

Communication Management in Sports Media

Open
Access

ORIGINAL ARTICLE

Investigation the Relationship Between the Components of the Comfort-Seeking Lifestyle and its Role in Sports Physical Activities in Schools with the Mediation Role of Communication Skills

Nadereh Bahri^{1*} 

1. Assistant Professor, Department of Philosophy of Education, Faculty of Literature and Humanities, Payam Noor University, Shahryar Branch, Tehran, Iran

Correspondence

Author's Name: Nadereh Bahri
Email: naderehbahri@pnu.ac.ir

How to cite

Bahri, N. (2023). Investigation the Relationship Between the Components of the Comfort-Seeking Lifestyle and its Role in Sports Physical Activities in Schools with the Mediation Role of Communication Skills. *Communication Management in Sport Media*, 11(1), 102-113.
doi: 10.30473/JSM.2023.67798.1748

ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the relationship between the components of the comfort-seeking lifestyle and its role in physical and sports activities in schools in order to achieve a fundamental model. The method of this research is in the form of fuzzy Delphi, and after extracting the challenges related to school sports, questionnaires were conducted through interviews with 20 coaches and teachers of sports in Tehran's District 5 in order to prioritize these challenges and also examine their impact on the sports field. The research results indicate that the following factors: the emphasis of authorities and families on academic matters rather than physical activity, interest in computer games, students' lifestyle changes towards low physical activity, limited hours of sports compared to other study hours, fear of facing group games due to the COVID-19 pandemic, lack of definition of new sports during sports hours, isolation and tendency towards solitude during sports hours, obesity and excessive fatigue, inappropriate diet, and weakness during sports hours, have the greatest impact on students' physical and sports activities in order of priority. The use of communication skills compensates for the isolated and passive lifestyle of students in schools and can compensate for its shortcomings by forming communication networks and support in schools. The research results also indicate the confirmation of the relationship between components related to communication skills and students' sports activities in schools.

KEYWORDS

Communication Skills, Fundamental Reform Document of Education, Health, Lifestyle, Physical Activity, School Sports.

Extended Abstract

Introduction

The health of a nation's population is a fundamental pillar of sustainable development. Healthy individuals are essential for the advancement of society. Engaging in sports, particularly sports for all, is a key factor that can assist policymakers in achieving this goal. Regular exercise is an essential need that can help individuals cope with physical, mental, psychological, and social pressures, reduce the risk of cardiovascular problems, alleviate stress, boost self-confidence, and promote a more optimistic outlook on life while reducing feelings of depression. Participation in sports competitions and physical activities within various groups, utilizing social networks and diverse skills, plays a significant role in promoting students' health. The Fundamental Reform Document of Education places significant emphasis on six domains in student education, with physical and mental education being highlighted across all domains, particularly within the biological and physical domains. The document underscores the necessity of creating infrastructure and the importance of prioritizing physical education and sports in both the goals and the means of achieving them. The educational aspect of sports, which encompasses a large segment of society, particularly children and teenagers, is a critical area within the realm of sports. Its purpose is to provide opportunities for children and teenagers to enhance their perceptual-motor abilities, fundamental movement skills, and various other essential skills. Engaging in physical activities and participating in sports can bolster their positive self-concept and attitude towards physical activities. Strengthening student participation in physical activity and sports programs is a vital strategy for improving the overall physical, mental, and social health of society. It is important to note that a significant weakness in the national sports arena is the lack of attention to school sports as the foundation of competitive sports. Given the crucial role of education in fostering a positive attitude towards sports and physical activity, as emphasized in the Fundamental Reform Document of Education, this research aims to explore the relationship between the components of a comfort-seeking lifestyle and their impact on physical activities and sports, with a focus on the mediating role of communication skills.

Methods

The current study utilizes a mixed methods approach, employing the Fuzzy Delphi method and statistical analysis to investigate the research variables. Initially, the main challenges related to school sports were explored through interviews with sports teachers, followed by the use of the Fuzzy Delphi method to screen indicators derived from the literature. The targeted and accessible statistical

population included physical education teachers in Tehran, District 5, with a sample size of 20 participants, comprising 10 men and 10 women. Data analysis was conducted using Topsis software.

Subsequently, the research hypotheses were tested based on data obtained from a questionnaire administered to 264 students in District 5 of Tehran, with data analysis performed using SPSS software. To validate the factors extracted from the interviews, the Fuzzy Delphi method was employed to gather expert opinions. Five informed experts were selected as a sample, and after initial preparation, materials based on the research literature, consisting of 9 components, were distributed to the expert group members. The data collection process followed the Fuzzy Delphi method, involving four stages to obtain general agreement among the experts regarding the classification.

In the next phase, communication skills were incorporated into educational programs and presented to students through several sessions. Communication skills encompass various capabilities used in sending and receiving information, including collective comments, understanding emotions, and events occurring in the surroundings. These skills involve listening, speaking, observing, and empathy, and are essential for effective communication across different contexts, such as face-to-face interactions, phone conversations, and digital communication.

Active listening, a key communication skill, involves paying close attention to the speaker, demonstrating respect and focus. Developing effective listening skills requires concentration, avoidance of distractions, and preparation of relevant questions and comments. Different communication skills are suitable for distinct situations, and understanding the audience is crucial for selecting the most appropriate communication approach. For instance, formal communication methods like email or phone calls may be more suitable for interactions with employers, while in-person or video conferencing might be preferable for conveying complex information in a work setting.

In both friendly and professional relationships, communication skills such as honesty, kindness, and self-confidence foster trust and mutual understanding. Demonstrating self-confidence, including maintaining eye contact, good posture, and adequate preparation, is particularly valuable in the workplace and during job interviews. These communication skills contribute to effective communication and positive interactions in various settings.

Results

The study findings indicate that several themes play a significant role in students' physical sports activities, with the following themes identified as having the greatest priority: the high emphasis placed by

authorities and families on academic affairs compared to physical activity and sports; students' interest in computer games; a shift in students' lifestyle towards inactivity; inadequate sports hours in comparison to other courses and their limited scheduling during the week; challenges related to COVID-19 and the fear of infection in group games; the lack of introduction of new sports in the sports syllabus; seclusion and the desire for solitude during sports hours; issues such as obesity, excessive fatigue, unhealthy diet, and weakness during sports hours; and declining interest in sports activities among students. The utilization of communication skills can help counteract the sedentary and passive lifestyle of students in schools, enabling them to address their shortcomings by forming communication and support networks within the school environment. The research results also confirm a relationship between components related to communication skills and students' sports activities in schools. These findings align with previous research by Ayatizadeh et al. (2023), Barani et al. (2022), Hadi Tahan and Mousavi Rad (2022), and Hosseini Karimabadi (2020). Socio-cultural challenges represent a significant obstacle in the sports arena. Introducing a phenomenon into a culture is a time-consuming and complex task that requires the commitment of officials and the media. It is noted that there is a cultural weakness regarding the importance of physical activity and sports in society. Furthermore, the rise of new technologies, such as the Internet and mobile phones, has contributed to keeping people occupied. These challenges have also been reported by other researchers, including Razavi et al. (2016) and Shabani et al. (2015). Additionally, a study conducted in Urmia city identified cultural issues and social problems as barriers to the development of sports for all. Increasing sports facilities can be one solution for encouraging participation in sports.

Conclusion

Lifestyle has been a subject of interdisciplinary exploration in recent years, with a focus on various interconnected topics. Efforts have been made to comprehensively examine the dimensions of lifestyle. This study specifically delves into school sports and the Fundamental Reform Document of Education. Drawing from various studies, the current research identifies challenges related to school sports. In alignment with lifestyle theories, cultural and social challenges are considered, and through the use of the Fuzzy Delphi method, factors are prioritized and assessed. The study evaluates their impact on school sports and the Fundamental Reform Document of Education. Additionally, it suggests that the use of communication skills can help counteract the sedentary and passive lifestyle of students in schools, enabling them to address their shortcomings by

forming communication and support networks within the school environment. The research results also confirm a relationship between components related to communication skills and students' sports activities in schools.

KEYWORDS

Communication Skills, Fundamental Reform Document of Education, Health, Lifestyle, Physical Activity, School Sports.

Ethical Considerations:

Compliance with ethical guidelines

The author has complied with all ethical considerations.

Funding

The authors state no funding involved.

Conflict of Interest

The authors declare that there are no conflicts of interest regarding the publication of this manuscript.

Acknowledgment

We are grateful to all those who helped us in this research.

نشریه علمی

مدیریت ارتباطات در رسانه‌های ورزشی

«مقاله پژوهشی»

بررسی رابطه بین مولفه‌های سبک زندگی راحت طلب و نقش آن در فعالیت‌های بدنی ورزشی مدارس با نقش میانجی مهارت‌های ارتباطی

نادره بحری^{۱*}

چکیده

هدف این تحقیق، بررسی رابطه بین مؤلفه‌های سبک زندگی راحت طلب و نقش آن در فعالیت‌های بدنی ورزشی مدارس بود تا از این طریق به مدلی برای سند بنیادین دست یابیم. روش این تحقیق، دلفی فازی بود. بعد از استخراج چالش‌های مرتبط با ورزش مدارس، پرسش‌نامه‌هایی به صورت مصاحبه‌ای در اختیار ۲۰ نفر از مربیان و معلمان ورزش منطقه ۵ تهران قرار گرفت تا از این طریق اولویت‌بندی‌های این چالش‌ها و اثرگذاری آن‌ها بر حوزه ورزش بررسی شود. نتایج تحقیق نشان داد که مقوله‌های تأکید زیاد مسئولان و خانواده‌ها بر اموری نظیر امور تحصیلی دانش‌آموزان نسبت به تأکید بر انجام فعالیت بدنی و ورزش، علاقه به بازی‌های کامپیوتری، تغییر سبک زندگی دانش‌آموزان به سمت کم‌تحرکی، کم‌بودن ساعت ورزش در مقایسه با ساعات دیگر درسی و محدود بودن به ساعتی خاص در هفته، بیماری کرونا و ترس از مواجهه شدن در بازی‌های گروهی، تعریف نشدن ورزش‌های جدید در ساعات ورزشی، گوشه‌گیری و میل به تنهایی در ساعات ورزش، چاقی و خستگی مفرط، رژیم غذایی نامناسب و ضعف در ساعات ورزش، کاهش علاقه دانش‌آموزان به فعالیت‌های ورزشی، به ترتیب بیشترین نقش را در اولویت‌بندی فعالیت‌های بدنی ورزشی دانش‌آموزان دارند. استفاده از مهارت‌های ارتباطی، سبک زندگی گوشه‌گیر و منفعل دانش‌آموزان در مدارس را جبران می‌کند و می‌تواند با تشکیل شبکه‌های ارتباطی و پشتیبانی در مدارس، کمبودهای خود را جبران کند. نتایج تحقیق نیز نشان‌دهنده تأیید رابطه بین مؤلفه‌های مرتبط با مهارت‌های ارتباطی با فعالیت‌های ورزشی دانش‌آموزان در مدارس است.

واژه‌های کلیدی:

سبک زندگی، سلامتی، سند بنیادین، ورزش مدارس فعالیت بدنی، مهارت‌های ارتباطی.

۱. استادیار گروه فلسفه تعلیم و تربیت، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه پیام نور، واحد شهریار، تهران، ایران.

نویسنده مسئول:

نادره بحری

رایانامه: naderehbahri@pnu.ac.ir

بحری، نادره. (۱۴۰۲). بررسی رابطه بین مولفه‌های سبک زندگی راحت طلب و نقش آن در فعالیت‌های بدنی ورزشی مدارس با نقش میانجی مهارت‌های ارتباطی. فصلنامه علمی مدیریت ارتباطات در رسانه‌های ورزشی، ۱۱(۱)، ۱۰۲-۱۱۳. doi: 10.30473/JSM.2023.67798.1748

<https://sportmedia.journals.pnu.ac.ir/>

مقدمه

همواره آرزوی دیرینه بشر داشتن جسم و روان سالم بوده است، ولی امروزه با پیشرفته شدن زندگی افراد جامعه، رفتارهای سبک زندگی تغییر کرده و به سمت کم تحرکی و الگوی غذایی غیربهداشتی رفته است (اسچولنکوف و سیفکن، ۲۰۱۹). بدیهی است که داشتن سبک زندگی فعال و حفظ تندرستی با یکدیگر ارتباط زیادی دارند. ورزش همواره به عنوان وسیله‌ای برای کسب نتایج مثبت سلامتی استفاده شده است (ادواردز و راو، ۲۰۱۹). امروزه، برنامه‌ریزی دقیق در راستای ایجاد انگیزه در افراد جامعه و برطرف کردن مشکلات شرکت در فعالیتهای بدنی و ورزش بیش از پیش ضروری به نظر می‌رسد؛ زیرا توسعه و پیشرفت فناوری و صنعت، ماشینی شدن زندگی، گسترش امکانات رفاهی و شیوه‌های نوین زندگی افراد جامعه را کم‌تحرک کرده است. انجام فعالیتهای بدنی و شرکت در ورزش‌ها، راهکاری مناسب برای رسیدن به سلامتی و تندرستی همه‌جانبه آحاد جامعه است (عراقی و کاشف، ۲۰۱۴: ۷۲).

یکی از محورهای اصلی توسعه پایدار در هر کشوری، سلامت افراد است. در واقع، برای داشتن جامعه توسعه یافته به افراد سالم نیاز است. ورزش و به‌ویژه ورزش همگانی یکی از عواملی است که می‌تواند برای تحقق این امر برنامه‌ریزان را یاری کند. ورزش به عنوان ضرورتی انکارناپذیر و نیاز اساسی می‌تواند کمک کند افراد بر فشارهای جسمی، روحی، روانی و اجتماعی فائق آیند؛ کمتر از بقیه دچار ناراحتی‌های قلبی و عروقی شوند؛ فشارهای عصبی کمتری را تحمل کنند؛ از اعتمادبه‌نفس بیشتری برخوردار باشند؛ به زندگی خوش‌بین‌تر باشد و کمتر به افسردگی دچار شوند (صادقیان، حسینی و فرزاد، ۲۰۱۴: ۹). استفاده از شبکه روابط اجتماعی و مهارت‌های مختلف برای حضور در مسابقات ورزشی و فعالیت جسمانی در گروه‌های مختلف نقش بسزایی در توسعه سلامت دانش آموزان دارد. توسعه ورزش یکی از ابعاد توسعه ملت‌ها محسوب می‌شود که نیازمند توجه به ابعاد زیادی در سطوح کلان، میانی و خرد است. برخی متخصصان، توسعه ورزش را مشتمل بر ساختارها، سیستم‌ها، فرصت‌ها و فرایندهایی می‌دانند که افراد را قادر می‌سازد در ورزش و تفریحات شرکت کنند و عملکرد خود را تا سطح دلخواه ارتقا دهند (قاسمی و همکاران، ۲۰۱۷: ۲۴). ورزش به دلیل داشتن جاذبه‌های فراوان موجب شده است که رسانه در جوامع انسانی به عنوان یک ابزار تبلیغاتی مؤثر، کارکردهایی فراتر از حد خود بروز دهد. وسایل ارتباط جمعی از طریق مدیریت تصور ذهنی دستکاری سبیل‌ها و نمایش و تغییر رویدادهای ورزشی، وفاق ورزشی را تقویت می‌کند. این نمایش‌های ورزشی از طریق وسایل ارتباط جمعی می‌تواند بر ایده‌های ما در مورد ورزش، ادراک ما درباره روابط اجتماعی و رفتار

مناسب و شرکت در فعالیتهای بدنی تأثیر بگذارند (کلاته‌سفیری و فریدونی، ۲۰۱۷: ۱۶). ارتباطات طیف وسیعی از مباحث را در بر می‌گیرد. هرگونه تعریفی از این مبحث به همان گستره ارتباطات می‌تواند خیلی عادی و دم‌دستی یا خیلی پیچیده باشد. ما می‌توانیم جنبه‌های متمایز ارتباطات را براساس این‌گونه تعاریف متفاوت تشریح و توصیف کنیم، اما تعریف واحد و یکسانی یافت نمی‌شود. انسان، چه در خانواده و چه در اجتماع، درگیر شبکه پیچیده‌ای از ارتباطات مختلف است که بخش عمده‌ای از ذهن، فکر و انرژی او را مصرف می‌کند. با این توصیف، وقتی وارد سازمان‌ها می‌شویم، این کیفیت ارتباطات و بهره‌وری آن نقشی بی‌بدیل می‌یابد. زمانی که سازمان‌ها به عنوان یکی از واحدهای اساسی اجتماع به وجود آمدند به تبع، ارتباطات به عنوان یکی از مباحث مهم در سازمان‌هایی چون وزارت آموزش و پرورش شد. انسان‌ها در جامعه امروز در یک سازمان به دنیا می‌آیند؛ در سازمان‌های مختلف زندگی می‌کنند؛ در سازمانی می‌میرند و در سازمانی دیگر به خاک سپرده می‌شوند؛ بنابراین ما در همه مراحل زندگی خود به نحوی با سازمان‌ها و ارتباطات سازمانی سروکار داریم. به هر حال ارتباط سازمانی موضوعی نیست که بتوانیم به راحتی از کنار آن بگذریم؛ چون اثری مستقیم در کامیابی‌ها و ناکامی‌های ما خواهد داشت (زارعی‌متین و یوسف‌زاده، ۲۰۱۰: ۲۶).

در سند تحول بنیادین آموزش و پرورش ساحت‌های شش‌گانه در تربیت دانش‌آموزان به صورت جدی مدنظر قرار گرفته‌اند. هرچند در تمام سطوح مذکور به نوعی به تربیت جسمی و روانی اشاره شده، در ساحت زیستی و بدنی به طور ویژه به این امر مهم پرداخته شده است. این سند در بخش اهداف و راهکارهای تحقق آن‌ها بارها به لزوم ایجاد زیرساخت‌ها و اهمیت توجه به تربیت بدنی و ورزش اشاره شده است؛ از جمله راهکار ۱۴: ایجاد و متناسب‌سازی فضاهای تربیتی و اقتضانات فرهنگ اسلامی ایرانی و شرایط اقلیمی و جغرافیایی، راهکار ۳-۱۴: اهتمام به طراحی و ساخت و تجهیز مناسب فضای ورزشی در تمام مدارس و راهکار ۲-۵: ایجاد سازوکارهای لازم برای تقویت آداب و سبک اسلامی ایرانی در تمام ساحت‌های تربیتی از جمله زیستی و بدنی. در بند ۱۰ از فصل دوم سند تحول بنیادین مربوط به بیانیه ارزش‌ها، به سلامت جسمانی، نشاط و تقویت اراده اشاره شده است. همچنان‌که در بخش ساحت زیستی و بدنی آمده است، این ساحت «بخشی از جریان تربیت رسمی و عمومی است که ناظر به حفظ و ارتقای سلامت و رعایت بهداشت جسمی و روانی متربی‌ان در مقابل خود و دیگران، تقویت قوای جسمی و روانی، مبارزه با عوامل ضعف و بیماری، حفاظت از محیط‌زیست و احترام به طبیعت است» (ماهانامه ورزش و ارزش، ۲۰۱۷: ۴) در صورت همسببودن

عوامل سازمانی، گروهی، محیطی و فردی (آصفی و قنبرپور نصرتی، ۲۰۱۸: ۹۸). ورزش قهرمانی نیز یکی دیگر از حیطه‌های مهم ورزشی است. هنری و همکاران (۲۰۱۲: ۱۴۶) درباره تعریف ورزش قهرمانی و اهداف آن بیان می‌کنند: «ورزش‌های رقابتی و سازمان‌یافته‌ای که با توجه به قوانین و مقررات خاص برای ارتقای رکوردهای ورزشی و کسب رتبه یا مدال انجام می‌شود. اهداف ورزش قهرمانی عبارت‌اند از: افزایش جمعیت ورزشی قهرمانی، بهبود کیفیت و کسب مدال در میدان‌های بین‌المللی، افزایش تعداد رشته‌های ورودی به بازی‌های المپیک، افزایش تعداد نفرات ورودی به بازی‌های المپیک و حفظ و ارتقای جایگاه و تیم‌های ملی در رتبه‌بندی‌ها».

دی بوسچر^۱ و همکاران (۲۰۰۶) نه عامل را در قالب سه مرحله ورودی، عبوردهی و خروجی بر توسعه ورزش قهرمانی کشورها تأثیرگذار می‌دانند: بخش ورودی شامل منابع انسانی و مالی است. بخش عبوردهی عبارت است از راهبردها و سیاست‌هایی که توسعه ورزش قهرمانی را تسهیل می‌کند و شامل تسهیلات تمرین، مربی، مسابقات و پژوهش‌های علمی می‌شود. بخش خروجی، نتیجه ورزش قهرمانی است و به‌وسیله مدال‌های المپیک و رقابت‌های ملی و بین‌المللی و تعداد ورزشکاران در سطح حرفه‌ای مشخص می‌شود. از دیدگاه تروینس^۲ و همکاران (۲۰۱۴) مزیت‌های رقابتی یک سازمان ورزشی برای رسیدن به موفقیت‌های ورزشی عبارت‌اند از: امکانات رقابتی و تمرینی، حمایت از حرفه ورزشکاری، کشف و پرورش استعدادها، مشارکت جوانان، حمایت دولتی و سازمانی، حمایت مالی، شرایط محیطی نخبگان ورزشی، حمایت‌های علمی، فرصت‌های رقابت، آموزش و تجهیز مربیان. درحالی‌که شش عامل مدیریت و برنامه‌ریزی راهبردی، مربیان کارآمد، فرایند استعدادیابی، سرمایه‌گذاری بر تیم‌های پایه، منابع مالی و مادی، اردوهای آمادگی و مسابقات تدارکاتی به‌عنوان عوامل تأثیرگذار بر پیشرفت والیبالیان ایران در سطح قهرمانی‌اند، حمایت‌های مالی و معنوی از مربیان و قهرمانان ملی در زمره چالش‌های مهم موجود هستند (سیف‌پناهی شعبانی و خطیبی، ۲۰۱۷).

علاوه بر این، ورزش حرفه‌ای به «فعالیت‌های ورزشی و سازمان‌یافته‌ای گفته می‌شود که به‌صورت رتبه‌مند و هدفمند، به‌منظور کسب درآمد برای توسعه ارزش‌های اقتصادی و اجتماعی انجام می‌شود» (احسانی و همکاران، ۲۰۱۳: ۱۲۶). برای دستیابی به اهداف ورزش حرفه‌ای توجه به نیروی انسانی متخصص، تجهیزات و امکانات مطلوب، ساختار سازمانی مناسب، روش‌های اجرایی کارآمد و فضای کار مطلوب ضروری است. مهم‌ترین موانع اقتصادی اثرگذار بر اجرای سیاست‌های کلی اصل ۴۴ قانون اساسی در ورزش حرفه‌ای جمهوری اسلامی ایران عبارت‌اند از: بی‌ثباتی در سیاست‌های پولی و

درس تربیت‌بدنی و فعالیت فوق‌برنامه، اهداف سند تحول بنیادین محقق خواهد شد (مجله ورزش و ارزش، ۲۰۱۷: ۲۳).

واقعیت این است که تربیت‌بدنی و ورزش تا حدود زیادی وارد زندگی خصوصی و عمومی مردم شده است و محرکی برای تغییرات اخلاقی، سیاسی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی محسوب می‌شود. به‌علاوه، تربیت‌بدنی و ورزش یکی از عوامل تأثیرگذار بر جامعه برای تحقق توسعه پایدار و عاملی به‌منظور مقابله با پیامدهای منفی شهرنشینی است (دبیرخانه شورای راهبردی وزارت ورزش و جوانان، ۲۰۱۵: ۵۲). با در نظر گرفتن اهمیت ورزش در زمینه‌های یادشده بسیاری از کشورها تلاش می‌کنند با تکیه بر وضعیت اقتصادی و علمی خویش، زمینه رشد و ارتقای این پدیده را درون مرزهای خود فراهم کنند.

براساس گزارش راهبردی وزارت ورزش و جوانان، توسعه ورزش کشور می‌تواند در حوزه‌های مختلفی انجام شود که مهم‌ترین آن‌ها عبارت‌اند از: حوزه توسعه ورزش همگانی، حوزه توسعه ورزش حرفه‌ای و قهرمانی، حوزه توسعه ورزش بانوان و حوزه ورزش تربیتی (دبیرخانه شورای راهبردی وزارت ورزش و جوانان، ۲۰۱۵: ۸۹). از میان حوزه‌های مذکور، ورزش همگانی یکی از حوزه‌های مهم محسوب می‌شود؛ زیرا در تأمین سلامت و بهداشت تن و روان از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. براساس توصیف شعبانی و همکاران (۲۰۱۱: ۱۴)، ورزش همگانی «شکلی از فعالیت‌های جسمانی یا حضور منظم در فعالیت‌های جسمانی است که موجب تندرستی و سلامت بدنی و روانی شده، روابط اجتماعی را شکل می‌دهد و نتایج مثبتی در پی دارد». برخی ویژگی‌های ورزش همگانی عبارت‌اند از: مشارکت گسترده و گروهی بودن، کم‌هزینه بودن، آزادانه و انتخابی بودن، کم‌اهمیت بودن رقابت و برد و باخت، بانشاط و شادبودن و محدود نبودن به سن، جنسیت، نژاد، زمان و مکان.

سواری و همکاران (۲۰۱۵: ۸۴) درمورد این نوع ورزش‌ها بیان می‌کنند: «ورزش‌های همگانی معادل کلمه انگلیسی ورزش برای همه و ورزش عمومی است. معمولاً به فعالیت‌های ورزشی اطلاق می‌شود که جنبه تفریحی دارد و بدون توجه به نتیجه آن (برد و باخت) انجام شود. در بعضی از منابع، واژه مشارکت کلان را معادل ورزش‌های همگانی می‌دانند». ورزش همگانی به‌عنوان برنامه‌ها و فعالیت‌های جامع و گسترده ورزش برای تمام گروه‌های سنی، جنسیتی، نژادها، مذاهب و ملل و با توانایی مختلف جسمی و روانی تعریف شده است. درواقع، ورزش همگانی فرصتی مناسب برای انجام فعالیت‌های فردی و گروهی در دست‌یافتن به تندرستی، نشاط و روابط اجتماعی بیشتر است. ورزش همگانی در بین انواع ورزش‌ها، به‌ویژه ورزش‌های قهرمانی و حرفه‌ای نقش پایه و محوری دارد. برای نهادینه کردن ورزش همگانی مهم‌ترین عوامل به‌ترتیب عبارت‌اند از:

مداخله‌گر نیز ر سانه‌های، دانش و سیاست‌ها و قوانین است. تغییر سبک زندگی به بهبود عملکرد ورزشی، حفظ نشاط و سرزندگی و سلامت روانی منجر می‌شود. هادی طحان و موسوی‌راد (۲۰۲۲) در پژوهشی با عنوان «شناسایی عوامل مؤثر بر سبک زندگی ورزشی دانشجویان (مورد مطالعه: دانشجویان دانشگاه پیام نور استان تهران)» به این نتیجه رسیدند که چهارده عامل به‌عنوان عوامل مؤثر بر سبک زندگی ورزشی دانشجویان شناسایی شد و ارتباط معناداری بین مؤلفه‌های سبک زندگی ورزشی در بین دانشجویان دانشگاه پیام نور استان تهران وجود داشت. حال از آنجا که گنجاندن ورزش در سبک زندگی افراد تا حد زیادی به سلامت افراد جامعه کمک خواهد کرد، پیشنهاد می‌شود مسئولان در جهت تقویت قوت‌ها و حذف ضعف‌ها در خصوص عوامل مؤثر بر گرایش افراد (به‌ویژه جوانان) به ورزش و فعالیت‌های ورزشی کوشا باشند. حسینی کریم‌آبادی (۲۰۲۱) به بررسی رابطه بین سبک زندگی و فعالیت‌های ورزشی غیر حرفه‌ای زنان تحصیلکرده پرداخت و به این نتیجه رسید که بین سبک زندگی زنان با میزان فعالیت‌های ورزشی غیر حرفه‌ای آنان رابطه وجود دارد و نوع سبک زندگی نیز می‌تواند بر انجام فعالیت‌های ورزشی غیر حرفه‌ای زنان تأثیر گذار باشد؛ به‌طوری‌که زنان با سبک زندگی مادی، بیشتر به انجام فعالیت‌های ورزشی غیر حرفه‌ای می‌پردازند. محمدی ترکمانی و همکاران (۲۰۱۹) در پژوهشی به بررسی سبک زندگی ورزشکاران نخبه ایرانی (ارائه یک نظریه داده‌بنیاد) پرداختند. آن‌ها به این نتیجه رسیدند که مهم‌ترین نگرانی‌های مشارکت‌کنندگان عبارت بود از رعایت‌نشدن اصول حرفه‌ای در زندگی ورزشکاران ایرانی، مقوله محوری پژوهش (یعنی تفکر حرفه‌ای) و فرایند اجتماعی پایه پژوهش (یعنی حرکت به سمت حرفه‌ای‌گرایی). شایستگی‌های عاطفی، چشم‌انداز زندگی، سواد مالی، مسئولیت‌پذیری، م صرف، گذران اوقات فراغت، مسائل شخصی و رفتارهای مذهبی نیز به‌عنوان دیگر مقولات سبک زندگی تعیین شدند که تحت‌تأثیر تفکر حرفه‌ای قرار می‌گیرند. مقولات فرایند اجتماعی پایه نیز به سه سطح کلان، متوسط و خرد طبقه‌بندی شدند که می‌توانند در طول زمان نگرانی مشارکت‌کنندگان را حل کنند. به‌طور کلی سبک زندگی ورزشکار نخبه، راهنمای کنش او در مسائل ورزشی و غیرورزشی زندگی است. یافته‌های پژوهش محمدی ترکمانی و همکاران می‌تواند برای بررسی ابعاد مختلف سبک زندگی ورزشکاران نخبه از عوامل مؤثر تا مؤلفه‌های عینی سبک زندگی به کار برده شود.

با توجه به اهمیت نقش آموزش و پرورش در ایجاد نگرش مثبت به انجام ورزش و فعالیت بدنی در دانش‌آموزان و تأکید بر ابعاد آن در سند بنیادین، در تحقیق حاضر به بررسی رابطه بین مؤلفه‌های سبک

مالی کشور، مشارکت‌نکردن سرمایه‌گذاران خارجی در بازارهای سرمایه داخلی، مالکیت دولتی بسیاری از صنایع، کارخانجات، نهادها و سازمان‌های ورزشی و غیرورزشی، کمبود سرانه درآمد ملی در کشور، نبود امنیت اقتصادی و خطر زیاد سرمایه‌گذاری در ورزش حرفه‌ای، تخصیص نیافتن حق پخش تلویزیونی مناسب به باشگاه‌ها، وجود رقابت ناعادلانه بین باشگاه‌های دولتی و باشگاه‌های خصوصی، ساختار بلیت‌فروشی متمرکز در سازمان لیگ حرفه‌ای و شفاف نبودن اطلاعات مالی و اقتصادی باشگاه‌ها، سازمان لیگ و فدراسیون (جلالی‌فراهانی و علیدوست قهفرخی، ۲۰۱۳: ۳۶).

یکی از مهم‌ترین حوزه‌های ورزشی، حوزه تربیتی یا آموزشی ورزش است؛ چراکه این حوزه بخش چشمگیری از افراد جامعه به‌خصوص کودکان و نوجوانان را در برمی‌گیرد. هدف این حوزه ورزش، فراهم کردن فرصت‌هایی برای کودکان و نوجوانان است تا بتوانند توانایی‌های ادراکی-حرکتی، مهارت‌ها یا الگوهای حرکتی بنیادی و بسیاری از مهارت‌های پایه خود را گسترش دهند. این گروه می‌تواند از طریق انجام فعالیت‌های بدنی و شرکت در ورزش‌ها، خودپنداری مثبت و نگرش مثبت به فعالیت‌های حرکتی ورزشی را در خود تقویت کنند. یکی از راه‌های ارتقای سطح سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی جامعه، تقویت شرکت دانش‌آموزان در برنامه‌های فعالیت بدنی و ورزش است (دبیرخانه شورای راهبردی وزارت ورزش و جوانان، ۲۰۱۴: ۳۶). نکته درخور تأمل اینکه مهم‌ترین ضعف ورزش قهرمانی کشور، بی‌توجهی به ورزش مدارس به‌عنوان پایه ورزش قهرمانی گزارش شده است (رضایی‌صوفی و شعبانی، ۲۰۱۶: ۵۲).

آیتی‌زاده و همکاران (۲۰۲۳)، در پژوهشی به بررسی تأثیر فعالیت بدنی در محیط‌های مختلف ورزشی بر سلامت عمومی و سبک زندگی زنان میانسال پرداخت. نتایج آزمون تحلیل واریانس نشان داد که بین سلامت عمومی در گروه‌های مختلف ورزشی اختلاف معناداری وجود نداشت، ولی از بین مؤلفه‌های سلامت عمومی، بعد جسمانی بین گروه‌های مختلف تفاوت معناداری وجود داشت و در مؤلفه اختلال در کارکرد اجتماعی، تنها بین گروه ورزش صبحگاهی با گروه سالن‌های ورزشی تفاوت معناداری وجود داشت. همچنین در سبک زندگی بین گروه‌های مختلف ورزشی با گروه کنترل اختلاف معناداری مشاهده شد. بارانی و همکاران (۲۰۲۲) در پژوهشی با عنوان «تدوین مدل سبک زندگی ورزشکاران جوان در بحران‌های سلامتی» به این نتیجه رسیدند که به‌منظور تغییر سبک زندگی ورزشکاران جوان در چهار زمینه خواب، تغذیه، اوقات فراغت و ارتباطات که متأثر از عوامل حمایتی، اقتصادی، خانوادگی و فردی است، می‌توان راهبردهایی همچون راهبردهای آموزشی، امکانات و خدمات مالی به کار گرفت. شرایط زمینه‌ای مؤثر بر راهبردها شامل عوامل فرهنگی اجتماعی و امکانات و خدمات است. عوامل

تحقیقات مختلفی در کشورمان برای شناسایی چالش‌های موجود در ورزش همگانی (به‌عنوان نمونه، آصفی و قنبرپور نصرتی، ۲۰۱۸؛ آفرینش‌خاکی و همکاران، ۲۰۰۵؛ حسینی و همکاران، ۲۰۱۸؛ رحیمی و همکاران، ۲۰۱۷؛ شعبانی و خواجه، ۲۰۱۶؛ شعبانی و همکاران، ۲۰۱۳؛ غفرانی و همکاران، ۲۰۰۹)، ورزش قهرمانی و حرفه‌ای (به‌عنوان مثال، امیری و همکاران، ۲۰۱۳؛ پورکیانی و همکاران، ۲۰۱۷؛ حسینی و همکاران، ۲۰۱۳؛ رضوی و همکاران، ۲۰۱۲؛ سوادى و همکاران، ۲۰۱۷؛ سیف‌پناهی شعبانی و خطیبی، ۲۰۱۷؛ شعبانی و خواجه، ۲۰۱۶؛ کشاورز و همکاران، ۲۰۱۶؛ نظری و همکاران، ۲۰۱۳؛ نوفرستی و همکاران، ۲۰۱۶)، ورزش بانوان (به‌عنوان نمونه، اسلامی مرزنکلاته و همکاران، ۲۰۱۵؛ خسروی‌زاده و همکاران، ۲۰۱۷؛ زردشتیان و همکاران، ۲۰۱۶؛ صادقی‌پور و همکاران، ۲۰۱۵) و ورزش تربیتی (به‌عنوان نمونه، افضل‌پور و همکاران، ۲۰۰۵؛ رحیمی و همکاران، ۲۰۱۶؛ شعبانی و همکاران، ۲۰۱۴؛ محمدی و همکاران، ۲۰۱۵) انجام شده است. از میان این تحقیقات، سه شاخص اصلی برای چالش‌های موجود در حوزه ورزش مدارس به تفکیک زیر جداسازی و ابعاد آن‌ها نیز مشخص شد.

زندگی راحت‌طلب و نقش آن در فعالیت‌های بدنی ورزشی مدارس با نقش میانجی مهارت‌های ارتباطی پرداخته شد.

روش‌شناسی پژوهش

روش این تحقیق، آمیخته بود که با بهره‌گیری از روش دلفی فازی و تحلیل آماری در بررسی و آزمون متغیرهای تحقیق سعی شد. در مرحله اول، بعد از مرور ادبیات تجربی تحقیق، چالش‌های اصلی در زمینه ورزش مدارس، توسط معلمان ورزش بررسی شد و در ادامه از روش دلفی فازی برای غربالگری شاخص‌های استخراج‌شده از ادبیات استفاده شد. جامعه آماری، معلمان ورزش در شهر تهران، منطقه ۵ بودند که به صورت هدفمند و در دسترس بررسی شدند. حجم نمونه ۲۰ نفر شامل ۱۰ نفر مرد و ۱۰ نفر زن بود که برای تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار تاپسیس استفاده شد.

در مرحله بعد با تکیه بر پرسش‌نامه به آزمون فرضیه‌های پژوهش پرداخته شد. نمونه آماری در این بخش، ۲۶۴ نفر از دانش‌آموزان منطقه ۵ تهران بودند و تحلیل داده‌ها در نرم‌افزار SPSS انجام شد.

یافته‌های پژوهش

جدول ۱. چالش‌های توسعه ورزش تربیتی در مدارس

Table 1. Challenges of Developing Educational Sports in Schools

موارد چالشی	نوع چالش
سراجه کم ورزشی مدارس	منابع مالی
تکمیل نشدن برخی طرح‌های ورزشی در مدارس	(آصفی و قنبرپور نصرتی، ۲۰۱۸؛ آفرینش‌خاکی و همکاران، ۲۰۰۵؛ شعبانی و همکاران، ۲۰۱۴؛ محمدی و همکاران، ۲۰۱۵؛ سیف‌پناهی شعبانی و خطیبی، ۲۰۱۷؛ شعبانی و خواجه، ۲۰۱۶؛ کشاورز و همکاران، ۲۰۱۶)
اجرائی نبودن برخی طرح‌های ورزشی وزارتی	
ناتوانی در حمایت مالی هیئت‌های ورزشی مدارس	
غیراستاندارد و غیرایمن بودن فضاها و تجهیزات ورزشی	
کمبود زیرساخت‌ها، امکانات و تجهیزات ورزشی دانش‌آموزی	
کاهش علاقه دانش‌آموزان به فعالیت‌های ورزشی	
تغییر سبک زندگی دانش‌آموزان به سمت کم‌تحرکی	فرهنگی-اجتماعی
تأکید زیاد مسئولان و خانواده‌ها بر اموری نظیر امور تحصیلی دانش‌آموزان نسبت به تأکید بر انجام فعالیت بدنی و ورزش	(حسینی و همکاران، ۲۰۱۸؛ رحیمی و همکاران، ۲۰۱۷؛ غفرانی و همکاران، ۲۰۰۹) ورزش قهرمانی و حرفه‌ای (به‌عنوان مثال، امیری و همکاران، ۲۰۱۳؛ پورکیانی و همکاران، ۲۰۱۷؛ حسینی و همکاران، ۲۰۱۳)
علاقه به بازی‌های کامپیوتری	
چاقی و خستگی مفرط	
بیماری کرونا و ترس از مواجهه شدن در بازی‌های گروهی	
تعریف نشدن ورزش‌های جدید در ساعات ورزشی	
کم بودن ساعت ورزش در مقایسه با ساعات دیگر درسی و محدود بودن به ساعتی خاص در هفته	

منابع انسانی	نبود رژیم غذایی نامناسب و ضعف در ساعات ورزش
(اسلامی مرزنگلاته، موسوی و خوش‌فر، ۲۰۱۵؛ خسروی‌زاده و همکاران، ۲۰۱۷؛ زردشتیان و همکاران، ۲۰۱۶؛ صادقی‌پور و همکاران، ۲۰۱۵) ورزش تربیتی (به‌عنوان نمونه، افضل‌پور و همکاران، ۲۰۰۵؛ رحیمی و همکاران، ۲۰۱۶)	گوشه‌گیری و میل به تنهایی در ساعات ورزش
	کمبود معلم متخصص تربیت بدنی
	دانش پایین و به‌روز نبودن معلمان
	کمبود نیروی اداری در واحدهای تربیت‌بدنی ادارات آموزش و پرورش
	کمبود کلاس‌های ضمن خدمت و همایش‌های علمی برای معلمان تربیت‌بدنی
	مشغله خیلی زیاد مسئولان این واحدها در ادارات به دلیل وظایف شغلی سه‌گانه تربیت‌بدنی، بهداشت و پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی

بعد از مشخص کردن شاخص‌ها و ابعاد چالشی در زمینه ورزش مدارس، بعد فرهنگی-اجتماعی به دلیل نزدیکی بودن به نظریه‌های سبک زندگی در اختیار جامعه آماری قرار گرفت تا به تعیین اولویت‌بندی آن‌ها و نیز بهره‌گیری از آن‌ها در مدل تحقیق منجر شود. برای بررسی صحت فاکتورهای استخراج‌شده از مصاحبه افراد، از روش دلفی فازی برای کسب نظرهای خبرگان استفاده شد. با توجه به ویژگی‌های مطالعه، پنج نفر از خبرگان مطلع به‌عنوان نمونه انتخاب شدند و آمادگی اولیه برای

اجرای طرح برای آنان به وجود آمد. ابتدا مطالب براساس ادبیات تحقیق با ۹ مؤلفه طراحی شده به اعضای گروه خبره ارسال شد. سپس طبق روش شناختی دلفی فازی به جمع‌آوری داده پرداخته شد. از آنجا که در روش دلفی توافق نظر خبرگان ملاک تصمیم‌گیری است، طی چهار مرحله پرسش‌نامه توزیع و جمع‌آوری شد تا توافق کلی نظر خبرگان درباره طبقه‌بندی به‌دست آید.

جدول ۲. اولویت‌بندی نظرهای نخبگان درباره مؤلفه‌های تحقیق

Table 2. Prioritizing the Opinions of Elites from Research Components

ردیف	فاکتورها	میانگین
۱	تأکید زیاد مسئولان و خانواده‌ها بر اموری نظیر امور تحصیلی دانش‌آموزان نسبت به تأکید بر انجام فعالیت بدنی و ورزش	۰
۲	علاقه به بازی‌های کامپیوتری	۰
۳	تغییر سبک زندگی دانش‌آموزان به سمت کم‌تحرکی	۰
۴	کم‌بودن ساعت ورزش در مقایسه با ساعات دیگر درسی و محدود بودن به ساعتی خاص در هفته	۰
۵	بیماری کرونا و ترس از مواجهه شدن در بازی‌های گروهی	۰/۶
۶	تعریف‌نشدن ورزش‌های جدید در ساعات ورزشی	۰/۱۵
۷	گوشه‌گیری و میل به تنهایی در ساعات ورزش	۰/۱۰
۸	چاقی و خستگی مفرط	۰/۵
۹	نبود رژیم غذایی نامناسب و ضعف در ساعات ورزش	۰
۱۰	کاهش علاقه دانش‌آموزان به فعالیت‌های ورزشی	۰/۳۵
۱۱	میانگین کل	۰/۱۷

نقش آموزش مهارت‌های ارتباطی در فعالیت‌های ورزشی دانش‌آموزان

در این قسمت و در قالب برنامه‌های آموزشی مهارت‌های ارتباطی در چندین جلسه به دانش‌آموزان ارائه شد. برای پاسخ به سؤال «مهارت‌های ارتباطی چیست؟» باید بگوییم که مهارت‌های ارتباطی قابلیت است که شما هنگام ارسال و دریافت انواع اطلاعات از آن‌ها استفاده می‌کنید. از نمونه‌های آن می‌توان به اظهارنظرهای جمعی، احساسات یا اتفاقاتی اشاره کرد که در اطرافتان رخ می‌دهد. مهارت‌های اجتماعی شامل شنیدن، حرف‌زدن، مشاهده و همدلی است. مهارت ارتباطی همچنین در درک تفاوت نحوه برقراری ارتباط در اشکال مختلف مانند تعامل چهره‌به‌چهره، مکالمات تلفنی و

ارتباطات دیجیتالی، مثل ایمیل و شبکه‌های اجتماعی بسیار مفید است. انواعی از مهارت‌های ارتباطی برای آموزش و تمرین وجود دارند که به شما کمک می‌کنند به رابط مؤثری تبدیل شوید. بسیاری از این مهارت‌های ارتباطی در کنار هم کار می‌کنند و بر اهمیت تمرین مهارت‌های ارتباطی در زمینه‌های مختلف و در زمان ممکن می‌افزایند.

جلسه اول: یکی از انواع مهارت‌های ارتباطی، گوش‌دادن فعال است. گوش‌دادن فعال به معنای توجه دقیق به کسی است که با شما صحبت می‌کند. کسانی که دارای این ویژگی هستند، به دلیل توجه و احترامی که برای شنیدن حرف دیگران قائل‌اند، به دید همکارانشان محترم هستند. به نظر می‌رسد که گوش‌دادن مؤثر کار آسانی است،

هنگام کار با دیگران، تعاملاتتان را به‌وسیله نگرش مثبت و ذهن آزاد حفظ کنید. حرکات کوچک مانند احوال‌پرسی از همکار یا لبخندزدن و تعریف بابت انجام مطلوب کارها، به تقویت روابط بین همکاران و درنهایت تقویت مهارت ارتباطی کمک می‌کند.

جلسه سوم: اعتمادبه‌نفس یکی از انواع مهارت‌های ارتباطی است. در محیط کار احتمال گرفتن بازخورد درباره ایده‌ای که با اعتمادبه‌نفس ارائه می‌شود، بیشتر است. راه‌های فراوانی برای نشان دادن اعتمادبه‌نفس وجود دارد؛ برای مثال، برقراری ارتباط چشمی هنگام ارتباط با افراد، صاف‌نشستن و سر را بالاگرفتن و به اندازه کافی آمادگی داشتن از طریق تفکر پیشاپیش درباره کارها. داشتن اعتمادبه‌نفس، از آن دسته مهارت‌های ارتباطی است که نه تنها هنگام انجام کار، بلکه انجام این مهارت ارتباطی در زمان انجام مصاحبه شغلی نیز سودمند است.

آزمون فرضیه‌های تحقیق

فرضیه: به نظر می‌رسد که بین مهارت‌های ارتباطی و فعالیت‌های ورزشی دانش‌آموزان رابطه وجود دارد.

جدول ۳. نتایج ضریب همبستگی پیرسون بین مهارت‌های ارتباطی و فعالیت‌های ورزشی دانش‌آموزان

Table 3. Results of Pearson Correlation Coefficient between Communication Skills and Sports Activities of Student

فعالیت‌های ورزشی	
ضریب پیرسون	۱
مقدار معناداری	
تعداد	۲۴۶

جدول ۴. آزمون F برای بررسی معنادار بودن رگرسیون

Table 4. F Test for Regression Significance

متغیر	مجموع مربعات	میانگین مربعات	درجه آزادی	F	مقدار معناداری
رگرسیون	۱۴/۰۹۶	۱۴/۰۹۶	۱	۸۳۸/۷۵۵	۰/۰۰۰
باقی‌مانده	۱/۳۱۱	۰/۰۱۷	۳۱۸	-	-
کل	۱۵/۴۰۷	-	۳۱۹	-	-

جدول ۵. ضرایب تأثیر رگرسیون

Table 5. Regression Effect Coefficient

متغیر	بتا	T	مقدار معناداری
مقدار ثابت	۰/۵۳۱	۴/۵۲۷	۰/۰۰۰
مهارت‌های ارتباطی	۰/۸۵۲	۲۸/۹۶۱	۰/۰۰۰

نشان می‌دهد. با توجه به مقدار این آماره و سطح خطای کمتر از ۰/۰۵ می‌توان گفت که متغیر مدنظر تأثیر آماری معناداری بر تبیین تغییرات متغیر وابسته دارد. ضرایب رگرسیون نیز تأثیر متغیر مستقل بر متغیر وابسته را تأیید می‌کند.

اما درحقیقت مهارت ارتباطی است که تقویتش ساده نیست. می‌توانید با تمرکز بر گوینده، پرهیز از وسایلی مانند موبایل که حواستان را پرت می‌کند و آماده‌کردن برخی از پرسش‌ها و نظرها، به شنونده مؤثری تبدیل شوید. هریک از مهارت‌های ارتباطی برای موقعیت جداگانه‌ای مناسب هستند. برای اینکه بتوانید از بین انواع مهارت‌های ارتباطی، بهترین مهارت ارتباطی خود را به کار بگیرید، مهم است که ابتدا مخاطبان خود و مناسب‌ترین شیوه ارتباطی با آنان را بررسی کنید؛ به‌عنوان مثال، برای مهارت‌های ارتباطی، اگر قرار است با یک کارفرما ارتباط برقرار کنید، بهتر است یا یک ایمیل رسمی ارسال کنید یا از تلفن استفاده کنید؛ بسته به موقعیت، ممکن است حتی نیاز باشد یک نامه رسمی تایپ‌شده بفرستید. ممکن است در محل کار، انتقال اطلاعات پیچیده به‌صورت شخصی یا به‌وسیله برقراری ارتباط ویدئویی راحت‌تر از نوشتن یک ایمیل طولانی باشد.

جلسه دوم: در روابط دوستانه ویژگی‌های مهارت‌های ارتباطی مثل راست‌گویی و مهربانی، اغلب باعث ایجاد اعتماد و درک متقابل می‌شود. مشابه همین ویژگی‌ها در محیط کار نیز حائز اهمیت است.

با توجه به جدول ۵، مقدار معناداری در هر دو متغیر کوچک‌تر از ۰/۰۵ است؛ بنابراین بین مهارت‌های ارتباطی و فعالیت‌های ورزشی دانش‌آموزان رابطه معنادار وجود دارد. مقدار ثابت همان عرض از مبدأ است و میزان متغیر وابسته را بدون دخالت متغیر مستقل نشان می‌دهد. با توجه به نتایج جدول ۵ می‌توان گفت، با ارتقای یک واحد از متغیر مستقل به میزان ضریب نوشته‌شده متغیر وابسته ارتقا پیدا خواهد کرد. آماره t اهمیت نسبی حضور متغیر مستقل را در مدل

بحث و نتیجه‌گیری

فرهنگی و اجتماعی مدنظر قرار گرفت و با استفاده از دلفی فازی، اولویت‌بندی و وزن‌دهی به عامل‌های استخراجی در این زمینه شروع شد و تأثیرگذاری آن‌ها بر ورزش مدارس و نیز سند تحول بنیادین ارزیابی شد. در واقع، یکی از چالش‌های مهم در عرصه ورزش چالش‌های فرهنگی-اجتماعی‌اند. وارد کردن یک پدیده در فرهنگ مردم، زمان‌بر و پیچیده است که عزم تمام مسئولان و رسانه‌ها را می‌طلبد. اشاره شد که متأسفانه ضعف فرهنگی درباره اهمیت انجام فعالیت بدنی و ورزش در جامعه وجود دارد. از طرف دیگر، ظهور فناوری‌های جدید نظیر اینترنت و موبایل افراد جامعه را به خود مشغول کرده است. محققان دیگر نظیر رضوی و همکاران (۲۰۱۶)، شعبانی و همکاران (۲۰۱۲) و شعبانی و همکاران (۲۰۱۵) چالش‌های یادشده را نیز گزارش کرده‌اند. همچنین طی مطالعه‌ای در شهرستان ارومیه مسائل فرهنگی و مشکلات اجتماعی به‌عنوان موانع توسعه ورزش همگانی شناخته شده‌اند (سیدعامری و بردی محمدآق، ۲۰۱۱). یکی از راهکارهای تشویق افراد به شرکت در ورزش‌ها می‌تواند افزایش اماکن ورزشی باشد؛ چراکه نتایج مطالعه‌ای نشان می‌دهد افزایش اماکن ورزشی موجب افزایش گرایش اهالی منطقه به تماشای مسابقات و شرکت در ورزش‌ها، افزایش شادابی و نشاط افراد و همچنین ارتقای همکاری‌های جمعی و ورزشی می‌شود (سلطان حسینی و همکاران، ۲۰۱۲). استفاده از مهارت‌های ارتباطی جبران‌کننده سبک زندگی گوشه‌گیر و منفعلانه دانش‌آموزان در مدارس است و می‌توان با تشکیل شبکه‌های ارتباطی و نیز حمایتی در مدارس به دانش‌آموزان برای جبران کمبودهای آن‌ها کمک کرد. نتایج تحقیق نیز نشان‌دهنده تأیید رابطه بین مؤلفه‌های مرتبط با مهارت‌های ارتباطی با فعالیت‌های ورزشی دانش‌آموزان در مدارس است.

نتایج تحقیق نشان می‌دهد که مقوله‌های تأکید زیاد مسئولان و خانواده‌ها بر اموری نظیر امور تحصیلی دانش‌آموزان نسبت به تأکید بر انجام فعالیت بدنی و ورزش، علاقه به بازی‌های کامپیوتری، تغییر سبک زندگی دانش‌آموزان به سمت کم‌تحركی، کم‌بودن ساعت ورزش در مقایسه با ساعات دیگر درسی و محدودبودن به ساعتی خاص در هفته، بیماری کرونا و ترس از مواجهه‌شدن در بازی‌های گروهی، تعریف‌نشدن ورزش‌های جدید در ساعات ورزشی، گوشه‌گیری و میل به تنهایی در ساعات ورزش، چاقی و خستگی مفرط، رژیم غذایی نامناسب و ضعف در ساعات ورزش و کاهش علاقه دانش‌آموزان به فعالیت‌های ورزشی، بیشترین نقش را به‌ترتیب اولویت در فعالیت‌های بدنی ورزشی دانش‌آموزان دارند. استفاده از مهارت‌های ارتباطی، سبک زندگی گوشه‌گیر و منفعل دانش‌آموزان در مدارس را جبران می‌کند و می‌تواند با تشکیل شبکه‌های ارتباطی و پشتیبانی در مدارس، کمبودهای خود را جبران کند. نتایج تحقیق نیز نشان از تأیید رابطه بین مؤلفه‌های مرتبط با مهارت‌های ارتباطی با فعالیت‌های ورزشی دانش‌آموزان در مدارس دارد. نتایج این تحقیق با نتایج تحقیقات آیتی‌زاده و همکاران (۲۰۲۳)، بارانی و همکاران (۲۰۲۲)، هادی طحان و موسوی‌راد (۲۰۲۲)، حسینی کریم‌آبادی (۲۰۲۰) و محمدی ترکمانی و همکاران (۲۰۱۹) همسوست. سبک زندگی یکی از مفاهیمی است که در سال‌های اخیر به‌صورت بین‌رشته‌ای و در ارتباط با موضوعات مختلف سنجش شده و تلاش شده است ابعاد سبک زندگی به‌صورت گسترده بررسی شود. در این تحقیق، ورزش مدارس و سند بنیادین بررسی شد. در این تحقیق، چالش‌ها مرتبط با ورزش مدارس از بین تحقیقات مختلف استخراج شد و در راستای نظریه‌های سبک زندگی تحقیق، چالش‌های

References

1. Afarinesh Khaki, A., Mozafari, S. A. A., & Tandnavis, F. (2004). Comparison of the views of faculty members, coaches, athletes and managers on how to develop public sports. *Research in Sports Management and Movement Behavior*, 1(3), 1-22. (In Persian)
2. Afzalpour, M. I., Zarang, M., & Khoshbat, J. (2014). Evaluation of the implementation of physical education lessons in the first and second grades of primary schools in South Khorasan province. *Research in Sports Sciences*, 5(16), 107-125. (In Persian)
3. Amiri, M., Neiri, Sh., Safari, M., & Delbari Ragheb, F. (2012). Explaining and prioritizing obstacles to privatization and private sector participation in sports development. *Sports Management*, 5(4), 83-106. (In Persian)
4. Asefi, A. A., & Asadi Dastjardi, H. (2015). Examining the obstacles to the development of public sports in public universities in Tehran and providing practical solutions for its development. *Sports Management*, 8(35), 823-844 (In Persian)
5. Asefi, A. A., & Qanbarpour Nosrati, A. (2017). The model of effective factors in institutionalizing public sports in Iran. *Research in Sports Management and Movement Behavior*, 32(8), 29-46. (In Persian)
6. Bennett, A. (2016). *Culture and everyday life* (L. Javafshani, & H. Chavoshian, Trans) (1st ed.). Tehran: Akhtaran Publications. (In Persian)
7. Calhoun, C. (1993). Habitus, field and capital: the question of historical specificity. In Calhoun, C., Lipuma, E., & Postone, M. (Eds.), *Bourdieu, Critical perspective*. University of Chicago. Chicago, IL, USA: Polity Press.

8. Clark, D. (2003). *The consumer society and postmodern city*. London: Routledge.
9. Ehsani, M., Amiri, M., & Qarakhani, H. (2012). Designing and compiling the comprehensive system of professional sports in the country. *Sports Management Studies*, 17, 125-136. (In Persian)
10. Eslami Marznaklath, M., Mahdi Mousavi, S. J., & Khushfar, Gh. (2013). The relationship between social capital and women's participation in sports activities (Case study: Women of Gorgan city). *Social Capital Management*, 2(1), 139-159. (In Persian)
11. Ghasemi, H., Emami, M., & Eftekhari, Z. (2017). Investigation of Affected the Academic Sport Development Dimension by Mass media (The Case Study: Iran's Payam Noor Universities). *Communication Management in Sports Media*, 4(4), 23-34. (In Persian)
12. Hamza Lo, Y., Moin Fard, M., Shushi Nasab, P. (2014). Effects of sports development on Iran's globalization process. *Strategic Studies of Sport and Youth*, 28, 39-54. (In Persian)
13. Hosseini, S. Sh., Hamidi, M., Ghorbanian Rajabi, A., & Sajjadi, S. N. (2012). Identification of strengths, weaknesses, opportunities and threats in the championship sport of the Islamic Republic of Iran and its bottlenecks and challenges. *Sports Management*, 5(2), 29-54. (In Persian)
14. Hosseini, T., Heydarinejad, S., & Oz Masha, T. (2018). The role of motivations on the participation of the elderly in public sports. *Research in Sports Management and Movement Behavior*. 8(16), 103-111. (In Persian)
15. Inglehart, R. (2003). *Cultural evolution in an advanced industrial society* (M. Veter, Trans). Tehran: Kavir Publications.
16. Jalali Farahani, M., & Alidoost Ghafarakhi, I. (2012). Analysis of economic obstacles affecting the implementation of the general policies of Article 44 of the Constitution in Iran's professional sports. *Sports Management Studies*, 19(10), 109-128. (In Persian)
17. Javadipour, M., Quydell Sarkandi, M., & Sami Nia, M. (2013). Introduction to The Theoretical Framework and Model Designing of Sport for All in Iran. *Sport Management Studies*, 5(21), 127-148. (In Persian)
18. Jenkins, R. (2006), Pierre Bourdieu (L. Javafshani, & H. Chavoshian, Trans) (1st ed.). Tehran: Ney Publishing. (In Persian).
19. Kalateh Seifari, M., & Freydoni, M. (2017). Survey a model of the impact of mass media activities on tend to sport for all in tehran City. *Communication Management in Sports Media*, 4(4), 15-22. (In Persian)
20. Kaspersen, L. B. (2000). *Anthony Giddens: An introduction in a social theorist*. Hoboken (New Jersey): Blackwell Publishers.
21. Pourkiani, M., Hamidi, M., Gudarzi, M., & Khabeiri, M. (2016). Analysis of the effect of professional sports and championships on the development of sports. *Sports Management Studies*, 42(9), 55-72. (In Persian)
22. Tandnavis, F., & Ghasemi, M. A. (2018). Comparison of the views of athletes, coaches, and experts on the strategies for the development of the country's gymnastics championship. *Olympic*, 4(40), 17-29. (In Persian)



COPYRIGHTS

© 2023 by the authors. Licensee PNU, Tehran, Iran. This article is an open access article distributed under the terms & conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>)