



Designing a model of student sports participation based on psychological and sociological factors

Ali Hajiri Azar¹, Mohammad Rahim Najafzadeh^{2*}, Jafar Barghi Moghaddam²,
Habib Mohammadpour Yaghini², Mahmoud Elmi³

1. Ph.D Student, Department of Physical Education, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran.

2. Assistant Professor, Department of Physical Education, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran.

3. Assistant Professor, Department of Sociology, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran.

Abstract

The purpose of this study was to develop a model of sports participation among high school students in Tabriz based on psychological and sociological factors. The research was applied in nature and quantitative in design, employing the grounded theory approach based on Glaser's methodology. The statistical population included professors and experts in sports management and sociology, senior managers and specialists from the Ministry of Sports and Youth, and managers and experts from the Federation of Public Sports. Using the snowball sampling method, about 15 participants were selected as the research sample. Data were collected through semi-structured interviews with 15 experts until theoretical saturation was reached. To ensure validity, participant validation and triangulation methods were used, while reliability was confirmed through the intra-subject agreement method, yielding a coefficient of 87%. The findings showed that the model of school sports participation based on psychological and sociological factors included 111 initial themes, 17 sub-themes, and 6 organizing themes: improvement of physical education programs, access to information and resources, responsibility, positive attitude, family and community participation, and evaluation tools. The results highlight that the future of sports in any country depends on the degree of attention given to promoting school sports participation. The development of sports participation is a dynamic process that relies on policymakers and planners recognizing the role of schools and stakeholders in fostering grassroots sports. It is recommended that educational and sports policymakers design comprehensive, sustainable programs and improve school sports infrastructure to enhance students' participation in sports.

Article information

Received: 28 June 2025

Revised: 11 September 2025

Accepted: 15 October 2025

Published: 14 January 2026



Keywords:

Sports participation,
Psychological factors,
Sociological factors, School
sports, Glaser's approach.

How to Cite This Article:

Hajiri Azar, A., Najafzadeh, M. R., Barghi Moghaddam, J., Mohammadpour Yaghini, H. and Elmi, M. (2026). Designing a model of student sports participation based on psychological and sociological factors. *Journal of Sport Management Knowledge*, 3(2), 33- 52. <https://doi.org/10.22034/jsmk.2025.68813.1183>

* Corresponding author: Najafzadehrahim@yahoo.com



EXTENDED ABSTRACT

INTRODUCTION

Sports participation is considered one of the key factors in enhancing individuals' physical and mental health, improving quality of life, and building social capital. Regular engagement in sports activities not only increases physical health but also reduces stress, improves social relationships, and strengthens the spirit of cooperation and responsibility (Bourke et al., 2023). On the other hand, sports participation provides a foundation for the development of individual and social skills and plays an important role in preventing social harms (Ouyang et al., 2020). Students' participation in sports is the result of a complex interaction between psychological and sociological factors. Understanding these factors is of fundamental importance for coaches, parents, and educational policymakers who seek to promote students' physical activity (Ghobadi et al., 2023). Sports participation is a multidimensional phenomenon that is influenced not only by individual and internal factors but also by social and environmental contexts. From a psychological perspective, factors such as intrinsic motivation, self confidence, self efficacy, and the experience of positive emotions play a decisive role in shaping a sustainable tendency toward sports activities (Vella et al., 2023). Alongside these components, social factors particularly family support, the prevailing cultural attitudes of society, environmental conditions, and peer support also make significant contributions to sports participation (Yan et al., 2024). This study, with a focus on the local and social context of Tabriz, seeks to identify and analyze the factors influencing the sports participation of high school students, with an emphasis on psychological and sociological dimensions. In doing so, it aims to provide a scientific framework for policymaking and educational and sports planning.

METHODOLOGY

The present study is an applied research employing a qualitative approach using the grounded theory method based on Glaser's perspective. The statistical population consisted of professors and experts in sports management, professors and specialists in sociology, senior managers and experts from the Ministry of Sports and Youth, as well as managers and specialists from the Federation of Public Sports. The research sample was selected from among this population using the snowball sampling method. For data collection, both document analysis and interviews were used, with each interview lasting on average between 30 and 60 minutes. The research instrument was a semi-structured interview conducted with 15 experts until the stage of theoretical saturation was reached. The interviews were carried out with prior coordination and scheduling. After each interview, the conversations were fully transcribed, and initial coding of the data was performed in order to extract preliminary concepts. To ensure validity, two methods were applied: member checking and triangulation. In the member checking process, the preliminary findings were presented to the participants to assess their consistency with the participants' experiences and perspectives. Triangulation was conducted by drawing on diverse data sources, theories, or researchers, thereby increasing the accuracy of the analyses and ensuring the reliability of interpretations. The reliability of the study was confirmed through the intra-subject agreement method, yielding a coefficient of 87 percent.

RESULTS

The final results of the study revealed that the development of a model for sports participation in schools based on psychological and sociological factors included 111 initial codes, 17 sub-themes, and 6 organizing themes. These organizing themes consist of: improvement of the physical education program, information and resources, responsibility, positive attitude, family and community participation, and evaluation tools.

DISCUSSION AND CONCLUSION

Sports participation in schools is dependent on the quantitative and qualitative teaching of various sports skills for the development of sports and plays an important role in fostering students' psychomotor skills in the future. School sports and physical education, due to their central role in both the educational system and the national sports system, require a restructuring of their management system. Student sports provide an effective approach to increasing students' physical activity through programs, activities, and sporting events within a supportive environment equipped with safe and accessible infrastructure and facilities. Sports can help children improve academic achievement, health, positive behavior, and discipline, while also offering opportunities for socialization and learning new skills. The development and promotion of sports participation in schools require a comprehensive and multidimensional approach that simultaneously considers sociological and psychological factors. Educational sports not only contribute to



improving students' physical health but also play an important role in strengthening social skills, enhancing motivation, and fostering a positive attitude toward sports activities. The future of sports in every country depends on the extent of attention and importance that is given to school sports participation. Therefore, a fundamental review of the country's management programs in the area of school sports participation is necessary. The development of sports participation in schools is a dynamic process in which stakeholders, strategies, processes, and development pathways of school sports work together to achieve developmental outcomes. Hence, policymakers and planners, when formulating policies and development programs for student sports, must pay due attention to stakeholders, strategies, processes, and development pathways.

تدوین مدل مشارکت ورزشی دانش آموزان مبتنی بر عوامل روانشناختی و جامعه‌شناختی

علی هجیری آذر^۱، محمد رحیم نجف زاده^{۲*}، جعفر برقی مقدم^۳،
حبیب محمدپور یقینی^۴، محمود علمی^۳

۱. دانشجوی دکتری، گروه تربیت بدنی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران.
۲. استادیار، گروه تربیت بدنی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران.
۳. استادیار، گروه جامعه‌شناسی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران.

اطلاعات مقاله

دریافت شده: ۱۴۰۴/۰۴/۰۷
بازنگری شده: ۱۴۰۴/۰۶/۲۰
پذیرش شده: ۱۴۰۴/۰۷/۲۶
انتشار: ۱۴۰۴/۱۰/۲۴



کلمات کلیدی:

مشارکت ورزشی، عوامل روانشناختی، عوامل جامعه‌شناختی، ورزش مدارس، رویکرد گلایزر.

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، تدوین مدل مشارکت ورزشی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر تبریز مبتنی بر عوامل روانشناختی و جامعه‌شناختی بود. روش پژوهش حاضر، کاربردی از نوع پژوهش‌های کمی با روش نظریه داده بنیاد رویکرد گلایزر است. جامعه آماری پژوهش شامل، اساتید و متخصصان مدیریت ورزشی، اساتید و متخصصان جامعه‌شناسی، مدیران و کارشناسان خبره وزارت ورزش و جوانان و مدیران و کارشناسان فدارسیون ورزش همگانی بودند و نمونه آماری از بین اعضای جامعه با بهره‌گیری از روش نمونه‌گیری گلوله برفی حدود ۱۵ نفر انتخاب شدند. ابزار پژوهش مصاحبه نیمه‌ساختاریافته با ۱۵ نفر از متخصصان پژوهش که تا مرحله اشباع نظری ادامه یافت، به منظور تأیید روایی از دو روش اعتبار شرکت‌کنندگان و مثلث‌سازی استفاده شد. پایایی پژوهش از طریق روش توافق درون موضوعی ۸۷ درصد به دست آمد. نتایج پژوهش نشان داد؛ تبیین مدل مشارکت ورزشی در مدارس مبتنی بر عوامل روان‌شناختی و جامعه‌شناختی دارای ۱۱۱ تا مضامین اولیه، ۱۷ تا مضامین فرعی و که این مضامین شامل ۶ مضامین سازمان دهنده بهبود برنامه تربیت بدنی، اطلاعات و منابع، مسئولیت‌پذیری، نگرش مثبت، مشارکت خانواده و جامعه، ابزار ارزیابی است. آینده ورزش هر کشور بر مشارکت ورزش در مدارس وابسته است. توسعه مشارکت ورزشی فرآیندی پویا و وابسته به میزان توجه سیاست‌گذاران و برنامه‌ریزان به نقش مدارس و ذی‌نفعان در ارتقای ورزش پایه است. پیشنهاد می‌شود، سیاست‌گذاران آموزشی و ورزشی با تدوین برنامه‌های جامع و پایدار و بهبود زیرساخت‌های ورزشی مدارس برای تقویت مشارکت ورزشی دانش‌آموزان شوند.

نحوه استناد به این مقاله

هجیری آذر، ع.، نجف‌زاده، م. ر.، برقی مقدم، ج.، محمدپور یقینی، ح.، علمی، م. (۱۴۰۴). تدوین مدل مشارکت ورزشی دانش‌آموزان مبتنی بر عوامل روانشناختی و جامعه‌شناختی. *دانش مدیریت ورزشی*، ۳(۲)، ۳۳-۵۲. <https://doi.org/10.22034/jsmk.2025.68813.1183>

* Email: Najafzadehrahim@yahoo.com

مقدمه

مشارکت ورزشی یکی از عوامل کلیدی در ارتقای سلامت جسمانی و روانی افراد، بهبود کیفیت زندگی و ایجاد سرمایه اجتماعی به شمار می‌آید. حضور مستمر در فعالیت‌های ورزشی علاوه بر افزایش سطح سلامت جسمی، موجب کاهش استرس، بهبود روابط اجتماعی، تقویت روحیه همکاری و مسئولیت‌پذیری می‌شود (Bourke et al, 2023)؛ از سوی دیگر، مشارکت ورزشی بستری برای ارتقای مهارت‌های فردی و اجتماعی فراهم کرده و نقش مهمی در پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی ایفا می‌کند (Ouyang et al, 2020). همچنین، توسعه مشارکت در ورزش می‌تواند موجب گسترش فرهنگ سلامت‌محور در جامعه، افزایش بهره‌وری و کاهش هزینه‌های درمانی گردد (Shahbazi et al, 2018)؛ افزون بر این، مشارکت ورزشی به عنوان ابزاری مؤثر در ایجاد هویت فردی و جمعی عمل کرده و احساس تعلق اجتماعی را در میان گروه‌های مختلف تقویت می‌کند (Vella et al, 2023). ورزش فرصتی برای تجربه عدالت، رعایت قوانین و احترام به حقوق دیگران فراهم می‌سازد و از این طریق به ارتقای سرمایه فرهنگی و مدنی جامعه کمک می‌کند (Khodadadi et al, 2025). از منظر اقتصادی نیز، گسترش مشارکت در ورزش با ایجاد فرصت‌های شغلی در حوزه‌های آموزش، تجهیزات ورزشی، گردشگری ورزشی و خدمات سلامت، نقشی مؤثر در رشد و توسعه پایدار ایفا می‌نماید (Shahbazi et al, 2024)؛ بر این اساس مشارکت ورزشی نه تنها ابزاری برای ارتقای سطح سلامت فردی است، بلکه بستری برای توسعه اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی محسوب می‌شود (Haji Zadeh et al, 2021)؛ بنابراین، سرمایه‌گذاری در گسترش ورزش‌های همگانی و فراهم‌سازی زیرساخت‌های لازم می‌تواند پیامدهای مثبت گسترده‌ای برای جامعه به همراه داشته باشد و در تحقق اهداف توسعه پایدار نقش‌آفرینی کند (Khodadadi et al, 2024).

مشارکت دانش‌آموزان در ورزش حاصل تعامل پیچیده‌ای از عوامل روان‌شناختی و جامعه‌شناختی است. درک این عوامل برای مربیان، والدین و سیاست‌گذاران آموزشی که به دنبال ارتقای سطح فعالیت بدنی دانش‌آموزان هستند، اهمیتی اساسی دارد (Ghobadi et al, 2022). از منظر روان‌شناختی، انگیزه درونی یکی از مؤلفه‌های کلیدی به شمار می‌رود. انگیزه درونی که به لذت و رضایت شخصی ناشی از شرکت در فعالیت‌های ورزشی مربوط است، به‌طور مستقیم با تداوم مشارکت ارتباط دارد (Gerber et al, 2025)؛ این موضوع با نظریه خودتعیین‌گری (Deci & Ryan, 2000) هم‌راستا است که تأکید می‌کند برآورده شدن نیازهای بنیادین روان‌شناختی شامل خودمختاری، شایستگی و ارتباط اجتماعی می‌تواند انگیزه و عملکرد ورزشی را تقویت نماید (Satari et al, 2024). علاوه بر این، سلامت عاطفی نقش مهمی در مشارکت دارد؛ به‌گونه‌ای که دانش‌آموزانی با هیجانات مثبت، اعتماد به نفس بالاتر و سطح پایین‌تر استرس، تمایل بیشتری به شرکت در ورزش نشان می‌دهند (Koochi et al, 2022). از سوی دیگر، عوامل جامعه‌شناختی نیز سهم بسزایی در مشارکت ورزشی دانش‌آموزان دارند. حمایت والدین، تشویق همسالان، نگرش معلمان، دسترسی به امکانات ورزشی باکیفیت و شرایط فرهنگی - اجتماعی از جمله عواملی هستند که می‌توانند سطح مشارکت را افزایش یا کاهش دهند (Borgheie et al, 2025). در همین زمینه، تحقیقات نشان داده‌اند که نابرابری‌های اجتماعی و اقتصادی می‌توانند موجب تفاوت در میزان دسترسی به امکانات ورزشی شوند و در نتیجه مشارکت دانش‌آموزان از طبقات مختلف اجتماعی نابرابر باشد (Vella et al, 2023) و (Odok et al, 2024). همچنین سرمایه اجتماعی، شبکه‌های حمایتی و منابعی که دانش‌آموزان به آن‌ها دسترسی دارند، از عوامل تعیین‌کننده اصلی در تمایل آنان به مشارکت ورزشی محسوب می‌شوند (Yan et al, 2024). به همین دلیل، توجه به عدالت ورزشی و فراهم‌سازی شرایط برابر برای همه دانش‌آموزان در حوزه مشارکت ورزشی از اهمیت بالایی برخوردار است. ایجاد محیط‌های حمایتی در مدرسه و جامعه، می‌تواند به تسهیل مشارکت گروه‌های کم‌تر برخوردار کمک کند و از این طریق شمولیت و عدالت ورزشی را ارتقا بخشد (Michael et al, 2020). به طور کلی، مشارکت ورزشی دانش‌آموزان تحت تأثیر هم‌زمان عوامل روان‌شناختی (انگیزش، سلامت عاطفی، خودکارآمدی) و عوامل جامعه‌شناختی (حمایت والدین، فرهنگ اجتماعی، سرمایه اجتماعی و دسترسی به امکانات) قرار دارد



(Asgari et al, 2025). ادغام این عوامل می‌تواند راهگشای طراحی سیاست‌ها و برنامه‌های کارآمدی باشد که نه تنها به افزایش سطح فعالیت بدنی دانش‌آموزان منجر شود، بلکه سلامت جسمی، روانی و اجتماعی آن‌ها را نیز بهبود بخشد (Satari et al, 2024).

مشارکت ورزشی دانش‌آموزان مبتنی بر عوامل روانشناختی و جامعه‌شناختی، پدیده‌ای چندبعدی است که تحت تأثیر منابع مالی، حمایت‌های خانوادگی و دسترسی به امکانات ورزشی قرار دارد (Palmer, 2022). Teraoka et al (2024) بیان می‌کند که وجود یا عدم وجود منابع برای تسهیل مشارکت ورزشی، به طور مستقیم سطح فعالیت دانش‌آموزان را تعیین می‌کند. والدین در این فرآیند نقش محوری ایفا می‌کنند؛ آن‌ها علاوه بر تشویق و ترغیب فرزندان، در بسیاری موارد تأمین‌کننده اصلی حمل‌ونقل و منابع مالی لازم برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی هستند (Sulz et al, 2023). این نقش حمایتی در محیط‌های برخوردار موجب مشارکت فعال‌تر دانش‌آموزان می‌شود، در حالی که در مناطق کمتر برخوردار به دلیل محدودیت بودجه و کمبود حمایت خانوادگی، میزان مشارکت کاهش چشم‌گیری دارد (Grima et al, 2017). این وضعیت به نابرابری‌های اجتماعی و اقتصادی گسترده در ورزش دامن می‌زند و فرصت‌های برابر برای مشارکت را محدود می‌سازد (Black et al, 2019). افزون بر این، دسترسی به امکانات ورزشی مناسب، عامل تعیین‌کننده‌ای در نوع و میزان فعالیت بدنی دانش‌آموزان است؛ به گونه‌ای که وجود مجموعه‌های ورزشی مجهز و استاندارد فرصت‌های بیشتری برای مشارکت فراهم کرده، اما محدودیت‌های زیرساختی و زمان‌بندی مانع حضور گسترده‌تر می‌شود (Van Leeuwen et al, 2023)؛ از سوی دیگر، برخورداری از سرمایه اقتصادی خانواده نیز تأثیرگذار است؛ دانش‌آموزانی که از خانواده‌های مرفه می‌آیند، در مقایسه با هم‌تایان خود از خانواده‌های کم‌درآمد، به میزان بیشتری در ورزش‌ها شرکت می‌کنند که این امر نشان‌دهنده اهمیت سرمایه اقتصادی و بازتولید نابرابری‌های اجتماعی در سطح مشارکت ورزشی است (Li, 2025).

در زمینه پژوهش حاضر می‌توان به چند نمونه از تحقیقات اشاره کرد: نتایج پژوهش White et al (2018) نشان داد، مشارکت نوجوانان در فعالیت‌های بدنی و ورزش تحت تأثیر تعامل پیچیده‌ای از عوامل روانشناختی و اجتماعی قرار دارد. نتایج پژوهش Borgheie et al (2025) نشان داد، فعالیت بدنی حوزه‌محور، مانند ورزش مدرسه یا فعالیت‌های تفریحی، با افزایش رفاه هیجانی و انگیزش نوجوانان مرتبط است، به گونه‌ای که انگیزش موجب تداوم مشارکت و ارتقای سلامت روان می‌شود. نتایج پژوهش Teraoka et al (2024) نشان داد، رفتارهای آموزشی معلمان به طور مستقیم بر حالت‌های هیجانی و انگیزش آن‌ها در کلاس‌های تربیت بدنی اثر می‌گذارد؛ حمایت از نیازها موجب افزایش رضایت و انگیزش و ممانعت از آن‌ها باعث کاهش انگیزش می‌گردد. (Ghorbani & Garousi (2023) دریافتند که عوامل اجتماعی نظیر حمایت خانواده، نگرش فرهنگی و شرایط محیطی نقش مهمی در میزان مشارکت ورزشی دختران دانشجو دارند. (Koochi et al (2022) نشان دادند که انگیزش کودکان برای حضور در فعالیت‌های ورزشی به شدت به عوامل روان‌شناختی همچون اعتمادبه‌نفس، خودکارآمدی و هیجان مثبت وابسته است. همچنین Ghobadi et al (2022) در مدل استعدادیابی ورزش دانش‌آموزی تأکید کردند که علاوه بر توانایی‌های جسمانی، مؤلفه‌های روان‌شناختی همچون انگیزه پیشرفت، علاقه و تاب‌آوری در فرآیند شناسایی استعداد ورزشی اهمیت ویژه‌ای دارند. در همین راستا Satari et al (2024) نیز با ارائه مدلی برای مشارکت آموزش و پرورش در ورزش قهرمانی نشان دادند که تقویت عوامل روان‌شناختی همچون انگیزه درونی، ادراک شایستگی و حمایت اجتماعی می‌تواند میزان مشارکت و عملکرد ورزشی دانش‌آموزان را افزایش دهد. (Shams et al (2021) دریافتند که به بررسی عوامل محرک، تسریع‌کننده و بازدارنده مشارکت دانش‌آموزان در فعالیت‌های فوق برنامه تربیت‌بدنی پرداخت و نشان داد که انگیزش درونی، حمایت خانواده و دسترسی به منابع و امکانات، مهم‌ترین عوامل تشویق‌کننده مشارکت هستند، در حالی که کمبود زیرساخت‌ها، فشارهای تحصیلی و نگرش منفی نسبت به ورزش از عوامل بازدارنده محسوب می‌شوند. (karimi et al (2022, 2019) دریافتند که مشارکت در فعالیت‌های ورزشی نقش مهمی در توسعه اجتماعی و فرهنگی افراد دارد و علاوه بر تأثیر بر سلامت جسمانی، موجب ارتقای مهارت‌های اجتماعی، ایجاد احساس مسئولیت و افزایش تعاملات اجتماعی می‌شود. این پژوهش‌ها همچنین تأکید دارند که عوامل روان‌شناختی و جامعه‌شناختی نقش میانجی در تأثیر ورزش بر توسعه اجتماعی دارند و مشارکت فعال در ورزش می‌تواند پیامدهای مثبت گسترده‌ای در جامعه ایجاد کند. (Najjarzadeh et al (2022) دریافتند که سبک رهبری معلمان ورزش تأثیر مستقیمی بر



درگیری روان‌شناختی دانش‌آموزان در ورزش دارد و رضایت و انگیزش ورزشی نقش میانجی این ارتباط را ایفا می‌کنند. این نتایج بیانگر اهمیت مدیریت مؤثر و انگیزش‌دهی مناسب در ایجاد مشارکت پایدار دانش‌آموزان در فعالیت‌های ورزشی است. پژوهش‌های صورت گرفته نشان می‌دهد که مشارکت دانش‌آموزان در فعالیت‌های ورزشی تحت تأثیر مجموعه‌ای از عوامل روان‌شناختی، اجتماعی و محیطی قرار دارد. انگیزش درونی، اعتمادبه‌نفس، خودکارآمدی و هیجان مثبت از مهم‌ترین عوامل روان‌شناختی هستند که استمرار و علاقه به ورزش را تقویت می‌کنند. علاوه بر آن، حمایت خانواده، نگرش فرهنگی و فراهم بودن امکانات و زیرساخت‌های ورزشی نقش قابل توجهی در تشویق مشارکت دارند. همچنین رفتار و مدیریت مؤثر معلمان ورزش، همراه با فراهم کردن فضای حمایتی و فرصت‌های انگیزشی، موجب افزایش رضایت، انگیزش و مشارکت فعال دانش‌آموزان می‌شود. در نهایت، ترکیب این عوامل می‌تواند توسعه پایدار مشارکت ورزشی و بهبود سلامت جسمانی و روانی دانش‌آموزان را به همراه داشته باشد.

مشارکت ورزشی پدیده‌ای چندبعدی است که نه تنها از عوامل فردی و درونی، بلکه از بسترهای اجتماعی و محیطی نیز تأثیر می‌پذیرد. در بُعد روان‌شناختی، عواملی همچون انگیزش درونی، اعتمادبه‌نفس، خودکارآمدی و تجربه هیجان‌های مثبت، نقشی تعیین‌کننده در شکل‌گیری گرایش پایدار به فعالیت‌های ورزشی دارند (Vella et al, 2023). در کنار این مؤلفه‌ها، عوامل اجتماعی نیز به‌ویژه حمایت خانواده، نگرش فرهنگی حاکم بر جامعه، شرایط محیطی و میزان حمایت همسالان سهم قابل توجهی در مشارکت ورزشی ایفا می‌کنند (Yan et al, 2024). والدین و همسالان در این فرایند به‌عنوان منابع اصلی حمایت اجتماعی، جایگاهی محوری دارند؛ به‌گونه‌ای که والدین با ایجاد فرصت‌های حرکتی، حمایت مالی، فراهم‌سازی امنیت روانی و تشویق مداوم، شرایط لازم برای مشارکت را تسهیل می‌کنند و همسالان با نقش الگویی و ایجاد فضای تعامل و انجام فعالیت‌های مشترک ورزشی، انگیزش فردی را تقویت می‌نمایند (Sulz et al, 2023) و (Sánchez et al, 2020)؛ از سوی دیگر، مدارس به‌عنوان مهم‌ترین نهاد اجتماعی و تربیتی، نقشی کلیدی در گسترش مشارکت ورزشی ایفا می‌کنند (Haji Zadeh et al, 2021). این نهادها می‌توانند از طریق کاهش نابرابری‌ها، ایجاد فرصت‌های برابر، تأمین امکانات مناسب، طراحی برنامه‌های ورزشی متنوع و متناسب با نیازهای روانی - اجتماعی دانش‌آموزان، محیطی حمایتی و انگیزشی برای افزایش مشارکت ورزشی فراهم سازند (Satari et al, 2024). برآیند پژوهش‌های پیشین تأکید دارد که تمرکز صرف بر ابعاد جسمانی یا مهارتی، نمی‌تواند مشارکت ورزشی را به سطح مطلوب ارتقا دهد؛ بلکه تحلیل هم‌زمان و تلفیقی عوامل روان‌شناختی و جامعه‌شناختی ضرورت دارد تا کیفیت، پایداری و گستره مشارکت دانش‌آموزان تقویت گردد. این امر نه تنها به ارتقای سواد بدنی، سلامت روان و انگیزش درونی منجر می‌شود، بلکه سرمایه اجتماعی حاصل از تعاملات ورزشی می‌تواند به بهبود روابط اجتماعی، احساس تعلق و توسعه فرهنگی - اجتماعی نیز بینجامد. بر همین اساس، پژوهش حاضر با تمرکز بر شرایط بومی و اجتماعی شهر تبریز در صدد است تا عوامل مؤثر بر مشارکت ورزشی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه را با تأکید بر ابعاد روان‌شناختی و جامعه‌شناختی شناسایی و تحلیل نماید و از این طریق چارچوبی علمی برای سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی‌های آموزشی و ورزشی ارائه کند.

روش تحقیق

روش پژوهش حاضر، کاربردی از نوع پژوهش‌های کیفی با روش نظریه داده بنیاد رویکرد گلیزر است. جامعه آماری پژوهش شامل، اساتید و متخصصان مدیریت ورزشی، اساتید و متخصصان جامعه‌شناسی، مدیران و کارشناسان خبره وزارت ورزش و جوانان و مدیران و کارشناسان فدراسیون ورزش همگانی بودند و نمونه آماری از بین اعضای جامعه با بهره‌گیری از روش نمونه‌گیری گلوله برفی انتخاب شدند. برای گردآوری اطلاعات مورد نیاز پژوهش از روش‌های مطالعه اسناد و مصاحبه استفاده شد و مدت زمان هر مصاحبه به طور متوسط ۳۰ الی ۶۰ دقیقه بود. ابزار پژوهش مصاحبه نیمه‌ساختاریافته با ۱۵ نفر از متخصصان پژوهش که تا مرحله اشباع نظری ادامه یافت، مصاحبه‌ها به صورت نیمه‌ساختاریافته با نمونه‌های آماری با هماهنگی و زمان‌بندی قبلی انجام شد. پس از پایان هر مصاحبه، مصاحبه‌ها به‌طور کامل روی کاغذ پیاده‌سازی و کدگذاری اولیه داده‌ها برای استخراج مفاهیم اولیه انجام شد. در پژوهش حاضر با ۱۵

نفر مصاحبه انجام شد که از مصاحبه هشتم به بعد، تکرار در اطلاعات دریافتی مشاهده گردید و از مصاحبه دوازدهم به بعد داده‌ها کاملاً تکراری و به اشباع نظری رسید اما برای اطمینان تا مصاحبه‌ها تا نفر پانزدهم ادامه یافت. به منظور تأیید روایی از دو روش اعتبار شرکت‌کنندگان و مثلث‌سازی استفاده شد. در روش اعتبار شرکت‌کنندگان، یافته‌های اولیه به شرکت‌کنندگان ارائه شد تا میزان تطابق آن‌ها با تجربیات و دیدگاه‌هایشان بررسی شود. در روش مثلث‌سازی نیز با بهره‌گیری از منابع داده‌ای متنوع، نظریات یا محققان مختلف، دقت تحلیل‌ها را افزایش یافت و اطمینان از صحت تفسیرها حاصل شد. ویژگی متخصصان شرکت‌کننده در این پژوهش به‌گونه‌ای انتخاب شده‌اند که از دانش تخصصی، تجربه عملی و آشنایی کافی با حوزه پژوهش برخوردار باشند. پایایی پژوهش از طریق روش توافق درون موضوعی (پایایی بازآزمون) مورد ارزیابی قرار گرفت که میزان آن ۸۷ درصد به دست آمد. سپس کدهای مشخص شده در دو فاصله زمانی برای هر کدام از مصاحبه‌ها با هم مقایسه و از طریق میزان توافقات و عدم توافقات موجود در دو مرحله کدگذاری، شاخص ثبات برای آن پژوهش محاسبه گردید. در هر کدام از مصاحبه‌ها، کدهایی که در دو فاصله زمانی با هم مشابه هستند به‌عنوان «توافق» و کدهای غیرمشابه به‌عنوان «عدم توافق» مشخص شدند. سپس محقق به همراه همکار پژوهش، هر سه مصاحبه را به‌صورت مستقل کدگذاری کرده و میزان درصد توافق درون‌موضوعی را به‌عنوان شاخص پایایی تحلیل محاسبه نمودند. سپس محقق به همراه همکار پژوهش، هر سه مصاحبه را به‌صورت مستقل کدگذاری کرده و میزان درصد توافق درون‌موضوعی را به‌عنوان شاخص پایایی تحلیل محاسبه نمودند.

$$\text{پایایی} = \frac{2 \times \text{تعداد توافقات}}{\text{تعداد کل کدها}} \times 100$$

جدول ۱. میزان درصد پایایی از طریق روش کدگذاری مجدد

Table 1. The percentage of reliability through the recoding method

عنوان مصاحبه (Interview Title)	تعداد کل کدها (Total Number of Codes)	تعداد توافقات (Number of Agreements)	تعداد عدم توافقات (Number of Disagreements)	درصد توافق درون موضوعی (Percentage of Intra-Theme Agreement)
3	36	16	7	89%
5	34	14	5	82%
8	40	18	8	90%
Total	110	48	20	87%

همان طور که در جدول شماره (۱) نشان می‌دهد، تعداد کل کدهای ثبت شده توسط هر دو نفر (محقق و فرد همکاری کننده) برابر با ۱۱۰، تعداد کل توافقات بین این کدها ۴۸ و تعداد کل عدم توافقات بین این کدها ۲۰ هست؛ بر این اساس پایایی بین دو کدگذار با استفاده از فرمول ذکر شده ۸۷ درصد است؛ بنابراین قابلیت اعتماد کدگذاری‌ها مورد تأیید است.

یافته‌های تحقیق

جدول شماره (۲) ویژگی‌های مصاحبه‌شوندگان پژوهش حاضر را نشان می‌دهد:

جدول ۲. فراوانی پاسخ‌دهندگان بر مشارکت نمونه آماری تحقیق

Table 2. Respondent count relative to the research statistical sample size

درصد فراوانی (Percentage of frequency)	فراوانی (Frequency)	مشارکت‌کنندگان پژوهش (Research participants)
40	6	اساتید مدیریت ورزشی (Sports management professors)
13.13	2	اساتید و متخصصان جامعه‌شناسی (Sociology professors and specialists)

سنین پایین منجر می‌شود و تأثیرات مثبت آن در دوران بزرگسالی نیز قابل مشاهده است. - توسعه دانش دانش‌آموزان در مورد مزایای فعالیت بدنی به ورزش داشته و از لحاظ سلامت عمومی وضعیت بهتری دارند. این مشارکت همچنین در کاهش رفتارهای پرخطر، تقویت مهارت‌های مقابله‌ای و افزایش خودکارآمدی دانش‌آموزان اثرگذار است. سیاست‌گذاران آموزشی، با توسعه زیرساخت‌های ورزشی مدارس، حمایت خانواده‌ها و به‌کارگیری نیروی انسانی توانمند، می‌توانند شرایط لازم برای افزایش مشارکت ورزشی دانش‌آموزان را فراهم آورند.

بعد ارائه مصاحبه‌های صورت گرفته از متخصصین کدبندی اطلاعات مستخرج از مصاحبه‌ها به دست آمد. جدول شماره (۴) نتایج اطلاعات مربوط به مدل پارادایم پژوهش را نشان می‌دهد:

جدول ۴. نتایج کدگذاری پژوهش

Table 4. Research coding results

فراوانی کدها (Code Frequency)	کد باز (Open Code)	مقوله فرعی (Sub Category)	مقوله اصلی (Main Category)
3	بهره‌مندی از مزایای سلامتی مرتبط با فعالیت بدنی		
2	تشویق به مشارکت در فعالیت بدنی خارج از مدرسه		
5	افزایش کمیت و کیفیت فعالیت بدنی مرتبط با سلامت مبتنی بر مدرسه	ترویج سبک زندگی	
2	ارتقای فرصت‌های تربیت بدنی و فعالیت بدنی با شکستن مرز بین مدرسه و خانه	فعال بدنی فراتر از مدرسه	
4	مؤثر بودن در افزایش کلی سطح فعالیت بدنی		
2	مکمل سازنده برای زندگی مدرسه		
3	پرورش و تشویق مشارکت فعالیت‌های بدنی خارج از مدرسه		
4	توجه به نیازها و توانایی‌های همه دانش‌آموزان		
3	تأکید بر دانش و مهارت برای یک عمر فعالیت بدنی		
4	ایجاد یک تجربه لذت‌بخش		
3	سنگین و دشوار نبودن مشارکت	طراحی خوب	
5	سرگرم‌کننده بودن فعالیت‌های ورزشی مدارس		بهبود برنامه
6	مطابقت مشارکت با برنامه درسی دانش‌آموزان		تربیت بدنی
3	طراحی حول محور توسعه مهارت، رشد آمادگی جسمانی و رشد فکری دانش‌آموزان		(Improving) Physical Education Programs
4	تقویت مهارت‌های روانی حرکتی دانش‌آموزان		
6	بهبود رشد حرکتی دانش‌آموزان		
5	افزایش فعالیت بدنی دانش‌آموزان	ایجاد افرادی با سواد بدنی	
2	رسیدن به سطوح کافی از فعالیت بدنی، آمادگی جسمانی و شایستگی مهارتی		
3	ایجاد شایستگی در انجام انواع مهارت‌های حرکتی و الگوهای حرکتی		
6	تأثیر بر شرکت منظم در فعالیت بدنی		
5	ایجاد دانش به‌کار بردن فناوری در مدارس		
4	آموزش استفاده از منابع آنلاین در مدارس		
2	معرفی و گسترش فناوری‌های دیجیتال در حمایت از تربیت بدنی افزایش دهنده سلامت	توسعه حرفه‌ای دبیران تربیت بدنی	
3	ایجاد دانش نحوه تعیین مشارکت در مدارس		
4	برگزاری کارگاه‌های آموزشی حضوری و غیرحضوری در مورد تعیین مشارکت فعال در تربیت بدنی		

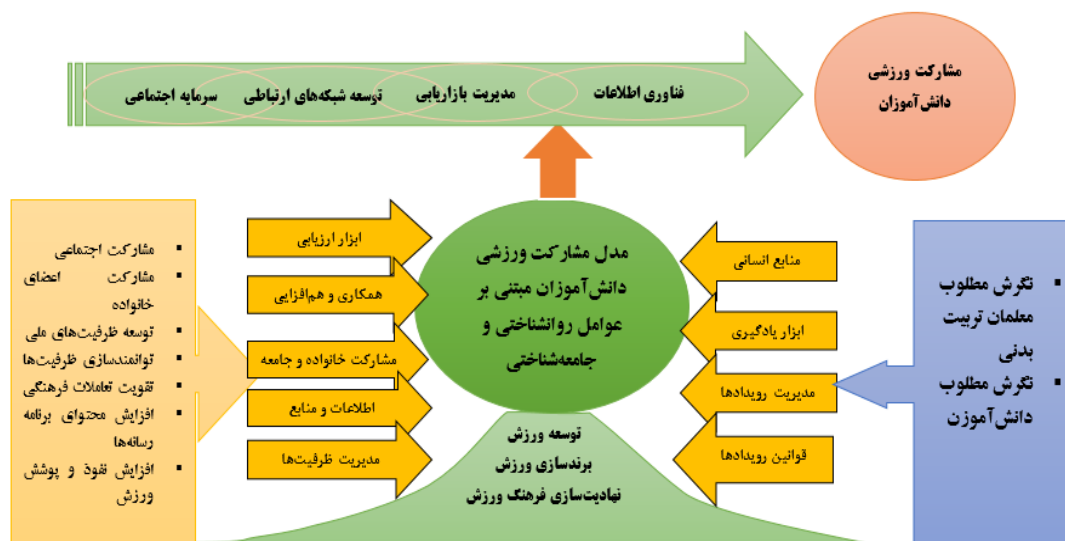
2	برگزاری وبینارهای آنلاین در مورد مشارکت فعال در تربیت بدنی و مزایای آن در دانش آموزان		
3	برگزاری همایش‌های فعالیت بدنی و مزایای آن در دانش آموزان		
2	ارائه پاورپوینت و بروشورهای آموزشی برای دبیران تربیت بدنی		
6	ارائه فرصت‌های یادگیری مداوم در مدارس		
3	دسترسی به منابع (جزوه، کتاب‌های راهنما، فیلم‌ها و وبسایت‌ها) در مورد نحوه تعیین مشارکت فعال در تربیت بدنی		
2	گفت‌وگو و جلسات آنلاین با سایر معلمان تربیت بدنی موفق در مدارس دیگر		
3	آموزش به معلمان تربیت بدنی قبل از خدمت و ضمن خدمت در مورد مشارکت فعال در تربیت بدنی		
4	ایجاد یک برنامه آموزشی حرفه‌ای برای معلمان تربیت بدنی		
6	مفید برای یادگیری تربیت بدنی		
5	ارتقای موفقیت در تربیت بدنی		
2	افزایش درک مطالب مطرح شده در کلاس		
3	آموزش مدیریت زمان در مدارس		
2	آموزش خود مدیریتی در مدارس		
4	آموزش برنامه‌ریزی در مدارس		
2	ایجاد پیشرفت بر حوزه یادگیری شناختی در مدارس		
2	یادگیری مشارکت حرکتی جدید و چالش برانگیز در مدارس		
3	کمک به دانش آموزان در تسلط بر محتوای ضروری		
4	همه‌نگی آموزش در کلاس با مشارکت		
2	یادگیری از طریق انجام مشارکت در تربیت بدنی		
5	یادگیری مهارت‌های حرکتی در مدارس		
4	ارتقای یادگیری شناختی، عاطفی و روانی حرکتی در زمینه تربیت بدنی		
3	توسعه دانش دانش آموزان در مورد مزایای فعالیت بدنی		
4	تمرین مهارت‌ها و/یا دانش ارائه شده در کلاس		
6	اختصاص زمان بیشتر به فعالیت بدنی		
2	آر بین نرفتن زمان کلاس تربیت بدنی		
3	ایجاد فرصت‌های یادگیری در خارج از محیط مدرسه		
2	ایجاد فرصت‌های اضافی برای فعالیت‌های بدنی		
2	فراهم کردن فرصت برای دانش آموزان برای به کارگیری و تمرین مهارت‌ها و/یا دانش ارائه شده در کلاس		
3	افزایش زمان یادگیری دانش آموزان فراتر از کلاس درس		
2	ایجاد تجربه مشارکت موفق تر		
4	مشخص کردن انتظارات از دانش آموزان		
2	ارائه راهنمایی‌های شفاف در مدارس		
2	ارائه دستورالعمل‌های مکتوب در مدارس		
3	آگاه کردن دانش آموزان از انتظارات		
2	ارائه اطلاعات مرتبط در مورد سبک‌های زندگی فعال به دانش آموزان		
4	در دسترس بودن منابع در مدارس		
3	مناسب بودن منابع در مدارس		
2	عدم کمبود منابع در مدارس		
2	مسئولیت پذیر نگه داشتن دانش آموزان برای انجام مشارکت		
2	صداقت در ثبت گزارش کار مشارکت در مدارس		
3	دقت در انجام مشارکت در مدارس		
		تمرین آموزشی مؤثر	ابزار یادگیری (Learning Tools)
		فرصت‌های یادگیری بیشتر	
		دستورالعمل‌های واضح و مناسب	اطلاعات و منابع (Information and Resources)
		تخصیص منابع	
		پاسخگویی	

2	مقایسه پاسخ‌های دانش‌آموز در کلاس با آنچه دانش‌آموز در مشارکت خود نوشته است	
2	تقویت پایبندی به مشارکت با استفاده از مشوق‌ها و گزارش کار هفتگی	
3	اعلام نام دانش‌آموز فعال در تابلوی اعلانات	به رسمیت شناختن دانش‌آموزان
2	اعلام نام دانش‌آموز فعال در سراسر مدرسه با بلندگو	
2	اعلام نام دانش‌آموز فعال در وب سایت و خبرنامه مدرسه	
3	ایجاد نگرش مطلوب نسبت به مشارکت فعال در معلمان	نگرش مطلوب معلمان تربیت بدنی
2	فراهم کردن منابع آموزشی و حمایتی برای معلمان	
3	تشویق معلمان به تعیین مشارکت برای دانش‌آموزان	
2	الگوبرداری معلمان از بهترین شیوه‌ها برای تعیین مشارکت	
3	ایجاد فرهنگ مشوق تعیین مشارکت فعال برای دانش‌آموزان	
2	ایجاد نگرش مطلوب نسبت به مشارکت فعال در دانش‌آموزان	
4	لذت‌بخش بودن مشارکت برای دانش‌آموزان	
3	مفید بودن مشارکت برای دانش‌آموزان	
2	توضیح ارزش مشارکت برای دانش‌آموزان توسط معلمان	
3	ایجاد حس واقعی و مهم بودن کلاس تربیت‌بدنی در دانش‌آموزان	نگرش مثبت (Positive Attitude)
2	ایجاد فرهنگ مشوق فعالیت‌بدنی در خانه	
2	ایجاد توانایی در برقرار کردن ارتباط بین مشارکت و اهداف مهم یادگیری در دانش‌آموزان	نگرش مطلوب دانش‌آموزان
2	ایجاد باور در دانش‌آموز به اینکه مشارکت کاری نیست که فقط برای مشغول کردن باشد.	
2	دادن انتخاب به دانش‌آموزان درباره فعالیت‌هایی که می‌توانند در آن‌ها شرکت کنند	
3	افزایش میزان مقبولیت مشارکت در دانش‌آموزان	
4	درگیر کردن دانش‌آموزان در فعالیت‌هایی که به آن علاقه‌مندند	
5	ایجاد تمایل و علاقه در دانش‌آموزان به انجام مشارکت فعال تربیت‌بدنی	
3	تأثیر والدین بر سطوح فعالیت‌بدنی فرزندان خود	مشارکت والدین در تربیت‌بدنی فرزندان
2	تشویق والدین به مشارکت در مشارکت فعالیت‌بدنی با نوجوانان	
2	افزایش دانش والدین در مورد رهبری یک سبک زندگی سالم	
2	تأیید انجام مشارکت، با امضای برگه گزارش کار مشارکت دانش‌آموز توسط والدین	
3	مشارکت دادن والدین در تجربه تربیت‌بدنی	
2	تشویق و حمایت از طرف والدین برای داشتن سبک زندگی سالم و فعال	
5	استفاده از برنامه (آپ) های فعالیت‌بدنی توسط والدین	مشارکت خانواده و جامعه (Family and Community Involvement)
3	آگاه کردن والدین از مشارکت، انتظارات و دستورالعمل‌ها از طریق یک خبرنامه یا صفحه وب کلاس و ... برای به حداقل رساندن بازخورد منفی از والدین	
2	مشارکت خواهر و برادر، پدربزرگ و مادربزرگ، عموها و عمه‌ها، دایی‌ها و خاله‌ها و ...	
3	تجویز پیشنهادهایی برای افزایش فعالیت‌بدنی توسط اعضای خانواده	مشارکت اعضای خانواده در تربیت‌بدنی فرزندان
2	آموزش مهارت خاص آموخته شده در کلاس به اعضای خانواده توسط دانش‌آموز	
4	درگیر کردن خانواده با فعالیت‌بدنی و افزایش دانش آنها در مورد فعالیت‌بدنی	
3	تشویق دانش‌آموزان برای آشنایی بیشتر با محیط‌های محلی و امکانات موجود ورزشی	مشارکت اجتماعی دانش‌آموزان

2	استفاده از محیطها یا امکانات ورزشی محله	
3	مشارکت همسایگان و دوستان در انجام مشارکت فعال تربیت بدنی	
2	تشویق و حمایت از طرف جامعه برای داشتن سبک زندگی سالم و فعال	
3	قرار دادن مشارکت به عنوان جزئی از نمره دانش آموز	
4	ارائه شواهدی برای نمرات	نمره دهی
3	اختصاص دادن نمره به کاربرگ های گزارش فعالیت	
5	اختصاص دادن نمره به ثبت آنلاین مشارکت انجام شده	
6	دادن امتیاز در قبال انجام مشارکت	
4	دادن پاداش به صورت امتیازهایی که با سطح انجام مشارکت دانش آموز مطابقت دارد	امتیازدهی
3	تأثیر امتیازات کسب شده بر نمره نهایی دانش آموز	

ابزار ارزیابی
(Assessment)
(Tools)

نتایج نهایی پژوهش نشان داد؛ تبیین مدل مشارکت ورزشی در مدارس مبتنی بر عوامل روان شناختی و جامعه شناختی دارای ۱۱۱ تا مضامین اولیه، ۱۷ تا مضامین فرعی و که این مضامین شامل ۶ مضامین سازمان دهنده هستند؛ بهبود برنامه تربیت بدنی، اطلاعات و منابع، مسئولیت پذیری، نگرش مثبت، مشارکت خانواده و جامعه، ابزار ارزیابی. شکل شماره (۱) مدل پارادایمی تحقیق حاضر را نشان می دهد:



شکل ۱. مدل پارادایمی پژوهش

Figure 1. Paradigmatic research model.

بحث و نتیجه گیری

اجرای مشارکت ورزشی در مدارس ممکن است کاری دشوار به نظر برسد، اما با برنامه ریزی مناسب و معرفی تدریجی می توان آن را اجرا کرد. استفاده از مشارکت در تربیت بدنی می تواند یک استراتژی آموزشی مؤثر باشد. از مشارکت می توان برای توسعه دانش دانش آموزان در مورد مزایای فعالیت بدنی و پرورش و تشویق مشارکت خارج از مدرسه در فعالیت های بدنی و کسب مهارت استفاده کرد. معلمان تربیت بدنی با کمی ابتکار، برنامه ریزی و تمایل به ارائه فرصت های یادگیری مؤثر به دانش آموزان، می توانند مشارکت را با موفقیت در کلاس های درس تربیت بدنی خود اجرا کنند. زمانی که دانش آموزان دانش، مهارت ها و حمایت های لازم برای فعالیت بدنی را دریافت می کنند، به احتمال زیاد از نظر بدنی فعال باقی می مانند و سبک زندگی سالمی را پیش می برند و در نهایت، هدف تربیت بدنی به این معناست؛ مشارکت، وسیله ای برای افزایش فعالیت بدنی نوجوانان در خارج از مدرسه و همچنین فعالیت بدنی اعضای

خانواده که ممکن است به اندازه کافی فعال نباشند فراهم می کند (Teraoka et al, 2024).

نتایج تحقیق نشان داد، بهبود برنامه های تربیت بدنی در مدارس نقش مهمی بر مشارکت ورزشی دانش آموزان دوره دوم متوسطه شهر تبریز مبتنی بر عوامل روانشناختی و جامعه شناختی دارد. اختصاص دادن مشارکت برای تربیت بدنی می تواند یک ایده جدید برای بسیاری از معلمان و برنامه های تربیت بدنی باشد. نتایج این بخش از تحقیق با یافته های (Yan et al (2024), Bourke et al (2023), Sánchez et al (2020), karimi et al (2022) و White et al (2018) همخوانی دارد. نتایج تحقیق (Sánchez et al (2020), White et al (2018) نشان داد، استفاده از مشارکت خارج از مدرسه را به عنوان یک ویژگی با کیفیت بالا در برنامه های تربیت بدنی قلمداد می شود. می توان از مشارکت برای ترویج سبک زندگی فعال بدنی فراتر از مدرسه که یکی از اهداف اصلی یک برنامه تربیت بدنی با کیفیت بالا می باشد، استفاده کرد. (Yan et al (2024) و Bourke et al (2023) اظهار کردند که برای بهبود برنامه تربیت بدنی نیاز به توسعه حرفه ای مستمر برای معلمان وجود دارد تا درک خود را از مشارکت فعال و تواناییشان در اجرای آن در تدریس افزایش دهند. (karimi et al (2022) دریافتند که مشارکت در فعالیتهای ورزشی نقش مهمی در توسعه اجتماعی و فرهنگی دارد و علاوه بر ارتقای سلامت جسمانی، مهارت های اجتماعی، احساس مسئولیت و تعاملات بین فردی را نیز بهبود می بخشد. برنامه های تربیت بدنی مدارس باید بهترین فرصت را برای ارائه فعالیت بدنی به همه دانش آموزان و آموزش مهارت ها و دانش مورد نیاز برای ایجاد و حفظ یک سبک زندگی فعال ارائه دهد. می توان نتیجه گرفت که برنامه های تربیت بدنی مدارس باید به گونه ای طراحی شوند که علاوه بر فراهم آوردن فرصت برابر برای فعالیت بدنی همه دانش آموزان، به انتقال مهارت ها و دانش مورد نیاز برای تداوم فعالیت بدنی در طول زندگی نیز بپردازند. تحقق این هدف نیازمند سیاست گذاری آموزشی دقیق، حمایت مدیران مدارس و ارتقای توانمندی های معلمان است تا بدین وسیله تربیت بدنی به عنوان ابزاری مؤثر برای ارتقای سلامت، کیفیت زندگی و سرمایه اجتماعی نسل جوان ایفای نقش نماید.

نتایج تحقیق نشان داد، ابزارهای یادگیری تربیت بدنی در مدارس نقش مهمی بر مشارکت ورزشی دانش آموزان دوره دوم متوسطه شهر تبریز مبتنی بر عوامل روانشناختی و جامعه شناختی دارد. یکی از چالش های اساسی در مدارس کمبود زمان اختصاص داده شده به درس تربیت بدنی است که این امر می تواند فرصت های یادگیری و دستیابی به اهداف برنامه های تربیت بدنی با کیفیت بالا را محدود کند. در چنین شرایطی، بهره گیری از تکالیف آموزشی و فرصت های مشارکت خارج از زمان کلاس می تواند راهکار مؤثری برای جبران این محدودیت ها باشد. یافته های پژوهش حاضر که همسو با تحقیقات (karimi et al (2019), Yan et al (2024), karimi et al (2022) و Vella et al (2023) است، نشان می دهد که معلمان تربیت بدنی با طراحی تکالیف عملی و مشارکتی می توانند به دانش آموزان فرصت دهند تا ضمن حضور فعال در فعالیتهای بدنی، بخشی از زمان رسمی کلاس را صرف تحقق اهداف یادگیری نمایند و در عین حال استمرار فعالیت ورزشی را به خارج از محیط مدرسه گسترش دهند. (Najjarzadeh et al (2021) ایجاد انگیزه، تقویت اعتماد به نفس و بهره گیری از حمایت خانواده و شبکه های اجتماعی می تواند نقش مؤثری در افزایش تعهد و علاقه دانش آموزان به ورزش ایفا کند و زمینه ساز توسعه مهارت ها و رفتارهای مثبت ورزشی در بلندمدت باشد. (karimi et al (2019) دریافتند که نشان می دهد فعالیت های ورزشی نقش مهمی در توسعه اجتماعی و فرهنگی افراد ایفا می کند و می تواند به تقویت روحیه همکاری و انسجام گروهی در محیط مدرسه کمک کند. بنابراین، طراحی برنامه های تربیت بدنی فعال و مشارکتی، علاوه بر تحقق اهداف آموزشی، زمینه ساز رشد اجتماعی و فرهنگی دانش آموزان نیز خواهد بود. این رویکرد نه تنها به تحقق سطوح توصیه شده فعالیت بدنی روزانه کمک می کند، بلکه موجب تقویت احساس مسئولیت فردی، خودنظم دهی و افزایش انگیزش در میان دانش آموزان می شود. از منظر روان شناختی، مشارکت ورزشی در قالب برنامه های تکلیف محور می تواند به افزایش عزت نفس، کاهش اضطراب و تقویت انگیزه درونی دانش آموزان منجر شود؛ از سوی دیگر، در بعد جامعه شناختی، چنین برنامه هایی فرصت مناسبی برای تقویت مهارت های اجتماعی نظیر همکاری، همیاری، و مسئولیت پذیری فراهم می سازد. علاوه بر جنبه های حرکتی و جسمانی، نتایج نشان داد که برنامه های تربیت بدنی با کیفیت بالا باید به توسعه حوزه شناختی نیز توجه داشته باشند؛ به این معنا که مشارکت دانش آموزان می تواند بستری

برای یادگیری مفاهیم نظری، درک ارزش‌های سلامت و شکل‌گیری نگرش مثبت به سبک زندگی فعال ایجاد کند. استفاده از ابزارهای یادگیری متنوع و تکالیف مشارکتی در تربیت‌بدنی، علاوه بر جبران محدودیت زمان کلاس، باعث ارتقای هم‌زمان مهارت‌های روانی حرکتی، شناختی و اجتماعی دانش‌آموزان می‌شود. این امر نه تنها کیفیت برنامه‌های تربیت‌بدنی مدارس را بهبود می‌بخشد، بلکه به نهادینه‌سازی سبک زندگی فعال و سالم در میان نوجوانان نیز کمک شایانی می‌کند.

نتایج تحقیق نشان داد، اطلاعات و منابع در مدارس تربیت‌بدنی نقش مهمی بر مشارکت ورزشی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر تبریز مبتنی بر عوامل روانشناختی و جامعه‌شناختی دارد. نتایج این بخش از تحقیق با یافته‌های (Bourke, Teraoka et al (2024), et al (2023) و Satari et al (2024) همخوانی دارد. نتایج نشان می‌دهد دسترسی دانش‌آموزان به منابع کافی، تجهیزات مناسب و اطلاعات دقیق آموزشی، نه تنها توانایی آن‌ها در انجام فعالیت‌های ورزشی را افزایش می‌دهد، بلکه اعتمادبه‌نفس، انگیزه و احساس مسئولیت آنان را نیز تقویت می‌کند. (Shams et al (2021) دانش‌آموزان برای مشارکت موفق باید بدانند از آن‌ها چه انتظاری می‌رود و دستورالعمل‌های روشن و دقیق در اختیارشان قرار گیرد. (Karimi et al (2022) ارائه راهنمایی‌های گام‌به‌گام و فراهم کردن فرصت‌های تمرین عملی می‌تواند تضمین کند که مشارکت ورزشی به شیوه‌ای مؤثر و با کیفیت انجام شود و نقش مؤثری در توسعه مهارت‌های جسمانی، اجتماعی و روان‌شناختی دانش‌آموزان ایفا کند. گاهی اوقات، انجام مشارکت ممکن است به منابعی نیاز داشته باشد که به راحتی در دسترس دانش‌آموزان نباشد. در چنین مواردی، معلم تربیت‌بدنی باید تخصیص منابع را در نظر بگیرد. برای مثال، اگر دانش‌آموزان می‌خواهند تعداد گام‌هایی را که در یک دوره ۲۴ ساعته انجام داده‌اند را پیگیری کنند، باید گام‌سنج در دسترس دانش‌آموزان باشد. کمبود منابع می‌تواند منجر به واگذاری یک تکلیف غیرمؤثر شود و ممکن است برای فعالیت‌های خارج از مدرسه و فرصت‌های یادگیری اثر معکوس داشته باشد (Bourke et al, 2023). از منظر روان‌شناختی، دسترسی به منابع کافی و دریافت دستورالعمل‌های مناسب موجب افزایش خودکارآمدی، احساس توانمندی و انگیزش درونی دانش‌آموزان می‌شود و به کاهش اضطراب ناشی از ابهام در تکالیف کمک می‌کند. در بعد جامعه‌شناختی نیز، استفاده از منابع مشترک و فعالیت‌های گروهی می‌تواند زمینه‌ساز همکاری، تعامل اجتماعی و تقویت احساس تعلق در بین دانش‌آموزان باشد. بدین ترتیب، فراهم آوردن منابع و اطلاعات کافی نه تنها جنبه آموزشی دارد، بلکه بستری برای رشد اجتماعی و روانی دانش‌آموزان نیز فراهم می‌سازد.

نتایج تحقیق نشان داد، نگرش مثبت به درس تربیت‌بدنی تأثیر چشم‌گیری بر میزان مشارکت ورزشی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر تبریز دارد؛ این اثرگذاری ریشه در عوامل روان‌شناختی همچون انگیزش درونی، عزت‌نفس و احساس مسئولیت، و همچنین عوامل جامعه‌شناختی مانند تعاملات اجتماعی، حمایت والدین و نقش معلمان دارد. یافته‌های این تحقیق با نتایج مطالعات (Li (2025), Yan et al (2024), Palmer (2022), Ghorbani & Garousi (2023) و Koohi et al (2022) همخوانی دارد و تأکید می‌کند که حفظ نگرش مثبت دانش‌آموزان نسبت به مشارکت، یکی از ارکان اصلی موفقیت در برنامه‌های تربیت‌بدنی محسوب می‌شود. برای آنکه مشارکت فعال در تربیت‌بدنی مؤثر واقع شود، دانش‌آموزان باید در قبال فعالیت‌های خود پاسخگو باشند (Li, 2025). یکی از راهبردهای پیشنهادی، مشارکت دادن والدین در فرایند یادگیری است؛ به‌عنوان مثال، امضای برگه‌های گزارش کار یا فرم‌های ثبت فعالیت توسط والدین می‌تواند علاوه بر تقویت حس مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان، خانواده‌ها را نیز در جریان پیشرفت‌ها و فعالیت‌های فرزندان قرار دهد؛ این امر نشان می‌دهد که نگرش مثبت نه تنها در سطح فردی بلکه در قالب یک سازوکار حمایتی خانوادگی و اجتماعی تقویت می‌شود؛ از سوی دیگر، نقش و نگرش معلمان تربیت‌بدنی نیز در موفقیت مشارکت بسیار مهم است. همان‌طور که Palmer (2022) گزارش کرده است، بسیاری از معلمان دبیرستانی مشارکت را به‌کار می‌گیرند، اما اغلب آن را بیشتر برای جبران غیبت‌ها و تکالیف تکمیلی مورد استفاده قرار می‌دهند تا به‌عنوان یک ابزار اصلی یادگیری. این نشان می‌دهد که تغییر نگرش معلمان به سوی استفاده اثربخش‌تر و هدفمندتر از مشارکت، می‌تواند به بهبود کیفیت آموزش و افزایش جذابیت درس تربیت‌بدنی منجر شود. بررسی نگرش دانش‌آموزان نسبت به مشارکت نیز اهمیت بالایی دارد؛ چرا که نگرش‌ها به‌طور مستقیم بر رفتار آنان تأثیر می‌گذارد. یافته‌های (Najjarzadeh et al (2021) ایجاد انگیزه مستمر و محیط آموزشی حمایت‌گر می‌تواند مشارکت فعال و پایدار دانش‌آموزان را تضمین

کند و زمینه رشد مهارت‌های جسمانی، اجتماعی و روان‌شناختی آنان را فراهم آورد. یافته‌های Li (2025) نشان داد که درک دانش‌آموزان از مشارکت فعال در تربیت‌بدنی، زمانی که آن را سرگرم‌کننده و لذت‌بخش تلقی کنند، به میزان قابل‌توجهی افزایش می‌یابد. به عبارت دیگر، نگرش مثبت موجب می‌شود دانش‌آموزان فعالیت‌های ورزشی را نه صرفاً به‌عنوان تکلیف، بلکه به‌عنوان تجربه‌ای هیجان‌انگیز و ارزشمند دنبال کنند. می‌توان نتیجه گرفت که نگرش مثبت به درس تربیت‌بدنی، بستری برای ایجاد مشارکت فعال و پایدار فراهم می‌سازد. این نگرش زمانی به بهترین شکل می‌گیرد که معلمان با برنامه‌ریزی هدفمند، والدین با حمایت فعال و دانش‌آموزان با احساس مسئولیت، در یک فرآیند مشترک قرار گیرند. چنین رویکردی می‌تواند ضمن ارتقای سلامت جسمی و روانی دانش‌آموزان، سرمایه اجتماعی و فرهنگی مدارس را نیز تقویت کند.

نتایج تحقیق نشان داد، مشارکت خانواده و جامعه نقش مهمی بر مشارکت ورزشی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر تبریز مبتنی بر عوامل روانشناختی و جامعه‌شناختی دارد. نتایج این بخش از تحقیق با یافته‌های پژوهش‌های (Asgari et al, Gerber et al (2025)، (Ghorbani & Garousi (2023) و (al (2025) خانواده به‌عنوان نخستین بستر اجتماعی شدن کودک، مهم‌ترین عامل در شکل‌گیری نگرش‌ها، عادات و رفتارهای مرتبط با فعالیت بدنی است. والدین نه‌تنها بیشترین زمان تماس را با فرزندان خود دارند، بلکه از طریق رفتار الگویی، تشویق و حمایت عملی تأثیر مستقیمی بر میزان مشارکت فرزندان‌شان در فعالیت‌های ورزشی می‌گذارند. یافته‌های (Shams et al (2021)، (karimi et al (2022) نشان داد مشارکت جامعه و فراهم کردن محیط‌های امن و انگیزشی، فرصت‌های بیشتری برای فعالیت ورزشی فراهم می‌آورد و می‌تواند مشارکت پایدار و مستمر دانش‌آموزان را تقویت کند، به‌گونه‌ای که مهارت‌های جسمانی، اجتماعی و روان‌شناختی آنان همزمان ارتقا یابد. مطالعات پیشین نیز نشان داده‌اند که همراهی خانواده در فعالیت‌های ورزشی، نه‌تنها سطوح فعالیت بدنی نوجوانان را افزایش می‌دهد، بلکه انگیزه درونی آنان برای تداوم سبک زندگی فعال را تقویت می‌کند. معلمان تربیت‌بدنی می‌توانند با طراحی تکالیف مشارکتی، مشارکت والدین و دیگر اعضای خانواده را به‌طور مستقیم در فرایند آموزشی دخالت دهند. برای مثال، دانش‌آموز می‌تواند موظف شود فعالیت‌های ورزشی را همراه والدین یا خواهر و برادر خود انجام دهد و گزارش آن را در کلاس ارائه کند، یا از پدربزرگ و مادربزرگ خود درباره سطح فعالیت بدنی‌شان مصاحبه کرده و پیشنهادهایی برای افزایش تحرک به آنان ارائه دهد. چنین راهبردهایی علاوه بر ارتقای سطح فعالیت بدنی دانش‌آموز، آگاهی خانواده در زمینه سبک زندگی سالم را افزایش می‌دهد و موجب تقویت پیوندهای خانوادگی می‌شود. مشارکت تنها به والدین محدود نمی‌شود؛ بلکه می‌تواند کل خانواده، بستگان و حتی همسایگان را شامل شود. این رویکرد گسترده، امکان ایجاد شبکه‌های اجتماعی حمایتی را فراهم می‌کند که نقش مهمی در تداوم فعالیت بدنی دانش‌آموزان دارد. همچنین، مشارکت خانواده و جامعه در تربیت‌بدنی، فرصتی ارزشمند برای ارتقای اعتبار اجتماعی درس تربیت‌بدنی در مدرسه و جامعه ایجاد می‌کند، چراکه والدین و دیگر اعضای خانواده از نزدیک با محتوای آموزشی و اهداف تربیت‌بدنی آشنا می‌شوند. هرچه سطح تعامل معلمان با والدین و جامعه افزایش یابد، میزان اثرگذاری بر رفتار ورزشی دانش‌آموزان نیز بیشتر خواهد شد؛ بنابراین، برنامه‌های تربیت‌بدنی باید به‌گونه‌ای طراحی شوند که مشارکت خانواده و جامعه را در بر بگیرند، چراکه این امر نه‌تنها به بهبود سطح فعالیت بدنی دانش‌آموزان منجر می‌شود، بلکه می‌تواند بستر لازم برای توسعه سبک زندگی فعال و پایدار در سطح خانواده و جامعه را نیز فراهم سازد.

نتایج تحقیق نشان داد، ابزارهای ارزیابی درس تربیت بدنی نقش مهمی بر مشارکت ورزشی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر تبریز مبتنی بر عوامل روانشناختی و جامعه‌شناختی دارد. نتایج این بخش از تحقیق با یافته‌های پژوهش‌های (Bourke et al (2023)، (Vella et al (2023)، (Ghobadi et al (2022) همخوانی دارد. بسیاری از برنامه‌های تربیت‌بدنی، همچون یافته (Vella et al (2023)، بیشتر به جنبه‌های اجرایی و اداری مانند حضور در کلاس، رعایت لباس مناسب و مشارکت ظاهری توجه می‌کنند؛ اما برای افزایش مشارکت واقعی و مؤثر دانش‌آموزان، توجه به انگیزش، نگرش و عوامل روان‌شناختی ضروری است. مشارکت دانش‌آموزان در فعالیت‌های بدنی و ورزشی ممکن است با مقاومت‌هایی مواجه شود، به‌ویژه زمانی که روش‌ها یا ابزارهای جدید معرفی می‌شوند. یافته‌های (Shams et al (2021) نشان داد، معرفی روش‌ها یا ابزارهای جدید ممکن است با مقاومت‌هایی از سوی دانش‌آموزان مواجه

شود، بنابراین استفاده از راهبردهای انگیزشی، بازخورد مستمر و ارائه فرصت‌های مشارکت فعال می‌تواند نقش مؤثری در ارتقای انگیزه و تعامل واقعی آنان در فعالیت‌های بدنی و ورزشی ایفا کند. در این زمینه، شناسایی فرآیندهای تعیین‌کننده مشارکت و ارزیابی انگیزش می‌تواند به پیش‌بینی تداوم فعالیت‌های ورزشی دانش‌آموزان کمک کند. از منظر جامعه‌شناختی، مشارکت ورزشی نه تنها سلامت جسمانی دانش‌آموزان را ارتقا می‌دهد، بلکه تعاملات اجتماعی، همبستگی گروهی و شکل‌گیری هویت جمعی را تقویت می‌کند. از منظر روان‌شناختی، ورزش تربیتی با افزایش اعتمادبه‌نفس، کاهش اضطراب، بهبود مهارت‌های مقابله‌ای و تقویت انگیزه، به رشد شخصیت و سلامت روان دانش‌آموزان کمک می‌کند. مطالعات داخلی و خارجی نیز نشان می‌دهند که کمبود امکانات، ضعف مدیریتی، محدودیت منابع مالی و انسانی و نبود شبکه‌سازی مؤثر بین نهادهای مرتبط، از مهم‌ترین موانع توسعه ورزش تربیتی در مدارس به شمار می‌روند؛ بنابراین، برنامه‌ریزی جامع و راهبردی با مشارکت همه ذینفعان، از جمله وزارت آموزش و پرورش، خانواده‌ها و انجمن‌های ورزشی، برای رفع این موانع ضروری است. یافته‌های Karimiet al (2021) نشان داد، استفاده از ابزارهای یادگیری متنوع در تربیت‌بدنی، از جمله وسایل ورزشی متناسب با سطح مهارت دانش‌آموزان، راهنمایی‌های تصویری، فیلم‌های آموزشی و تکالیف عملی، نقش مهمی در افزایش انگیزش، مشارکت فعال و ارتقای مهارت‌های حرکتی و اجتماعی دانش‌آموزان دارد. این ابزارها به دانش‌آموزان کمک می‌کنند تا ضمن حضور فعال در فعالیت‌های ورزشی، اهداف آموزشی را به‌طور مؤثر تحقق بخشند و فرصت‌های یادگیری خارج از زمان رسمی کلاس نیز فراهم شود؛ بر این اساس بازنگری و بهبود سیاست‌ها و برنامه‌های مدیریتی در حوزه ورزش مدارس، با تأکید بر فرآیندهای پویا و مشارکتی، می‌تواند زمینه‌ساز ارتقای مشارکت واقعی دانش‌آموزان و رشد همه‌جانبه آنان باشد. سیاست‌گذاران در تدوین برنامه‌های توسعه ورزش دانش‌آموزی باید به عوامل روان‌شناختی و جامعه‌شناختی، نیازها و نگرش‌های دانش‌آموزان و مسیرهای مشارکت ورزشی توجه ویژه داشته باشند تا بستر مناسبی برای پرورش استعدادها و ورزشی، ارتقای سلامت جسمی و روانی و نهادینه‌سازی سبک زندگی فعال در نسل آینده فراهم شود.

مشارکت ورزشی در مدارس به آموزش مهارت‌های مختلف ورزشی از نظر کمی و کیفی در رشد ورزش وابسته است و نقش مهمی در رشد مهارت‌های روانی حرکتی در دانش‌آموزان در آینده ایفا می‌کند. ورزش دانش‌آموزی و تربیت بدنی مدارس به دلیل نقش محوری آن هم در نظام آموزش پرورش و هم در نظام ورزش کشور نیاز به بازسازی سیستم مدیریت خود دارد. ورزش دانش‌آموزی یک رویکرد کارآمد برای افزایش فعالیت جسمانی دانش‌آموزان از طریق برنامه‌ها، فعالیت‌ها و رویدادهای ورزشی در یک محیط حمایتی با زیرساخت‌ها و امکانات امن و راحت است. ورزش می‌تواند به کودکان کمک کند تا پیشرفت‌های تحصیلی، سلامتی، رفتار مثبت و نظم و انضباط را بهبود بخشند، همچنین فرصت اجتماعی شدن و یادگیری مهارت‌های جدید را داشته باشند. توسعه و ارتقاء مشارکت ورزشی در مدارس نیازمند رویکردی جامع و چندبعدی است که عوامل جامعه‌شناختی و روان‌شناختی را به‌طور همزمان مد نظر قرار دهد. ورزش تربیتی نه تنها به بهبود سلامت جسمانی دانش‌آموزان کمک می‌کند، بلکه نقش مهمی در تقویت مهارت‌های اجتماعی، افزایش انگیزه و ایجاد نگرش مثبت نسبت به فعالیت‌های ورزشی ایفا می‌نماید. علاوه بر این، تعامل و هماهنگی بین نهادهای مرتبط از جمله وزارت آموزش و پرورش، وزارت ورزش و جوانان، خانواده‌ها و جامعه ورزشی، برای تحقق اهداف توسعه ورزش تربیتی ضروری است. آینده ورزش هر کشور به میزان توجه و اهمیتی که آن کشور بر مشارکت ورزش در مدارس وابسته است؛ بنابراین باید بازبینی اساسی در برنامه‌های مدیریتی کشور در حوزه مشارکت ورزشی در مدارس صورت بگیرد. توسعه مشارکت ورزشی در مدارس فرآیندی پویا است و برای تحقق آن و حصول پیامدهای توسعه، ذینفعان، استراتژی‌ها، فرایندها و مسیرهای توسعه ورزش مدارس با هم عمل می‌کنند؛ از این‌رو سیاست‌گذاران و برنامه‌ریزان باید به‌هنگام تدوین سیاست‌ها و برنامه‌های توسعه ورزش دانش‌آموزی ذینفعان، استراتژی‌ها، فرایندها و مسیرهای توسعه ورزش را مورد توجه قرار دهند.

در محدودیت‌های پژوهش می‌توان به این موارد اشاره کرد: تفاوت سرانه ورزشی در مدارس (امکانات، تجهیزات، فضای ورزشی و دسترسی به سالن‌ها)، میزان همکاری والدین، مدیران و معلمان تربیت بدنی در فرآیند پژوهش، محدودیت زمانی دانش‌آموزان به دلیل حجم بالای تکالیف درسی، کلاس‌های خصوصی و آمادگی کنکور، تفاوت سطح اقتصادی - اجتماعی دانش‌آموزان که بر توانایی

شرکت در فعالیتهای ورزشی (هزینه لباس، تجهیزات یا ثبت نام در کلاس ها)، تفاوت های جنسیتی در مشارکت ورزشی و محدودیت در تعمیم نتایج به کل جامعه دانش آموزی.

در پیشنهادهای پژوهش می توان به این موارد اشاره کرد: با توجه به تفاوت سرانه ورزشی در مدارس، پیشنهاد می شود، اداره کل تربیت بدنی آموزش و پرورش با اختصاص بودجه مناسب، زمینه تأمین سالن ها، تجهیزات و فضاهای ورزشی استاندارد در مدارس را فراهم کنند، این اقدام موجب افزایش انگیزه و فرصت برابر برای مشارکت ورزشی تمامی دانش آموزان می شود؛ با توجه به تأثیر مستقیم والدین، مدیران و معلمان تربیت بدنی بر مشارکت ورزشی دانش آموزان، پیشنهاد می شود برنامه های آموزشی و کارگاه های آگاهی بخش برای خانواده ها و معلمان اجرا شود تا اهمیت ورزش در ارتقاء سلامت روانی، اجتماعی و تحصیلی نوجوانان برای آنان روشن گردد. همچنین تشویق به برگزاری جشنواره های ورزشی با مشارکت والدین می تواند هم افزایی بیشتری ایجاد کند؛ با توجه به محدودیت زمانی دانش آموزان ناشی از تکالیف درسی توصیه می شود بخشی از ساعات رسمی آموزش به فعالیتهای ورزشی اختصاص یابد و یا از طریق برنامه ریزی تلفیقی (ترکیب آموزش با فعالیتهای حرکتی)، فرصتی برای افزایش مشارکت ورزشی فراهم شود. این اقدام علاوه بر کاهش فشار تحصیلی، باعث بهبود تمرکز و عملکرد آموزشی دانش آموزان نیز خواهد شد؛ با توجه به تفاوت سطح اقتصادی-اجتماعی دانش آموزان، پیشنهاد می شود مدارس با حمایت آموزش و پرورش و شهرداری ها، برنامه های ورزشی رایگان یا کم هزینه اجرا کنند. همچنین ایجاد بانک تجهیزات ورزشی مشترک (مانند لباس و وسایل ورزشی) می تواند امکان حضور تمامی دانش آموزان را فراهم کرده و از تبعیض اجتماعی در مشارکت ورزشی بکاهد؛ با توجه به موانع فرهنگی و اجتماعی در مشارکت ورزشی دختران، پیشنهاد می شود برنامه های خاص و متناسب با نیازهای جنسیتی تدوین گردد؛ برای مثال فراهم کردن سالن های ویژه، برگزاری رویدادهای ورزشی مختص دختران، استفاده از مربیان زن و اصلاح نگرش های فرهنگی در خانواده ها. این اقدامات می تواند به افزایش اعتماد به نفس دختران و مشارکت برابر آنان در ورزش منجر شود.

منابع

- Asgari, H., Shirazinejad, R., & Mirhosseini, S.M.A. (2025). "Providing the framework of the health level of families with the approach of sustainable sports participation: a systematic review". *Jundishapur Scientific Medical Journal*, 24(1), 25-39. doi: 10.32592/jsmj.24.1.25. (In Persian).
- Black, N., Johnston, D.W., Propper, C., & Shields, M.A. (2019). "The effect of school sports facilities on physical activity, health and socioeconomic status in adulthood". *Social Science & Medicine*, 220, 120-128. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2018.10.025>.
- Borgheie, S.H., Moshkelgousha, E., Askari, A.R. (2025). "Designing a physical education teacher training model: based on the sociological approach of Iranian sports". *Sociological Studies in Sport*, 1 (5), 31- 44. <https://doi.org/10.30486/4S.2024.1129720>. (In Persian).
- Bourke, M., Hilland, T. A., & Craike, M. (2023). "Domain specific association between physical activity and affect in adolescents' daily lives: an ecological momentary assessment study". *Psychology & health*, 38(3), 369-388. <https://doi.org/10.1080/08870446.2021.1965603>.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). "Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being". *American Psychologist*, 55 (1), 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>.
- Gerber, M., Cheval, B., Cody, R., Colledge, F., Hohberg, V., Klimentidis, Y.C., & Faude, O. (2025). "Psychophysiological foundations of human physical activity behavior and motivation: theories, systems, mechanisms, evolution, and genetics". *Physiological Reviews*, 105(3), 1213-1290. <https://doi.org/10.1152/physrev.00021.2024>.
- Ghobadi, B., Bahrami, S. & Eydi, H. (2022). "Designing a talent identification model in student sports with emphasis on psychological factors". *Sport Psychology Studies*, 11(40), 85-106. doi: 10.22089/spisyj.2021.10242.2133. (In Persian).
- Ghorbani, E. & Garousi, S. (2023). "Sports Participation of Female Students and Social Factors Affecting It". *Journal of Iranian Social Studies*, 17 (1), 73-95. doi: 10.22034/jss.2023.552837.1689. (In Persian).



- Grima, S., Grima, A., Thalassinos, E., Seychell, S., & Spiteri, J.V. (2017). "Theoretical models for sport participation: literature review". <https://www.um.edu.mt/library/oar/handle/123456789/43355>.
- Haji Zadeh, S., NaderianJahromi, M., NoghaniDokht Bahmani, M., Mirsafian, H.R., Rasouli Harzand, M., & Janani, H. (2021). "Socialization through Sports Participation: A Systematic Review". *Strategic Studies on Youth and Sports*, 19(50), 149-172. https://fasname.msy.gov.ir/article_413.html?lang=fa. (In Persian).
- karimi, J., Abbasi, H., & Eydi, H. (2019). "Sociological Explanation of Social Consequences of Participation in Sport; Grounded Theory". *Research on Educational Sport*, 7(16), 285-306. doi: 10.22089/res.2018.6136.1500. (In Persian).
- karimi, J., Abbasi, H., & Eydi, H. (2022). "Explaining the role of sports in the social development of Iran with a mixed method approach". *Modern Approaches in Sports Management*, 10 (36), 97-112. URL: <http://ntsmj.issma.ir/article-1-1778-fa.html>. (In Persian).
- Khodadadi, M., Faridfathi, M., Shahbazi, R., & Jodairy, S. (2025). Qualitative Model of professional sports clubs management in East Azerbaijan province. *Journal of Sport Management and Development*, (), -. doi: 10.22124/jsmd.2025.27794.2906. (In Persian).
- Khodadadi, M.R., Badriazarin, Y., Shahbazi, R. & Pashazadeh, S. (2024). "Identifying factors affecting the design and construction of green sports facilities". *New Approaches in Sports Mmanagement*, 12(46), 66-83. doi: 10.22034/ntsmj.2024.718995. (In Persian).
- Koochi Achachlooi, F., Seyed Ameri, M.H, & Kashif, S.M. (2022). "The Effect of Psychological Factors on Motivation of Children's Participation in Sport". *RJMS*, 29 (5), 75-86 URL: <http://rjms.iums.ac.ir/article-1-7214-fa.html>. (In Persian).
- Li, Y. (2025). "Structural modelling of student volleyball athletes' intimacy, social adjustment, perceived stress, and learning-related anxiety: mediating role of psychological safety". *BMC psychology*, 13(1), 15. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02299-z>.
- Michael., M, Sascha, A., Alexander, H. (2020). "Work and sport: relationships between specific job stressors and sports participation". *Ergonomics*, 9(63), 1077-1087. <https://doi.org/10.1080/00140139.2020.1772381>.
- Najjarzadeh Hachesu, I., Kashef, S.M., & Behnam, M. (2022). "The Predicting of Students' Psychological Involvement in the Sport Through the Leadership Style of Sports Teachers: The Mediating Role of Satisfaction and Sports Motivation". *Sport Management Journal*, 14(1), 331-308. doi: 10.22059/jsm.2021.312045.2603. (In Persian).
- Odok, E.A., Onabe, D.B., Ekpo, E.E., & Osaji, N.N. (2024). "Learning Environment and Sports Participation among Secondary School Students in Ikot Ekpene Local Government Area of Akwa Ibom State, Nigeria". *Inter-Disciplinary Journal of Science Education*, 5 (1), 123-131. <https://ij-sed.com/13.%2012.%20Learning>.
- Ouyang Y, Wang K, Zhang T, Peng L, Song G and Luo J. (2020). "The Influence of Sports Participation on Body Image, Self-Efficacy, and Self-Esteem in College Students". *Front. Psychol.* 10:3039. doi: 10.3389/fpsyg.2019.03039.
- Palmer, K. (2022). "Testing an Intervention to Increase Adolescent Autonomous Motivation for Physical Activity and Moderate-to-Vigorous Physical Activity among Rural, Adolescents". Michigan State University. Michigan State University ProQuest Dissertations & Theses, 2022. 29397848.
- Sánchez Oliva, D., Mouratidis, A., Leo, F.M., Chamorro, J.L., Pulido, J.J., & García Calvo, T. (2020). "Understanding physical activity intentions in physical education context: A multi-level analysis from the self-determination theory". *International journal of environmental research and public health*, 17(3), 799. <https://doi.org/10.3390/ijerph17030799>.
- Satari, M., Pouryaghini, H. M., Najafzadeh, R. & Najafzadeh, F. (2024). Psychological Factors Influencing Participation in Education and Training in Championship Sports: A Model Fit. *Sports Psychology*, 16(2), 227-246. doi: 10.48308/mbasp.2024.236983.1269. (In Persian).
- Shahbazi, R., Khodadadi, M.R., Badri Azarin, Y., & Heydari Chianeh, R. (2024). "Identifying Factors Affecting the Performance Management of Sports Tourism Services". *Geography and Human Relationships*, 7(3), 337-354. doi: 10.22034/gahr.2025.485029.2357. (In Persian).
- Shahbazi, R., Mostafaei Kiwi, J., Daei, R., & Sajjadi, S.N. (2018). "Role of Mass Media on Development of Sport for All(from the Perspective of Students of University of Tehran)". *Communication Management in Sport Media*, 6(1), 34-42. doi: 10.30473/jsm.2018.5116. (In Persian).
- Shams, F., Ehsani, M., Saffari, M., & Aroufzad, S. (2021). "The driving, accelerating, and inhibiting factors of students participation in physical education extracurricular activities of schools". *Research on Educational Sport*, 9(24), 107-136. doi: 10.22089/res.2019.7695.1713. (In Persian).

- Sulz, L. D., Gleddie, D. L., Kinsella, C., & Humbert, M. L. (2023). "The health and educational impact of removing financial constraints for school sport". *European Physical Education Review*, 29(1), 3-21. <https://doi.org/10.1177/1356336X221104909>.
- Teraoka, E., Lobo de Diego, F. E., & Kirk, D. (2024). "Examining how observed need-supportive and need-thwarting teaching behaviours relate to pupils' affective outcomes in physical education". *European Physical Education Review*, 30(1), 105-121. <https://doi.org/10.1177/1356336X231186751>.
- Van Leeuwen, L., Ruiter, A., Visser, K., Lesscher, H.M., & Jonker, M. (2023). "Acquiring financial support for children's sports participation: Co-creating a socially safe environment for parents from low-income families". *Children*, 10(5), 872. <https://doi.org/10.3390/children10050872>.
- Vella, S. A., Aidman, E., Teychenne, M., Smith, J. J., Swann, C., Rosenbaum, S., & Lubans, D. R. (2023). "Optimising the effects of physical activity on mental health and wellbeing: A joint consensus statement from Sports Medicine Australia and the Australian Psychological Society". *Journal of science and medicine in sport*, 26(2), 132-139. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2023.01.001>.
- White, R.L., Parker, P.D., Lubans, D.R., MacMillan, F., Olson, R., Astell-Burt, T., & Lonsdale, C. (2018). "Domain-specific physical activity and affective wellbeing among adolescents: An observational study of the moderating roles of autonomous and controlled motivation". *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 15(1), 87. <https://doi.org/10.1186/s12966-018-0722-0>.
- Yan, J., Malkin, M., Smith, J. J., Morgan, P., & Eather, N. (2024). "Current teachers' perceptions and students' perspectives regarding activities modalities, instructional settings during primary school physical education classes in China: a cross-sectional observational study". *Frontiers in Sports and Active Living*, 6, 1378317. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1378317>