیلات و تجهیزات این اماکن با افزایش فرصت فعالیت بدنی در نمونه مدارس ابتدایی ارتباط می یابد (بارنت و همکاران^۷، ۲۰۰۶). فعالیت بدنی منظم با اعتماد به نفس بالا، مهارت های اجتماعی مثبت و کاهش ریسک بروز رفتارهای مخاطره آمیز نیز ارتباط می یابد. همچنین، مشارکت در فعالیت بدنی در دوران جوانی منجر به ایجاد عادات مناسب فعالیت بدنی در بزرگسالی می شود که خطر افزایش بیماری قلبی را در مراحل بعد زندگی کاهش می دهد. متأسفانه، تحقیقات اخیر نشان می دهد که مشارکت در فعالیت بدنی در میان جوانان به ویژه در زنان کاهش یافته است (جان^۸، ۲۰۰۶). در شرایطی که انگیزه مشارکت ورزشی و نگرش افراد به فعالیت بدنی در پژوهشهای قبلی بررسی گردیده است، اما اطلاعات کمی درباره ارتباط این عوامل با الگوهای خاص فضاهای ورزشی مدارس وجود دارد، از این رو هدف از این مطالعه ارزیابی ارتباط نوع فضای ورزشی مدارس دخترانه شهر تهران با انگیزه مشارکت ورزشی و نگرش دانش آموزان به فعالیت بدنی می باشد. این سوال مطرح می گردد که آیا انگیزه مشارکت ورزشی و نگرش به فعالیت بدنی دانش آموزان در مدارس که دارای سالن ورزشی هستند با مدارس که فاقد آن هستند متفاوت است؟

3.1: ضرورت و اهمیت پژوهش

تربیت بدنی آن قدر مهم است که تشکیلات آموزشی، علمی و فرهنگی سازمان ملل (یونسکو) در منشور خود به سال ۱۹۷۸ جایگاه آن را به عنوان یکی از "حقوق اساسی بشر" به رسمیت شناخت و خواستار فراهم آوردن فرصت های آموزشی برای آن در سیستم های آموزشی کشورها گردید (ماده ۱) و از کشورها خواسته شده تا با اختصاص جایگاه شایسته و مهم در نظام آموزشی، تربیت بدنی و ورزش را ارتقاء بخشند (ماده ۲). همچنین ماده های ۴ و ۵ منشور یونسکو بر تأمین نیروی انسانی کافی و متخصص برای درس تربیت بدنی، برنامه ریزی درسی جامع الاطراف و فراهم آوردن امکانات و ابزارهای لازم برای درس تربیت بدنی و ورزش تأکید دارند. علاوه بر این ها، حمایت پژوهشی، اطلاع رسانی کافی و حمایت وسائل ارتباط جمعی، مقامات دولتی و نهادهای تخصصی غیردولتی نیز به صورت یک کوشش هماهنگ در جهت ارتقای درس تربیت بدنی خواسته شده است (مواد ۶ و ۸). اما علی رغم حضور تاریخی و شواهد فراوان علمی و پذیرش ماهیت تربیت بدنی به عنوان نیاز دانش آموزان و یک فعالیت آموزشی، تربیت بدنی برای سیاست گزاران در مدارس بسیاری از کشورها اولویت به شمار نمی آید و به نظر می رسد که این درس در مدارس این گونه کشورها در خطر قرار دارد. درس تربیت بدنی در ایران نیز در طول تاریخ ۸۰ ساله خود دستخوش فراز و نشیب های فراوانی شده

⁷. Bar nett

⁸. John

است (نوابی نژاد، قدیمی، ۱۳۸۵).

تغییر در نوع زندگی و پیشرفت تکنولوژی در شهرها، به خصوص شهرهای بزرگ، زندگی کودکان را تغییر داده است. اگرچه خدمات ارزنده ای برای بشر به ارمغان آورده اما عوارض متعددی مانند کاهش

تحرك و فعالیت بدنی در برداشته است. مدارس یکی از فضاهاى مهمی هستند که کودکان ساعتهاى زیادی از روز را در مهمترین سنين الگوپذیری و آموزش پذیری در آنجا سپری می کنند و یکی از مهمترین فضاهاى برقراری ارتباط دانش آموزان با فعالیت بدنی می باشد (مظفر و همکاران، ۱۳۸۸). در محیط های مدارس که برای فعالیت بدنی مطلوب هستند، نوجوانان از فرصت فعال بودن بهره مند می شوند که این امر به نوبه خود ریسک افزایش بیماری های مزمن در شرایط کنونی و آینده را کاهش می دهد. بطور خاص، نوجوانی نشانگر دوره ای است که کاهش شدید در میزان کلی فعالیت فیزیکی در آن رخ می دهد. از اینرو، درک عوامل موثر بر مشارکت فعالیت بدنی این گروه سنی در طراحی اقدامات موثر و تعدیل محیط برای وارونه سازی این روند سودمند است (رویز ژوان^۹، ۲۰۱۰).

تعداد دفعات مشارکت نوجوانان در فعالیت بدنی تا حدودی از فرصت های حضور در فعالیتهای بدنی منظم تاثیر می پذیرد و مدارس محیطی است که چنین فرصتهایی را صرف نظر از وضعیت اقتصادی اجتماعی افراد برای مشارکت ورزشی در اختیار افراد قرار می دهد (جان، ۲۰۰۶). با توجه به اینکه شناخت شناخت انگیزه ها و نگرش های دانش آموزان و ایجاد زمینه مناسب برای تغییر آن در جهت اهداف وزارت آموزش و پرورش می تواند به بهره وری ساعات تربیت بدنی و کارآیی بیشتر دانش آموزان منتهی شود. همچنین بدلیل کاهش قابل توجه فعالیت بدنی در میان دختران نوجوان بیش از پسران، برنامه ها و فرصت های موجود برای دختران به طور خاص در این تحقیق مورد توجه قرار می گیرد. از آنجا که تاکنون تاثیر متغیر فضای ورزشی، بر انگیزه مشارکت ورزشی و نگرش دانش آموزان به تربیت بدنی مورد بررسی قرار نگرفته است، ضرورت دارد این رابطه در مدارس شهر تهران مورد کنکاش قرار بگیرد.

4.1: اهداف

1.4.1: هدف کلی:

بررسی رابطه بین نوع فضای ورزشی مدارس با انگیزه مشارکت ورزشی و نگرش دانش آموزان دختر مقطع متوسطه شهر تهران به فعالیت بدنی.

^۹. Ruiz Juan

2.4.1: اهداف ویژه:

- تعیین رابطه بین نوع فضای ورزشی مدارس با انگیزه مشارکت ورزشی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه شهر تهران.
- تعیین رابطه بین نوع فضای ورزشی مدارس و نگرش دانش آموزان دختر مقطع متوسطه شهر تهران به فعالیت بدنی.
- توصیف و مقایسه انگیزه مشارکت ورزشی دانش آموزان مناطق مختلف شهر تهران.
- توصیف و مقایسه نگرش دانش آموزان مناطق مختلف شهر تهران به تربیت بدنی.

5.1: فرضیه های تحقیق:

- بین نگرش به تربیت بدنی دانش آموزان مدارس دارای فضای ورزشی مطلوب و فاقد فضای ورزشی مطلوب تفاوت معنی دار وجود دارد.
- بین انگیزه مشارکت ورزشی دانش آموزان مدارس دارای فضای ورزشی مطلوب و فاقد فضای ورزشی مطلوب تفاوت معنی دار وجود دارد.
- بین انگیزه های درونی و بیرونی دانش آموزان مدارس دارای فضای ورزشی مطلوب و فاقد فضای ورزشی مطلوب تفاوت معنی دار وجود دارد.
- بین نگرش دانش آموزان مناطق مختلف شهر تهران نسبت به تربیت بدنی تفاوت معنی دار وجود دارد.
- بین انگیزه مشارکت ورزشی دانش آموزان مناطق مختلف شهر تهران تفاوت معنی دار وجود دارد.

6.1: پیش فرض ها

- همه دانش آموزان هنگام توزیع پرسشنامه در شرایط روحی مناسبی قرار داشتند.
- جامعه مورد مطالعه نمونه کاملی از کلیه مدارس شهر تهران می باشد.
- سوالات پرسشنامه برای دانش آموزان روشن و بدون ابهام می باشد.
- دانش آموزان با صداقت به سوالات پاسخ داده اند.

7.1: محدودیت های تحقیق :

محدودیت های تحقیق شامل دو بخش محدودیت های تحت کنترل محقق و محدودیت های خارج از کنترل محقق می باشد که عبارتند از:

1.7.1: محدودیت های تحت کنترل محقق :

- جامعه مورد تحقیق مدارس متوسطه دخترانه دولتی شهر تهران می باشد.
- پرسشنامه هادر محدوده زمانی فروردین و اردیبهشت ماه سال ۱۳۹۰ توزیع و جمع آوری

گردید.

2.7.1: محدودیت های خارج از کنترل محقق :

- پراکندگی جامعه تحقیق در کل شهر تهران.
- عدم همکاری مدیران مدارس جهت حضور محقق در مدرسه.
- امکان پاسخگویی ناقص بعضی از دانش آموزان ها به سؤال های پرسشنامه.

8.1: تعریف واژه ها و اصطلاحات

انگیزه مشارکت ورزشی:

انگیزه عامل درونی بوجودآورنده انگیزش است. به معنی آنچه که کسی را به کاری برانگیزد و علت اختصاصی یک رفتار خاص به حساب می آید (گیل، ۱۳۸۳). پرسشنامه گیل^{۱۰} شامل ۳۰ سوال ابعاد مختلف (بهبود و یادگیری مهارت ها - رقابت طلبی - تفریح و سرگرمی - پیوندجویی کارگروهی) انگیزه مشارکت ورزشی را می سنجد.

نگرش نسبت به فعالیت بدنی:

نگرش عبارتست از یک حالت عاطفی مثبت یا منفی نسبت به یک موضوع (گنجی، ۱۳۸۰). پرسشنامه استاندارد سیمون شامل ۷ سوال ابعاد مختلف (رشد اجتماعی - تداوم اجتماعی - سلامتی و آمادگی جسمانی - خطر و هیجان - زیبایی شناسی - پالایش روانی - ریاضت کشی) نگرش به فعالیت بدنی را ارزیابی می کند.

فضاهای ورزشی مدارس:

فضای ورزشی مدارس شامل حیاط، سالن ورزشی و... می باشد که توسط محقق بوسیله چک لیستی که مطابق با استانداردهای آموزش و پرورش تهیه گردیده است ارزیابی می شود.

فصل دوم:

زیر بنای نظری و پیشینه تحقیق

1.2: زمینه های نظری

انگیزش چیست؟

"از آنجا که نویسندگان و دانشمندان انگیزش را به شیوه‌های متفاوتی تعریف کرده‌اند، استفاده از این مفهوم در ورزش نیازمند توضیح بیشتری است. اصطلاح انگیزش از کلمه لاتین *movere* به معنای «to move» یا حرکت کردن آمده است. آلدرمن انگیزش را بهتر از نویسندگان دیگر تعریف کرده است. برحسب تعریف او انگیزش «آمادگی برای انتخاب کردن و جهت دادن رفتاری است که توسط ارتباط هایش با نتایج آن رفتار کنترل می‌شود و پایداری در رفتار را تا سرانجام رسیدن به هدف ادامه می‌دهد.» برای روشن کردن این تعریف علمی، اجازه دهید چند کلمه و عبارت را بررسی و کاربردهایش را برای ورزش تعیین کنیم.

جهت انگیزش، به هدف و کردار مطلوب رفتار اشاره دارد. ورزشکار انگیزته نیرو گرفته است تا در تکلیفی هدفمند و معنادار شرکت جوید. تصمیم بر اجرای تکلیف، انتخاب‌پذیری رفتار را تشکیل می‌دهد. گاهی اوقات مربیان نیازمند بیرون کشیدن درون داده‌هایی (اطلاعاتی) از ورزشکاران است تا ببینند چه چیزی برایشان مهم است تا بتواند جهت درست را به آنها نشان دهد. انگیزش به جز برای برآوردن نیازهای زیستی (مثلاً گرسنگی)، به ندرت خودکار است.

نمونه‌ای از رفتارهایی که توسط ارتباطشان با نتایج آنها کنترل می‌شوند از این قرارند: «منظور شما این است که اگر من به موقع در تمرین حاضر نشوم باید فردا صبح ساعت ۵ بلند شوم و بدم؟» یا «اگر در جلسه‌های آموزش کاهش وزن شرکت نکنم، از تیم اخراج خواهم شد؟» اما، این عبارتهای تهدیدآمیز نمونه‌هایی از کنترل اجباری رفتار هستند که نشانگر رویکردی منفی در انگیزش می‌باشند. نتایج درازمدت و مطلوبتر زمانی به دست می‌آیند که تمرین بدنی را به برازندگی ارتباط دهند که به نوبه خود می‌تواند به عملکرد ورزشی بهتر منتهی شود. در مثال دوم، مربی باید اهمیت وقت‌شناسی در تمرین را به عنوان شیوه‌ای برای استفاده از وقت تمرین به موثرترین وجه خاطر نشان کند.

انگیزش در ورزش، بدون میل ورزشکار به ادامه رفتار مطلوب، (یعنی پایداری ورزشکار) چه ارزشی دارد؟ هدف انگیزش، تقویت اعمال و احساسهای مطلوب ورزشکاران است. بسیاری از مربیان و تا آنجا که به موضوع مربوط است، مدیران صنعتی و تجاری، مزایای درازمدت راهبردهای انگیزشی مثبت را نمی‌شناسند، بلکه با «مزایای» کوتاه‌مدت فنون انگیزشی منفی،