

## مدل ساختاری بی‌انگیزی دانش‌آموزان در فعالیت‌های تربیت‌بدنی

محمد مازیاری<sup>۱</sup>، سید محمد کاشف<sup>۲</sup>

۱. کارشناس ارشد دانشگاه ارومیه\*

۲. دانشیار دانشگاه ارومیه

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۲/۱۰/۱۴

تاریخ دریافت: ۱۳۹۲/۰۵/۱۶

## چکیده

هدف از این پژوهش، ارائه‌ی مدلی از بی‌انگیزی دانش‌آموزان در فعالیت‌های تربیت‌بدنی بر اساس ساختار چهاربعدی بی‌انگیزی بود. این پژوهش از نوع توصیفی - همبستگی بوده و به‌شکل میدانی انجام شده‌است. به این منظور، ۳۸۱ دانش‌آموز مقطع متوسطه‌ی شهرستان بوکان به روش تصادفی، خوشه‌ای، چند مرحله‌- ای به‌عنوان نمونه‌های آماری انتخاب شدند و پرسش‌نامه‌ی بی‌انگیزی در تربیت‌بدنی (AI-PE) شن و همکاران با پایایی  $\alpha=0.81$  را پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از مدل معادله‌ی ساختاری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که جذاب‌نبودن و ارزشمندنبودن فعالیت‌های تربیت‌بدنی با تلاش ناکافی دانش‌آموزان رابطه‌ی مثبت و معنادار دارند (به ترتیب:  $r=0.560$ ،  $P=0.002$ ؛  $r=0.662$ ،  $P=0.001$ ) و تلاش ناکافی با اعتقاد به کمبود توانایی رابطه‌ی مثبت و معنادار دارد ( $r=0.668$ ،  $P=0.000$ ). ضرایب مسیر استانداردشده در مدل برآزش‌شده نشان داد که جذاب‌نبودن و ارزشمندنبودن فعالیت‌های تربیت‌بدنی به ترتیب به میزان ۰/۲۷ و ۰/۶۱ بر تلاش ناکافی دانش‌آموزان اثرگذار هستند. همچنین، تلاش ناکافی به میزان ۰/۸۹ بر اعتقاد به کمبود توانایی تأثیرگذار است. ممکن است دانش‌آموزان به دلایل مختلفی در فعالیت‌های تربیت‌بدنی بی‌انگیزه شوند. پس، باید ماهیت چندبعدی بی‌انگیزی در تربیت‌بدنی شناسایی و در طول تدریس و یادگیری مورد توجه قرار گیرد.

**واژگان کلیدی:** بی‌انگیزی، فعالیت‌های تربیت‌بدنی، دانش‌آموزان متوسطه.

### مقدمه

آموزش تربیت‌بدنی برای تمام دانش‌آموزان و جهت پرورش تمام استعداد‌های آنان همگام و همسو با تعلیم و تربیت کلی ارائه می‌شود و اگر برنامه‌های اجرایی و عملی آن به‌صورت اصولی انجام شود، تأثیر به‌سزایی در جهت رشد و تکامل جسمی، ذهنی، اجتماعی، روانی، تقویت روحیه و شکل‌پذیری اخلاق در دانش‌آموزان خواهد داشت (۱). به‌علاوه، تربیت‌بدنی می‌تواند سهم آموزشی مهمی در رشد شخصی دانش‌آموزان داشته باشد و فرصت‌هایی برای لذت‌بردن، یادگیری مهارت‌های حرکتی جدید و همکاری با دیگران فراهم کند (۲). اگر چه در شرایط مطلوب، تربیت‌بدنی می‌تواند برای دانش‌آموزان فرصتی فراهم کند تا بخش چشمگیری از فعالیت بدنی روزانه‌ی توصیه‌شده را انجام دهند، اما برخی از دانش‌آموزان در کلاس‌های تربیت‌بدنی تلاش کمی دارند و تعدادی نیز کاملاً از مشارکت اجتناب می‌ورزند (۳).

انگیزش به یک زمینه‌ی محبوب برای پژوهش‌های تربیت‌بدنی تبدیل شده‌است. این محبوبیت به دلیل پیامدهای مختلف ذهنی، جسمی و عاطفی است که در محیط‌های ورزشی به همراه دارد (۴). مفهوم بی‌انگیزگی<sup>۱</sup> مبتنی بر نظریه‌ی خودتعیینی<sup>۲</sup> است (۵). طبق نظریه‌ی خودتعیینی انگیزش در یک محیط اجتماعی شامل انگیزش درونی، انگیزش بیرونی و بی‌انگیزگی است که در امتداد یک زنجیره قرار دارند (۶). انگیزش درونی در فعالیت‌هایی دیده می‌شود که با میل باطنی و برای لذت و خوشی انجام می‌شوند. انگیزش بیرونی رفتارهایی هستند که به‌وسیله‌ی عوامل بیرونی مانند پاداش و جایزه برانگیخته می‌شوند. بی‌انگیزگی عدم تمایل به مشارکت در یک محیط خاص است. بر اساس نظریه‌ی خودتعیینی، بی‌انگیزگی شکلی از انگیزش است که به دلیل پیامدهای منفی مختلف ذهنی، جسمی و عاطفی به‌وجود می‌آید. مثلاً دانش‌آموز بی‌انگیزه ممکن است فعالیت‌های تربیت‌بدنی را بی‌معنا درک کند و رفتارهای اجتنابی مانند آوردن عذر و بهانه برای شرکت‌نکردن در کلاس، خستگی و یا مشارکت منفعل را از خود نشان دهد (۷). دسی و رایان<sup>۳</sup> (۲۰۰۰) بیان می‌کنند که اقدامات افراد بی‌انگیزه، منفعل و فاقد هر گونه هدف ارادی هستند. این‌گونه افراد برای انجام فعالیت ارزش‌قائل نیستند، آن‌ها برای انجام فعالیت احساس شایستگی نمی‌کنند و احساس می‌کنند توانایی یادگیری ندارند (۵) و این اغلب نتیجه‌ی احساس بی‌کفایتی و عدم کنترل بر رفتار است و غالباً منجر به ترک‌کردن تربیت‌بدنی و یا مدرسه می‌شود (۷).

- 
1. amotivation (absence of motivation)
  2. Self-determination theory
  3. Deci & Ryan

دانش‌آموزان ممکن است دلایل متفاوتی برای عدم مشارکت در فعالیت‌های تربیت‌بدنی داشته باشند. در این پژوهش بر روی چهار عامل جذاب‌نبودن فعالیت‌ها، ارزشمندی‌نبودن فعالیت‌ها، تلاش ناکافی و اعتقاد به ناتوانایی تمرکز شده است. اعتقاد به توانایی نشان‌دهنده‌ی ارزیابی فرد از توانایی‌هایش برای انجام فعالیت‌ها است. هنگامی که افراد به خودکارآمدی خود شک داشته باشند، احساس می‌کنند که موفق نمی‌شوند (۸). پس، اعتقاد به کمبود توانایی هنگامی منجر به بی‌انگیزی می‌شود که دانش‌آموزان مشکلات تحصیلی خود را به شایستگی کم نسبت می‌دهند و امید کمی به کارآمدی خود در مدرسه دارند (۹). هم‌چنین بی‌انگیزی ممکن است ناشی از تلاش ناکافی یا بی‌میلی برای تلاش کردن باشد. دانش‌آموزان ممکن است مایل نباشند رفتاری را انجام دهند که تطبیق آن رفتار با سبک زندگی‌شان دشوار باشد (۱۰). دانش‌آموزانی که معتقدند که نمی‌توانند تلاشی که برای شروع و ادامه فعالیت‌ها لازم است را از خود نشان دهند، حتی اگر ارزیابی مثبتی از توانایی‌هایشان برای انجام فعالیت‌های تربیت‌بدنی داشته باشند، ممکن است برای مشارکت در فعالیت‌های تربیت‌بدنی بی‌انگیزه باشند (۱۱). ارزش فعالیت به‌عنوان مشوقی برای مشارکت در انجام وظایف یا فعالیت‌های مختلف تعریف شده است و شامل اهمیت، علاقه و سودمندی ادراک‌شده از وظایف یا فعالیت‌های مربوطه است (۱۲). هنگامی که کار یا فعالیت جزء جدایی‌ناپذیر از زندگی دانش‌آموز نیست و یا اگر تأثیرات آن برای دانش‌آموزان مهم نباشد، ممکن است منجر به بی‌انگیزی شود (۹). پس ارزشمندی‌نبودن یک فعالیت، منجر به بی‌انگیزی می‌شود. جذاب‌نبودن یک فعالیت هم می‌تواند منجر به بی‌انگیزی شود. هنگامی که یک تکلیف یا فعالیت جالب توجه و یا تحریک‌کننده نباشد و زمانی که خسته‌کننده، تکراری، ملال‌آور و دشوار باشد، ممکن است منجر به بی‌انگیزی شود. به احتمال زیاد چنین فعالیت‌هایی رها شده و یا نادیده گرفته می‌شوند. در واقع ویژگی‌های غیرجذاب فعالیت‌ها منجر به عدم مشارکت در آن‌ها می‌شود (۱۰). آینلی<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۰۲) اشاره می‌کنند که افراد باید لذت و خوشی را در یک فعالیت تجربه کنند تا بتوانند رفتاری اثربخش داشته باشند (۱۳).

پژوهش‌هایی که به بررسی بی‌انگیزی در زمینه‌ی تحصیلی یا تربیت‌بدنی پرداخته‌اند، عوامل مختلفی را مورد توجه قرار داده‌اند. آبرامسون<sup>۲</sup> و همکاران (۱۹۷۸) انواع مختلف ناتوانی در یادگیری را ارائه کرده‌اند که می‌توانند در شناسایی شکل‌های مختلف بی‌انگیزی مفید باشند. ناتوانی در یادگیری می‌تواند خاص (محدود به یک فعالیت خاص در تربیت‌بدنی) و یا کلی (همه‌ی فعالیت‌ها در تربیت‌بدنی و یا همه‌ی دروس مدرسه) باشد. هم‌چنین می‌تواند ناپایدار و یا پایدار باشد (۱۴).

- 
1. Ainley
  2. Abramson

کارلسون<sup>۱</sup> (۱۹۹۵) در مورد دانش‌آموزانی که در فعالیت‌های تربیت‌بدنی مشارکت نمی‌کردند، اصطلاح بی‌زاری را برای توصیف احساس بی‌معنی بودن، قدرت نداشتن و گوشه‌گیری به کار برد. او نشان داد که چنین دانش‌آموزانی احساس می‌کنند که تربیت‌بدنی برای آن‌ها مهم نیست. به علاوه بی‌زاری خود را با مشارکت منفعل در کلاس، خود را به بیماری یا مصدومیت‌زدن و غیبت از کلاس نشان دادند (۱۵).

اعتقاد به ناتوانی در پژوهش پلتر<sup>۲</sup> و همکاران (۱۹۹۹) نیز بررسی شده است. پلتر و همکاران با توجه به رفتارهای محیطی یک مدل از بی‌انگیزی ارائه کردند که بر اساس آن اعتقاد به ناتوانی از باور به ظرفیت، باور به استراتژی و باور به تلاش ناشی می‌شود. باور به ظرفیت مشابه مفهوم خودکارآمدی است و به باورهای افراد به توانایی‌هایشان به منظور رسیدن به نتایج مورد نظر اشاره دارد. باور به استراتژی مشابه مفهوم امید به نتیجه است و به انتظارات فرد از اثربخشی استراتژی-های معین در رسیدن به نتایج دلخواه اشاره دارد. باور به تلاش می‌تواند این حس ناتوانی را که برخی افراد حاضر به تلاش برای رسیدن به نتیجه دلخواه نیستند، مهار کند (۱۶). این مدل توسط تومانیس<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۰۴) با ذکر مثال‌هایی در تربیت‌بدنی مورد استفاده قرار گرفت. مثلاً از نظر باور به استراتژی برخی از دانش‌آموزان ممکن است به این نتیجه برسند که یک ساعت تربیت‌بدنی در هفته تأثیر بسیار جزئی بر سطح آمادگی جسمانی آن‌ها دارد. در رابطه با باور به ظرفیت، برخی از دانش‌آموزان ممکن است معتقد باشند که مشارکت در ورزش‌های مختلف می‌تواند فواید بهداشتی داشته باشد و با این حال، احساس کنند که برای موفقیت در این فعالیت‌ها، شایستگی ندارند. هم‌چنین در مورد باور به تلاش، برخی از کودکان ممکن است تنها به دلیل که آن‌ها نمی‌خواهند در هر گونه فعالیت جسمانی آرام یا شدید مشارکت کنند، در تربیت‌بدنی بی‌انگیزه باشند (۷).

تومانیس و همکاران (۲۰۰۴) تحلیلی کیفی از علل بی‌انگیزی در تربیت‌بدنی انجام دادند. نتیجه‌ی پژوهش آن‌ها نشان داد که سه علت مهم برای بی‌انگیزی در تربیت‌بدنی، باور به ناتوانی (باور به استراتژی نامناسب، باور به تلاش کم، باور به ظرفیت کم)، عوامل شخصی (ارضای کم نیازها، نگرانی از ارزیابی اجتماعی) و عوامل زمینه‌ای (سبک آموزشی ضعیف، محیط نامناسب و امکانات ضعیف) می‌باشند. هم‌چنین آن‌ها نشان دادند که دانش‌آموزان بی‌انگیزه با رفتارهای اجتنابی، مشارکت کمی در کلاس دارند و تمایل کمی به شرکت در فعالیت‌های جسمانی در آینده دارند (۷).

نادریان و همکاران (۱۳۸۸) در پژوهشی رابطه‌ی موانع مشارکت ورزشی زنان و انگیزش را بررسی کردند. نتایج نشان داد که مشکلات فردی / روانی (نداشتن آمادگی روانی، نداشتن آمادگی جسمانی

---

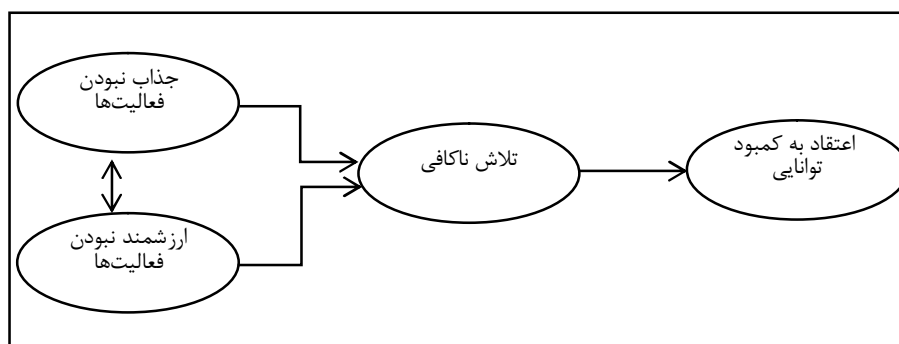
1. Carlson  
2. Pelletier  
3. Ntoumanis

لازم، نداشتن مهارت لازم و ترس از آسیب‌دیدگی) و دسترسی نداشتن به امکانات، مهم‌ترین پیش-بینی‌کننده‌های بی‌انگیزی بودند (۱۷).

لیگولت<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۰۶) بی‌انگیزی تحصیلی را در دانش‌آموزان دبیرستانی مورد بررسی قرار دادند. نتایج پژوهش، باور به ناتوانی، باور به تلاش نامناسب، ویژگی‌های تکالیف (جذاب‌نبودن) و ارزش نداشتن تکالیف را به‌عنوان عوامل بی‌انگیزی تحصیلی مشخص کرد. هم‌چنین نتایج نشان داد که این عوامل منجر به فقدان علاقه به تحصیل، بی‌تفاوتی نسبت به تحصیل و تمایل به ترک تحصیل می‌شوند (۱۰).

شن و همکاران (۲۰۱۰)، مدل ارائه‌شده توسط لیگولت و همکاران (۲۰۰۶) را با اصلاحاتی در حوزه‌ی تربیت‌بدنی به‌کار گرفتند و یک مدل از بی‌انگیزی را در تربیت‌بدنی نشان دادند. یافته‌های پژوهش اعتبار مفهومی ساختار چهار بعدی بی‌انگیزی را تأیید کرد (۱۱).

لازم به ذکر است که مشارکت در فعالیت‌های تربیت‌بدنی مدارس برای دانش‌آموزان اجباری است و آنان نمی‌توانند به دلخواه خود از مشارکت در فعالیت‌های تربیت‌بدنی امتناع کنند. پس شناسایی علل بی‌انگیزی در فعالیت‌های تربیت‌بدنی اهمیت فراوانی دارد. با توجه به مطالب ذکرشده و اهمیت موضوع، در این پژوهش سعی شده تا با توجه به ساختار چهاربعدی بی‌انگیزی، مدلی از بی‌انگیزی دانش‌آموزان در فعالیت‌های تربیت‌بدنی ارائه شود. مدل مفهومی این پژوهش بر اساس مدل بی-انگیزی لیگولت و همکاران (۲۰۰۶) و شن و همکاران (۲۰۱۰) طراحی شده‌است (۱۱، ۱۰). طبق مدل ارائه‌شده، فرض شده‌است که جذاب‌نبودن و ارزشمندنبودن فعالیت‌های تربیت‌بدنی (متغیرهای مستقل) بر تلاش دانش‌آموزان (متغیر میانجی) در انجام فعالیت‌ها تأثیرگذار هستند. هم‌چنین تلاش دانش‌آموزان نیز بر اعتقاد به کمبود توانایی‌شان (متغیر وابسته) تأثیر می‌گذارد (شکل ۱).



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

### روش پژوهش

این پژوهش توصیفی - همبستگی و از نوع پیمایشی است که به شکل میدانی انجام شده است. جامعه‌ی آماری در این پژوهش شامل کلیه‌ی دانش‌آموزان پایه‌ی دوم و سوم مقطع متوسطه‌ی شهرستان بوکان در سال تحصیلی ۹۱-۱۳۹۰ است که ۳۸۱ دانش‌آموز به روش تصادفی، خوشه‌ای و چندمرحله‌ای به‌عنوان نمونه‌ی آماری انتخاب شدند. برای سنجش علل بی‌انگیزگی دانش‌آموزان در فعالیت‌های تربیت‌بدنی مدارس، از پرسش‌نامه‌ی بی‌انگیزگی در تربیت‌بدنی (AI-PE)<sup>۱</sup> شن و همکاران (۲۰۱۰) استفاده شد. این پرسش‌نامه شامل ۱۶ سؤال است که چهار مؤلفه‌ی اعتقاد به کمبود توانایی، تلاش ناکافی، ارزشمندی نبودن فعالیت و جذاب نبودن فعالیت را در مقیاس لیکرت در ۵ طیف (اصلاً مطابق دلیل من نیست ۱ تا کاملاً مطابق دلیل من است ۵) می‌سنجد (۱۸). ابتدا این پرسش‌نامه ترجمه شده و سپس روایی آن توسط اساتید مدیریت ورزشی و آموزشی تأیید شد. هم‌چنین پایایی خرده‌مقیاس‌های این پرسش‌نامه در یک مطالعه‌ی مقدماتی به روش آلفای کرونباخ برای اعتقاد به کمبود توانایی ۰/۷۶، تلاش ناکافی ۰/۷۴، ارزشمندی نبودن فعالیت ۰/۸۰ و جذاب نبودن فعالیت ۰/۸۲ به دست آمد. از روش‌های آماری توصیفی جهت برآورد فراوانی، محاسبه‌ی میانگین و انحراف معیار استفاده شد. در بخش آمار استنباطی از تحلیل عاملی تأییدی برای بررسی روایی سازه ابزار اندازه‌گیری و برای بررسی روابط بین متغیرها از مدل معادله‌ی ساختاری استفاده شد. برای بررسی برازش مدل، شاخص نسبت کای دو به درجه‌ی آزادی ( $\chi^2/df$ )، شاخص نیکویی برازش<sup>۲</sup> (GFI)، شاخص برازش مقایسه‌ای<sup>۳</sup> (CFI)، شاخص نیکویی برازش تعدیل‌شده<sup>۴</sup> (AGFI)، ریشه‌ی مجذور میانگین برآورد خطا<sup>۵</sup> (RMSEA) و شاخص برازش نرم شده<sup>۶</sup> (NFI) مورد استفاده قرار گرفت. برای تحلیل داده‌ها از نرم‌افزارهای آماری SPSS. 19 و LISREL. 8.8 سطح معناداری  $P \leq 0.05$  استفاده شد.

### نتایج

یافته‌های توصیفی آزمودنی‌ها در جدول ۱ نشان داده شده است. به طوری که مشاهده می‌شود، میانگین سنی آزمودنی‌ها ۱۶/۷۲ سال است. از مجموع ۳۸۱ نفر، ۱۸۰ نفر (۴۷/۲ درصد) دختر و ۲۰۱ نفر (۵۲/۸ درصد) پسر هستند. ۱۸۴ نفر (۴۸/۳ درصد) در مقطع دوم متوسطه و ۱۹۷ نفر (۵۱/۷

1. Amotivation Inventory-Physical Education
2. Goodness of Fit index
3. Comparative Fit index
4. Adjusted Goodness of Fit index
5. Root Mean Square Error of Approximation
6. Normed Fit Index

درصد) در مقطع سوم متوسطه تحصیل می‌کردند. هم‌چنین ۲۷۰ نفر (۷۰/۹ درصد) در رشته‌های نظری (علوم تجربی، ریاضی فیزیک و علوم انسانی) و ۱۱۱ نفر (۲۹/۱ درصد) در رشته‌های کاردانش و فنی و حرفه‌ای اشتغال به تحصیل داشتند.

جدول ۱. مشخصات آزمودنی‌ها

متغیرها	فاکتورها	فراوانی	درصد فراوانی
جنسیت	دختر	۱۸۰	۴۷/۲
	پسر	۲۰۱	۵۲/۸
پایه‌ی تحصیلی	دوم	۱۸۴	۴۸/۳
	سوم	۱۹۷	۵۱/۷
رشته‌ی تحصیلی	نظری	۲۷۰	۷۰/۹
	کاردانش، فنی و حرفه‌ای	۱۱۱	۲۹/۱
سن	M ± SD		۱۶/۷۲ ± ۰/۸۷۳

در جدول ۲ میانگین، انحراف معیار و ضریب همبستگی متغیرهای پژوهش آورده شده‌است. نتایج نشان می‌دهند که تلاش ناکافی با جذاب‌نبودن فعالیت‌ها ( $r=0.560$ ،  $P=0.002$ ) و با ارزشمند نبودن فعالیت‌ها ( $r=0.662$ ،  $P=0.001$ ) رابطه‌ی مثبت و معنادار دارد. هم‌چنین، تلاش ناکافی با اعتقاد به کمبود توانایی رابطه‌ی مثبت و معنادار دارد ( $r=0.668$ ،  $P=0.000$ ).

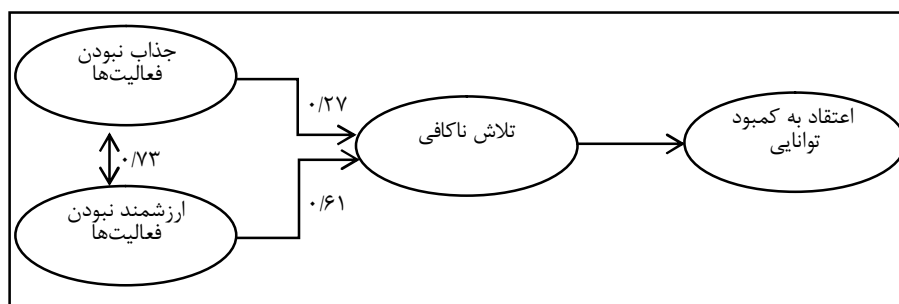
جدول ۲. آمار توصیفی و همبستگی درونی متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳	۴
جذاب‌نبودن فعالیت	۱/۹۷	۱/۱۰	۱/۰۰			
ارزشمند نبودن فعالیت	۱/۸۰	۰/۹۹	۰/۶۰۵** (۰/۰۰۰)	۱/۰۰		
تلاش ناکافی	۱/۷۳	۰/۸۹	۰/۵۶۰** (۰/۰۰۲)	۰/۶۲۲** (۰/۰۰۱)	۱/۰۰	
اعتقاد به کمبود توانایی	۱/۷۴	۰/۸۹	۰/۴۸۶** (۰/۰۰۳)	۰/۵۹۵** (۰/۰۰۱)	۰/۶۶۸** (۰/۰۰۰)	۱/۰۰

\*\*  $P < 0.01$

ابتدا با استفاده از تحلیل عاملی تاییدی<sup>۱</sup> (CFA) متغیرهای مربوط به پرسش‌نامه، مورد بررسی قرار گرفت که این نتایج به دست آمد:  $RMSEA=0.04$  و  $GFI=0.91$ ,  $CFI=0.97$ ,  $NFI=0.96$ . شاخص‌های برازش نشان می‌دهد که مدل به میزان کافی داده‌ها را توصیف می‌کند و از برازش خوبی برخوردار است. علاوه بر این، تمام بارهای عاملی سوالات مربوط به متغیرها (جذاب‌نبودن فعالیت، ارزشمندنبودن فعالیت، تلاش ناکافی و اعتقاد به کمبود توانایی) مثبت بودند و مقدار مناسبی داشتند (مساوی و بیشتر از ۰/۷).

با توجه به مناسب بودن مدل اندازه‌گیری، ساختار فرضی مدل مفهومی پژوهش با استفاده از مدل معادله‌ی ساختاری آزمون شد که نتایج آن در شکل ۲ نشان داده شده است.



شکل ۲. مدل برازش شده پژوهش با ضرایب مسیر استاندارد شده

بررسی شاخص‌های برازش مدل در جدول ۳ نشان می‌دهد که مدل مفهومی پژوهش از برازش خوبی برخوردار است. طبق مدل برازش شده، ۲۷ درصد و ۶۱ درصد از واریانس تلاش ناکافی به ترتیب مربوط به جذاب‌نبودن فعالیتها ( $t=3.48$ ) و ارزشمندنبودن فعالیتها ( $t=7.12$ ) است. همچنین ۸۹ درصد از واریانس اعتقاد به کمبود توانایی توسط تلاش ناکافی ( $t=10.66$ ) تبیین می‌شود. با توجه به مقادیر  $t$  می‌توان نتیجه گرفت که جذاب‌نبودن و ارزشمندنبودن فعالیت‌های تربیت‌بدنی بر تلاش ناکافی دانش‌آموزان تأثیرگذار است و تلاش ناکافی دانش‌آموزان نیز بر اعتقاد به کمبود توانایی آنان تأثیر می‌گذارد.

## 1. Confirmatory Factor Analysis



جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل مفهومی پژوهش

شاخص‌های برازندگی	$\chi^2/df$	GFI	AGFI	NFI	CFI	RMSEA
مقادیر مدل نهایی	۲/۸۷	۰/۹۳	۰/۹	۰/۹۶	۰/۹۷	۰/۰۵
مقادیر مورد قبول*	$\leq 3$	$\geq 0.9$	$\geq 0.9$	$> 0.9$	$> 0.9$	$\leq 0.08$

\* استخراج‌شده از منبع شماره (۱۹)

### بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش، یک مدل از علل بی‌انگیزی دانش‌آموزان در فعالیت‌های تربیت‌بدنی مدارس بر اساس ساختار چند بعدی بی‌انگیزی لیگولت و همکاران (۲۰۰۶) و شن و همکاران (۲۰۱۰) مورد بررسی قرار گرفت. نتایج پژوهش نشان داد که جذاب‌نبودن و ارزشمندنبودن فعالیت‌ها با تلاش ناکافی رابطه‌ی معنا دار دارند و بر آن تأثیرگذار هستند که با نتایج پژوهش لیگولت و همکاران (۲۰۰۶)، شن و همکاران (۲۰۱۰) و ولاچوپولوس<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۰) هم‌خوانی دارد (۱۰، ۱۱، ۲۰). ویژگی‌های فعالیت و ارزشمندبودن آن از عوامل مهمی هستند که بر تلاش فرد تأثیر می‌گذارند. هنگامی که کار یا فعالیتی جزء مهمی از زندگی دانش‌آموز نیست و یا اگر تأثیرات آن برای دانش‌آموزان مهم نباشد، ممکن است رغبت و تمایلی برای انجام آن وجود نداشته باشد. ولی اگر فعالیتی منشاء بیرونی داشته‌باشد ولی انجام آن ارزشمند باشد، درونی شده و فرد با میل و اراده خود به انجام آن فعالیت اقدام می‌کند (۱۰). مانند بازیکن فوتبالی که وزنه‌زدن و بدنسازی را دوست ندارد، اما چون می‌داند که افزایش قدرت باعث می‌شود که به یک بازیکن بهتر تبدیل شود، آن را انجام می‌دهد (۲۱). بنابراین ادامه‌دادن فعالیت‌هایی که با عقاید فرد هم‌خوانی ندارند، سخت‌تر است. به علاوه، بی‌انگیزی ممکن است ناشی از ویژگی‌های فعالیت‌های مدرسه باشد که با عقاید یا ارزش‌های فرد هم‌خوانی ندارد. هم‌چنین ادراک دانش‌آموزان از محیط کلاس و روش سازماندهی وظایف و فعالیت‌ها، نقش مهمی در لذت‌بردن دانش‌آموزان از فعالیت‌های ارائه‌شده دارد (۲۲). متأسفانه بسیاری از دبیران تربیت‌بدنی ساختار کلاس را طوری برنامه‌ریزی می‌کنند که فرصت توسعه‌ی مهارت دانش‌آموزان را فراهم نمی‌کند. زمانی فعالیت‌ها برای دانش‌آموزان لذت‌بخش است که در یک محیط مثبت ارائه شوند (۲۳). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که مردم باید لذت یا خوشی را در یک فعالیت تجربه کنند یا به آن علاقه داشته‌باشند تا آن را انجام دهند (۱۳). از طرف دیگر، ارزشمندبودن فعالیت‌ها هم اهمیت زیادی دارد. ارزش کار به‌طور مثبت با انتخاب، پشتکار و

رفتارهای واقعی در ارتباط است (۱۲). مطالعات تجربی در حوزه‌ی ورزش نشان می‌دهند که ارزش فعالیت‌ها، انتخاب، مشارکت در فعالیت‌های ورزشی و تلاش را پیش‌بینی می‌کنند (۲۴). مثلاً پانگ و ها<sup>۱</sup> (۲۰۱۰) در پژوهشی که بر روی دانش‌آموزان هنگ‌کنگ انجام دادند، بین مشارکت در فعالیت‌های جسمانی با ارزش ذاتی و ارزش ابزاری فعالیت‌ها رابطه‌ی مثبت و معناداری گزارش کردند (۲۵). اگر مشارکت در فعالیت‌ها، دانش، توانایی و یا انگیزش دانش‌آموزان را درگیر نکند، بعید است که دانش‌آموزان آن فعالیت را دوست داشته‌باشند (۱۰). پس اگر فعالیت‌های ارائه‌شده در زنگ تربیت‌بدنی برای دانش‌آموزان جذاب و ارزشمند نباشند، به احتمال زیاد چنین فعالیت‌هایی رها شده و یا نادیده گرفته می‌شوند و دانش‌آموزان برای انجام و مشارکت در آن‌ها تلاش کمتری از خود نشان می‌دهند. به‌طور کلی، افرادی که احساس مؤثر بودن داشته‌باشند، تمایل دارند رفتارهای جدیدی را تجربه کنند و در این زمینه تلاش و کوشش کرده و عملکردشان را بهبود می‌بخشند. هم‌چنین نتایج پژوهش نشان داد که تلاش ناکافی با اعتقاد به کمبود توانایی رابطه معنادار دارد و بر آن اثرگذار است که با نتایج پژوهش لیگولت و همکاران (۲۰۰۶)، گائو<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۰۹)، لئونگ<sup>۳</sup> (۲۰۱۰)، شن و همکاران (۲۰۱۰) و ولاچوپولوس (۲۰۱۰) هم‌خوانی دارد (۲۶، ۲۷، ۲۰، ۱۱، ۱۰). دانش‌آموزانی که به توانایی‌های خود اعتماد دارند و برای تکالیف و فعالیت‌های مدرسه ارزش قائل‌اند، وظایفشان را به خوبی انجام داده و موفق‌تر هستند. به‌طوری‌که اکل و هارولد<sup>۴</sup> (۱۹۹۱) بین لذت‌بردن و مفیدبودن فعالیت‌های ورزشی با خودپنداره‌ی توانایی در دانش‌آموزان رابطه‌ی مثبت و معنادار گزارش کردند (۲۸). انتظارات افراد در مورد توانایی‌شان منجر به اعمال استراتژی‌های مناسب برای اجرای یک کار می‌شود. هنگامی که خود کارآمدی ادراک‌شده بالا باشد، افراد چالش‌های بلندپروازانه‌تری را دنبال می‌کنند و تعهد بیشتری نسبت به اجرای کار خواهند داشت (۲۹). اگر دانش‌آموزان نتوانند تلاشی که برای مشارکت و ادامه‌دادن فعالیت‌ها لازم است از خود نشان دهند، حتی اگر به توانایی‌های خود اعتقاد هم داشته‌باشند، برای مشارکت در فعالیت‌های تربیت‌بدنی دچار بی‌انگیزگی می‌شوند. اعتقاد به توانایی و تلاش فرد، از ضروریات اولیه برای داشتن عملکرد مناسب در مدرسه هستند. خودپنداره دانش‌آموزان از توانایی‌هایشان به‌عنوان یک عامل تعیین‌کننده در انگیزش شناخته شده است (۱۰). بنابراین منطقی به نظر می‌رسد که فرض کنیم باور به ناتوانایی یک مؤلفه، موثر در عدم مشارکت است. دانش‌آموزانی که به توانایی‌های خود اعتقاد دارند، ممکن است با صرف تلاش کمتری به موفقیت دست یابند. تفاوت اصلی بین تلاش و توانایی

- 
1. Pang & Ha
  2. Gao
  3. Leung
  4. Eccles & Harold

در این واقعیت نهفته است که تلاش قابل کنترل، اما پایدار نیست. در حالی که توانایی غیرقابل کنترل، اما پایدار است. پس می‌توان گفت که افرادی که به تلاششان ادامه می‌دهند، می‌توانند رفتار موفقیت را با اراده‌ی خودشان کنترل کنند و فعالیت‌های جدید را با مهارت انجام داده و شایستگی خود را افزایش دهند (۲۶). ویگفیلد و اکل (۱۹۹۴) بیان می‌کنند که باور به شایستگی و اثربخشی، پیشرفت، عملکرد، انتخاب وظایف مدرسه، اهداف آموزشی، میزان تلاش اعمال شده، انواع راهبردهای شناختی و به‌طور کلی ارزش فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد (۳۰). زمانی که دانش‌آموزان احساس می‌کنند قادر نیستند تلاش مناسبی از خود نشان دهند، در کلاس تأخیر کرده و زمان کمی را صرف انجام فعالیت‌های ورزشی می‌کنند. ارزش نقش بسیار مهمی در توسعه‌ی انگیزش خودتعیینی دارد. دانش‌آموزان باید به این باور برسند که فعالیت و کار نیاز به زمان و تلاش دارد. اگر دانش‌آموزان برای آنچه انجام می‌دهند ارزش قائل باشند، به احتمال زیاد دوباره آن فعالیت را انجام می‌دهند؛ حتی اگر برایشان لذت بخش نباشد.

با توجه به نتایج پژوهش این موارد پیشنهاد می‌شود که دبیران تربیت‌بدنی روابط عاطفی‌شان را با دانش‌آموزان بیشتر کنند و سعی شود فعالیت‌های ورزشی مدرسه جذاب‌تر شوند. اگر درس‌ها لذت‌بخش‌تر باشند، دانش‌آموزان با انگیزه‌ی بیشتری در فعالیت‌ها شرکت می‌کنند. لذت را می‌توان با ارائه‌ی فعالیت‌های متنوع و چالش برانگیز و تأکید بر ارزشیابی اصولی افزایش داد. پرلمن<sup>۱</sup> (۲۰۱۰) به نقل از ساییدن تاپ<sup>۲</sup> (۱۹۹۴) بیان می‌کند که ترکیب آموزشی به‌کاربردن صدا و رفتارهای ورزشی مناسب در تربیت‌بدنی برای هر دانش‌آموز فرصت یادگیری ورزش را فراتر از نقش یک شرکت‌کننده فراهم می‌کند (۳۱).

ارضای نیازهای روانی دانش‌آموزان به‌طور مؤثر، مورد توجه قرار گیرد. تعلق و وابستگی، به خصوص برای دختران که ترجیح می‌دهند در گروه‌های کوچک‌تر و با دوستان فعالیت کنند، خیلی مهم است. برای اینکه دانش‌آموزان احساس کنند که از شایستگی و توانایی لازم برخوردارند، بهتر است دبیران بیشتر آن‌ها را تشویق کرده و تحسین کنند. البته گاهی گروه‌بندی افراد در گروه‌هایی با توانایی‌های یکسان می‌تواند مفید باشد؛ زیرا در این حالت تفاوت‌های درون‌گروهی کمتری دیده می‌شود. البته چنین رویه‌ای در بعضی موارد هم می‌تواند مشکل‌ساز باشد؛ زیرا تأکید بر تفاوت‌های بین‌گروهی باعث به‌حاشیه‌راندن دانش‌آموزانی می‌شود که توانایی کمتری دارند. هم‌چنین باید به دانش‌آموزان اجازه داده شود تا داوطلبانه فعالیت‌های مورد نظر خود را انتخاب کنند.

بهتر است دبیران تربیت‌بدنی نسبت به بهبود روش تدریس خود اقدام کنند و از دانش‌آموزان حمایت بیشتری کرده و آن‌ها را بیشتر راهنمایی نمایند و کمتر آن‌ها را مورد انتقاد قرار دهند.

---

1. Perlman  
2. Siedentop

والهید و تومانیس<sup>۱</sup> (۲۰۰۴) نشان دادند که لذت و تلاش در دانش‌آموزانی که مداخله‌ی آموزش ورزشی دریافت کرده‌بودند، به‌طور معناداری بالاتر از کلاس‌هایی بود که به‌طور سنتی تدریس می‌شد (۳۲). بر یادگیری مهارت‌ها بیشتر تأکید شود. ادامه‌ی مشارکت در فعالیت‌ها به موفقیت و سطح مهارت دانش‌آموز بستگی دارد. بنابراین در بسیاری از فعالیت‌های رقابتی، داشتن مهارت می‌تواند مشارکت در فعالیت‌های رقابتی ارائه‌شده را تسهیل کند و نداشتن مهارت می‌تواند مانع از مشارکت شود (۲۲). از ایجاد محیط رقابتی بین دانش‌آموزان پرهیز کنند؛ زیرا تأکید بر رقابت بین دانش‌آموزان ممکن است ترس از بی‌کفایتی و شکست را در آنان به وجود آورد؛ به‌ویژه هنگامی که دانش‌آموزان احساس کنند که شایستگی کمی دارند (۷). افزایش تعداد ساعات تربیت‌بدنی در هفته هم می‌تواند ارزش فعالیت‌ها را بیشتر کند؛ زیرا بسیاری از دانش‌آموزان معتقدند که یک ساعت در هفته تربیت‌بدنی برای بهبود آمادگی جسمانی آن‌ها فایده‌ای ندارد. کمبود وقت برای تمرین مناسب باعث می‌شود فرد به سطح مهارت مناسب نرسد. به‌طوری که اصلانخانی و همکاران (۱۳۸۱) طی پژوهشی نشان دادند دو ساعت تربیت‌بدنی در هفته برای رفع نیازهای روانی - حرکتی و جسمانی دانش‌آموزان کافی نیست. هم‌چنین بیشتر آزمودنی‌ها معتقد بودند که فضاها، امکانات و تجهیزات ورزشی موجود در مدارس برای دانش‌آموزان بسیار کم است (۳۳). با دادن مسئولیت به دانش‌آموزان باید سعی شود آن‌ها را درگیر فعالیت‌ها کرد؛ زیرا دانش‌آموزان از پذیرفتن مسئولیت بیشتر از زمانی که در طول کلاس منفعل باشند، لذت می‌برند. الکساندر و لاک من<sup>۲</sup> (۲۰۰۱) اظهار می‌دارند که آموزش به شیوه‌ی کار گروهی، آموزش مستقیم کمتر و دادن مسئولیت بیشتر به دانش‌آموزان می‌تواند معنا، هدف و لذت را برای دانش‌آموزان در تربیت‌بدنی به وجود آورد و توسعه‌ی اجتماعی، ارزش و نگرش دانش‌آموزان را ارتقا دهد (۳۴). هنگام برنامه‌ریزی فعالیت‌های ورزشی شرایط آب و هوایی در نظر گرفته‌شود. متأسفانه فضای ورزشی اکثر مدارس به حیاط مدرسه محدود شده‌است که برای فصول سرد و بارانی مناسب نیست و باید در این زمینه تمهیداتی اندیشه شود و در زمینه‌ی ساخت و احداث سالن‌های ورزشی برای مدارس باید گام‌های محکم و بهتری برداشته شود.

این پژوهش به‌طور مقطعی صورت گرفته و به خود اظهاری آزمودنی‌ها بسنده شده‌است و تفاوت‌های فرهنگی و وضعیت اقتصادی دانش‌آموزان در نظر گرفته نشده‌است. با توجه به اینکه بی‌انگیزگی بیشتر از درون فرد سرچشمه می‌گیرد و عوامل زیادی بر آن تأثیر گذار است، لازم است پژوهش‌های بیشتری در این زمینه صورت گیرد و از طریق مشاهده دانش‌آموزان در زنگ تربیت‌بدنی و انجام

---

1. Wallhead & Ntoumanis  
2. Alexander & Luckman

مصاحبه، پژوهش‌های کیفی و جامع‌تری که سایر عوامل مؤثر را مورد بررسی قرار می‌دهد، در این زمینه انجام پذیرد.

## منابع

- ۱) کارگر فرد مهدی، نادریان مسعود. تربیت‌بدنی در مدارس. چاپ دوم. تهران: انتشارات پیام نور؛ ۱۳۸۵. ص ۴.
- 2) Hassandra M, Goudas M, Chroni S. Examining factors associated with intrinsic motivation in physical education: a qualitative approach. *Psychology of sport and exercise*. 2003 Jul; 4(3): 211-23.
- ۳) برزگری علی، مهدی‌وند ایوب، ضامنی لیلا. دوره‌های آموزشی دروس تربیت‌بدنی با ساختار مشخص و فعالیت آزاد: حق تعیین سرنوشت و فعالیت بدنی دانش‌آموزان. رشد آموزش تربیت‌بدنی. پاییز ۱۳۹۰؛ ۱۲(۱): ۶۱-۵۸.
- 4) Vallerand, R. A hierarchical model of intrinsic and motivation in sport and exercise. In: Roberts GC, editor. *Advances in motivation in sport and exercise*. Champaign: Human Kinetics; 2001. p. 263-320.
- 5) Deci EL, Ryan RM. The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychol Inq*. 2000 Oct; 11(4): 227-68.
- 6) Ntoumanis N. A Prospective Study of Participation in Optional School Physical Education Using a Self-Determination Theory Framework. *J Educ Psychol*. 2005 Aug; 97 (3): 444-53.
- 7) Ntoumanis N, Pensgaard AM, Martin C, Pipe K. An ideographic analysis of amotivation in compulsory school physical education. *J Sport Exercise Psy*. 2004 Jun; 26(2): 197-214.
- 8) Patrick BC, Skinner EA, Connell JP. What motivates children's behavior and emotion? Joint effects of perceived control and autonomy in the academic domain. *J Pers Soc Psychol*. 1993 Oct; 65(4): 781-91.
- 9) Wigfield A, Eccles JS. Expectancy-value theory of achievement motivation. *Contemp Educ Psychol*. 2000 Jan; 25(1): 68-81.
- 10) Legault L, Green-Demers I, Pelletier LG. Why do high school students lack motivation in the classroom? Toward an understanding of academic amotivation and the role of social support. *J Educ Psychol*. 2006 Aug; 98(3): 567-82.
- 11) Shen B, Wingert RK, Li W, Sun H, Rukavina PB. An Amotivation Model in Physical Education. *J Teach Phys Educn*. 2010 Jan; 29(1): 72-84.
- 12) Wigfield A, Eccles JS. The development of achievement task values: A theoretical analysis. *Dev Rev*. 1992 Sep; 12(3): 265-310.
- 13) Ainley M, Hidi S, Berndorff D. Interest, learning, and the psychological process that mediate their relationship. *J Educ Psychol*. 2002 Sep; 94(3): 545-61.
- 14) Abramson LY, Seligman ME, Teasdale JD. Learned helplessness in humans: critique and reformulation. *J Abnorm Psychol*. 1978 Feb; 87(1): 49-74.

- 15) Carlson TB. We Hate Gym: Student Alienation from Physical Education. *J Teach Phys Educ.* 1995 Jul; 14(4): 467-77.
- 16) Pelletier LG, Dion S, Tuson K, Green-Demers I. Why Do People Fail to Adopt Environmental Protective Behaviors? Toward a Taxonomy of Environmental Amotivation. *J Appl Soc Psychol.* 1999 Dec; 29(12): 2481-504.
- ۱۷) نادریان مسعود، ذوالاکتاف وحید، مشکل‌گشا الهام. موانع مشارکت ورزشی زنان و ارتباط آنها با انگیزه. علوم حرکتی و ورزش. بهار و تابستان ۱۳۸۸؛ ۷(۱۳): ۵۴-۱۴۵.
- 18) Shen B, Li W, Sun H, Rukavina PB. The Influence of Inadequate Teacher-to-Student Social Support on Amotivation of Physical Education Students. *J Teach Phys Educ.* 2010 Oct; 29(4): 417-32.
- ۱۹) هومن حیدر علی. مدل‌یابی معادلات ساختاری با کاربرد نرم‌افزار لیزرل. چاپ اول. تهران: انتشارات سمت؛ ۱۳۸۴. ص ۲۳۵.
- 20) Vlachopoulos SP, Letsiou M, Palaiologou A, Leptokaridou ET, Gigoudi MA. Assessing multidimensional exercise amotivation among adults and older individuals: The Amotivation toward Exercise Scale-2. *Eur J Psychol Assess.* 2010 Oct; 26(4): 248.
- 21) Vallerand R. Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport and Physical Activity: A Review and a Look at the Future. In: Tenenbaum G, Eklund RC, editors. *Handbook of sport psychology*, 3th Ed. New Jersey: John Wiley & Sons; 2007. p. 59-83.
- 22) Bernstein E, Phillips SR, Silverman S. Attitudes and perceptions of middle school students toward competitive activities in physical education. *J Teach Phys Educ.* 2011 Jan; 30(1): 69-83.
- 23) Ravizza DM, Stratton RK. Students' perceptions of physical education teachers' caring. *Res Q Exercise Sport.* 2007 Feb; 78(1): 70-2.
- 24) Cox AE, Whaley DE. The influence of task value, expectancies for success, and identity on athletes' achievement behaviors. *J Appl Sport Psychol.* 2004 Apr; 16(2): 103-17.
- 25) Pang B, Ha ASC. Subjective task value in physical activity participation: The perspective of Hong Kong schoolchildren. *European Physical Education Review.* 2010 Oct; 16(3): 223-35.
- 26) Leung MT. A Structural Model of Motivational Beliefs in Effort and Ability, Goals Orientation and Learning Strategies of Hong Kong Teacher Education Students. *AARE International Education Research Conference*; 2010 Nov-Dec 28-2; Melbourne: Routledge; 2010. 1-12.
- 27) Gao Z, Kosma M, Harrison JL. Ability beliefs, task value, and performance as a function of race in a dart-throwing task. *Res Q Exercise Sport.* 2009 Mar; 80(1): 122-30.
- 28) Eccles JS, Harold RD. Gender differences in sport involvement: Applying the Eccles' expectancy-value model. *J Appl Sport Psychol.* 1991 Jan; 3(1): 7-35.
- 29) Bandura A. Social cognitive theory of self-regulation. *Organ Behav Hum Dec.* 1991 Dec; 50(2): 248-87.

30) Wigfield A, Eccles JS. Children's competence beliefs, achievement values, and general self-esteem change across elementary and middle school. *The Journal of Early Adolescence*. 1994 May; 14(2): 107-38.

31) Perlman D. Change in affect and needs satisfaction for amotivated students within the sport education model. *J Teach Phys Educ*. 2010 Oct; 29(4): 433-45.

32) Wallhead TL, Ntoumanis N. Effects of a sport education intervention on students' motivational responses in physical education. *J Teach Phys Educ*. 2004 Jan; 23(1): 4-18.

۳۳) اصلانخانی محمد علی، فتحی کوروش، قلعه‌نویی علیرضا. مقایسه دیدگاه‌های مدیران، معلمان تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان درباره جایگاه و وضعیت کمی و کیفی اجرای درس تربیت‌بدنی در مدارس راهنمایی و متوسطه. حرکت. تیر ۱۳۸۲؛ ۱۲(۱۲): ۵-۱۷.

34) Alexander K, Luckman J. Australian Teachers Perceptions and Uses of the Sport Education Curriculum Model. *European Physical Education Review*. 2001 Oct; 7(3): 243-67.

ارجاع دهی به روش ونکوور

مازیاری محمد، کاشف سید محمد. مدل ساختاری بی‌انگیزگی دانش‌آموزان در فعالیتهای تربیت‌بدنی. رفتار حرکتی. تابستان ۱۳۹۳؛ ۶(۱۶): ۱۹۶-۱۸۱.