

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



# فصل نامه علمی - پژوهشی

## پژوهش در ورزش های دانشگاهی

دوره اول، شماره اول

سال انتشار: زمستان ۱۳۹۱

شماره استاندارد بین المللی: ۳۳۴۵-۳۵۹۱

شماره پایایی: ۱

براساس نامه‌ی کمیسیون بررسی علمی نشریات وزارت علوم، تحقیقات و فناوری به  
شماره‌ی ۳/۱۸/۱۰۹۰۵۲ مورخ ۱۳۹۲/۰۷/۱۵، این نشریه از شماره یک، زمستان ۹۱  
تا شهریور ۹۴ دارای اعتبار علمی- پژوهشی می باشد.

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۳۰۰۰ تومان

## فصلنامه علمی- پژوهشی پژوهش در ورزش‌های دانشگاهی

- مدیرمسئول: دکتر مهدی طالب‌پور
- سردبیر: دکتر محمد کشتی‌دار
- مدیر داخلی: محمد غلامپور
- مدیر اجرایی: بهزاد بهزادنیا
- ویراستار ادبی: بهاره فضلی درزی
- هیئت تحریریه (به ترتیب حروف الفبا)
  - ✓ دکتر حسن اسدی (دانشیار دانشگاه تهران- مدیریت و برنامه‌ریزی در تربیت بدنی)
  - ✓ دکتر محمد اسماعیل افضل پور (دانشیار دانشگاه بیرجند- فیزیولوژی ورزشی)
  - ✓ دکتر ولی اله دیدی روشن (استاد دانشگاه مازندران- فیزیولوژی ورزشی)
  - ✓ دکتر رضا رجبی (استاد دانشگاه تهران- طب ورزشی)
  - ✓ دکتر فرهاد رحمانی نیا (استاد دانشگاه گیلان- فیزیولوژی ورزشی)
  - ✓ دکتر محمد حسین رضوی (دانشیار دانشگاه مازندران- مدیریت و برنامه‌ریزی در تربیت بدنی)
  - ✓ دکتر مهدی طالب پور (دانشیار دانشگاه فردوسی مشهد و عضو پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی- مدیریت و برنامه‌ریزی در تربیت بدنی)
  - ✓ دکتر مهرداد عنبریان (دانشیار دانشگاه بوعلی سینا- بیومکانیک کلینیکی)
  - ✓ دکتر ابولفضل فراهانی (استاد دانشگاه پیام نور- مدیریت و برنامه‌ریزی در تربیت بدنی)
  - ✓ دکتر محمد کشتی‌دار (دانشیار دانشگاه بیرجند- مدیریت و برنامه‌ریزی در تربیت بدنی)
  - ✓ دکتر حبیب هنری (استادیار دانشگاه علامه طباطبایی و عضو پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی- مدیریت و برنامه‌ریزی در تربیت بدنی)

نشانی: تهران، میدان فردوسی، خیابان شهید موسوی، سازمان امور دانشجویان، طبقه سوم، اداره کل تربیت بدنی، دفتر نشریه پژوهش در ورزش دانشگاهی

تلفن: ۰۲۱-۹۶۶۶۴۳۶۳-۰۲۱ دورنگار: ۰۲۱-۸۸۸۳۲۰۹۸

نشانی پست الکترونیک: [uss@ssrc.ac.ir](mailto:uss@ssrc.ac.ir)

سایت پژوهشگاه تربیت بدنی: [www.ssrc.ac.ir](http://www.ssrc.ac.ir)

سایت اداره کل تربیت بدنی: [www.uso.saorg.ir](http://www.uso.saorg.ir)

## اسامی مشاوران علمی این شماره ( به ترتیب حروف الفباء )

- ✓ دکتړ ناھید اتقیا
- ✓ دکتړ مالک احمدي
- ✓ دکتړ رضا اندام
- ✓ دکتړ رضا برومند
- ✓ دکتړ سيد عماد حسيني
- ✓ دکتړ محمد تقی خورد
- ✓ دکتړ مرتضی دوستی
- ✓ دکتړ حسن سيد عامري
- ✓ دکتړ غلامرضا شعبانی بهار
- ✓ دکتړ مهدي طالب پور
- ✓ دکتړ فرزند غفوري
- ✓ دکتړ عليرضا فارسي
- ✓ دکتړ ابوالفضل فراهانی
- ✓ دکتړ حميد قاسمي
- ✓ دکتړ محمد کشتی دار
- ✓ دکتړ سارا کشگر
- ✓ دکتړ بتول مشرف جوادی

## راهنمای تهیه مقاله فصلنامه علمی - پژوهشی

### «پژوهش در ورزش های دانشگاهی»

نشریه پژوهش در ورزش های دانشگاهی به صورت فصلنامه در کلیه گرایش های تخصصی تربیت بدنی و علوم ورزشی بر اساس رویکرد ورزش دانشگاهی به زبان فارسی منتشر می گردد. در این نشریه مقالاتی چاپ می شود که نتایج پژوهش های بنیادی، کاربردی و توسعه ای در حوزه های مختلف علوم ورزشی باشد و جامعه دانشگاهی در آن گنجانده شده باشد. خواهشمند است دستور العمل زیر را مطالعه کنید و بر اساس آن اقدام به ارسال مقاله نمایید.

لازم به توضیح است که مقالات دریافتی از طریق سایت پژوهشگاه در مرحله اول و قبل از ارسال به داوری از نظر رعایت دستورالعمل زیر مورد بررسی قرار خواهد گرفت و در صورت مشاهده عدم رعایت دستور العمل، مقاله برای داوری ارسال نخواهد شد.

#### ۱) اصول کلی

نوع مقالات پذیرفته شده

۱. مقاله ارسالی از نوع مقالات اصیل (Original Article) باشد.

۲. دستورالعمل ارسال مقالات:

ورود و ارسال مقالات از طریق آدرس ایمیل [uss@ssrc.ac.ir](mailto:uss@ssrc.ac.ir) به صورتی که شرح داده شده است، ارسال شود.

۳. آئین نگارش زبان فارسی به طور کامل رعایت شود و از به کار بردن واژه های خارجی که معادل های دقیق و رسایی در زبان فارسی ندارند، خودداری شود.

۴. مطالب مقاله به صورت یک ستونی و یک خط در میان با رعایت حاشیه لازم (حداقل ۲ سانتی متر) تایپ و همه صفحات شماره گذاری شوند.

#### ۲) نحوه تنظیم مقالات

۱- صفحه اول شامل: عنوان مقاله، نام و نام خانوادگی نویسندگان همراه با درجه علمی و محل اشتغال آنها، مؤسسه ناظر، حامیان مالی و محل انجام پژوهش باشد.

۲- صفحه دوم و سوم به ترتیب شامل: عنوان، چکیده فارسی و عنوان و چکیده انگلیسی به همراه کلید واژه های مرتبط باشد.

۳- عنوان مقاله با در نظر گرفتن فواصل بین کلمات نباید از ۶۰ حرف تجاوز کند.

۴- چکیده مقاله حداکثر ۲۵۰ کلمه و در متن آن هدف، روش‌ها، یافته‌ها و نتیجه‌گیری ذکر شده باشد.

۵- تعداد صفحات مقاله با فونت ۱۳ B-NAZANIN نباید از ۱۵ صفحه تجاوز کند.

اصل مقاله شامل موارد زیر می باشد:

مقدمه: بیان مسئله و هدف از اجرای تحقیق با مروری بر مطالعات گذشته

روش پژوهش: شرح دقیق طرح پژوهش، جامعه و نمونه آماری، مواد و روش‌های اندازه‌گیری و روش‌های آماری

یافته‌ها (نتایج): شرح کامل یافته‌های پژوهش

بحث: شرح نکات مهم یافته‌ها و مقایسه آن با یافته‌های حاصل از مطالعات دیگر و توجیه و تفسیر موارد مشترک و مورد اختلاف، و بیان کاربرد احتمالی یافته‌ها و در نهایت نتیجه‌گیری و ارائه پیشنهادات حاصل از یافته‌های پژوهش

دستورالعمل نوشتن متن مقاله و منابع:

ارجاع دهی منابع می بایست به روش APA باشد. برای ارجاع دهی در متن از (نویسنده، سال) مانند (حسنی، ۱۳۸۷) استفاده گردد. کلیه منابع بر اساس حروف الفبا و بدون شماره تنظیم شود. همچنین در داخل متن هر جا نیاز به استفاده از پرانتز می باشد، باید بین حرف آخر کلمه و پرانتز فاصله باشد و پرانتز نباید به کلمه بچسبند؛

مثال: بررسی انجام شده توسط اشمیت (۲۰۰۴) نشان داد ...

نحوه نگارش منابع مورد استفاده:

منابعی که در متن مورد استفاده قرار می‌گیرند، باید به صورت زیر معرفی شوند:

۱-مقالات:

مقاله فارسی: نام خانوادگی و نام نویسنده/نویسندگان. (سال انتشار). عنوان مقاله، نام مجله، شماره مجله، شماره صفحه.

علیزاده، محمدحسین. و تجاری، فرشاد. (۱۳۸۵). بررسی وضعیت ایمنی اماکن ورزشی دانشگاه‌های

دولتی تهران و آرایه راهکارهای مناسب. نشریه پژوهش در علوم ورزشی، ۵(۱۵)، صص: ۲۳-۳۹

مقاله لاتین:

Fisher, M., Juszczak, L. & Friedman, S. (1996). Sports participation in an urban high school: Academic and psychological correlates. *Journal of Adolescent Health*, 18(5), 329-334.

## ۲- کتاب فارسی:

نام خانوادگی و نام نویسنده/ نویسندگان. (سال انتشار). عنوان کتاب (به صورت ایتالیک)، نام و نام خانوادگی مترجم/ مترجمان (در صورت ترجمه بودن کتاب)، شماره چاپ، شهر محل چاپ، ناشر، شماره صفحه.  
کاشف، میرمحمد. (۱۳۸۸). مدیریت/ماکن و فضاهای ورزشی. چاپ اول، تهران: بامدادکتاب.

## کتاب لاتین:

Byl, J. (2002). *Intramural Recreation: A Step-By-Step Guide to Creating an Effective Program*. Publisher: Human Kinetics, pp: 172-175.

- ۳- مقاله (از شبکه اینترنت یا اطلاعات موجود در لوح‌های فشرده): نام خانوادگی و نام نویسنده/نویسندگان. (سال نشر). عنوان مطلب. تاریخ دریافت، نشانی اینترنتی یا نام لوح فشرده
- ۴- پایان‌نامه و گزارش‌های پژوهشی: نام خانوادگی و نام مجری/مجریان. (سال نشر). عنوان پایان‌نامه، رساله یا پژوهش، ذکر واژه پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، رساله دکتری یا گزارش پژوهشی، محل ارائه گزارش
- ۵- عکس‌ها، نمودارها و جدول‌های مربوط به مقاله همراه شرح آنها در محل اصلی مقاله اصلی مقاله آورده شوند و شماره‌گذاری گردند.

## نکات اداری و تعهدی:

- ۱- هیئت تحریریه نشریه در قبول یا رد و یا ویرایش مقاله (با تأیید مؤلف) آزاد است.
  - ۲- مقالات منتشر شده نباید قبلاً در هیچ نشریه داخلی و یا خارجی چاپ شده باشد. در صورت مشاهده این موضوع مقاله از فرآیند داوری این نشریه حذف خواهد شد و ضمن انعکاس عدم تعهد نویسنده به سایر نشریات علمی کشور، مدیریت نشریه، مقالات دیگر آن نویسنده را مورد بررسی قرار نخواهد داد.
  - ۳- ارائه دهنده مقاله تعهد کند تا زمانی که جواب نهایی (پذیرش یا رد) مقاله خود را دریافت نکرده باشد، مقالات خود را به نشریات داخلی و خارجی دیگر ارسال نکند.
  - ۴- مسئولیت مطالب مندرج در مقاله به عهده نویسندگان است.
  - ۵- استفاده از مندرجات نشریه با ذکر کامل مأخذ آزاد است.
- در پایان، از نویسنده محترم درخواست می‌شود ضمن مطالعه مندرجات این راهنما و مشاهده نمونه مقالات چاپ شده در جدیدترین شماره نشریه، مقاله خود را تنظیم، و به دفتر نشریه ارسال کند.
- نشانی: تهران، میدان فردوسی، خیابان شهید موسوی، سازمان امور دانشجویان، طبقه سوم، اداره کل تربیت بدنی، دفتر نشریه پژوهش در ورزش دانشگاهی

کد پستی: ۱۵۸۱۹-۴۴۷۳۴

تلفن: ۰۲۱-۹۶۶۴۳۶۳-۰۲۱ دورنگار: ۰۲۱-۸۸۸۳۲۰۹۸







## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱۳	• <b>بازنگری نظام موجود ارزیابی عملکرد ادارات تربیت بدنی و فوق برنامه دانشگاه‌ها (EFQM) ..... ۱۳</b> عاطفه ابطحی‌نیا، سیده عدرا میرکاطمی، محمد کشتی‌دار
۲۷	• <b>ارتباط بین شرکت در فعالیت های بدنی اوقات فراغت و کیفیت زندگی دانشجویان استان مازندران ... ۲۷</b> سیدعماد حسینی، علی محمد صفانیا، مسعود یمینی فیروز
۴۳	• <b>بررسی رابطه بین مهارت های فردی و سازمانی مدیریت زمان در مدیران تربیت بدنی دانشگاه‌های ایران ..... ۴۳</b> مجید مسیحای اکبر، محمد خبیری، رضا قاسم نژاد
۵۷	• <b>بررسی رابطه بین سبک رهبری مربیان با رضایت بازیکنان مطالعه موردی: تیم‌های شرکت کننده در یازدهمین المپیاد ورزشی پسر دانشجویان کشور ..... ۵۷</b> مرتضی دوستی، عبدا... مصلحی
۷۱	• <b>رابطه عناصر پایه‌ای مدیریت دانش مدل استنکوسکی با تسهیم دانش از دیدگاه مدیران تربیت بدنی دانشگاه های دولتی کشور ..... ۷۱</b> مجتبی رئیسی، علیرضا خادم‌لو، حمید رضا طاهری
۸۳	• <b>بررسی عدالت توزیعی و اصول آن در ورزش دانشگاهی کشور ..... ۸۳</b> مهدی طالب پور، محمد رعنائی
۹۷	• <b>بررسی عوامل بازدارنده مشارکت دانشجویان دختر نخبه علمی ایران در فعالیت‌های ورزشی دانشگاهی ..... ۹۷</b> محمد غلامپور، بهزاد بهزادنیا، رسول طریقی
۱۱۱	• <b>تأثیر سه روش آروماتراپی، ماساژ و آروماتراپی -ماساژ بر میزان درد عضلانی دانشجویان دختر ورزشکار ایروبیگ ..... ۱۱۱</b> بهنام قاسمی، محمد حسین رضوانی، منصوره عارفی نیا
۱۲۳	• <b>رابطه نگرش و گرایش به کارآفرینی سازمانی در اعضای هیأت علمی دانشکده‌های تربیت‌بدنی کشور ..... ۱۲۳</b> فرشاد امامی، سمیه گلزار، پریوش علیپور
۱۳۱	• <b>بررسی تأثیر واحد تربیت بدنی عمومی بر شاخص های ترکیب بدنی و عوامل منتخب آمادگی جسمانی در دانشجویان غیرفعال دانشگاه فردوسی مشهد ..... ۱۳۱</b> مهتاب معظمی، سمانه فراحتی



## بازنگری نظام موجود ارزیابی عملکرد ادارات تربیت بدنی و فوق برنامه دانشگاهها (EFQM)

عاطفه ابطی‌نیا<sup>۱</sup>، سیده عدرا میرکازمی<sup>۲</sup>، محمد کشتی‌دار<sup>۳</sup>

تاریخ دریافت: ۹۱/۷/۳

تاریخ پذیرش: ۹۱/۸/۲۱

### چکیده

این پژوهش با هدف بازنگری نظام موجود ارزیابی عملکرد ادارات تربیت بدنی و فوق برنامه دانشگاهها (EFQM) انجام شد. روش تحقیق از نوع توصیفی-تحلیلی است و اطلاعات مورد نیاز به شکل میدانی جمع آوری گردید. جامعه آماری مدیران ادارات تربیت بدنی و فوق برنامه دانشگاهها، اعضا هیات علمی دانشگاهها و ارزیابان اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری بودند که در مرحله نظر سنجی در خصوص نحوه ی ارزیابی تعداد ۸۷ نفر و در مرحله دلفی جهت بازنگری معیارها تعداد ۲۵ نفر به طور هدفمند براساس مدرک تحصیلی و سابقه ی کار انتخاب شدند. ابزار تحقیق پرسشنامه های محقق ساخته بود که روایی صوری و محتوایی آنها توسط گروهی از اساتید و اعتبار آنها با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ (به ترتیب  $\alpha=0/89$ ،  $\alpha=0/76$ ) تأیید شد. یافته ها نشان داد شرکت کنندگان از نحوه ی ارزیابی رضایت نسبی داشته و بررسی روایی و اعتبار پرسشنامه ی موجود را از ضروریات جهت بهبود ارزیابی دانستند. در مرحله ی دلفی خبرگان پس از دو مرحله به اجماع نظر رسیدند ( $W=0/707$ ) و معیار نسبت دانشجویان شرکت کننده در فعالیت های ورزشی درون دانشگاهی را به عنوان با اهمیت ترین و تعداد طرح های پژوهشی اجرا شده را به عنوان کم اهمیت ترین معیارها جهت ارزیابی عملکرد عنوان نمودند. خبرگان اضافه نمودن معیار سرانه ی فضاهای ورزشی و نسبت هزینه کرد بودجه ی عمرانی به کل دانشجویان را ضروری دانستند و تغییر در میزان امتیاز هر یک از ابعاد EFQM را خواستار شدند. تغییر و جابجایی معیارهای ارزیابی عملکرد پرسشنامه EFQM از اساسی ترین نتایج تحقیق بود به گونه ای که پرسشنامه ی جدید EFQM عملکرد را واقعی تر مورد سنجش قرار خواهد داد.

**کلیدواژه های فارسی:** روش دلفی، ارزیابی عملکرد، ادارات تربیت بدنی دانشگاهها.

۱. کارشناس ارشد دانشگاه بیرجند (نویسنده مسئول)

۲. استادیار دانشگاه بیرجند

۳. دانشیار دانشگاه بیرجند

۳. دانشیار دانشگاه بیرجند

## مقدمه

امروزه، اغلب سازمان‌ها در محیطی رقابتی و پویا در حال فعالیت هستند؛ محیطی که متغیرهای داخلی و خارجی آن به طور دائم در حال تغییر بوده، امکان پیش بینی این تغییرات نیز بسیار سخت و مشکل است و از طرفی، سازمان‌ها هزینه‌های فراوان و زمان زیادی را صرف تهیه، تدوین و اجرای استراتژی می‌کنند تا بتوانند به اهداف بلندمدت و چشم‌اندازهای سازمان دست یابند؛ بنابراین، آگاهی از اینکه عملکرد سازمان تا چه حد در جهت رسیدن به این اهداف بوده و موقعیت سازمان در محیط پیچیده و پویای امروز کجاست برای مدیران و سازمان‌ها اهمیت فراوانی دارد. به عقیده فریس<sup>۱</sup> (۲۰۰۸)، ارزیابی عملکرد فرآیندی است که موجبات پدیدهی پاسخ‌گویی را در سازمان فراهم می‌کند (۱). در فرآیند ارزیابی عملکرد، از میزان دستیابی به اهداف از پیش تعیین شده آگاه شده، وضعیت جاری با روند گذشته مقایسه و نقاط ضعف و قوت به منظور ترمیم آنها شناسایی می‌شود (۲).

ارزیابی عملکرد به خودی خود در جلب انگیزه، جهت دهی و هدایت، سرپرستی و نظارت و توانمندسازی کارکنان تأثیر دارد (۳). در واقع هدف اصلی آن تحریک انگیزش کارکنان برای انجام وظایف و اجرای رسالت سازمان است. ارتقاء، کارهای محوله، انتخاب برای آموزش و افزایش حقوق بر اساس ارزشیابی می‌تواند این انگیزش را تحریک نماید (۴).

انتظار می‌رود که یک سیستم ارزیابی عملکرد روا و پایا اطلاعاتی درباره‌ی نقاط قوت و نیازهای فرد ارزشیابی شونده برای مدیران و همچنین فردی که مورد ارزشیابی قرار گرفته، فراهم کند. اگر این اطلاعات در جهت تقویت نقاط قوت ارزشیابی شونده و برنامه ریزی برای فراهم کردن پیشرفت در زمینه‌ایی که نیاز است مورد استفاده قرار گیرد، می‌تواند باعث بهبود عملکرد، انگیزش و بهره‌وری شود (۵). واضح است که تمامی سازمان‌ها اعم از دولتی، خدماتی و آموزشی باید یک نظام مناسب ارزیابی عملکرد داشته باشند، لیکن نکته‌ی مهمی که در سال‌های اخیر به آن تأکید می‌شود "درست اندازه گیری کردن" است (۶).

سازمان‌ها نیز به منظور حصول اطمینان از روند رو به رشد فعالیت‌های خود به دنبال روش‌های ارزیابی دقیق و فراگیر هستند و جهت ارزیابی سازمان‌ها، از مدل‌های مختلفی از جمله مدل کارت امتیازی متوازن<sup>۲</sup>، رویکرد سیستمی، الگوی مدیریت کیفیت فراگیر، الگوی بنیاد اروپایی مدیریت کیفیت<sup>۳</sup>، تحلیل پوششی داده‌ها<sup>۱</sup> و غیره استفاده می‌شود.

- 
1. Ferris
  2. Balanced Score Card (BSC)
  3. European Foundation Quality Management (EFQM)

در سازمان های ورزشی نیز برای اینکه مدیران به بهترین نحو پاسخ گوی نیازهای جامعه ورزشی باشند، نیاز به آگاهی از موقعیت سازمان دارند. این امر با ارزیابی عملکرد حاصل شده و موجب می شود که از نقاط قوت و ضعف عملکرد سازمان اطلاع یافته و تمهیدات لازم را برای اثربخشی فعالیت هایشان به کار برد و بدین طریق به ارائه ی خدمات بهتر پرداخته و در روند حرکت های سازمان تحولات مثبت ایجاد کنند.

دانشگاه ها و مؤسسات آموزشی عالی کشور به منظور قرار گرفتن در مسیر توسعه و سازندگی نیاز به سازوکارهایی دقیق برای ارزشیابی عملکرد خود دارند (۷). در این میان، ادارات تربیت بدنی دانشگاه ها رسالت مضاعفی را بر عهده دارند و بایستی با یک مکانیزم نظارتی و کنترلی روند رو به رشد آنها کنترل شود.

بدون شک جایگاه و نقش نظام های ارزیابی و مدیریت عملکرد در سازمان ها علی الخصوص ورزش دانشگاه ها، از دیرباز مشخص و درخور توجه بوده و در سال های اخیر که پیچیدگی، سرعت عمل، انعطاف پذیری، رقابت و پاسخگویی در برابر مشتریان و ارباب رجوع جلوه بیشتری یافته، از ارزش و اهمیت دو چندانی برخوردار گشته است.

اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم به عنوان متولی بلاواسطه ورزش دانشگاه ها در سطح کشور نیاز به شناخت و ارزیابی ادارات تربیت بدنی دانشگاه ها دارد. در واقع این ارزیابی ابزاری است که اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم را در تأمین اهدافش یاری می رساند. اگر ارزیابی به نحو صحیح به اجر در آید، وسیله مناسبی جهت تشویق، آموزش و کارایی بیشتر ادارات تربیت بدنی دانشگاه ها خواهد بود.

از این رو به منظور داشتن یک نظام توسعه پایدار در ورزش دانشجویی بایستی نظارت، کنترل و ارزشیابی را بر آن استوار کرد تا اینکه در مسیر رشد و تعمیم ورزش خلائهای احتمالی به راحتی شناسایی و برنامه رفع و یا اصلاح آن همواره در نظر گرفته شود. برنامه های نظارت و ارزیابی در مرکز هر فعالیت و برنامه اجرایی قرار دارد و بدون آن امکان اطمینان از حصول برنامه ها و فعالیت ها وجود ندارد (۸).

دربخش ورزش دانشجویی تا کنون تحقیقات مختلفی در رابطه با ارزیابی صورت گرفته است. برخی تحقیقات مانند طبائیان (۱۳۸۲) عملکرد مدیران دانشکده ها و گروه های تربیت بدنی (۹)؛ اندام (۱۳۸۸) بررسی موانع داوطلبی در انجمن های ورزشی دانشگاه ها (۱۰)؛ امیرتاش (۱۳۸۹) مقایسه ی توصیفی المپیادهای ورزشی دانشجویی پنجم، ششم و هشتم و ارائه راهکار برای ارتقای کیفی المپیادهای ورزشی دانشجویان کشور با استفاده از نظر مربیان

(۱۱)؛ بر روی دیدگاه کاربران تمرکز دارند.

برخی تحقیقات نیز شناسایی معیار را هدف خود قرار داده اند که چرا معیارها، مؤلفه های اصلی هر سیستم ارزیابی عملکرد هستند؛ زیرا ارتباط بین مدل ارزیابی عملکرد با محیط بیرونی و درونی سازمان توسط شاخص ها و معیارها برقرار می گردد؛ درواقع، مجموعه معیارهای عملکرد و ارتباط بین نتایج حاصل از آنها، تشکیل دهنده یک مدل ارزیابی عملکرد است. اهمیت نقش شاخص ها در ارزیابی عملکرد مناسب و صحیح سازمان کاملاً مشهود است. سازمان ها در طراحی و انتخاب معیارهای ارزیابی عملکرد باید اصول و چهارچوب هایی را رعایت کنند، معیارها باید به گونه ای طراحی و انتخاب گردند که بتوانند کارایی و اثربخشی سیستم ارزیابی عملکرد را تضمین کنند؛ اما در اغلب موارد، سازمان ها در این مرحله دچار غفلت شده و اغلب معیارهایی را انتخاب می کنند که توانایی سنجش و ارزیابی ابعاد مختلف سازمان اعم از داخلی و خارجی را ندارند و نمی توانند مشکلات اساسی و طولانی مدت سازمان را که تاکنون از نظرها به دور بوده است، آشکار کنند (۱۲). همانند حیدری نژاد (۱۳۸۳) تبیین و تعیین شاخص های ارزیابی عملکرد دانشگاه ها و گروه های تربیت بدنی (۶)؛ هونگ هو و همکاران (۲۰۱۰) طراحی سیستم عملکرد مربیان تربیت بدنی دانشگاه ها (۱۳)؛ همتی نژاد (۱۳۸۹) اولویت بندی شاخص های ارزیابی عملکرد ادارات تربیت بدنی دانشگاه ها (۱۴). تحقیقات مختلفی نیز من جمله همتی نژاد (۱۳۸۰)، طالب پور (۱۳۸۴) و میر کاظمی (۱۳۸۸) بر نظام ارزیابی ورزش دانشگاه تأکید داشته اند (۸، ۱۵، ۱۶).

از سال ۱۳۸۶ در دانشگاه ها جهت ارزیابی عملکرد ادارات تربیت بدنی و فوق برنامه از مدل تعالی سازمانی (EFQM) استفاده می شود. تجربه چند سال گذشته و مطالعات علمی و تجربی متمرکز بر این واقعیت است که ارزیابی حاصل از روش EFQM ادارات تربیت بدنی و فوق برنامه دانشگاه ها توانسته تأثیرات مثبتی بر عملکرد مدیران در جهت توسعه ی ورزش دانشگاه به جای گذارد. اما با این وجود این روند رشد در همه ی بخش های ورزش دانشگاه اتفاق نیافتاده است و نشان از وجود برخی موانع، چالش ها و مشکلات در اجرا و استقرار درست نظام ارزیابی عملکرد ادارات تربیت بدنی (EFQM) دارد که با برطرف کردن آنها اثربخشی و کارایی آن بسیار بیشتر می شود (۱۷).

از این رو تحقیق حاضر در نظر دارد به منظور بازنگری در نظام ارزیابی عملکرد ادارات تربیت بدنی، ضمن شناسایی سطح رضایت مندی ارزیابی شونده گان از نظام ارزیابی، به شناسایی الزامات تغییر و آسیب های ناشی از اجرای نظام فعلی ارزیابی عملکرد ادارات تربیت بدنی بپردازد.



### روش شناسی پژوهش

این پژوهش از نوع توصیفی- پیمایشی بود. جهت سنجش نظرات مدیران از نظام ارزیابی جامعه‌ی تحقیق کلیه‌ی مدیران ادارات تربیت بدنی بود که حجم جامعه با نمونه برابر شد (۸۷ نفر). سپس بر اساس نتایج مرحله‌ی قبل جهت بازنگری در پرسشنامه‌ی EFQM موجود با استفاده از روش دلفی از نظرات خبرگان امر ورزش دانشگاه اعم فارغ التحصیلان مقطع دکتری رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی که در کسوت مدیریت ادارات تربیت بدنی و ارزیاب خدمت کرده‌اند، مدیران ادارات تربیت بدنی و اعضا هیات علمی دانشگاه‌ها و ارزیاب استفاده شده است. به طوری که تعداد ۲۵ نفر به شکل نمونه‌گیری هدفمند براساس آشنایی با ورزش دانشگاه، مدرک تحصیلی و سابقه‌ی کار انتخاب شدند.

ابزار تحقیق دو پرسشنامه محقق ساخته بود. روایی پرسشنامه‌ها توسط گروهی از اساتید و صاحب نظران و اعتبار آن‌ها با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب  $\alpha=0/76$ ،  $\alpha=0/89$  مورد تأیید قرار گرفت. تجزیه تحلیل داده‌ها با استفاده از آمارتوصیفی و استنباطی (تک نمونه، ضریب کندال) با نرم افزار SPSS ورژن ۱۹ انجام شد.

### یافته‌های پژوهش

#### مرحله نظر سنجی

در این مطالعه دیدگاه مدیران در بعد رضایت از ارزیابی موجود و روش اجرای آن، مورد بررسی قرار گرفت. یافته‌های تحقیق نشان داد مدیران شرکت کننده در تحقیق حاضر از نحوه‌ی ارزیابی عملکرد ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌ها به روش موجود (EFQM) از رضایت نسبی برخوردار بودند (جدول ۱).

جدول ۱. میزان رضایت مدیران از نحوه‌ی ارزیابی ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌ها

سطح معنی‌داری	سطح مطلوبیت	درجه آزادی	میانگین	تک نمونه‌ای T	رضایت از نحوه ارزیابی
۰/۰۴	۷۲	۵۹	۷۵/۳	۲/۰۸	

به طور کلی ۶۸/۳ درصد مدیران معتقد بودند که روش ارزیابی موجود (EFQM) می‌تواند موجبات توسعه‌ی عملکرد ادارات تربیت بدنی و فوق برنامه دانشگاه‌ها را فراهم نماید. بیشتر مدیران (۷۶/۴) معتقد بودند معیارهای ذکر شده در پرسشنامه EFQM جهت سنجش عملکرد ادارات اثر تداخلی دارند. ۷۰/۷ درصد مدیران نیز معتقد بودند روش موجود توانسته اهداف ارزیابی عملکرد را تا حدودی پوشش دهد.

با این وجود، مدیران شرکت کننده در تحقیق معتقد بودند که اعمال نظرات شخصی ارزیابان و نمره‌دهی سلیقه‌ای به اغلب معیارها و زیر معیارها، عمده‌ترین مشکل روش ارزیابی موجود می‌باشد. از دیدگاه ۶۷/۴ درصد مدیران بازدید و گزارشات ارزیابان با واقعیت هم‌خوانی ندارد و سوالات به گونه‌ای است که ارزیابی دقیق صورت نمی‌گیرد. یافته‌های این تحقیق مناسب نبودن توجه به سطح فعلی دانشگاه‌ها و مد نظر قرار ندادن امکانات و منابع در دسترس و موجود دانشگاه‌ها و ادارات را نشان می‌دهد که منجر به‌رتبه‌بندی نادرست دانشگاه‌ها می‌شود. همچنین ۷۵ درصد مدیران معتقد بودند نمره‌دهی به معیارها و زیر معیارها به درستی صورت نمی‌گیرد، تکراری بودن و عدم وجود ملاک مناسب و دقیق جهت امتیازدهی به برخی از سوالات از دیگر معایب ارزیابی موجود عنوان شد.

ازجمله نکات اصلاحی که مدیران جهت ارزیابی جامع‌تر و دقیق‌تر عنوان نموده بودند ارزیابی نامحسوس ادارات در طول سال بود. تعیین رویی دوباره‌ی پرسشنامه جهت ارزیابی دقیق‌تر، در نظر گرفتن امتیازات ویژه برای مدیران و کارکنان دانشگاه‌های ممتاز جهت تشویق و ایجاد انگیزه، حذف سوالات تکراری و بررسی رضایت‌مندی دانشجویان طی سال جهت عینی‌تر شدن ارزیابی، از دیگر موارد پیشنهاد شده توسط مدیران بود.

### مرحله دلفی

همان‌طور که در جدول ۲ نشان داده شده است، ۹۴/۱۱٪ از کل گروه خبرگان دارای مدرک دکتری و ۵/۸۹٪ دارای مدرک کارشناسی ارشد بودند و همه‌ی خبرگان از سابقه‌ی کاری بالای ۱۰ سال برخوردار بودند.

جدول ۲. وضعیت تحصیلی خبرگان منتخب در روش دلفی

میزان تحصیلات	فراوانی	درصد
دکتری	۱۶	۹۴/۱۱
فوق‌لیسانس	۱	۵/۸۹
کل	۱۷	۱۰۰

بر اساس نتایج حاصله از مرحله نظرسنجی، جهت پوشش نقاط ضعف شناسایی شده و موجود در روش EFQM و بازنگری و بهینه‌سازی روند ارزیابی، محقق به بررسی اسناد و مدارک موجود، کتب و نشریات پرداخته و جهت روشن‌تر شدن مسیر تحقیق و غنی‌سازی اطلاعات فراهم شده، جلسات مصاحبه‌ای را با برخی از مدیران و کارشناسان ادارات تربیت‌بدنی و دست‌اندرکاران در امر ارزیابی عملکرد ادارات تربیت‌بدنی و فوق برنامه، ترتیب داد و از نقطه نظرات آنان بهره‌جست. سپس، مطالب جمع‌آوری شده خلاصه و به صورت معیارهای ارزیابی

در قالب پرسشنامه‌ی محقق ساخته مورد نظر سنجی خبرگان قرار گرفت. نظرات افراد خبره درباره‌ی معیارهای ارزیابی عملکرد ادارات تربیت بدنی موجود در پرسشنامه EFQM و معیارهای اضافه شده، در مقیاس پنج گزینه‌ای لیکرت (بسیار ضروری، ضروری، نسبتاً ضروری، ضرورت کم، اصلاً ضرورت ندارد) از طریق پرسشنامه‌ها در دو مرحله به شرح زیر جمع‌آوری شد.

### مرحله اول دلفی

پرسشنامه‌ای شامل ۷۳ پرسش را تدوین و به نظرسنجی خبرگان گذاشته شد. پس از تکمیل پرسشنامه توسط خبرگان، آنان ۲ شاخص سرانه فضای ورزشی و نسبت هزینه کرد کلی بودجه عمرانی ورزش دانشگاه به کل دانشجویان را در ارزیابی لازم دانستند.

همچنین در این مرحله با صلاحدید و به پیشنهاد متخصصین امر برخی معیارها با یکدیگر ترکیب و برخی دیگر تفکیک شدند. تغییراتی نیز در جایگاه هر یک از معیارها در ابعاد پرسشنامه‌ی EFQM موجود صورت گرفت. این معیارها در مرحله دوم دلفی مجدد به نظر خواهی خبرگان گذاشته شد.

### مرحله دوم دلفی

پس از انجام اصلاحات مورد نظر خبرگان، پرسشنامه مجدد برای خبرگان جهت کسب اجماع نظر ارسال گردید. تعداد ۷۵ معیار به نظرسنجی خبرگان منتخب گذاشته شد و خبرگان نظرات خود را اعلام نمودند. اشمیت<sup>۱</sup> (۱۹۹۷) برای تفسیر ضریب کندال (W) این چنین بیان کرد که ارزش برابر یا بزرگتر از ۰/۷ بیان‌کننده توافق رضایت‌بخش است. اگر میزان W کمتر از این میزان شود، پرسشنامه دوباره باید برای اعضا فرستاده شود (۱۸). نتایج حاصل از ضریب کندال ( $W=0/707$ ) حاکی از اجماع نظر خبرگان بود (جدول ۳).

جدول ۳. نتایج آزمون ضریب کندال برای بررسی میزان اجماع حاصل از نظر خبرگان

۱۷	(N)تعداد
۰/۷۰۷	(W)ضریب کندال
۸۶۵/۲۲۰	( $X^2$ )کای اسکوار
۱۵	(df)درجه آزادی
۰/۰۰۱	(p)بازه اطمینان

اکثر تحقیقات استفاده از فراوانی درصدی را زمانی که درصد مشخصی از آراء در محدوده خاصی قرار گیرد معیار انتخاب در نظر می‌گیرند (۱۹). بنابراین معیارهایی که ۸۰ درصد نظرات را در مجموع سه گزینه‌ی نسبتاً ضروری تا بسیار ضروری به خود اختصاص داده بودند و

میانگین آنها برابر یا بیشتر از ۳ بود، جز معیارهای مؤثر در ارزیابی عملکرد شناخته شدند (۶۰ معیار) و معیار تعداد کارت های بیمه ورزشی صادر شده برای دانشجویان، مربیان و امکان ورزشی به دلیل پائین بودن میانگین حذف شد. نتایج حاصل از تغییرات ایجاد شده در پرسشنامه EFQM موجود در قالب جدول ۴ گزارش شده است.

جدول ۴. تغییرات ایجاد شده در پرسشنامه EFQM موجود بر اساس نظر خبرگان

نوع تغییر	EFQM موجود	
	معیار	زیر معیار
انتقال به بعد خط مشی و استراتژی	رهبری	وجود طرح جامع ورزش دانشگاه به صورت مدون و مکتوب به همراه پیش بینی بودجه ی مربوطه
ایجاد و اجرای منشور اخلاقی (نظم و آمادگی و آراستگی لباس - رعایت ادب و نزاکت و خوش برخوردی - آمادگی برای توضیحات کافی به خدمت گیرندگان و...) (سنجش به وسیله نظرات کارکنان و دانشجویان)		معیارهای اضافه شده
ایجاد و اجرای نظام نیازسنجی براساس وضعیت موجود، برنامه ها، سیاست ها در جهت تحلیل و درک نیازهای کارکنان، دانشجویان و سایر ذینفعان (آموزشی، فرهنگی، رفاهی، ..) جهت بهبود فرآیندها (سنجش به وسیله نظرات کارکنان و دانشجویان)		
انتقال به بعد نتایج محیطی و جامعه و تغییر به عنوان "تعداد جلسات برگزار شده انجمن ها به کل آنها (انجمن های تخصصی، خوابگاهی، دانشجویی)"	خط مشی و استراتژی	وجود انجمن های ورزشی دانشجویی متطبق آئین نامه مربوطه
ادغام با معیار اجرای تقویم ورزشی و تغییر به عنوان "تدوین و اجرای تقویم ورزشی دانشگاه (تدوین برنامه های عملیاتی، زمان بندی، تامین منابع، پیش بینی و برآورد ریالی و منابع تامین بودجه.. که به تصویب شورای ورزشی دانشگاه رسیده است"		ارائه برنامه سالیانه ورزش دانشگاه مصوب از سوی مدیر تربیت بدنی به تائید شورای ورزش دانشگاه به همراه برآورد بودجه
انتقال به بعد نتایج محیطی و جامعه		واگذاری خدمات فعالیتهای ورزشی دانشگاه به بخش نهضت داوطلبی جهت تهیه و تدارک برنامه های ورزشی
تغییر به عنوان "نسبت شاغلین متخصص به کل دانشجویان"	کارکنان	جذب نیروهای متخصص تربیت بدنی جهت فعالیت در حوزه مدیریت تربیت بدنی
تغییر به عنوان "ایجاد انگیزه در کارکنان و حمایت و قدردانی از ایشان (سنجش به وسیله نظرات کارکنان)"		تعداد پرسنل معرفی شده جهت تشویق (مالی یا کنتی) از حوزه مدیریت تربیت بدنی به دانشگاه یا از طرف مدیر تربیت بدنی
توسعه ی خلاقیت و ابداع در فعالیتها (سنجش به وسیله نظرات کارکنان)		معیارهای اضافه شده
تعیین و ابلاغ حدود اختیارات و مسئولیت ها متناسب با پستها (سنجش به وسیله نظرات کارکنان)		
اطمینان از آموزش کارکنان جهت اجرای فرآیندهای جدید یا تغییر یافته، قبل از پیاده سازی آنها (سنجش به وسیله نظرات کارکنان)		
نسبت مربیان به کل دانشجویان		
تعداد طرح های پژوهشی اجرا شده		
نسبت تعداد کلاس های داوری برگزار شده به کل دانشجویان		
تعداد منابع آموزشی (بروشورها، کتاب ها و.....) به کل دانشجویان		
نسبت تعداد کلاس های مربیگری برگزار شده به کل دانشجویان		

نوع تغییر	EFQM موجود	
	معیار	زیر معیار
انتقال به بعد نتایج مشتری	میزان استفاده از اتاق‌های تندرستی در حاشیه خوابگاه‌ها	منابع و مشارکت‌ها
انتقال به بعد منابع و مشارکتها و تغییر به عنوان "مساحت فضاهای ورزشی با تغییر کاربری داده شده که شامل اتاق‌های تندرستی، فضاهای روباز و سرپوشیده می‌باشد"	تعداد فضاهای ورزشی با تغییر کاربری داده شده که شامل اتاق‌های تندرستی، فضاهای روباز و سرپوشیده می‌باشد	
انتقال به بعد نتایج کلیدی عملکرد	تعداد خرابی‌های امکانات و تجهیزات ورزشی در حوزه تربیت بدنی	
ادغام سه معیار با هم به عنوان "مجموع ریالی تفاهم نامه‌ها و قراردادهای ورزشی با نهاد های خارج از دانشگاه به منظور توسعه ورزش دانشجویی"	ارزش ریالی منابع جذب شده ورزشی خارج از دانشگاه به کل بودجه ی ورزشی دانشگاه	
	جذب اعتبارات مالی از منابع غیر دانشگاهی و دانشگاهی در جهت طرح‌های عمرانی ورزش	
	تعداد تفاهم نامه‌ها و قراردادهای ورزشی با نهاد های خارج از دانشگاه به منظور توسعه ورزش دانشجویی	
نسبت تعداد مدال‌های کسب شده به افراد تیم‌های اعزام شده	معیارهای اضافه شده	
نسبت هزینه کرد کلی بودجه عمرانی ورزش دانشگاه به کل دانشجویان		
میزان تجهیزات غیر مصرفی به ریال (ورزشی و غیر ورزشی)		
میزان تجهیزات مصرفی به ریال (ورزشی و غیر ورزشی)		
استفاده از دارایی‌ها (ساختمان‌ها، تجهیزات و مواد) جهت حمایت از خط مشی و استراتژی، برنامه‌ها و اهداف بلندمدت و کوتاه مدت (سنجش به وسیله نظرات کارکنان)		
مدیریت در نگهداری و استفاده مفید از دارایی‌ها جهت بهبود عملکرد آن‌ها در چرخه عمرشان (سنجش به وسیله نظرات کارکنان)		
انتقال به بعد نتایج محیطی و جامعه	میزان فعال سازی فعالیت‌های ورزشی دانشجویان دانشکده‌های موجود در دانشگاه	فرآیندها
انتقال به بعد نتایج محیطی و جامعه	طراحی وب سایت مدیریت تربیت بدنی دانشگاه و میزان فعالیت آن	
تدوین و اجرای سیستم ارزشیابی کارکنان در جهت بهبود عملکرد (سنجش به وسیله نظرات کارکنان)	معیارهای اضافه شده	
سرانه ی فضا های ورزشی	معیارهای اضافه شده	نتایج مشتری
نسبت تعداد دانشجویان شرکت کننده در فعالیت‌های قهرمانی فوق برنامه دانشگاه به کل آنها		
تعداد کارکنان و اعضا هیات علمی مشارکت کننده در امر ورزش به کل آنها	معیارهای اضافه شده	نتایج کارکنان

نوع تغییر	EFQM موجود	
	معیار	زیر معیار
تفکیک به دو معیار "نسبت برنامه های کوه نوردی و اردوهای تفریحی برای دانشجویان به کل آنها" و "نسبت برنامه های کوه نوردی و اردوهای تفریحی برای کارکنان و اعضای علمی به کل آنها"	نتایج محیطی و جامعه	تلاش و پیگیری اجرای برنامه های کوه نوردی و اردوهای تفریحی برای دانشجویان و کارکنان
انتقال به بعد فرآیندها	نتایج محیطی و جامعه	وضعیت ظاهری اماکن ورزشی، ساختمان ها و یا بخش های اداری تربیت بدنی فوق برنامه و کیفیت سرویس دهی از دیدگاه دانشجویان، کارکنان و ...
انتقال به بعد فرآیندها	نتایج محیطی و جامعه	وجود شناسنامه از اماکن ورزشی
انتقال به بعد فرآیندها	نتایج محیطی و جامعه	وجود تجهیزات ایمنی و حفاظتی سالن ها و فضاها - ورزشی
انتقال به بعد فرآیندها	نتایج محیطی و جامعه	وجود چک لیست های نظارتی استاندارد برای حفظ، نگهداری، تعمیر سالن ها و امکانات
انتقال دو معیار به بعد خط مشی و استراتژی و ادغام و تغییر آنها به عنوان "تهیه و ارائه گزارش های تحلیلی در رابطه با برنامه های عملیاتی مدیریت تربیت بدنی به ریاست دانشگاه و اداره کل وزارت متبوع در هر سال"	نتایج کلیدی عملکرد	تهیه و ارائه گزارش های تحلیلی در رابطه با برنامه های عملیاتی مدیریت تربیت بدنی به ریاست دانشگاه و اداره کل وزارت متبوع در هر سال
انتقال به بعد کارکنان و تغییر به عنوان "نسبت تعداد کلاس های آموزشی ورزشی برگزار شده به کل دانشجویان"	نتایج کلیدی عملکرد	ارائه گزارش عملکرد تربیت بدنی دانشگاه به صورت مکتوب
انتقال به بعد منابع و مشارکتها و تغییر به عنوان "نسبت هزینه کرد بودجه جاری ورزش به کل دانشجویان"	نتایج کلیدی عملکرد	تعداد کلاس های آموزشی رشته های مختلف ورزشی در یک سال برای دانشجویان
تغییر به عنوان "نسبت تعداد تیم های ورزشی اعزام شده به مسابقات قهرمانی به کل دانشجویان"	نتایج کلیدی عملکرد	هزینه کرد کلی بودجه جاری ورزش دانشگاه در طی یکسال براساس سرانه ورزش دانشجویی
تغییر به عنوان "مدت زمان استفاده از فضاهای ورزشی به ساعت در هفته"	نتایج کلیدی عملکرد	تعداد تیم های ورزشی اعزام به مسابقات قهرمانی یا المپیاد های دانشگاهها
حذف	نتایج کلیدی عملکرد	ساعات کارکرد ورزش فوق برنامه دانشگاه برای دانشجویان و کارمندان در طول هفته
	نتایج کلیدی عملکرد	داشتن بیمه ورزشی برای دانشجویان، مربیان و اماکن ورزشی

### بحث و نتیجه گیری

سیستم های ارزیابی عملکرد به عنوان ابزاری برای سنجش میزان دستیابی سازمان ها به اهداف و تعیین نقاط ضعف و قوت سازمان ها در جهت انجام اقدامات اصلاحی به منظور بهبود فرآیندها از اهمیت فراوانی برای مدیریت سازمان ها برخوردارند و هر سیستم ارزیابی عملکرد دارای معیارهایی به منظور ارزیابی عملکرد است که توانایی و مناسب بودن این معیارها در اثربخشی و کارایی سیستم ارزیابی، تأثیر فراوان و اهمیت زیادی دارد.

از دیدگاه مدیران، نمره دهی به معیارها و زیر معیارها به درستی صورت نمی گیرد که از معایب روش ارزیابی فعلی (EFQM) محسوب می شود. این امر باعث شده سنجش ابعاد به درستی انجام نپذیرد و در نتیجه ارزیابی صورت گرفته مبهم باشد. برخی معیارهای موجود در

فرم ارزیابی موجود نیز تکراری است. در پژوهش حاضر خبرگان با جابجایی معیارها در ابعاد موجود، ادغام معیارها و حذف سوالات تکراری جهت رفع این نواقص گام موثری برداشتند. اعمال نظرات شخصی ارزیابان و نمره‌دهی سلیقه‌ای به اغلب معیارها و زیر معیارها از دیگر نواقص عنوان شده بود. با توجه به تحقیقات انجام شده در خصوص ارزیابی و بیان اینکه همه ی ارزیابان از شایستگی لازم برخوردار نیستند (۲۰) و ارزیابان به تمامی سطوح مختلف افراد و امکانات و مدارک دسترسی ندارند بلکه بیشتر اوقات با انجمن‌ها، دانشجویان و کارکنان فعال در ارتباط اند و از نظر آنها بهره‌مند می‌شوند. ممکن است ارزیاب‌ها دچار خطاهای ارزشیابی شده و ارزیابی آنها تحت تأثیر ذهنیت‌ها، تعصب‌ها، عواطف و احساس‌های آنها قرار گیرد یا عدالت لازم در قضاوت صورت نگیرد. با توجه به تغییرات صورت گرفته در معیارها بر اساس نظر خبرگان و استفاده از پرسشنامه‌های رضایت مندی طراحی شده جهت نظرسنجی از دانشجویان، کارکنان و اعضاء هیأت علمی به طور مجزا، می‌توان از نظرات افراد بیشتری بهره جست و ارزیابی نیز عینی‌تری صورت گرفته و تا حد ممکن نقش ارزیابان کم‌رنگ می‌شود.

همتی نژاد و همکاران (۱۳۸۹) اولویت فعالیت های همگانی از جمله تفریحی را بیشتر از مسابقات برون دانشگاهی دانسته‌اند (۱۴)، که با یافته‌های تحقیق حاضر همخوانی دارد به طوری که معیار نسبت دانشجویان شرکت کننده در فعالیت های ورزشی درون دانشگاهی و همگانی در خوابگاه‌ها و فضاهای ورزشی توسط خبرگان مهم و با اهمیت بالا گزارش شده است.

در پژوهشی که توسط تینسلی هاوارد<sup>۱</sup> (۱۹۹۵) انجام گرفت نتایج نشان داد که فعالیت‌های اوقات فراغت مخصوصاً طبقه بندی آن بر اساس علایق و رغبت‌ها و احساس نیاز به انجام گروه خاص از فعالیت‌ها به سه صورت اثرات مستقیمی روی فرد خواهد داشت: ۱- تأمین سلامتی جسمانی ۲- تأمین سلامتی روانی ۳- تأمین سلامتی ذهنی و فکری (۲۱). جیم بودور<sup>۲</sup> (۲۰۰۰) نیز در تحقیق خود دریافت که نتایج کار کارکنان رابطه‌ی مستقیمی با ارضای نیازهای آنان دارد و اگر این نیازها ارضا نشوند، بر نتیجه‌ی عملکرد کارکنان اثر منفی می‌گذارد (۲۲).

خبرگان شرکت کننده در تحقیق نیز معیار اجرای نظام نیازسنجی جهت بهبود فرآیندها را در اولویت کار مدیران دانسته‌اند. از آنجایی که نیازها به دلیل تغییرات مداوم در ساختار اجتماعی، فرهنگی، سیاسی و... در جوامع متحول می‌شوند، ضروری است که در برنامه‌های مبتنی بر نیازسنجی نیز تجدید نظر به عمل آید و هماهنگی و همسویی آن با نیازهای تحول یافته همواره حفظ شود.

دیدگاه مشتری‌گرایی از دو دهه پیش وارد حوزه‌های مختلف بهداشتی، درمانی و آموزشی

---

1. Tinsley Howard  
2. Jim Bodor

شده است، امروزه نظر مشتری پایه‌ای برای سنجش فرآیندها و شیوه‌ای برای توانمندسازی مجموعه افراد درگیر در ارائه‌ی خدمات و مشارکت در تصمیم‌گیری‌های مهم فراهم می‌کند (۲۳). تأمین نظر مشتریان، به عنوان نتیجه نهایی خدمات و کالا محسوب می‌شود که این مفهوم را دیدگاه مشتری محور<sup>۱</sup> نامیده‌اند (۲۴).

خبرگان نیز بر این امر واقف بوده به گونه‌ای که معیارهای رضایت دانشجویان و کارمندان از خدمات مدیریت تربیت‌بدنی (بخش ورزش‌های همگانی، ورزش قهرمانی، آموزشی و...) و رضایت دانشجویان از فعالیت‌های ورزشی در خوابگاه‌ها از اولویت بالایی برخوردار بود.

نتایج نشان داد معیار هزینه کرد کلی بودجه جاری ورزش دانشگاه از نظر خبرگان از ضرورت بالایی برخوردار بود. کریمیان تندنویس (۱۳۸۳) بیشترین سهم در افزایش فعالیت‌های فوق برنامه را مربوط به نیروی انسانی و پس از آن بودجه‌ی هزینه شده بیان نموده‌اند. همچنین نشان دادند که بین کل بودجه هزینه شده با تعداد کل شرکت کنندگان در مسابقات رابطه معنی داری وجود دارد (۲۵). در صورتی که تندنویس (۱۳۸۰)، طالب پور (۱۳۸۴) و میرکاطمی (۱۳۸۸) دریافتند که توزیع بودجه در دانشگاه‌ها عادلانه صورت نمی‌گیرد. بنابراین نظارت بر نحوه‌ی توزیع و هزینه کرد بودجه می‌تواند از عوامل مؤثر بر رشد ورزش دانشگاه باشد (۸، ۱۵، ۱۶).

ارزیابی دقیق و مبنی بر اطلاعات به روز و به هنگام، اطلاعات بازخورد فراوانی در اختیار ادارات و مدیران قرار می‌دهد تا آنها بتوانند گام‌های محکم‌تری جهت پیشبرد و توسعه‌ی برنامه‌های ادارات تربیت بدنی فوق برنامه‌ی دانشگاه‌ها بردارند.

### منابع:

1. Ferris, G. R., Munyon, T. P., Kevin, B., Buckley. M. R. (2008). The performance evaluation context: Social, emotional, cognitive, political, and relationship components. *Human Resource Management Review*, 18: 146–163.
2. Farzianpour, F. (2000). Control mechanisms of performance evaluation. Second Conference on Performance Evaluation Aspects of State Country Executive Agencies. Tehran.
3. Gunaratne, A. K., JduPlessis, A. (2007). Performing management system: A powerful tool to achieve organizational goals. *Journal of global business and technology*, 3(1): 17-28.
4. Swansburg, R.C., Swansburg, R.J. (2002). Introduction to management and leadership for nurse managers. Sudbury. Massachusetts: Jones and Bartlett publishers. PP:593.



5. Mani, B.G. (2002). Performance appraisal systems, productivity and motivation: a case study, Washington: Public Personal Management, 31(2): 141-160.

۶. حیدری نژاد، صدیقه، مظفری، احمد، محقر، علی، ۱۳۸۳، تعیین و تبیین شاخص های ارزیابی عملکرد دانشگاه ها و گروه های آموزشی تربیت بدنی و علوم ورزشی، مجله علوم حرکتی و ورزشی، ۴(۳۱): ۴۴-۳۱.

۷. هادوی، فریده، مهدی پور، عبدالرحمان، ۱۳۸۴، طراحی الگو برای ارزشیابی دوره کارشناسی تربیت بدنی و علوم ورزشی مراکز و مؤسسات آموزش عالی دولتی، المپیک، ۳۰، ۷۴-۵۹.

۸. همتی نژاد، مهر علی، ۱۳۸۰، تدوین نظام نظارت و ارزیابی برای برنامه های تربیت بدنی دانشگاه های کشور، پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی.

۹. طبائیان، سیداحمد، ۱۳۸۲، عملکرد مدیران دانشکده ها و گروه های تربیت بدنی و رابطه آن با پایگاه های قدرت از دید خود و اعضای هیأت علمی، ششمین همایش ملی تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه اصفهان.

۱۰. اندام، رضا، همتی نژاد، مهر علی، حمیدی، مهرزاد، رضانی نژاد، رحیم، کاظم نژاد، انوشیروان، ۱۳۸۸، بررسی موانع داوطلبی کشور در انجمن های ورزشی دانشگاه ها، مدیریت ورزشی، ۳۵-۴۹.

۱۱. امیرتاش، علی محمد، فارسی، علیرضا، راسخ، نازنین، غیور، نازنین، ۱۳۸۹، مقایسه ی توصیفی المپیادهای ورزشی دانشجویی پنجم، ششم و هشتم و ارائه راهکار برای ارتقای کیفی المپیادهای ورزشی دانشجویان کشور با استفاده از نظر مربیان، فصلنامه پژوهش در علوم ورزشی، ۹، ۱۳-۲۸.

۱۲. کاپلان، رابرت، نورتون، دیوید، ۱۳۸۶، سازمان های استراتژی محور، بختیاری، پرویز، چاپ سوم، تهران، انتشارات سازمان مدیریت صنعتی، ۳۱.

13. Chu, H.C., Hwang, G. J. (2008). A Delphi-based approach to developing expert systems with the cooperation of multiple experts. Expert Systems with Applications, 34(4): 826- 840.

۱۴. همتی نژاد، مهر علی، قلی زاده، حسن، رضانیان، رحیم، میرکازمی، سیده عدری، ۱۳۸۹، اولویت بندی شاخص های ارزیابی عملکرد ادارات تربیت بدنی دانشگاه ها، فصلنامه پژوهش در علوم ورزشی، (۲۷): ۱۲۷-۱۳۸.

۱۵. طالب پور، مهدی، کشتی دار، محمد، ۱۳۸۴، تدوین نظام نظارت و ارزیابی برای برنامه های تربیت بدنی و ورزش دانشگاه های کشور، پژوهشکده ی تربیت بدنی و علوم ورزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۱۶. میرکازمی، سیده عذری، ۱۳۸۸، طراحی مدل ارزیابی عملکرد ادارات تربیت بدنی دانشگاه ها. رساله دکتری مدیریت و برنامه ریزی در تربیت بدنی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان.
۱۷. میرکازمی، سیده عذری، کشتی دار، محمد، رضوانی، محمد حسن، ابطحی نیا، عاطفه، ۱۳۹۱، بررسی روند رشد و توسعه ی عملکرد ادارات تربیت بدنی و فوق برنامه دانشگاه ها، سومین همایش بین المللی علمی - ورزشی دانشگاه های آسیا، تهران.
18. Schmidt, R. C. (1997). Managing Delphi surveys using nonparametric statistical techniques. *Decision Sciences*, (3): 763-774.
19. Hsu, C. C. (2007). The Delphi Technique: Making Sense Of Consensus. *Research & Evaluation*, 12 (10):1-8.
۲۰. سرچاهی، مرضیه، ۱۳۸۰، بررسی تفاوت دیدگاه مدیران و معلمان نسبت به روش اجرای ارزشیابی عملکرد کارکنان آموزش و پرورش، پایان نامه کارشناسی ارشد مدیریت دولتی خراسان.
۲۱. گزارش سازمان ملی جوانان، ۱۳۸۱، *بررسی وضعیت اوقات فراغت جوانان*، تهران، مؤسسه فرهنگی اهل قلم.
22. Bodor, J. (2000). Needs Assessment and personnel development, program on press.
۲۳. همتی، فریده، کاکویی، حسین، آقابخشی، حبیب، بیگلریان، اکبر، ۱۳۸۰، سنجش میزان رضایت خدمت گیرندگان مجتمع های توانبخشی روزانه شهر تهران با دیدگاه مشتری گرای، *مجله توانبخشی*، (۸): ۱۴-۲۱.
۲۴. هیز، باب، ۱۳۸۱، *اندازه گیری رضایت خاطر مصرف کننده*، جزئی، نسرين، چاپ اول، تهران، سازمان مدیریت صنعتی.
۲۵. کریمیان، جهانگیر، تند نویس، فریدون، ۱۳۸۳، روابط بین نیروی انسانی، بودجه هزینه شده، مساحت اماکن و تاسیسات برافزایش فعالیت های فوق برنامه ورزشی دانشگاه ها، *نشریه علوم حرکتی و ورزش*، جلد اول، (۳): ۶۵-۷۹.

## ارتباط بین شرکت در فعالیت های بدنی اوقات فراغت و کیفیت زندگی دانشجویان استان مازندران

سیدعماد حسینی<sup>۱</sup>، علی محمد صفانیا<sup>۲</sup>، مسعود یمینی فیروز<sup>۳</sup>

تاریخ دریافت: ۹۱/۷/۳

تاریخ پذیرش: ۹۱/۸/۲۵

### چکیده

ورزش و فعالیت بدنی به عنوان عامل مهم در گذران اوقات فراغت دانشجویان، گستره وسیعی است که نقش بسیار مهمی در بروز استعدادهای درونی دانشجویان داشته و ابزاری برای نیل به سلامت جسمانی و روانی بوده و در نتیجه بهبود کیفیت زندگی دانشجویان را در پی خواهد داشت. هدف از این تحقیق، تعیین میزان ارتباط بین شرکت در فعالیت بدنی اوقات فراغت و کیفیت زندگی دانشجویان استان مازندران می باشد. روش انجام تحقیق حاضر، توصیفی و از نوع همبستگی بوده و به لحاظ هدف کاربردی است. جامعه آماری این تحقیق را کلیه دانشجویان دانشگاه مازندران (دانشجویان مستقر در خوابگاه های دانشجویی) و دانشجویان دانشگاه شمال تشکیل می دهند که در هنگام انجام پژوهش ۸۴۰۴ نفر بوده که از بین آنها ۳۶۸ نفر به صورت نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شده اند. ابزار گردآوری اطلاعات ترکیبی از دو پرسشنامه فعالیت بدنی شارکلی (SHARKLY) و کیفیت زندگی (WHOQOL- BREF) می باشند. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات با توجه به آزمون کولموگروف اسمیرنوف از آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن در سطح معناداری  $\alpha=0/05$  استفاده شده است. نتایج تحقیق نشان داد که بین شرکت در فعالیت های بدنی و مولفه های کیفیت زندگی (سلامت جسمانی، وضعیت روحی و روانی، ارتباط اجتماعی و قلمرو محیطی) ارتباط مثبت و معنی داری وجود دارد. همچنین نتایج تحقیق نشان داد بین شرکت در فعالیت های بدنی و کیفیت زندگی دانشجویان ارتباط معنی دار و مثبتی وجود دارد ( $r=0/219, p=0/001$ ). بحث: به طور کلی یافته ها نشان داد که انجام فعالیت بدنی می تواند نقش موثری در بهبود کیفیت زندگی دانشجویان داشته باشد. بنابراین فراهم کردن امکانات ورزشی و تفریحی در دانشگاهها برای دانشجویان باید مورد توجه مسئولین امر قرار گیرد تا دانشجویان به انجام فعالیت های بدنی بیشتر ترغیب گردند.

**کلیدواژه های فارسی:** فعالیت بدنی، اوقات فراغت، کیفیت زندگی، دانشجویان، دانشگاه مازندران، دانشگاه شمال.

۱. استادیار مدیریت ورزشی دانشگاه شهید بهشتی تهران

۲. استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات دانشگاه آیت الله آملی

۳. دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه شمال (نویسنده مسئول)

### مقدمه

اوقات فراغت برای انسان رفته رفته به اصطلاحی تبدیل شده که در قالب آن هرچه بیشتر به دنبال آزادی و استقلال در عملکرد می‌گردد. سعی و کوشش انسان در طول تاریخ همواره با این امید همراه بوده و است که با رهایی خود از کارهای طاقت فرسا، به زندگی همراه با آرامش و سعادت دست پیدا کند و امروزه به نظر می‌آید که یک گام به این هدف نزدیک تر شده است (۱). امروزه، تفریح و گذران مناسب اوقات فراغت، وسیله‌ای موثر برای پرورش قوای فکری، جسمی و اخلاقی افراد بوده و عاملی برای جلوگیری از کجروی‌های اجتماعی محسوب می‌شود (۲).

ورزش و فعالیت‌های بدنی به عنوان یکی از گونه‌های مهم گذران اوقات فراغت، وسیله‌ای ارزشمند است که امروزه پرکننده بخش اعظم اوقات فراغت میلیون‌ها نفر از مردم جهان است. اوقات فراغت فرصت بسیار مناسب و مطلوبی جهت پرداختن به ورزش است. طی پانزده سال گذشته اطلاعات مردم در زمینه‌ی منافع تمرینات بدنی افزایش یافته و برنامه‌آمادگی جسمانی در سطوح جامعه توسعه یافته و ورزش‌های تفریحی و فراغتی به طور غیر قابل پیش‌بینی رشد نموده است (۳).

استفاده از اوقات فراغت با بهره‌مندی از فعالیت‌های ورزشی به عنوان تفریحات سالم بخشی از فرایند تعادل حیاتی و رضایت‌مندی در زندگی افراد است. بر اساس شواهد فراوان، فعالیت بدنی یکی از مهمترین عوامل حفظ بهداشت شخصی و اجتماعی است؛ و کسانی که بی‌توجه و به راحتی از کنار این مسأله می‌گذرند، در واقع هنر زندگی کردن را نیاموخته‌اند (۴). امروزه دانشجویان به دلیل نقش مهمی که در اداره آینده کشور به عهده دارند، یکی از قشرهای مهم جامعه به حساب می‌آیند. اهمیت این نقش در آن است که دانشجویان نه تنها بخش اصلی متخصصان زمینه‌های گوناگون هر کشوری را تشکیل می‌دهند، بلکه همچنین این گروه مدیران اصلی در اداره آینده کشور و رهبر سایر اقشار جامعه در هدایت به سمت کمال و اهداف کشور می‌باشند. از سوی دیگر بخشی از دانشجویان در آینده عهده‌دار آموزش و پرورش نسل‌های بعد خواهند بود و از این طریق به طور غیر مستقیم در کمال نسل‌های بعدی جامعه نیز دخالت دارند (۵). مقطع زندگی دانشجویی در سراسر جهان سرشار از پویایی، تحول‌طلبی، نوآوری و مجموعه تعاملاتی است که نهایتاً به توسعه اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی در جامعه می‌انجامد. کیفیت زندگی دانشجویان رو به تغییر است، روش زندگی آنها نیز تحت تأثیر عواملی چون دانش جدید، دست‌یابی به تحقیق و توسعه، علم و تکنولوژی و فن‌آوری اطلاعات (IT) که خود اثرات قابل توجهی بر ماهیت جامعه دارند رو به تغییر است (۶).

شرایط استرس‌زا برای هر فردی روی می‌دهد، دانشجویان نیز از این امر مستثنی نبوده، بلکه در معرض عوامل مختلفی چون، پرداخت هزینه‌ها، کارکردن حین تحصیل، مشغله‌های فکری جهت ادامه تحصیل، انجام تکالیف درسی و نیز برآوردن انتظارات خانواده از لحاظ موفقیت در امر تحصیل قرار دارند. علاوه بر این زندگی در خوابگاه، کنار آمدن با هم‌اتاقی‌ها، شیوه جدید زندگی و به هم خوردن ساعت خواب و بیداری از جمله عواملی است که بر کیفیت زندگی آنان تأثیرگذار است (۷).

کیفیت زندگی از مهمترین مولفه‌های مفهوم کلی بهداشت محسوب می‌شود به گونه‌ای که برای تعیین نیازهای حیطة سلامت و ارتقای سطح سلامتی افراد، کیفیت زندگی آنها را مورد بررسی قرار می‌دهند (۸). تعریف سازمان جهانی بهداشت از کیفیت زندگی چنین است: ارزیابی و ادراک افراد از وضعیت زندگی خویش، تحت تأثیر نظام فرهنگی و ارزشی موقعیتی که در آن زندگی می‌کنند و در واقع اهداف، انتظارات، معیارها و خواسته‌های فرد به میزان وسیعی بر وضعیت جسمانی، روانی، میزان استقلال، روابط اجتماعی و اعتقادات او تأثیرگذار است. بنابراین بر اساس این تعریف جامع، کیفیت زندگی ارتباط نزدیکی با وضعیت جسمی، روانی، اعتقادات شخصی، میزان خودکفایی، ارتباطات اجتماعی و محیط زیست دارد (۹).

از آنجا که دانشجویان در سنینی هستند که فرایند تکامل تصویر ذهنی و گسترش اطمینان به خود را می‌گذرانند و عوامل فشارزای دوره دانشجویی می‌تواند آثار منفی بر سلامت و کیفیت زندگی آنان برجای گذارد، توجه به آن و و پیامدهایش و نیز اتخاذ راه‌کارهای مناسب برای رهایی از آن از اهمیت خاصی برخوردار است. همچنین اگر فرهنگ ورزش در جامعه کنونی به خوبی شناسانده شود و عموم مردم از جمله دانشجویان آن را به عنوان پدیده سلامتی و تندرستی بپذیرند و به انجام آن عادت کنند با تنظیم و اجرای برنامه‌های مناسب ورزشی و تفریحی، گذران اوقات فراغت مفید و سودمندانه‌ای خواهند داشت که از فشار زندگی ماشینی کاسته و سلامت و شادابی آنان را فراهم می‌نماید. بهبود نسبی زندگی و ایجاد رفاه اجتماعی بیشتر، زمینه مناسب تفکر و یافتن راه‌های بهتر زیستن را نیز فراهم می‌سازد (۱۰).

تحقیقات زیادی درباره تأثیر فعالیت بدنی بر کیفیت زندگی قشر مختلف مردم جامعه انجام گرفته است ولی راجع به تأثیر فعالیت بدنی بر کیفیت زندگی دانشجویان تحقیقات بسیار اندکی صورت گرفته است که در ادامه به آن می‌پردازیم. در این باره، حامدی نیا و گلستانی (۱۳۸۳)، به بررسی کیفیت زندگی مربوط به تندرستی در بین اعضاء هیأت علمی فعال و غیر فعال از نظر بدنی در دانشگاه‌های سبزوار پرداختند و نشان دادند که اعضاء هیأت علمی فعال در مقایسه با اعضاء غیر فعال از کیفیت زندگی بهتری برخوردارند (۱۱).

فهرمانلو و همکاران (۱۳۸۴)، در پژوهشی به بررسی تأثیر هشت هفته تمرین بر کیفیت زندگی دانشجویان مرد تمرین نکرده پرداختند که برنامه تمرینی مورد استفاده در پژوهش آنها شامل تمرینات هوازی استقامتی و قدرتی بود. نتایج پژوهش آنها نشان داد که آزمودنی ها در اثر برنامه تمرینی اجرا شده بهبود معنی داری در متغیرهای عملکرد جسمانی، سلامت عمومی، سرزندگی، عملکرد اجتماعی، مشکلات عاطفی و سلامت روانی پیدا کردند. همچنین پژوهشگران چنین نتیجه گرفتند که استفاده از مداخله های تمرینی و تغییر سبک زندگی غیر فعال به فعال می تواند نقش موثری در افزایش کیفیت زندگی و دست یابی به آمادگی جسمانی بهینه و سرانجام کاهش ابتلا به بیماری ها و مرگ و میر داشته باشد (به نقل از ۱۲). همچنین محمد بخشنده (۱۳۸۷)، در تحقیقی با عنوان "ارتباط بین شرکت در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت و کیفیت زندگی در افراد میانسال فعال" به این نتایج دست یافت که بین شرکت در فعالیت های ورزشی و سلامت جسمانی، وضعیت روحی و روانی و ارتباطات اجتماعی ارتباط معنی داری وجود دارد ولی در مورد شرکت در فعالیت ورزشی و قلمرو محیطی در افراد میانسال فعال ارتباطی مشاهده نشد (۱۲).

سلطانی و همکاران (۱۳۸۹)، در پژوهشی با عنوان "بررسی کیفیت زندگی دانشجویان دانشگاه گیلان" به این نتایج دست یافت که کیفیت زندگی ۴ درصد دانشجویان بسیار مطلوب، ۳۴ درصد مطلوب، ۵۱ درصد متوسط و کیفیت زندگی ۱۱ درصد دانشجویان نیز نامطلوب بوده است. همچنین در ابعاد درد جسمانی، روابط محیطی، تامین مالی، مراقبت های اجتماعی و عواطف منفی بین دانشجویان دختر و پسر تفاوت معنی داری مشاهده گردید (۹).

واحدی (۱۳۹۰)، به بررسی "ارتباط بین مشارکت در فعالیت های بدنی اوقات فراغت و کیفیت زندگی دانشجویان علوم پزشکی استان مازندران" پرداخت. نتایج این تحقیق نشان داد که، گوش دادن به موسیقی، تماس تلفنی، قدم زدن، کار با رایانه و انجام فعالیت بدنی و ورزش به ترتیب از اولویت های اول تا پنجم فعالیت های فراغتی دانشجویان می باشد. همچنین نتایج نشان داد که بین کیفیت زندگی با فعالیت بدنی رابطه معنی داری وجود ندارد و ورزش در میان دانشجویان علوم پزشکی این استان از جایگاه مناسبی برخوردار نبوده و بیشتر دانشجویان بیشتر به فعالیت های غیر حرکتی فراغت می پردازند (۱۳).

در خارج از کشور نیز تحقیقات زیادی در این باره صورت گرفته که نشان از اهمیت این موضوع دارد از جمله می توان به تحقیقات سابرینا تیزر و همکارانش<sup>۱</sup> (۲۰۰۷)، در تحقیق خود با عنوان "ارتباط بین فعالیت بدنی اوقات فراغت و کیفیت سلامت تغییرات زندگی در طول

زمان " اعلام کردند که در طول ۳ سال، فعالیت بدنی اوقات فراغت افزایشی با درجات عالی در ابعاد کیفیت سلامت نسبی زندگی ارتباط داشت: عملکرد جسمی، سلامت روانی، نشاط برای هردو جنسیت و تا اندازه ای عملکرد اجتماعی برای زنان. همچنین نتیجه دیگر تحقیق این بود که یک افزایش از یک ساعت در هر هفته از فعالیت بدنی اوقات فراغت با ۰/۱۷ و ۰/۳۹ امتیاز افزایش در ابعاد نشاط در مردان و زنان، به طور خاص ارتباط داشت(۱۴).

موتی و همکاران<sup>۱</sup>(۲۰۰۹)، در بررسی " فعالیت بدنی و کیفیت زندگی در مبتلایان به MS، نقش های واسطه معلولیت، خستگی و کوفتگی، حالت روانی، درد، خودکارآمدی، حمایت اجتماعی" به نتایج زیر دست یافتند: آنهایی که فعالیت بیشتری داشتند گزارش سطح پایین تری از ناتوانایی خود دارند. همچنین افسردگی کمتر، کوفتگی و درد کمتر و بیشترین سطح حمایت اجتماعی و خودکارآمدی بیشتر برای مدیریت MS و خودکارآمدی برای فعالیت فیزیکی منظم ارائه کردند. الگو های ارائه شده احتمال می دهد که فعالیت فیزیکی به شکل غیر مستقیم با ارتقای کیفیت زندگی در اشخاص که به MS مبتلا هستند، ارتباط دارند و باعث می شود که این افراد دچار افسردگی کمتر، کوفتگی و درد کمتر، حمایت اجتماعی بیشتر و خودکارآمدی برای مدیریت MS باشند(۱۵).

مولینا گارسیا و همکاران<sup>۲</sup>(۲۰۱۱)، در پژوهشی با عنوان " فعالیت بدنی اوقات فراغت و شادابی روحی در دانشجویان دانشگاه های اسپانیا" به این نتایج دست یافت که دانشجویانی که فعالیت بدنی بیشتری داشتند به طور میانگین از سرزندگی و شادابی بیشتری برخوردار بودند. با وجود این، تفاوت های مربوط به اعتماد به نفس فقط در دانشجویان مرد مخصوصاً در دانشجویانی که فعالیت بدنی بالاتری داشتند، مشاهده شد(۱۶).

والادارس و همکاران<sup>۳</sup>(۲۰۱۱)، در پژوهشی با عنوان " رابطه بین انواع مختلف فعالیت بدنی و کیفیت زندگی در زنان با سن ۶۰ سال یا بالاتر" به این نتایج دست یافت که دامنه زمان فراغت (IPAQ) رابطه ای معکوس و مهم با کیفیت نمره زندگی مرتبط با فعالیت های حال، گذشته و آینده دارد. همچنین نتایج حاکی از آن بود که فعالیت بدنی در مقایسه با سایر دیگر فعالیت ها زمان کمتری را به خود اختصاص داده و کیفیت زندگی تحت تأثیر منفی فراغت قرار داشته و تنها فعالیت بدنی برای جابه جایی امور روزانه ارتباط مثبتی با کیفیت زندگی داشته است(۱۷).

- 
1. Moti and et al
  2. Molina-Garcia and et al
  3. Valadares an et al

آهینما و ویوگلرز<sup>۱</sup> (۲۰۱۲)، در تحقیقی با عنوان " کیفیت رژیم غذایی، فعالیت بدنی، وزن بدن و کیفیت مرتبط با سلامت زندگی در بین دانش آموزان کلاس پنجم کانادا" به این نتیجه دست یافتند که، دانش آموزانی که کیفیت رژیم غذایی بهتر، فعالیت بدنی بالاتر و وزن مناسب تری داشته اند نسبت به دانش آموزان که از سلامت کمتری برخوردار بوده، فعالیت کمتری داشته و سنگین وزن بوده اند، تمایل بیشتری برای گزارش کردن نمرات بهتر سلامتی مرتبط با کیفیت زندگی را دارا بوده اند (۱۸).

سنجش کیفیت زندگی دانشجویان از طریق شرکت در فعالیت های بدنی، بعنوان یک شاخص که تحت تأثیر فاکتورهای مختلف مانند خانواده، مشغله های درسی، عوامل اجتماعی و اقتصادی، وضعیت جسمی و روحی و روانی و... می باشد، می تواند در درک صحیح از نیازها، تصمیم گیری ها و برنامه ریزی این گروه مهم جامعه مفید واقع شود. در این راستا محقق درصد آن است تا به بررسی ارتباط بین فعالیت بدنی اوقات فراغت بر کیفیت زندگی و ابعاد مختلف آن (سلامت جسمانی، وضعیت روانی، ارتباطات اجتماعی و قلمرو محیطی) در دانشجویان پرداخته و با توجه به یافته های پژوهش، پیشنهادهای مبتنی بر آن یافته ها ارائه نماید.

### روش شناسی

روش انجام تحقیق حاضر، توصیفی و از نوع همبستگی بوده و به لحاظ هدف کاربردی است. و روش جمع آوری اطلاعات، میدانی است. ابزار گردآوری اطلاعات این تحقیق، ترکیبی از دو پرسشنامه فعالیت بدنی شارکلی (SHARKLY) و کیفیت زندگی (WHOQOL- BREF)<sup>۲</sup> می باشد. پایایی پرسش نامه فعالیت بدنی شارکلی توسط بهرام و شفیعی زاده در سال ۱۳۸۲ انجام گردید. آنها ضریب پایایی این پرسشنامه را برابر با (r=۰/۹۱) گزارش نمودند. در این تحقیق روایی پرسش نامه فعالیت بدنی توسط اساتید صاحب نظر مورد تأیید قرار گرفت و در محاسبه پایایی میزان آلفای کرونباخ به دست آمده (۰/۷۹۸) گزارش گردید. جامعه آماری این تحقیق را کلیه دانشجویان دانشگاه مازندران (دانشجویان مستقر در خوابگاه های دانشجویی) و دانشگاه شمال تشکیل دادند. طبق اطلاعات بدست آمده از معاونت آموزشی دانشگاه های مورد مطالعه کل جامعه آماری ۸۴۰۴ نفر بوده که با استفاده از جدول تعیین حجم نمونه مورگان ۳۶۸ نفر برای مطالعه در این پژوهش به عنوان نمونه به صورت نمونه گیری

---

1. Ohinmaa and Veugelers  
2. World Health Organization Quality Of Life



تصادفی ساده انتخاب شده اند. از آنجا که تعداد دانشجویان دو دانشگاه مورد بررسی برابر نبوده اند با توجه به تعداد کل دانشجویان و نسبت جنسیت دو دانشگاه تعداد نمونه های هر دانشگاه با فرمول نسبت بدست آمده است.

جدول ۱. جدول تعیین حجم نمونه جامعه آماری پژوهش

نام دانشگاه	تعداد کل	حجم نمونه	جامعه پسر	جامعه دختر	نمونه پسر	نمونه دختر
دانشگاه مازندران (خوابگاه دانشجویان)	۲۵۸۰ نفر	۱۱۳ نفر	۷۶۰ نفر	۱۸۲۰ نفر	۳۴ نفر	۷۹ نفر
دانشگاه شمال	۵۸۲۴ نفر	۲۵۵ نفر	۳۷۰۴ نفر	۲۱۲۰ نفر	۱۶۲ نفر	۹۳ نفر

در ارتباط با روایی پرسشنامه کیفیت زندگی می توان اینطور عنوان نمود که این پرسشنامه حداقل در بیش از ۳۸ کشور جهان مورد استفاده قرار گرفته است و به بیش از بیست زبان مختلف (از جمله فارسی که توسط سازمان بهداشت جهانی مورد تأیید قرار گرفته است و در سایت این سازمان نیز موجود می باشد) قابل دسترسی است. به عنوان مثال محققان بسیاری از جمله رولند و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۰۶) در ژنو برای ارزیابی کیفیت زندگی سالمندان و نیز ویکی و همکاران<sup>۲</sup> (۲۰۰۴) در استرالیا به بررسی کیفیت زندگی سالمندان مبتلا به افسردگی با استفاده از پرسشنامه (WHOQOL – BREF) پرداختند. نتیجه پژوهش نشان داد که به طور کلی اعتبار این پرسشنامه در سالمندان مبتلا به افسردگی با موفقیت تأیید گردید و پایایی پرسشنامه نیز با آلفای (r=۰/۸۶) گزارش گردید.

در این تحقیق روایی پرسشنامه کیفیت زندگی توسط اساتید صاحب نظر در حیطه مدیریت مورد تأیید قرار گرفت و نتایج بدست آمده در محاسبه پایایی میزان آلفای کرونباخ به دست آمده (۰/۸۹۸) گزارش گردید.

در رابطه با تکنیک‌های آماری مورد استفاده، ابتدا با استفاده از آمار توصیفی (شامل فروانی ها، درصدها، میانگین، و نیز جداول و شکل های لازم) به توصیف متغیر ها در جامعه تحقیق استفاده گشته و در بخش آمار استنباطی با توجه به آزمون کالموگراف اسمیرنوف از آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن برای به آزمون گذاشتن متغیرهای تحقیق در سطح معناداری  $\alpha=0/05$  استفاده شده است.

1. Roland and et al  
2. Vicki and et al

**یافته های تحقیق**

از ۳۶۸ نفر دانشجویان مورد مطالعه ۱۱۱ نفر مربوط به دانشگاه مازندران و ۲۵۷ نفر به دانشگاه شمال تعلق داشته که از لحاظ سنی بیشترین آنها در گروه سنی ۲۱ تا ۲۵ سال (۶۳ درصد) و کمترین فراوانی نیز به رده سنی ۳۱ تا ۳۵ سال متعلق بوده است (۱/۱ درصد) (جدول ۱، ۲). از لحاظ جنسیت نیز ۵۳/۵ درصد از آزمودنی‌ها مرد و ۴۶/۵ درصد زن و از لحاظ تأهل ۱۱/۷ درصد از آزمودنی‌ها متأهل و ۸۸/۳ درصد مجرد بوده اند.

**جدول ۱. توزیع و درصد فراوانی آزمودنی‌ها بر اساس نوع دانشگاه**

نوع دانشگاه	فراوانی	درصد
مازندران	۱۱۱	۳۰.۲
شمال	۲۵۷	۶۹.۸
مجموع	۳۶۸	۱۰۰

**جدول ۲. توزیع و درصد فراوانی سن آزمودنی‌ها**

گروه‌های سنی	فراوانی	درصد
۲۰ سال و پایین‌تر	۱۱۴	۳۱.۰
۲۱ تا ۲۵ سال	۲۳۲	۶۳.۰
۲۶ تا ۳۰ سال	۱۸	۴.۹
۳۱ تا ۳۵ سال	۴	۱.۱
مجموع	۳۶۸	۱۰۰

تحلیل انجام شده در خصوص میزان فعالیت بدنی دانشجویان نشان داد که؛ ۳۹/۹ درصد کمتر از سه ماه، ۶/۵ درصد بین ۴ تا ۶ ماه، ۲/۲ درصد بین ۷ تا ۹ ماه، ۳ درصد بین ۱۰ تا ۱۲ ماه و ۴۸/۱ درصد بیشتر از ۱۲ ماه به فعالیت بدنی یا ورزش مشغول می‌باشند (جدول ۳). و مدت زمان انجام فعالیت های بدنی بین دانشجویان ۱۷/۱ درصد کمتر از ۱۰ دقیقه، ۱۵/۵ درصد ۱۰ تا ۲۰ دقیقه، ۱۵/۸ درصد ۲۰ تا ۳۰ دقیقه، ۲۲/۶۳ درصد ۳۰ تا ۶۰ دقیقه و ۲۹/۱ درصد بیش از ۶۰ دقیقه در هر جلسه بوده است (جدول ۴). همچنین از لحاظ تعداد دفعات فعالیت های بدنی ۲۵/۵ درصد کمتر از یکبار در ماه، ۲۶/۶ درصد چندبار در ماه، ۲۳/۴ درصد ۱ تا ۲ بار در هفته، ۱۵/۸ درصد ۳ تا ۵ دفعه در هفته و ۸/۷ درصد هر روز هفته به فعالیت بدنی می‌پردازند (جدول ۵).

جدول ۳. سابقه شرکت دانشجویان در فعالیت بدنی

کمتر از ۳ ماه		بین ۴ الی ۶ ماه		بین ۷ الی ۹ ماه		بین ۱۰ الی ۱۲ ماه		بیش تر از ۱۲ ماه	
فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
۱۴۷	۳۹/۹	۲۴	۶/۵	۸	۲/۲	۱۱	۳	۱۷۷	۴۸/۱

جدول ۴. مدت زمان انجام فعالیت ورزشی توسط دانشجویان

کمتر از ۱۰ دقیقه		۱۰ تا ۲۰ دقیقه		۲۰ تا ۳۰ دقیقه		۳۰ تا ۶۰ دقیقه		بیش از یک ساعت	
فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
۶۳	۱۷/۱	۵۷	۱۵/۵	۵۸	۱۵/۸	۸۳	۲۲/۶	۱۰۷	۲۹/۱

جدول ۵. تعداد دفعات انجام فعالیت بدنی توسط دانشجویان

کمتر از یک بار در ماه		چندبار در ماه		۱ تا ۲ دفعه در هفته		۳ تا ۵ دفعه در هفته		هر روز هفته	
فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
۹۴	۲۵/۵	۹۸	۲۶/۶	۸۶	۲۳/۴	۵۸	۱۵/۸	۳۲	۸/۷

در جدول شماره (۶) به بررسی ارتباط موجود بین تأثیر فعالیت بدنی و ابعاد کیفیت زندگی پرداختیم که نتایج نشان داد بین شرکت در فعالیت بدنی و سلامت جسمانی، وضعیت روحی و روانی، ارتباطات اجتماعی و قلمرو محیطی دانشجویان ارتباط معنی دار و مثبتی وجود دارد.

جدول ۶. ارتباط بین مشارکت فعالیت بدنی و ابعاد مختلف کیفیت زندگی دانشجویان

متغیر	ضریب همبستگی اسپیرمن	سطح معناداری
سلامت جسمانی	۰/۱۹۵	۰/۰۰۱
وضعیت روحی و روانی	۰/۱۵۰	۰/۰۰۴
ارتباطات اجتماعی	۰/۱۲۸	۰/۰۱۴
قلمرو محیطی	۰/۲۱۲	۰/۰۰۱

همچنین آزمون آماری ضریب همبستگی اسپیرمن نشان داد که بین مشارکت دانشجویان در فعالیت های بدنی و کیفیت زندگی آنان ارتباط معنی دار و مثبتی وجود دارد ( $p=0/0001$ ) (جدول ۷).

جدول ۷. ارتباط بین شرکت در فعالیت های بدنی و کیفیت زندگی در دانشجویان

متغیر	آماره	کیفیت زندگی
شرکت در فعالیت های بدنی	ضریب همبستگی اسپیرمن	۰/۲۱۹
	سطح معناداری	۰/۰۰۱
	تعداد	۳۶۶

### بحث و نتیجه گیری

نتایج سابقه شرکت دانشجویان در فعالیت های بدنی نشان می دهد که ۳۹/۹ درصد کمتر از سه ماه، ۶/۵ درصد بین ۴ تا ۶ ماه، ۲/۲ درصد بین ۷ تا ۹ ماه، ۳ درصد بین ۱۰ تا ۱۲ ماه و ۴۸/۱ درصد بیشتر از ۱۲ ماه به فعالیت بدنی یا ورزشی مشغول بوده اند. از لحاظ تعداد دفعات شرکت در فعالیت بدنی نیز ۲۵/۵ درصد کمتر از یکبار در ماه، ۲۶/۶ درصد چندبار در ماه، ۲۳/۴ درصد ۱ تا ۲ بار در هفته، ۱۵/۸ درصد ۳ تا ۵ دفعه در هفته و ۸/۷ درصد هر روز هفته به فعالیت بدنی می پرداختند. و مدت زمان شرکت دانشجویان در فعالیت بدنی نشان می دهد که ۱۷/۱ درصد کمتر از ۱۰ دقیقه، ۱۵/۵ درصد ۱۰ تا ۲۰ دقیقه، ۱۵/۸ درصد ۲۰ تا ۳۰ دقیقه، ۲۲/۶۳ درصد ۳۰ تا ۶۰ دقیقه و ۲۹/۱ درصد بیش از ۶۰ دقیقه در هر جلسه به فعالیت بدنی مشغول بوده اند. از لحاظ شدت فعالیت بدنی دانشجویان، ۳۸/۹ درصد فعالیتی خیلی سبک، ۲۳/۹ درصد دارای فعالیتی سبک، ۱۴/۱ درصد فعالیتی متوسط، ۱۱/۴ درصد دارای فعالیتی سنگین، تنفس نسبتاً سریع و گاهی اوقات همراه با تعریق و ۱۱/۷ درصد دارای شدت فعالیت خیلی سنگین همراه با تنفس سریع و تعریق زیاد و مداوم بوده اند. با توجه به نتایج بدست آمده می توان چنین استنباط نمود که بطور کلی میزان فعالیت های ورزشی از نظر سابقه فعالیت، تعداد دفعات و شدت انجام فعالیت بدنی در بین دانشجویان بسیار اندک است اما مدت زمان انجام فعالیت بدنی در هر جلسه از تمرینات ورزشی در وضعیت مطلوبی قرار دارد.

نتایج تحقیق نشان داد که، بین شرکت در فعالیت های بدنی و سلامت جسمانی دانشجویان ارتباط معنی دار و مثبتی وجود دارد ( $p=0/0001$ ,  $r=0/195$ ). نتایج تحقیق حاضر با اکثر پژوهش ها برای نمونه، قهرمانلو و همکاران (۱۳۸۴)، آهنگری (۱۳۸۵)، مختاری (۱۳۸۶)، زمان زاده (۱۳۸۷)، بخشنده (۱۳۸۷)، خالقی بابایی (۱۳۸۸)، رستمی (۱۳۸۸)، ووس و ندال و همکاران (۲۰۰۴)، سابرینا تیزر و همکاران (۲۰۰۷)، موتی و همکاران (۲۰۰۹)، بالبوا و همکاران (۲۰۱۱)، سانچز ویلگاس و همکاران (۲۰۱۱) و پیک مزوویک (۲۰۱۱) در راستای ارتباط بین شرکت در فعالیت بدنی و سلامت جسمانی همسو بوده است (۱۲، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۱۴، ۱۵، ۲۵، ۲۶، ۲۷) و همچنین با نتایج تحقیق سروری خراشاد (۱۳۸۴)، واحدی (۱۳۹۰) و داموش (۱۹۹۹) ناهمسو می باشد (۲۸، ۱۳ و ۲۹).

اجرای تمرینات ورزشی، دویدن آرام و قدرتی به مدت یک ساعت در روز و سه مرتبه در هفته سبب تقویت اعمال فیزیولوژیکی متعدد بدن می شود. فعالیت بدنی منظم باعث کاهش سطح تری گلیسیرید خون، افزایش سطح HDL، حفظ تعادل بدن، پایین آمدن فشار خون، ممانعت از حمله های قلبی و جلوگیری از پوکی استخوان می شود (۱۲). که در این خصوص

شرکت منظم و مستمر دانشجویان در فعالیت‌های ورزشی باعث گردیده تا نیاز به دارو و درمان کاهش یافته و دانشجویان احساس تندرستی و شادکامی پس از اجرای فعالیت‌های بدنی را داشته باشند. همچنین عدم همسو بودن پژوهش‌های داموش (۱۹۹۹) و سروری خراشاد (۱۳۸۴) با نتایج این تحقیق، بیماری، افزایش سن، و مشکلا جسمانی افراد ذکر گردید.

از دیگر یافته‌های تحقیق حاضر، ارتباط بین شرکت در فعالیت‌های بدنی و وضعیت روحی- روانی دانشجویان می‌باشد که نتایج مثبت و معنی‌داری گزارش گردید و با پژوهش‌های انجام شده، قهرمانلو و همکاران (۱۳۸۴)، سروری خراشاد (۱۳۸۴)، آهنگری (۱۳۸۵)، مختاری (۱۳۸۶)، زمان زاده (۱۳۸۷)، بخشنده (۱۳۸۷)، ووس وندال و همکاران (۲۰۰۴)، سابرینا تیزر و همکاران (۲۰۰۷)، موتی و همکاران (۲۰۰۹)، بالبوآ و همکاران (۲۰۱۱)، سانچز ویلگاس و همکاران (۲۰۱۱) و مولینا گارسیا و همکاران (۲۰۱۱) همسو می‌باشد (۱۲، ۲۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۱۶). همچنین با نتایج رستمی (۱۳۸۸) و داموش (۱۹۹۹) همخوانی نداشته است (۲۹ و ۲۳).

تمرینات و فعالیت بدنی از دو راه مستقیم در اصلاح خلق و خو تأثیر دارد. یکی رها شدن آندروفین و دوم کاهش کورتیزول (هورمونی که با فشار عصبی در خون ترشح می‌شود). بر اساس نظر متخصصان فیزیولوژی بدن، آندروفین‌ها داروهای طبیعی کاهش درد هستند که سبب بوجود آمدن احساسات خوشایند می‌شوند. تمرینات و فعالیت بدنی موجب افزایش سطوح ترشح آندروفین می‌شود. از طرفی محققان به این نتیجه رسیدند که تمرینات و فعالیت بدنی مناسب در افزایش سطح سروتونین (هورمون موثر در اصلاح خلق و خو) تأثیر بسزایی دارند. بنابراین به نظر می‌رسد فعالیت بدنی کمک می‌کند تا آندروفین و سروتونین بیشتری به بدن برسد و برای مدت طولانی تری در طول تمرین حفظ شود (۲).

محققان علوم پزشکی ورزش اخیراً عنوان نموده‌اند که فعالیت بدنی ممکن است تأثیرات فیزیولوژیکی فشارهای روانی را تثبیت یا متعادل کند. تغییر در عملکرد هورمون‌ها، انتقال دهنده‌های عصبی و فعل و انفعالات شیمیایی دیگر موجود در بدن باعث واکنش بدن نسبت به فشارهای روانی می‌شود (۱۲).

با توجه به نتیجه تحقیق می‌توان گفت که فعالیت مداوم و منظم به علت شادی بخش بودن آن، موجب آرامش ذهنی، بالارفتن قدرت اراده، افزایش حس اعتماد به نفس و توانایی تصمیم‌گیری می‌شود که همگی این عوامل باعث می‌گردد تا دانشجویان از فشارهای عصبی به خصوص در مواقع بروز مشکلات جلوگیری کنند و خود دلیلی بر معنی دار بودن این فرض می‌باشد. همچنین عدم همخوانی نتایج تحقیق حاضر با پژوهش‌های رستمی (۱۳۸۸) و

داموش (۱۹۹۹) احتمالاً به دلیل عدم اعتقاد به ورزش و فعالیت بدنی بر ایجاد ذهنیت موثر در ایجاد شادابی در شدت ناکافی تمرین می باشد. همچنین رژیم غذایی در کنار فعالیت بدنی می تواند عامل مداخله گری بر اثرات ورزش باشد.

در این تحقیق، اثر فعالیت های بدنی بر ارتباط اجتماعی دانشجویان معنی دار و مثبت گزارش گردید که نتایج آن با پژوهش های قهرمانلو و همکاران (۱۳۸۴)، سروری خراشاد (۱۳۸۴)، مختاری (۱۳۸۶)، زمان زاده (۱۳۸۷)، بخشنده (۱۳۸۷)، خالقی بابایی (۱۳۸۸)، واحدی (۱۳۹۰)، سابرینا تیزر و همکاران (۲۰۰۷)، موتی و همکاران (۲۰۰۹)، بالبوآ و همکاران (۲۰۱۱) و سانچز ویلگاس و همکاران (۲۰۱۱) همسو بوده است (۱۲، ۱۸، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۲۵، ۲۶). و همچنین با نتایج آهنگری (۱۳۸۵)، رستمی (۱۳۸۸) و دی گاتیزر و لیلی تامپسون (۲۰۰۹) همخوانی نداشته است (۱۹، ۲۳ و ۳۰).

ورزش و فعالیت بدنی موجب تقویت خانواده، توسعه روابط دوستانه و پرورش روحیه اجتماعی در بین دانشجویان می گردد. دلایل همسو بودن نتایج تحقیق را می توان شرکت دانشجویان در ورزش ها و فعالیت های گروهی دانست که منجر به ارتباطات اجتماعی رضایت بخش و توانایی برای تقابل موثر با افراد دیگر می گردد. همچنین عدم همسو بودنش را با تعداد اندک تحقیقات بیان شده می توان به شرایط خانوادگی، ترس و اضطراب در برخورد با دیگران، عدم تربیت صحیح خانواده ها و افسردگی افراد دانست.

نتایج پژوهش نشان داد که بین شرکت در فعالیت های بدنی و قلمرو محیطی دانشجویان ارتباط معنی دار و مثبتی وجود دارد که این یافته با نتایج خالقی بابایی (۱۳۸۸)، رستمی (۱۳۸۸)، واحدی (۱۳۹۰) همسو بوده است (۱۳ و ۲۳، ۲۲) و با یافته های آهنگری (۱۳۸۵) و بخشنده (۱۳۸۷) همخوانی نداشته است (۱۹ و ۱۲).

از عوامل موثر در ناهمسو بودن این یافته تحقیق می توان عواملی از قبیل سنت ها، نگرش ها، اعتقادات، شرایط محیطی متفاوت در خانه، محل کار و محل انجام فعالیت های بدنی دانست. همچنین وضعیت مالی به عنوان یک دلیل احتمالی اثر گذار می تواند دلیلی بر عدم تأثیر ورزش و فعالیت بدنی در قلمرو محیطی باشد.

نتایج تحقیق نشان داد که بین فعالیت بدنی اوقات فراغت و کیفیت زندگی دانشجویان ارتباط مثبت و معنی داری وجود دارد که این نتیجه با یافته های قهرمانلو و همکاران (۱۳۸۴)، آهنگری (۱۳۸۵)، مختاری (۱۳۸۶)، زمان زاده (۱۳۸۷)، بخشنده (۱۳۸۷)، خالقی بابایی (۱۳۸۸)، رستمی (۱۳۸۸)، واحدی (۱۳۹۰)، ووس وندال (۲۰۰۴)، گاتیزر و لیلی تامپسون (۲۰۰۹)، موتی و همکاران (۲۰۰۹)، بالبوآ و همکاران (۲۰۱۱)، سانچز ویلگاس و همکاران (۲۰۱۱)، دی کاروالهو و

همکاران (۲۰۱۱) و آهینما و ویوگلرز (۲۰۱۲) همسو بوده است (۱۲، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۱۳، ۲۴، ۱۵، ۳، ۲۵، ۲۶، ۳۱، ۱۸) و با یافته‌های واحدی (۱۳۹۰)، (داموش، ۱۹۹۹) والادارس و همکاران (۲۰۱۱) همخوانی نداشته است (۱۷ و ۲۹).

به طور کلی می‌توان نتیجه گرفت که انجام فعالیت بدنی در اوقات فراغت علاوه بر فواید جسمانی، بر مقابله با مشکلات و فشارهای عصبی و روانی نیز آثار مفیدی دارد. دانشجویانی که به طور منظم به ورزش و فعالیت بدنی می‌پردازند علاوه بر مصونیت از بسیاری از بیماری‌ها، دارای شخصیت هماهنگ، زندگی منظم و کارایی بیشتری برخوردارند. بدین لحاظ امروزه بسیاری از روانشناسان پرداختن به ورزش و فعالیت بدنی را به عنوان رفع اضطراب، بی‌حوصلگی و فشارهای عصبی توصیه می‌کنند. بنابراین این گونه است که دانشجویان احساس خوبی پس از اجرای فعالیت‌های بدنی گزارش کرده و این احساس خوب بودن نیز منجر به رضایت مندی بیشتر از زندگی شده و کیفیت بالاتر زندگی دانشجویان را به همراه دارد.

این تحقیق نشان داد که انجام فعالیت بدنی با سلامت جسمانی و وضعیت روحی- روانی ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد، لذا پیشنهاد می‌شود تمامی دانشجویان برای سلامت جسمی، آرامش خاطر و احساس خوب بودن ورزش و فعالیت بدنی را به عنوان بخشی از اوقات فراغت خود در نظر بگیرند. درمورد انجام فعالیت بدنی و ارتباطات اجتماعی نتایج ارتباط مثبتی را نشان داد در این باره پیشنهاد می‌شود دانشجویان جهت ایجاد روابط دوستانه و اجتماعی بیشتر در گروه‌های جمعی به ورزش و فعالیت بدنی بپردازند. احداث اماکن و مراکز ورزشی در نزدیکی خوابگاه‌های دانشجویان، گسترش رشته‌های مختلف بدنی و ورزشی برای دانشجویان، ایجاد گروه‌های ورزشی در دانشگاه‌ها و خوابگاه‌های دانشجویی (مانند گروه کوهنوردی)؛ می‌تواند از جمله عوامل موثر در به کارگیری دانشجویان به فعالیت‌های بدنی باشد.

### منابع:

۱. جلالی فراهانی، مجید. (۱۳۹۰). مدیریت اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی، تهران، موسسه انتشارات، دانشگاه تهران.
۲. گودرزی، محمود، حمایت طلب، رسول. (۱۳۸۴). مقایسه میزان شادکامی دانشجویان ورزشکار دختر و پسر دانشگاه تهران، نشریه حرکت، شماره ۲۵، ص. ۴۳-۵۲.
۳. تندونیس، فریدون. (۱۳۷۸). جایگاه ورزش در اوقات فراغت دانشجویان کشور، نشریه حرکت، شماره ۲ ص ۹۳-۹۱.

۴. مشرف جوادی، بتول. (۱۳۸۰). کلید های کیفی در برنامه ریزی اوقات فراغت، همایش اوقات فراغت و تفریحات سالم جوانان با تأکید بر ورزش و تربیت بدنی، دوره اول. ص. ۳۶-۳۵.
۵. آزاد مرز آبادی، احمد، (۱۳۸۳). بررسی نقش استرس های فرهنگی در بهداشت روانی دانشجویان، مجموعه مقالات دومین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان، ص. ۴-۱.
6. Castells, M. (1996). *The Rise of the Network Society*, Cambridge, Mass, Blackwell.
۷. ادیب حاج باقری، محسن. (۱۳۸۰). نقش نماز در سلامت روانی دانشجویان، مجموعه مقالات برگزیده یازدهمین اجلاس سراسری نماز، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان. ص. ۷۶-۶۵.
8. Hinchliff, S, Birchen all, M, Birchen all, p. (1993). *Nursing and Health Care*, London, Edward Arnold Company: 28-30.
۹. سلطانی، رضا، کافی، سیدموسی، صالحی، ایرج، کارشکی، حسین و رضایی، سجاد. (۱۳۸۹). بررسی کیفیت زندگی دانشجویان دانشگاه گیلان. مجله دانشگاه علوم پزشکی گیلان، دوره ۱۹، شماره ۷۵، ص. ۳۵-۲۵.
۱۰. بهرام فر، مینو. (۱۳۸۰). بررسی نحوه ی گذران اوقات فراغت دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز با تأکید بر فعالیت های ورزشی، پایان نامه ی کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز.
۱۱. حامدی نیا، محمد رضا، گلستانی، علی. (۱۳۸۳). کیفیت زندگی مربوط به تندرستی در بین اعضاء هیأت علمی فعال و غیر فعال از نظر بدنی در دانشگاه های سبزوار، فصلنامه ی المپیک، شماره ۴، ص ۷۳-۶۷.
۱۲. بخشنده، محمد، (۱۳۸۷). ارتباط بین فعالیت های ورزشی اوقات فراغت و کیفیت زندگی در افراد میانسال فعال شهر همدان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شمال.
۱۳. واحدی، عاطفه. (۱۳۹۰). ارتباط بین شرکت در فعالیتهای ورزشی اوقات فراغت با کیفیت زندگی دانشجویان علوم پزشکی فعال و غیر فعال. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شمال.
14. Tessier, Sabrina, vuillemin, Anne, Bertrais, Sandrine and et all, (2007). Association between leisure-time physical activity and health-related quality of life changes over time. *Preventive medicine*, N.44, P.202-208.
15. Moti Robert, Mc Auley Edvard, Snook Erin, Gliottoni Rachael, (2009). Physical activity and quality of life in multiple sclerosis: Intermediary roles of disability, fatigue, mood, pain, self-efficacy and social support, *Psychology, Health and Medicine*, VOL14, N, PP 111-124.
16. Molina-García J, Castillo I, Queralt A, (2011). Leisure-time physical activity and psychological wellbeing in university students, Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal, Universitat de València, Avda. dels Tarongers, 4, 46022, Valencia, Spain. javier.molina@uv.es
17. Valadares AL, Carvalho ED, Costa-Paiva LH, Morais SS, Pinto-Neto AM, (2011). Association between different types of physical activities and quality of life in women aged 60 years or over, Tocogynecology Department, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP, Brazil.



18. Ohinmaa, Arto, Veugelers, Paul. (2012). Diet quality, physical activity, body weigh and health-related quality of life among grade 5 students in Canada, PUBLIC HEALTH NUTRITION, Vol: 15, Issue: 1, pages: 75-81.
۱۹. آهنگری، مهناز. (۱۳۸۵). بررسی کیفیت زندگی سالمندان عضو کانون های فرهنگ سرای سالمند شهر تهران، پایان نامه‌ی کارشناسی ارشد مدیریت توانبخشی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی ایران.
۲۰. مختاری، ربابه. (۱۳۸۶). مقایسه کیفیت زندگی افراد شرکت کننده و غیر شرکت کننده در ورزش همگانی، پایان نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشگاه شمال.
۲۱. زمان زاده و همکاران، (۱۳۸۷). تأثیر تمرینات بدنی بر کیفیت زندگی در بیماران همودیالیزی، مجله ی پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تبریز، ص. ۵۱-۵۵.
۲۲. خالقی بابایی، صغرا، (۱۳۸۸). مشارکت در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت و کیفیت زندگی در افراد جانباز و معلول فعال و غیر فعال، پایان نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشگاه شمال.
۲۳. رستمی، اکبر، (۱۳۸۸). ارتباط بین آمادگی جسمانی و کیفیت زندگی دانشجویان دانشگاه شمال و تدوین نورم، پایان نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشگاه شمال.
24. Wendel-Vos, G.C, Schuit, A.J., Tijhuis, M.A., Kromhout, D, (2004). Leisure time physical activity and health-related quality of life: cross-sectional and longitudinal associations, Qual. Life Res, N 13, P.667-77.
25. Balboa-Castillo T, León-Muñoz LM, Graciani A, Rodríguez-Artalejo F, Guallar-Castillón Pm (2011). Longitudinal association of physical activity and sedentary behavior during leisure time with healthrelatedquality of life in community-dwelling older adults, Department of Preventive Medicine and Public Health, School of Medicine, Universidad Autónoma de Madrid/IdiPAZ-CIBER of Epidemiology and Public Health (CIBERESP), Madrid, Spain.
26. Sanchez-Villegas A, Ara I, Dierssen T, de la Fuente C, Ruano C, Martínez-González MA, (2011). Physical activity during leisure time and quality of life in a Spanish cohort: SUN (Seguimiento Universidad de Navarra) Project, Department of Clinical Sciences, University of Las Palmas de Gran Canaria, Las Palmas de Gran Canaria, Spain.
27. Pekmezovic, T, Popvic, A, Tepavcevic, DK, Gazibara, T, Paunic, M,(2011). Factors associated with health-related quality of life among Belgrade University Students, QUALITY OF LIFE RESEARCH, Vol: 20, Issue: 3, pages: 391-397.
۲۸. سروری خراشاد، رضا. (۱۳۸۴). مقایسه کیفیت زندگی مرتبط با تندرستی و فعالیت بدنی در اعضاء علمی دانشگاه های مشهد، پایان نامه ی کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مشهد.
29. Damush, T. M, (1999). The effects of strength training on strength and health-related quality of life in older adult women, The Gerontologist, Vol 39, Issue 6, 705-710.
30. Dee D Geutierrez, PT, Lilli Thompson, PT, Bryan Kemp, Phd, Sars J Mulroy, (2009). The Relationship of shoulder pain intensity to quality of life, physical activity and community participation in persons with paraplegia, j Spinal Cord Med, 30(3), p. 251-255.

31. De Carvalho ED, Valadares AL, da Costa-Paiva LH, Pedro AO, Morais SS, Pinto-Neto AM, (2011). Physical activity and quality of life in women aged 60 or older: associated factors, Programa de Pós-graduação do Departamento de Tocoginecologia da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP –Campinas (SP), Brasil.

## بررسی رابطه بین مهارت های فردی و سازمانی مدیریت زمان در مدیران تربیت بدنی دانشگاه های ایران

مجید مسیحای اکبر<sup>۱</sup>، محمد خیبری<sup>۲</sup>، رضا قاسم نژاد<sup>۳</sup>

تاریخ پذیرش: ۹۱/۹/۴

تاریخ دریافت: ۹۱/۷/۱۰

### چکیده

پژوهش حاضر به بررسی رابطه بین مهارت های فردی و سازمانی مدیریت زمان در مدیران تربیت بدنی دانشگاه های ایران پرداخته است. جامعه آماری شامل کلیه مدیران و معاونین تربیت بدنی دانشگاه های تحت پوشش وزارت علوم، تحقیقات و فناوری بودند و تعداد کل آنها براساس آمار ۱۲۰ نفر می باشد. نمونه آماری برای اجرای این تحقیق ۱۲۰ نفر از مدیران و معاونین تربیت بدنی بودند که از کل تعداد ۶۰ دانشگاه تحت پوشش وزارت متبوع انتخاب شده اند و روش نمونه گیری تحقیق حاضر از نوع تمام شماری بوده است. به منظور جمع آوری داده ها از یک پرسشنامه دوبخشی استفاده شد که بخش اول خود دو قسمت دارد، قسمت اول بخش اول حاوی اطلاعات و مشخصات فردی و سوابق تحصیلی است و قسمت دوم بخش اول نیز به اندازه گیری مهارت فردی مدیریت زمان در مدیران می پردازد. نتایج تحقیق نشان داد بین میزان مهارت فردی مدیریت زمان با مولفه های مهارت سازمانی آن در بین مدیران تربیت بدنی رابطه معنادار وجود دارد. بین میزان مهارت فردی مدیریت زمان با مولفه های مهارت سازمانی مانند مهارت اولویت بندی اهداف و فعالیت ها و مهارت مدیریت ارتباطات مدیران تربیت بدنی رابطه معنادار وجود دارد. بین میزان مهارت فردی مدیریت زمان با سایر مولفه های مهارت سازمانی مانند هدفگذاری، برنامه ریزی عملیاتی، تفویض اختیار و مدیریت جلسات مدیران تربیت بدنی رابطه معنادار وجود ندارد. بین میزان مهارت فردی و سازمانی مدیریت زمان مدیران تربیت بدنی با ویژگیهای جمعیت شناختی آنان مانند (جنس، وضعیت تاهل، سن، وضعیت تحصیلی، نوع رشته تحصیلی، وضعیت استخدامی، سابقه خدمت در دانشگاه ها و سابقه مدیریت) رابطه معنادار وجود ندارد.

**کلیدواژه های فارسی:** مدیریت زمان، مهارت های فردی مدیریت زمان، مهارت های سازمانی مدیریت زمان، مدیران تربیت بدنی دانشگاه ها.

۱. کارشناس ارشد تربیت بدنی اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری (نویسنده مسئول)

Email: majidmasiha@gmail.com

۲. عضو هیأت علمی علمی دانشگاه تهران

۳. کارشناس ارشد تربیت بدنی

### مقدمه

عمر مدیریت به درازای عمر بشر است. انسانها برای نیل به خواسته ها و اهدافشان، ابتدا در جمع خانواده و آنگاه در سایر واحدهای اجتماعی گرد هم آمدند و به اداره نمودن و هماهنگی منابع پرداختند.

با نگاهی به اکناف این گیتی پهناور در می‌باییم که در عصر ما کارآیی و بهره‌وری والاترین هدف و ارزشمندترین مقصد همه مدیران است. همه در جستجوی کارآیی بیشتر، نتیجه بخشی بالاتر و بهره‌وری فزونترند و تلاشهایشان در این راستا شکل می‌گیرد (۱).

در اوستا «زروان» و در پهلوی «زوردان» به معنی زمان آمده است. برخی از اندیشمندان اعتقاد دارند که خدای زمان از خدایان قدیمی آریایی است که در وداها به نام «مهاکله» از آن یاد شده که این کلمه به معنی زمان بی‌کرانه می‌باشد. در دین اسلام نیز به اهمیت زمان تأکید فراوان شده است حضرت علی (ع) در نامه خود به مالک اشتر می‌فرماید: کارهای هر روز را در همان روز به انجام برسان، که هر روز را کاری است. ایشان همچنین می‌فرمایند: فرصتها چون ابر زود گذرند پس آماده باشید تا از فرصتهایی که دارید بهره‌گیری کنید (۲).

فرنر جک<sup>۱</sup> با عبارتی دیگر استفاده مناسب از زمان را گوشزد می‌کند و می‌گوید: شاید زندگی جاویدان آرزوی دست نیافتنی باشد اما زندگی طولانی می‌تواند دست یافتنی باشد و یکی از راههای طولانی کردن زندگی استفاده بهتر از وقت و توجه به اهمیت ورزش والای آن است (۳).

لاکت<sup>۲</sup> (۱۳۷۳) می‌گوید: پیام مهم درباره مدیریت زمان آن است که اگر شما زمان را کنترل نکنید زمان شما را کنترل خواهد کرد. چنانچه فرد تواناییها و مهارتهای مدیریت زمان را در خود پرورش و ارتقا ندهد و از آنها درست بهره‌گیری نکند زمان منتظر نمی‌ماند و شرایط را بر او تحمیل خواهد کرد (۴).

در نگرش نوین، متخصصان بر این باورند که یکی از ارکان ضروری برای مدیریت اثر بخش اعمال مدیریت زمان<sup>۳</sup> است.

الک مکینزی (۱۹۹۳) خطاب به مدیران می‌گوید: همیشه گفته‌ای وقت کافی نداشتم درحالیکه زمان کاملاً در اختیار شما بوده ولی آنچه نداشته‌اید مهارتهای لازم برای تنظیم اوقات بوده است (۵).

- 
1. Farner Jack
  2. Locket
  3. Time management

زمان به عنوان سرمایه ای ارزشمند از دیرباز مورد توجه علما و دانشمندان بوده است. زمان غیر قابل جایگزین، از دست رفتنی، اندک و غیرقابل اجاره یا خرید است (۶).

راجرز (۱۹۸۷) در پژوهشی که بر روی ۱۳۰۰ مدیر و به منظور سنجش مدیریت زمان آن‌ها به عمل آورد به این نتیجه رسید که ضعف در اولویت بندی فعالیت‌ها در تمام مدیران مشترک است (۷).

مدیران تربیت بدنی دانشگاهها بعنوان سکنداران عرصه ورزش در دانشگاهها وظیفه تعمیم و توسعه سلامتی و نشاط قشر آینده ساز و فرهیخته دانشگاهی را عهده دار می باشد. از اینرو، آگاهی آنها نسبت به مدیریت زمان از اهمیت ویژه ای برخوردار است و آنان را در برنامه ریزی، اجرای موثر برنامه‌ها و استفاده بهینه از زمان توانمند خواهد ساخت (۸).

به نظر می رسد اصول مدیریت زمان به واسطه کم توجهی محافل و مراکز علمی و آموزشی در ایران چندان شناخته شده نیست. در کتب مدیریت نیز مباحث مدیریت زمان در حد بسیار محدود وجود دارد حتی در موسسات و دستگاه‌های تحقیقاتی اثر خاصی در رابطه با مدیریت زمان ارائه نکرده اند (۹).

مدیریت در تعلیم و تربیت نیز از اهمیت ویژه ای برخوردار است و آگاهی از یافته‌های مدیریت برای کلیه معلمان و مربیان در اداره یک کلاس بسیار ضروری است و مدیریت کلاس درس بسیار گسترده تر از نظم یا کنترل است (۱۰).

مدیر می تواند راههای استفاده موثر از زمان را بیاموزد، می تواند از ابتلای به پریشانی احتراز کند. بازده کارش را خود بخود افزایش دهد و در رسیدن به اهدافش موفقتر باشد و به زندگی متعادل تری دست یابد که در آن فرصت و توان کافی برای پرداختن به کار، منزل، خانواده و خویشتن وجود داشته باشد (۵).

مدیران ورزشی درونگرا به مطالعه و تحقیق و مسائل علمی علاقمندند. افرادی فکور، آینده نگر و کم حرفند و در مدیریت سبک مدیریت مشارکتی را ترجیح می دهند. از سوی دیگر در تحلیل مهارتهای ادراکی به شاخص‌هایی چون هدف گذاری و تعیین راهبرد، توانایی در هماهنگی عوامل موثر در اجرای برنامه‌های ورزشی، مهارت در برنامه ریزی‌های بلندمدت، تفویض اختیار و... تاکید می شود (۱۱).

بنابراین ضرورت آشنایی مدیران با مبحث مدیریت زمان خصوصاً مدیران تربیت بدنی دانشگاهها امری اجتناب ناپذیر است. این پژوهش همچنین می کوشد آشکار سازد که مدیریت که در زندگی شخصی و فردی مدیریت زمان را اعمال می کند، آیا در زندگی سازمانی خود نیز آنرا به کار می گیرد یا خیر؟ بنابراین تحقیق به دنبال بررسی رابطه بین مهارت‌های فردی

وسازمانی مدیریت زمان است تا در صورت وجود این رابطه، بتوان از آن بعنوان ابزاری برای انتخاب مدیران شایسته تر بهره گرفت و همچنین می توان عامل اتلاف وقت در بین مدیران تربیت بدنی را شناسایی نمود و سطح توانایی مدیران را در کنترل زمان بالا برد. نتایج این تحقیق می تواند اثرات مثبتی بر اذهان مدیران و کارکنان تربیت بدنی دانشگاههای کشور برجا ی گذارد و بازخوردهای مفیدی برای ادامه کار مدیران فراهم آورد.

امید است این تحقیق بتواند مدیران تربیت بدنی دانشگاههای کشور را به استفاده موثر و مفید از زمان به صورت فردی و سازمانی ترغیب نموده و راهگشا و آغازگر تحقیقات دیگری در این زمینه باشد.

### روش شناسی تحقیق

روش تحقیق حاضر همبستگی و از نوع پیمایشی است. محقق با اندازه گیری مهارت های فردی و تعیین میزان مهارت سازمانی مدیریت زمان و ابعاد ششگانه آن رابطه بین مهارتهای فردی با مهارتهای سازمانی مدیریت زمان را در بین مدیران تربیت بدنی دانشگاههای کشور بررسی نمود.

داده های تحقیق به صورت میدانی جمع آوری گردیده است.

### جامعه آماری

جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه مدیران و معاونین تربیت بدنی دانشگاههای تحت پوشش وزارت علوم، تحقیقات و فناوری بوده اند که تعداد آنها براساس آمار ۱۲۰ نفر می باشد.

### نمونه و روش نمونه گیری

تعداد نمونه آماری برای اجرای این تحقیق ۱۲۰ نفر از مدیران و معاونین تربیت بدنی بود که از کل تعداد ۶۰ دانشگاه تحت پوشش وزارت متبوع انتخاب شده اند. براین اساس روش نمونه گیری تحقیق حاضر از نوع تمام شماری بوده است.

### ابزار اندازه گیری و روش های جمع آوری اطلاعات:

ابزار اخذ اطلاعات در پژوهش حاضر شامل یک پرسشنامه دو بخشی است که بخش اول آن خود دو قسمت دارد. قسمت اول حاوی اطلاعات و مشخصات فردی و سوابق تحصیلی است که مشتمل برجنس، سن، وضعیت تأهل، سطح تحصیلات، رشته تحصیلی، سابقه خدمت، سابقه مدیریت و وضعیت استخدامی می باشد. قسمت دوم آن که مقیاسی است ۳۰ عبارتی، به اندازه گیری مهارت فردی مدیریت زمان در مدیران می پردازد.

بخش دوم پرسشنامه نیز که مقیاسی ۴۰ عبارتی است به تغییر میزان مهارت سازمانی

مدیریت زمان و ابعاد ششگانه آن می پردازد. پرسشنامه مذکور مقیاسی از نوع لیکرت می باشد به این نحو که در مقابل هر عبارت پنج گزینه به شرح زیر قرار گرفته است.

بسیار موافقم موافقم بی نظرم مخالفم بسیار مخالفم

روایی صورت و محتوایی پرسشنامه پژوهش حاضر از طریق اظهار نظر ده نفر از مدیران واجد مدرک دکترای تربیت بدنی (با گرایش مدیریت) که سابقه مدیریت طولانی مدت در سطوح بالای اجرای ورزش دانشجویی را داشتند مورد بررسی قرار گرفت. نتایج حاکی از آن بود که بیشتر ایشان با اندک اصلاحاتی سئوالات مربوط به این پرسشنامه را در هر دو بخش مهارت فردی و مهارت سازمانی مدیریت زمان مرتبط تشخیص دادند.

به منظور محاسبه میزان پایانی پرسشنامه نیز از شیوه آلفای کرونباخ استفاده شد. (مدیریت زمان مهارت فردی ۰/۷۱، مهارت سازمانی ۰/۷۶)

به منظور توزیع مناسب و اجرای پرسشنامه در بین مدیران تربیت بدنی دانشگاه های کشور با نظر موافق مدیر کل تربیت بدنی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری و از طریق دبیرخانه اداره کل تربیت بدنی وزارت متبوع پرسشنامه مذکور به همراه نامه مدیر کل تربیت بدنی وزارت علوم به آدرس تربیت بدنی دانشگاه ها ارسال گردید.

همزمان به منظور دسترسی مدیران، پرسشنامه مذکور به آدرس پست الکترونیکی ایشان ارسال و ضمناً در سایت اداره کل نیز قرار داده شد.

از بین تعداد ۶۰ دانشگاه پس از دریافت ۸۴ پرسشنامه تکمیل و عودت داده شد که ۷۰ درصد از جامعه آماری مورد مطالعه را شامل می شود، نتایج آماری استخراج شد.

### روش‌های آماری

در پژوهش حاضر به منظور تحلیل یافته ها از دو دسته روشهای آماری توصیفی و استنباطی استفاده شد. در بخش بررسی ویژگیهای جمعیت شناختی از شاخص های میانگین و انحراف استاندارد و همچنین نمودارهای مقایسه ای بهره گرفته شد. همچنین به منظور آزمون فرض های آماری پژوهش در تعیین همبستگی بین مهارت های فردی مدیریت زمان و مهارت های سازمانی و نیز ابعاد شش گانه آن از آزمون همبستگی اسپیرمن استفاده شد. همچنین در تعیین تفاوت مهارت های فردی و سازمانی افراد با ویژگیهای جمعیت شناختی مختلف از آزمون های یومان وایت نی و کروسکال والیس استفاده شد.

## یافته های تحقیق

## نتایج آزمون فرض های آماری پژوهش

شماره فرض آماری	فرض آماری	ضریب همبستگی	سطح معناداری	نتیجه آزمون
۱	رابطه میزان مهارت فردی با مهارت سازمانی	۰/۳۴۵	۰/۰۰۱	معنادار
۲	رابطه میزان مهارت فردی با مهارت هدفگذاری	-۰/۱۲۲	۰/۲۷۴	غیرمعنادار
۳	رابطه میزان مهارت فردی با مهارت اولویت بندی اهداف و فعالیتها	۰/۲۴۴	۰/۰۲۷	معنادار
۴	رابطه میزان مهارت فردی با مهارت برنامه ریزی عملیاتی	۰/۱۸۹	۰/۰۸۹	غیرمعنادار
۵	رابطه میزان مهارت فردی با مهارت تفویض اختیار	۰/۰۹۱	۰/۴۱۵	غیرمعنادار
۶	رابطه میزان مهارت فردی با مهارت ارتباطات سازمانی	۰/۴۳۲	۰/۰۰۱	معنادار
۷	رابطه میزان مهارت فردی با مهارت مدیریت جلسات	۰/۰۱۲	۰/۹۱۸	غیرمعنادار
۸	بررسی تفاوت مهارت های فردی مدیریت زمان مدیران زن و مرد	۰/۱۰۰	۰/۳۶۸	غیرمعنادار
۹	بررسی تفاوت مهارت های فردی مدیریت زمان مدیران متأهل و مجرد	۰/۱۱۲	۰/۳۱۲	غیرمعنادار
۱۰	بررسی تفاوت مهارت های فردی مدیریت زمان مدیران رده های سنی	-۰/۰۲۹	۰/۹۲۴	غیرمعنادار
۱۱	بررسی تفاوت مهارت های فردی مدیریت زمان مدیران با تحصیلات تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی	-۰/۰۹۴	۰/۳۹۷	غیرمعنادار
۱۲	بررسی تفاوت مهارت های فردی مدیریت زمان مدیران با سطح تحصیلات	۰/۱۲۹	۰/۰۸۱	غیرمعنادار
۱۳	بررسی تفاوت مهارت های فردی مدیریت زمان مدیران با وضعیت های استخدامی مختلف	-/۰۱۱	۱/۰۰۰	غیرمعنادار
۱۴	رابطه میزان مهارت فردی با سابقه خدمت در دانشگاهها	-۰/۱۱۶	۰/۳۰۱	غیرمعنادار
۱۵	رابطه میزان مهارت فردی با سابقه مدیریت مدیران	-۰/۰۳۷	۰/۷۴۲	غیرمعنادار
۱۶	بررسی تفاوت مهارت های سازمانی مدیریت زمان مدیران زن و مرد	-۰/۰۰۳	۰/۹۸۱	غیرمعنادار
۱۷	بررسی تفاوت مهارت های سازمانی مدیریت زمان مدیران متأهل و مجرد	۰/۱۰۰	۰/۳۶۸	غیرمعنادار
۱۸	بررسی تفاوت مهارت های سازمانی مدیریت زمان مدیران رده های سنی	-۰/۰۰۳	۰/۹۵۶	غیرمعنادار
۱۹	بررسی تفاوت مهارت های سازمانی مدیریت زمان مدیران با تحصیلات تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی	۰/۱۲۵	۰/۲۶۱	غیرمعنادار
۲۰	بررسی تفاوت مهارت های سازمانی مدیریت زمان مدیران با سطح تحصیلات	۰/۰۲۵	۰/۰۷۱	غیرمعنادار
۲۱	بررسی تفاوت مهارت های سازمانی مدیریت زمان مدیران با وضعیت های استخدامی مختلف	۰/۱۹۸	۰/۰۷۴	غیرمعنادار
۲۲	رابطه میزان مهارت سازمانی با سابقه خدمت در دانشگاهها	-۰/۰۳۷	۰/۷۴۲	غیرمعنادار
۲۳	رابطه میزان مهارت سازمانی با سابقه مدیریت مدیران	-۰/۰۶۸	۰/۵۴۵	غیرمعنادار

N=۸۲



- بین میزان مهارت های فردی مدیریت زمان مدیران تربیت بدنی با میزان مهارت های سازمانی، اولویت بندی اهداف و فعالیت ها، ارتباط سازمانی آنها همبستگی معناداری وجود دارد.
- بین میزان مهارت های فردی مدیریت زمان مدیران تربیت بدنی با میزان مهارت های هدف گذاری، برنامه ریزی عملیاتی، تفویض اختیار، مدیریت جلسات، و همچنین بین میزان مهارت های فردی مدیریت زمان مدیران تربیت بدنی با ویژگی های جمعیت شناختی آنان (جنسیت، وضعیت تاهل، سن، سطح تحصیلات، رشته تحصیلی، وضعیت های استخدامی، سابقه خدمت در دانشگاهها، سابقه مدیریت) همبستگی معناداری وجود ندارد.
- بین میزان مهارت های سازمانی مدیریت زمان مدیران تربیت بدنی با ویژگی های جمعیت شناختی آنان (جنسیت، وضعیت تاهل، سن، تحصیلات تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی، سطح تحصیلات، وضعیت های استخدامی، سابقه خدمت در دانشگاهها، سابقه مدیریت) همبستگی معناداری وجود ندارد.

### بحث و نتیجه گیری

تحقیق حاضر به بررسی ارتباط بین مهارتهای فردی مدیریت زمان و مهارت های سازمانی آن در بین مدیران تربیت بدنی دانشگاههای تابعه وزارت علوم، تحقیقات و فناوری می پردازد. برای رسیدن به اهداف یاد شده تجزیه و تحلیل های آماری زیر صورت گرفته است:

در بررسی ارتباط بین میزان مهارت های فردی مدیریت زمان و مهارتهای سازمانی اولویت بندی اهداف و فعالیت ها، ارتباط سازمانی مدیریت زمان مدیران تربیت بدنی چون مقدار بحرانی بدست آمده ( $Pvalue = 0/001$ ) از مقدار خطای آزمون ( $\alpha = 0/01$ ) کوچکتر است بنابراین فرض صفر رد شده و نتیجه گرفته می شود که بین میزان مهارت های فردی مدیریت زمان مدیران تربیت بدنی با میزان مهارت های سازمانی، اولویت بندی اهداف و فعالیت ها و ارتباط سازمانی آنها همبستگی معناداری وجود دارد. پیتر فراست<sup>۱</sup> (۱۳۷۱) مدیریت زمان را وابسته به خود آگاهی افراد دانسته و ریشه فشارهای ناشی از وقت را در ویژگیهای شخصیتی فرد جستجو می کند. او مهمترین این ویژگیها را نیاز شدید به قدرت، شیوه ذهنی خاص فرد برای جزئیات و همچنین علاقه به پرکاری بیش از حد می داند (۱۲).

مکنزی<sup>۲</sup> (۱۹۲۸) می گوید شیوه ای که در چارچوب آن خودمان، زمانمان و مجموعه ای از عادات کاری و خلق و خوی شخصیتی مان را تنظیم می کنیم به صورت عوامل علت و معلولی و

---

1. Frost P  
2. Mackenzie

پیچیده ای در می آیند و ترکیبی بهم پیوسته پدید می آورند. ماریون های نس<sup>۱</sup> (۱۹۸۷) در مورد مهارت فردی مدیریت زمان اعتقاد دارد که مدیریت زمان به عنوان فرایندی شخصی است و باید با سبک مدیریت فرد و موقعیتهای موجود تطبیق داشته باشد. اگر چه تغییر عادات قدیمی مستلزم همت و اراده یی قوی است اما این امر امکان پذیر است (۱۳).

طاهر سیما (۱۳۷۲) اهداف و فعالیتهای را براساس اهمیت آنها در سه دسته طبقه بندی می کند:

دسته اول) فعالیتهایی که دارای اهمیت بالا هستند و عامل زمان درخوب انجام دادنشان تأثیر مستقیم دارد.

دسته دوم) فعالیتهایی که در درجه دوم اهمیت قرار دارند و اولویت زمانی آنی ندارند. دسته سوم) فعالیتهایی که کم اهمیت هستند و تعیین زمانی خاص برای انجام آن ها لازم نیست (۱۴).

مورفی (۱۹۹۲) معتقد است کارکنان به منظور مدیریت عملی زمان باید بدانند که چگونه اولویت کارهایشان را معین کنند و سپس این اولویت ها را رها نکنند و بدانند چه عاملی آنها را در این کار محدود می کند و چگونه باید زمان را مورد استفاده قرار دهند تا باعث ارتقای خود و کارشان شوند (۱۵).

اد زیگلر (۱۹۹۳) باهدف جلوگیری از عوامل اتلاف وقت و بهبود بهره وری، اصولی همچون اولویت بندی، توجه به نتایج، صرف حداقل زمان برای وظایف جزئی، ایجاد وظایف، اجتناب از انجام کارهای اداری درخانه و برنامه ریزی صحیح را پیشنهاد می کند (۱۶).

حمیدی (۱۳۷۱) معتقد است ملاقاتهای بین مدیران و کارکنان به فنون ارتباط شفاهی خوب بستگی دارد. ملاقاتها روش های موثری برای انتشار اطلاعات، جمع آوری نظریات و تصمیم گیری درمورد اتفاقات آینده هستند (۱۷).

وبر<sup>۲</sup> (۱۹۸۹) برای پیشرفت مدیران در زمینه استفاده موثر از زمان شش پیشنهاد ارائه می کند: تشخیص بین فعالیت مهم و اضطراری، چشم پوشی از انجام بعضی از فعالیتها، تمرکز بر برخی از فعالیتها، تفویض اختیار، پیشرفت در زمینه اهداف بلند مدت حیاتی و بهبود روابط بین افراد (۱۸).

در بررسی ارتباط بین میزان مهارتهای فردی مدیریت زمان مدیران تربیت بدنی و میزان

---

1. Haynes Marion  
2. Webber

مهارت های هدف گذاری، برنامه ریزی عملیاتی، تفویض اختیار، مدیریت جلسات، چون مقدار بحرانی بدست آمده ( $P = 0/274$ ) از مقدار خطای آزمون ( $\alpha = 0/05$ ) بزرگتر است، فرض صفر رد نمی شود و نتیجه گرفته می شود که بین میزان مهارت های فردی مدیریت زمان مدیران تربیت بدنی با میزان مهارت هدفگذاری آنها همبستگی معنی داری وجود ندارد.

مردیت و همکاران (۱۳۷۱) رمز استفاده مفید از وقت را تشخیص اهداف مهم می دانند و معتقدند فرد باید ابتدا هدف خود را معین ساخته و آنگاه فعالیت‌هایی که به آن هدف منجر خواهد شد را به ترتیب تعریف کند. آنان تعیین اهداف روزانه مشخص و دست یافتنی را موجب احساس مفید بودن و رمز موفقیت افراد می دانند و معتقدند هرچه این اهداف کلی تر باشند، دقیق بودن در مورد زمان لازم برای دستیابی به آن دشوارتر خواهد بود (۱۹).

زالی (۱۳۷۵) استفاده بهینه از زمان را آنگاه اثربخش می داند که تنها با هدفگذاری جهت انجام برخی از کارها همراه باشد (۲۰).

آلن لیکین (۱۹۷۳) توصیه هایی را برای توفیق مدیران در بعد مدیریت زمان مطرح می کند. او در این خصوص هدف دار بودن، برنامه داشتن و توجه به نظم و ترتیب را برمی شمارد (۲۱). پاتریشیا واگر (۱۹۸۱) لازمه مدیریت موفق زمان را در برنامه ریزی دقیق، نوشتن اهداف و سازماندهی زمان برای رسیدن به برنامه های کاری می داند. او همچنین هدفگذاری را وسیله ای برای ارزیابی برنامه ها می خواند (۲۲).

صفوی (۱۳۷۱) برای بهره گیری موثر از وقت، سه راه را پیشنهاد می کند: ۱) برنامه ریزی برای استفاده از وقت ۲) مدیریت دفتر کار ۳) ملاقاتهای موثر (۲۳).

اسلامی (۱۳۷۲) به منظور پیشگیری از اختلال برنامه ها بر اثر حوادث غیرقابل پیش بینی پیشنهاد می کند تا در تنظیم برنامه زمانی انعطاف بخرج دهیم (۲۴).

برایان تریسی (۲۰۰۳) معتقد است برنامه ریزی، آوردن آینده به حال است. تا بتوانید اکنون درباره آن کاری انجام دهید.

شاه کرمی (۱۳۷۱) معتقد است که تفویض اختیار امری ساده نیست و آن را فرایندی زمان بر و مهیج می داند. او در خصوص نتایج اینکار می گوید: « زمانی که تفویض اختیار اجرا شود، زمان بیشتری برای فعالیت‌هایی که تنها شما قادر به انجام آن هستید پیدا خواهید کرد. عملیات بسیار روان تر از گذشته انجام خواهد شد. همکارانتان از رضایت شغلی بیشتری برخوردار می شوند» (۲۵).

سنگری (۱۳۷۲) تفویض اختیار و بهره گیری از توانایی دیگران را باعث جلوگیری از تعدد و تمرکز مدیریت می داند. او معتقد است مدیری که تفویض اختیار نمی کند دیگر فرصتی برای

هدایت مجموعه سازمان نخواهد یافت و چه بسا از مسائل جدی و اساسی غافل می شود (۲۶). مایکل دبلیو بورن<sup>۱</sup> (۱۹۷۹) در خصوص اهمیت مدیریت زمان پیشنهادهای را مطرح می کند که عبارتند از: تعیین اهداف، تحلیل زمان موجود، تفویض اختیار به دیگران و سازماندهی آنچه که غیرقابل اجتناب است (۲۷).

استگ من<sup>۲</sup> و مکنزی<sup>۳</sup> (۱۹۸۵) معتقدند که مدیران موفق بوسیله تفویض اختیار اثر بخش و برنامه ریزی مقطعی زمان، بدون انقطاع، مدیریت زمان را اعمال می کنند (۲۸). پولاک<sup>۴</sup> (۱۹۹۴) مهارتهای سازمانی مدیریت زمان را شامل اولویت بندی فعالیتها و اهداف، تفویض اختیار به دیگران، تعیین بهترین زمان شخصی، حفظ سازماندهی و جبران اشتباهات می داند (۲۹).

لاکت<sup>۵</sup> (۱۳۷۳) معتقد است که جلسات بخش زیادی از وقت مدیران را می گیرند و مدیریت جلسات نوعی هنر و مستلزم مدیریت زمان است (۴).

در بررسی رابطه بین میزان مهارت فردی و سازمانی مدیریت زمان با ویژگیهای جمعیت شناختی مدیران (جنسیت، وضعیت تأهل، سن، رشته تحصیلی، سطح تحصیلات، وضعیت استخدامی، سابقه خدمت و سابقه مدیریت):

در بررسی ارتباط چون مقدار بحرانی بدست آمده در کل متغیرها از مقدار خطای آزمون ( $\alpha = 0/05$ ) بزرگتر است نتیجه گرفته می شود که بین میزان مهارتهای فردی مدیریت زمان و ویژگیهای جمعیت شناختی مدیران تربیت بدنی تفاوت معناداری وجود ندارد.

- یافته های تحقیق نوربخش و میر نادری (۱۳۸۴) نشان داد که بین متغیرهای جنس و وضعیت استخدامی با رضایت شغلی معلمان رابطه معناداری وجود دارد از اینرو رابطه سطح معناداری مثبت بین جنس و رضایت شغلی معلمان زن بالاتر است (۳۰).

- همچنین نتایج تحقیق نادریان جهرمی، امیرحسینی (۱۳۸۶) نشان داد که میزان تحصیلات، سابقه ورزشی و رشته تحصیلی با مهارت ادراکی و فنی رابطه معنادار دارد که باید این موضوع در انتخاب و انتصاب مدیران ورزشی توجه کرد (۱۱).

- براساس پژوهش هاف استد<sup>۶</sup> (۱۹۸۰) در برخی از جوامع جنسیت در احراز پست تأثیر دارد.

- 
1. Born.Michael.W
  2. Stegman
  3. Mackenzie
  4. Pollak.A
  5. Locket
  6. Hafsted

به مردها نقش کلیدی واگذار می شود و زنان بیشتر امور خدماتی را انجام می دهند.

- ساگاریا<sup>۱</sup> (۱۹۸۵) براساس تحقیقات خود به این نتیجه رسید که بین زنان و مردان در میزان مهارت‌ها تفاوتی وجود ندارد. به جز در دو مهارت برنامه ریزی و مدیریت مالی که مردان برتر از زنان نشان دادند (۳۱).

براساس تحقیقات انجام شده توسط ترومن وهارتلی<sup>۲</sup> (۲۰۰۶) مشخص شد که دانشجویان دختر و دانشجویان مسن تر دارای مهارت مدیریت زمان بالاتری هستند. در این تحقیق مهارت مدیریت زمان را یک مهارت چندبعدی می دانند (۳۲).

با مروری بر تحقیقات انجام شده در زمینه تحقیق، مشاهده می شود که اغلب محققان معنی دار بودن رابطه مهارت فردی مدیریت زمان با مهارت سازمانی آنرا بیان می کنند. پس با گذری بر نتایج تحقیقات پیشین و نتایج تحقیق حاضر می توان گفت که بین مهارت فردی مدیریت زمان با مهارت سازمانی مدیران تربیت بدنی رابطه معنادار وجود دارد.

### منابع:

۱. الوانی، مهدی (۱۳۷۴). استفاده بهینه از زمان در مدیریت، تحول اداری، دوره سوم، شماره ۱۲ و ۱۳ ص ۱۶-۲۱.
۲. خاکی، غلامرضا (۱۳۷۴). مدیریت زمان، تهران، نشر بصیر.
3. Furner jack D (1994). Successful time management. Newyork. USA
۴. لاکت، جان (۱۳۷۳). مدیریت اثربخش. ترجمه سید امین الله علوی، تهران: انتشارات مرکز آموزش مدیریت دولتی.
5. Mackenzie ,R.Alec(1993).The time trap, world executives digest ,vol.XIV, NO.11,pp.84-88.
۶. بحر العلوم، حسن (۱۳۸۵). مبانی مدیریت سازمان های ورزشی (صفحه ۱۸۱-۱۸۲). شاهرود: دانشگاه صنعتی.
7. Rogers (1987).Managing your time. In Stewart D.m.edition.Handbook of management skills.usa.Gulf.
۸. توکلی، محسن (۱۳۸۷). رابطه چرخه بهره وری از زمان با تمایل به برنامه ریزی در مدیران

---

1. Sagaria  
2. Trueman&Hartley

- و کارکنان ادارات تربیت بدنی استان خراسان جنوبی، اولین همایش علمی تخصصی مدیریت ورزشی، دانشگاه آمل، ۱۳۸۷.
۹. رضوانیه، فریدون (۱۳۷۲). نگاهی به اصول و مبانی مدیریت بر زمان در کار، تدبیر، دوره چهارم، شماره ۳۸.
۱۰. همتی نژاد، مهرعلی و ذبیحی، اسماعیل و رمضان نژاد، رحیم (۱۳۸۲). بررسی مشکلات مدیریت کلاسهای تربیت بدنی از دیدگاه معلمان، نشریه علمی پژوهشی المپیک، انتشارات کمیته ملی المپیک، شماره ۲۴، پاییز و زمستان ۱۳۸۲.
۱۱. نادریا جهرمی، مسعود و امیرحسینی، سیداحسان (۱۳۸۶). بررسی رابطه ویژگیهای شخصیتی و دموگرافیکی مدیران ورزشی با مهارتهای شغلی آنان، نشریه علمی پژوهشی المپیک، انتشارات کمیته ملی المپیک، شماره ۴ (پیاپی ۴۰)، زمستان ۱۳۸۶.
۱۲. فراست، پیتر (۱۳۷۱). کاهش فشارها از راه مدیریت زمان، صنعت و مطبوعات، شماره ۵ و ۶، ص ۲۸ - ۳۱.
13. Haynes, Marion. (1987). Make every minute count kogan page.
۱۴. طاهر سیما، علی (۱۳۷۲). گناه را به گردن وقت نیندازیم، نامه توانیر، شماره ۲، ص ۴۲.
15. Murphy, Charlotte (1992). The trick of the hour, currents, vol. 18, no. 6, pp.50-54.
16. Ziegler, Ed. By leaps & Bound: how to stop wasting time? Set your priorities and soar to success in the publications office. Currents, vol.19.no.3.1993.
۱۷. حمیدی، نوشیار (۱۳۷۱). برقراری ارتباط در مدیریت، مدیریت در آموزش و پرورش، شماره ۲.
18. Webber, Ross Ark ell (1989). Time on your side currents, vol.15, No.9.pp,18-14.
۱۹. مردیت، جعفری و رایت نلسون و فیلیپ نک (۱۳۷۱). کارآفرینی، انتشارات سازمان بین المللی کار و تامین اجتماعی.
۲۰. زالی، محمدرضا (۱۳۷۵). مدیریت زمان، زمینه، دوره ششم، شماره ۶۰، ص ۱۲-۲۰.
۲۱. شیخ نظامی، زهرا (۱۳۷۶). مقایسه خودراهبردی و ابعاد آن در میان مدیران دبیرستان های دخترانه و پسرانه شهر شیراز، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه شیراز.
22. Wager, patricians (1981). Why is this woman smiling? She knows how to save time in her alumni office, case currents, vol. 7, no. 5, pp. 36-38.

۲۳. صفوی، امان‌الله (۱۳۷۱). تنظیم وقت در مدیریت، مدیریت در آموزش و پرورش، شماره ۱.
۲۴. اسلامی، سعید (۱۳۷۳). مدیریت کاربردی وقت، انتشارات فرهنگی تبریز، تبریز.
۲۵. شاه کرمی، اکبر (۱۳۷۱). مدیر و تفویض اختیار، تدبیر، دوره سوم، شماره ۲۶، ص ۴۵.
۲۶. سنگری، محمدرضا (۱۳۷۲). هنر مدیریت : مدیر موفق چه کسی است؟ (قسمت دوم)، تربیت، دوره نهم شماره ۲.
27. Born, W. Michael (1976). Time management for the harried compose administrator, educational record, vol,60, No3,pp. 227- 330
28. Stegman, Wayne G, Alec, Mackenzie (1985). Are you over worked or under organized? School administrator, vol.42, no.7, and pp.10-11.
29. Pollack, Ave (1994). Time management, mercer country community coll, Trenton, n, j. (BBBO8494).
۳۰. نوربخش، مهرانوش و میرنادری، علی اکبر (۱۳۸۴). بررسی رابطه جو سازمانی با رضایت شغلی در معلمان تربیت بدنی دوره متوسطه شهر اهواز، نشریه علمی پژوهشی المپیک، انتشارات کمیته ملی المپیک، شماره ۱ (پیاپی ۲۹)، بهار ۱۳۸۴.
31. Samaria, M.A (1985). The managerial skill and experiences of men and women administrators, journal of educational equity and leadership, vol.5, No.1.pp.19-30.
32. Truman, M ark, Jears, Hartley (1996). A comparison between the time management skills and academic performance of mature and traditional try university student's.Higher education, vol 32.No 2.





**بررسی رابطه بین سبک رهبری مربیان با رضایت بازیکنان**  
**مطالعه موردی: تیم‌های شرکت کننده در یازدهمین المپیاد ورزشی پسر**  
**دانشجویان کشور**

مرتضی دوستی<sup>۱</sup>، عبدا... مصلحی<sup>۲</sup>

تاریخ دریافت: ۹۱/۷/۹

تاریخ پذیرش: ۹۱/۹/۱۲

**چکیده**

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه بین سبک رهبری مربیان با رضایت بازیکنان تیم‌های شرکت کننده در یازدهمین المپیاد ورزشی دانشجویان کشور بود. تحقیق حاضر توصیفی، تعداد جامعه آماری ۲۸۸ نفر ورزشکار بودند که با توجه به فرمول نمونه گیری کوکران ۱۶۵ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزار تحقیق شامل پرسشنامه مقیاس رهبری در ورزش (چلادورای، ۱۹۸۰) و پرسشنامه رضایت بازیکنان از مربی (چلادوری و ریمر، ۱۹۹۸) بود. ضریب پایایی از روش آلفای کرونباخ پرسشنامه تعیین سبک رهبری  $\alpha = 0.86$  و پرسشنامه رضایت  $\alpha = 0.7$  به دست آمد. در تجزیه و تحلیل داده‌ها در آمار توصیفی از میانگین و انحراف معیار و در آمار استنباطی از آزمون فریدمن و تحلیل عاملی تأییدی سطح اول استفاده شد. نتایج تحقیق نشان داد که بین سبک رهبری مربیان و رضایت بازیکنان رابطه معنی داری وجود دارد. با توجه تأثیر گذاری سبک رهبری بر رضایت بازیکنان، مربیان ورزشی باید به سبک رهبری خود توجه ویژه ای داشته باشند.

**کلیدواژه‌های فارسی:** سبک رهبری، مربیان، رضایت بازیکنان، المپیاد، ورزش.

۱. استادیار دانشگاه مازندران (نویسنده مسئول)

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات آیتا... آملی

Email: m\_dostipasha@yahoo.com

### مقدمه

انجام موفق هر کار گروهی مستلزم مدیریت صحیح و کارآمد است، از نقش اثرگذار مدیریت در موفقیت یا عدم موفقیت گروه‌ها و سازمان‌ها به سادگی نمی‌توان گذشت. وقتی گروهی از افراد برای رسیدن به هدفی تلاش می‌کنند، معمولاً کسی به عنوان مدیر و رهبر مسئولیت گروه را بر عهده می‌گیرد (۱). مربیان محور و رکن اصلی تیم‌های ورزشی‌اند و در بین سه عامل ورزشکار، مربی و تماشاگر، مربی سازمان دهنده قوی و زیربنای هر پیشرفت ورزشی یا تیمی است، از اینرو مربیگری اثربخش دربرگیرنده نقش‌ها و سبک‌های گوناگون است (۲). رهبران موثر قادر به پیش بینی احتمالات آتی و طراحی استراتژی‌های انتخابی برای برآورده کردن ابهامات هستند (۳).

بررسی رفتار و سبک رهبری مربیان و تأثیراتی که بر روی رفتار و انگیزش ورزشکاران ایجاد می‌کند، می‌تواند ما را در بهبود روابط مربی-ورزشکار و اتخاذ تصمیمات و برنامه ریزی بهتر یاری دهد. رفتار مربی و والدین ممکن است بر ویژگی‌های پیشرفت ورزشکاران جوان از جمله انگیزه، جهت گیری هدف و جهت گیری پیروزی تأثیر بگذارد (۴). مربیان ممکن است بر عوامل روانی از جمله انگیزه و بهره‌وری برای پیشرفت ورزشکاران تأثیر بگذارند (۵). بدین منظور لازم است که عوامل تأثیرگذار در رفتار ورزشکاران با انجام تحقیقات وسیع‌تر و گسترده‌تر مشخص گردد. سپس اطلاعات و دانش مورد نیاز را کسب نموده و آنچه که وجود دارد، با آنچه که می‌تواند وجود داشته باشد، را بررسی و ارزیابی نمود و در جهت رسیدن به اهداف مربوطه حرکت نمود.

اریکسون و همکاران<sup>۱</sup> گزارش دادند که فعل و انفعالات مربی و ورزشکار ممکن است بر موقعیت‌های ورزشی اثر بگذارد علاوه بر این الگوی رفتاری مربی، رقابت را تحت تأثیر قرار می‌دهد و به هدف و جهت گیری پیروزی در ورزشکاران جوان کمک می‌کند (۶).

رفتارهای نامطلوب مربیان به نتایج منفی از جمله کاهش رضایت در ورزشکاران جوان مرتبط است (۷). نوعی از اخلاق و رفتار مربیان ممکن است بر رضایت بازیکنان تأثیرگذار باشد، اگرچه، یکی از مهم‌ترین عوامل در مربیگری بدست آوردن رضایت ورزشکاران است (۸). رضایت ورزشکاران مرد و زن باید بخشی از ارزیابی برنامه‌های ورزشی باشد (۹).

یکی از عوامل مؤثر بر میزان رضایت بازیکنان، سبک رهبری مربی است و سبک رهبری متأثر از نوع قدرت مورد استفاده مربیان است. مربیان نه تنها باید آن را جزء جدانشدنی شغل و وظیفه خود به حساب آورند بلکه باید با شیوه کاربرد آن آشنا باشند تا با استفاده صحیح از آن تحقق و تأمین هدف‌های خود و سازمان را تسریع کنند (۱۰).

گاردنر و آولیو<sup>۱</sup> در سال ۱۹۹۸ « به نقل از کونگر<sup>۲</sup> ۱۹۹۹» اظهار داشتند که، تعهد پیروان بوسیله تکنیک‌های مدیریتی موثر یک رهبر افزایش می‌یابد. توانایی مربی در ایجاد محیطی که به یادگیری و پیشرفت مطلوب ورزشکار بیانجامد، یکی از عوامل کلیدی در رشد ورزشکار است. باریچ<sup>۳</sup> (۲۰۰۷) بیان می‌کند که امر مربیگری، تشویق و حمایت ورزشکار برای عملکرد مؤثر، یادگیری و یا پیشرفت، موفقیت آمیز است (۱۱).

سبک مربیگری ممکن است هم بر انسجام تیمی و هم بر موفقیت تیم مؤثر باشد. مربیان نیاز دارند که با سبک‌های رهبری مختلفی آشنایی داشته باشند و استفاده آنان از سبک‌های رهبری گوناگون عامل مهمی در جهت موفقیت خود و تیم شان است، زیرا مربیانی موفق هستند که سبک‌های رهبری را به درستی شناخته و چگونگی استفاده از آنها را بدانند (۱۲). بدیهی است برای مربیگری و هدایت ورزشکاران برای رسیدن به موفقیت نیاز به یک ساختار رهبری است که ورزشکاران بتوانند در آن ساختار بهترین عملکرد جسمانی و مهارتی را داشته باشند و این امر همان مسئله اساس شناخت سبک‌های رهبری مؤثر مربیان را بیان می‌کند که عامل مهم هدایت مربی و ورزشکار است (۱۳).

مربیگری در دنیای کنونی ورزش، وظیفه ای مهم و مورد توجه است و در طول دهه های گذشته توانسته حرفه و تخصصی مهم معرفی شود. موفقیت یک تیم ورزشی، به عوامل متعددی بستگی دارد که از آن جمله می‌توان به سبک رهبری مربی، منابع مادی و مالی، ارائه تاکتیک‌ها و راهکارهای جدید و نو توسط مربی، وجود بازیکنان خلاق و تکنیکی در تیم و انسجام تیمی و .. اشاره کرد. روش‌های کهنه و سیستم‌های شناخته شده مربیگری دیگر کارایی ندارند، شدت فزاینده ی چالش‌های رقابتی هر کسی را به مبارزه می‌طلبد تا خود را با شرایط جدید تطبیق دهد. امروزه اهمیت مهارت‌هایی همچون طراحی تغییر، تطبیق دهی، افزایش تنوع، ارائه ایده جدید، قابلیت‌های فردی و گروهی، خلاقیت‌های فردی و گروهی در ورزش رو به رشد امروز دوچندان شده است. پیچیده تر و مشکل تر شدن فضای رقابتی در عرصه‌ی ورزش، ضرورت توجه به استعدادهای انسانی و اتخاذ مناسب‌ترین سبک رهبری و همچنین توجه به بازیکنان خلاق را بیش از گذشته آشکار ساخته است (۱۴). امروزه شرایط محیطی به حدی پیچیده، پویا و نامطمئن گردیده که سازمان‌های ورزشی دیگر نمی‌توانند با تغییرات سطحی و ظاهری در ساختارها، روش‌ها، سیستم‌ها و غیره حیات بلندمدت و حتی کوتاه مدت خود را در مرحله

---

1. Gardner & Avolio  
2. Conger  
3. Baric

رقابت‌های منطقه ای، ملی و یا بین‌المللی تضمین کنند. تیم‌های ورزشی برای ارتقاء و یا بقای خود ناچارند، ظرفیت‌ها و توانمندی‌های درونی خود را بشناسند، نقاط ضعف را ترمیم و به تقویت نقاط قوت خود پردازند. یکی از جنبه‌ها و ابعاد مربیگری در تیم و از تصمیم‌های مهم، انتخاب شیوه و سبک مربیگری است. این بعد تعیین کننده این است که: یک مربی چگونه تصمیم می‌گیرد؟ کدام مهارت‌ها و استراتژی‌ها را آموزش می‌دهد؟ چگونه سازماندهی لازم برای تمرین و مسابقه را به انجام می‌رساند؟ از چه روش‌هایی برای ایجاد نظم و انضباط تیم استفاده می‌کند؟ و از همه مهم‌تر، در تصمیم‌گیری‌ها چه نقشی را برای ورزشکاران قائل است؟ بر تاکتیک‌های تیمی متکی است یا به تکنیک‌ها و خلاقیت‌های فردی نیز توجه دارد آیا فقط به کار گروهی و سیستماتیک متکی است یا در کنار کار گروهی به تکنیک‌ها، توانایی‌ها و خلاقیت‌های فردی نیز توجه دارد؟

ثابت شده است که مربیان خوب حتی در صورت ضعف منابع با خلاقیت و اندیشه‌های خود و بازیکنان می‌توانند از بالاترین ظرفیت تیم و باشگاه استفاده نموده و با غلبه بر متغیرهای مخل درونی و بیرونی، تیم را به سر منزل مقصود رهنمون سازد (۱۵).

یک مربی موفق امروزی یک معمار تاکتیک نیست، بلکه مدیری است که توانایی‌های روانی خود را برای رهبری بازیکنان به شکل مطلوبی به کار می‌گیرد و آن‌ها را هدایت می‌کند (۱۶). توانایی، خلاقیت و داشتن سابق بازیگری درخشان، لزوماً تضمین کنند اعمال مربیگری مطلوب نیست، مربیان باید با توانایی‌های مختلفی مثل مهارت‌های رهبری آشنایی کامل داشته باشند (۱۷).

آیا مربی می‌تواند با هر سبک رهبری به موفقیت برسد؟

پژوهش‌های متعددی در زمینه رفتار و سبک‌های رهبری مربیان، همچنین عوامل اثرگذار بر انسجام گروهی انجام شده است. چلادورای (۱۹۹۰) با طرح مدل چندبعدی رهبری، رفتار مربیان را متأثر از ویژگی‌های اعضا، ویژگی‌های موقعیت، و ویژگی‌های رهبری می‌داند. همچنین، عملکرد تیمی و رضایت مندی بازیکنان را پیامد رفتار مربیان می‌شناسد (۹).

هورن (۲۰۰۲) مدل کارآمدی از سبک‌های رهبری مربیان تهیه کرد. این مدل نیز تأثیر رفتار مربی بر عملکرد و رضایت مندی ورزشکاران را نشان می‌دهد (۱۸).

در یکی از اولین پژوهش‌هایی که از پرسشنامه مقیاس رهبری در ورزش استفاده شد، ویس و فردریچ (۱۹۸۶) در بررسی ارتباط بین رفتار و ویژگی‌های مربی با رضایت مندی ورزشکاران و عملکرد تیمی به این نتیجه رسیدند که ورزشکارانی که مربیان آن‌ها از سبک‌های رهبری حمایت اجتماعی، بازخورد مثبت، و دموکراتیک استفاده می‌کردند رضایت مندی بیشتری

داشتند تا ورزشکارانی که مربیان آن‌ها از این سبک‌های رهبری کمتر بهره می‌بردند (۱۹). البته در این زمینه نتایج متناقضی وجود دارد، به طوری که ریمر و تون (۲۰۰۱) در پژوهشی درباره بازیکنان تنیس، کاکیوگلو (۲۰۰۳) در پژوهشی درباره فوتبالیست‌ها، و کلاریک (۲۰۰۴) نیز در پژوهشی درباره دانشجویان ورزشکار نشان دادند رابطه‌ای بین سبک رهبری مربیان و رضایت مندی ورزشکاران وجود ندارد.

تیم‌های موفق ورزشی معمولاً دارای یک صفت برجسته‌اند که آن‌ها را از تیم ناموفق متمایز می‌کند و آن مدیریت و رهبری موثر، فعال و شایسته است. امروزه در کشورمان مشاهده می‌شود تیم‌های ورزشی حتی با داشتن مربیان مجرب و بازیکنان نخبه نتوانسته‌اند عملکرد گروهی مناسبی از خود نشان دهند.

آیا این مشکل را می‌توان ناشی از عدم شناخت سبک‌های رهبری مربیان و نحوه استفاده از آنها دانست؟

واقعاً چه شیوه و سبکی متناسب با شرایط تیم است؟ آیا سبک مربیگری یک تیم حرفه‌ای در لیگ‌های کشور با روش مربیگری یک تیم دانشگاهی و یا محلی و پیشکسوتان تفاوتی دارد؟ چگونه است که در بعضی از باشگاه‌ها بازیکنان بزرگ، تکنیکی و خلاق پرورش می‌یابند که تیم‌های بزرگ دنیا حاضرند برای به خدمت گرفتن آنها میلیون‌ها دلار هزینه کنند؟ این افراد تحت کدام سبک رهبری کشف و پرورش می‌یابند؟ موفقیت یک تیم ورزشی به عوامل متعددی بستگی دارد. هر تیم و گروه ورزشی از منابع انسانی و مادی تشکیل شده است. با توجه به هدف گرا بودن سازمان‌ها بطور اعم و تیم‌های ورزشی بطور اخص، جهت‌نیل به اهداف، بایستی از نیروهای انسانی به عنوان عنصر اصلی، سرمایه، امکانات و تأسیسات استفاده بهینه و مطلوب نمود.

از جمله عوامل بسیار مهمی که در بهره‌دهی و یا عدم نتیجه‌گیری تیم‌های ورزشی موثر است، مربی آن تیم‌ها است. زیرا در سازمان‌ها، تیم‌های ورزشی مربی به عنوان مغز متفکر و پویا در تعیین سرنوشت و کسب بالاترین بازده ممکن نقش و اهمیت غیرقابل‌انکاری دارد. همچنین در کنار نقش و خلاقیت مربی، خلاقیت فردی و تکنیکی بازیکنان را نیز نباید نادیده گرفت. خلاقیت در سراسر تاریخ بشر در همه‌ی عرصه‌ها خصوصاً در ورزش حائز اهمیت بوده است. امروزه، خلاقیت در ورزش چه در مربیگری و چه توسط بازیکنان یک نیاز و ضرورت است. امروزه سیستم‌های شناخته‌شده مربیان، دیگر کارآیی لازم برای پیروزی تیم‌ها را ندارد. تنها ایده‌های نو و خلاق مربیان و بازیکنان است که سبب موفقیت و پیروزی تیم‌ها در میدانی ورزشی می‌شود. بی‌شک، یکی از زیباترین ویژگی‌های انسان قدرت آفرینندگی یا خلاقیت اوست و به

واسطه ی همین ویژگی است که انسان می تواند اهداف آرمان گرایانه خود را پدید آورده و توانایی های خود را شکوفا سازد. ورزش نیز از دیدگاه فلسفی نوعی خلاقیت به شمار می آید، زیرا ورزش خود حاوی خلاقیت های گوناگونی است که مدارهای اصلی ورزش و ورزش کردن را بوجود آورده و نتیجه ورزش کردن را خلق زیبایی های حرکتی، سلامت جسمانی و سپس خلق سلامت روانی می کند در واقع هر بخش از ورزش را که نگاه کنیم می توانیم خلاقیت های مختلفی را مشاهده کنیم که بوجود آورنده خلاقیت های کلی و اساسی تر می شوند (۲۰).

با توجه به نقش مهم ورزش دانشجویی در عرصه ورزش کشور و اهمیت المپیک های دانشجویی که هر دو سال یکبار به منظور توسعه ورزش حرفه ای دانشجویی انجام می پذیرد، و با در نظر گرفتن مدل ها و نظریات گذشته می توان عوامل مؤثر بر عملکرد و موفقیت تیمی را در قالب دو متغیر سبک مربیگری مربیان و رضایت تیمی جمع بندی کرد، که در این پژوهش سبک رهبری مربیان به عنوان مهمترین بعد عوامل تیمی و همچنین رضایت بازیکنان مورد بررسی قرار گرفته است.

## روش شناسی

### روش تحقیق

تحقیق حاضر از نوع تحقیق توصیفی و روش جمع آوری اطلاعات میدانی می باشد.

### جامعه آماری

جامعه آماری این پژوهش کلیه دانشجویان (ورزش های تیمی هندبال، والیبال، فوتسال و بسکتبال) شرکت کننده در یازدهمین المپیک ورزشی دانشجویی کشور (ارومیه) بودند. تعداد جامعه آماری ۲۸۸ نفر بودند که با توجه به فرمول نمونه گیری کوکران ۱۶۵ نفر به عنوان نمونه شدند. روش نمونه گیری: تصادفی ساده به بدین صورت که بعد از مشخص کردن اسامی تیم ها در چهار گروه هندبال، والیبال، فوتسال و بسکتبال به تصادف در هر گروه ۶ تیم به عنوان نمونه انتخاب شدند.

### ابزار تحقیق

ابزار تحقیق شامل پرسشنامه مقیاس رهبری در ورزش (چلادوری، ۱۹۸۰) و پرسشنامه رضایت بازیکنان از مربی (ریمر و چلادوری، ۱۹۹۸) بود. به منظور اطمینان بیشتر از نتایج حاصله، اقدام به تعیین پایایی آنها شد. با استفاده از روش آلفای کرونباخ، پایایی پرسشنامه تعیین سبک رهبری از دیدگاه بازیکنان  $\alpha = 0/86$  و پرسشنامه رضایت  $\alpha = 0/7$  به دست آمد.

### روش های آماری

تجزیه و تحلیل اطلاعات بر مبنای پرسشنامه های بدست آمده و به کمک آمار توصیفی (شامل فراوانی و میانگین) و آماراستنباطی (شامل آزمون آزمون فریدمن و تحلیل عاملی تاییدی سطح اول) انجام گرفت.

### نتایج و یافته های تحقیق

یافته های توصیفی نشان داد که میانگین سنی نمونه های آماری ۲۳.۴ سال بود. به عبارت دیگر، میانگین ورزشکاران کمتر از ۲۴ سال بوده است. نتایج آزمون فریدمن (جدول ۱) نشان داد که رتبه بندی سبک های رهبری مربیان از دیدگاه بازیکنان یکسان نیست ( $p=0/01$ ). سبک دموکراتیک با میانگین ۴ رتبه اول و سبک آموزش و تمرین با میانگین ۲/۰۴ رتبه آخر را بدست آوردند.

جدول ۱. یافته های مربوط به رتبه بندی سبک های رهبری مربیان از دیدگاه بازیکنان

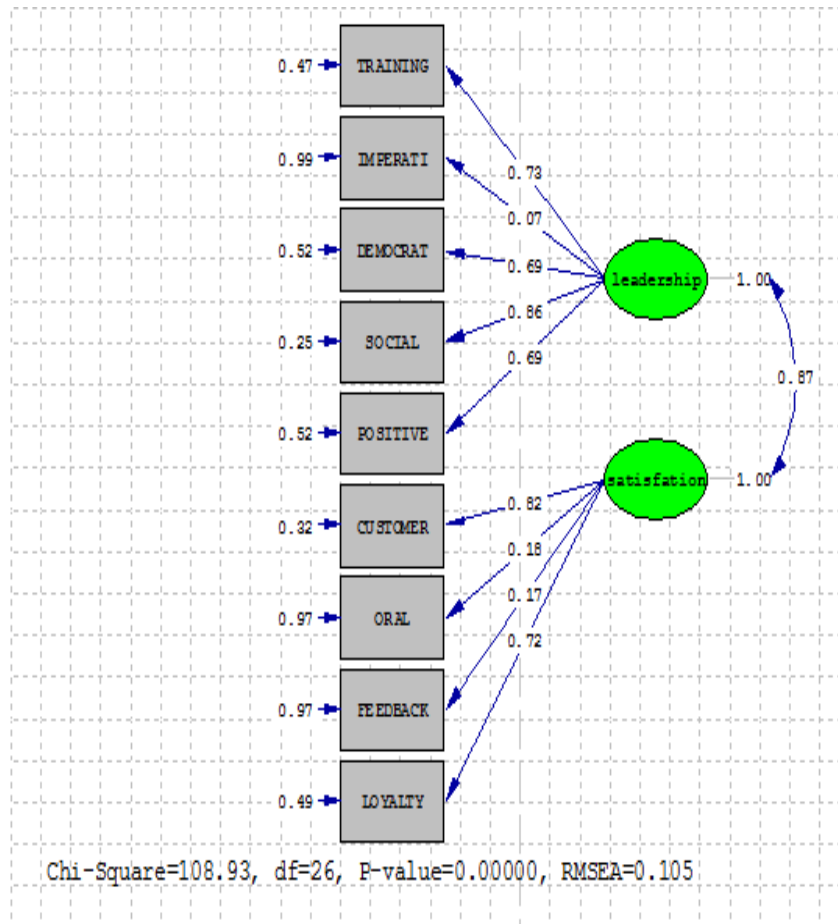
سبک رهبری	دموکراتیک	آمرانه	حمایت اجتماعی	بازخورد مثبت	آموزش و تمرین
میانگین رتبه	۴	۳/۲	۲/۹۷	۲/۷۹	۲/۰۴
رتبه	اول	دوم	سوم	چهارم	پنجم

نتایج آزمون فریدمن (جدول ۲) نشان داد که رتبه بندی رضایت بازیکنان از مربیان از دیدگاه بازیکنان یکسان نیست ( $p=0/01$ ). رضایت از بازخورد مربی با میانگین ۲/۷۸ رتبه اول و رضایت شفاهی و گفتاری با میانگین ۱/۹۴ رتبه آخر را بدست آوردند.

جدول ۲. یافته های مربوط به رتبه بندی رضایت بازیکنان از مربیان از دیدگاه بازیکنان

رضایت	بازخور	رضایت مشتری	وفاداری	شفاهی و گفتاری
میانگین رتبه	۲/۷۸	۲/۶۷	۲/۶۱	۱/۹۴
رتبه	اول	دوم	سوم	چهارم

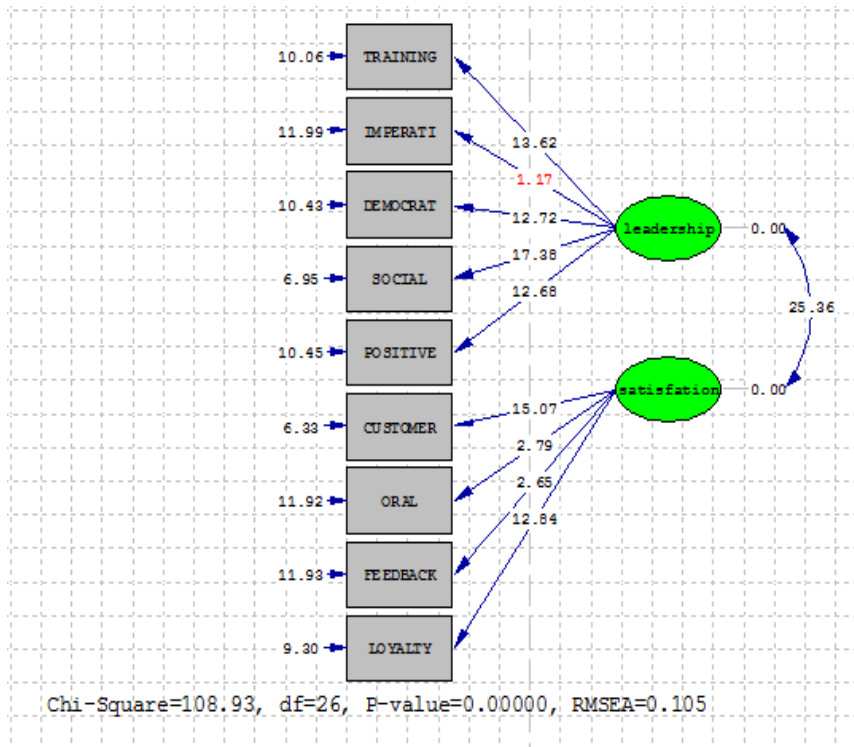
شکل زیر نتایج تحلیل عاملی تاییدی متغیرهای پژوهش را به صورت ضرایب استاندارد شده نشان می دهد.



شکل ۱. نتایج تحلیل عاملی تاییدی متغیرهای پژوهش (ضرایب استاندارد شده)



شکل زیر نتایج مربوط به ضرایب معنی داری t تحلیل عاملی تاییدی را نشان می دهد.



شکل ۲. ضرایب معنی داری t تحلیل عاملی تاییدی متغیرهای پژوهش

همانگونه که از شکل های فوق مشخص است نتایج تحلیل عاملی تاییدی نشان داد که ضرایب کوواریانس بین دو متغیر سبک رهبری مربیان و رضایت بازیکنان ۰/۸۷ و مقدار حد معنی داری t بین متغیرهای مذکور ۲۵/۳۶ و بزرگتر از ۱/۹۶+ است (جدول ۳). بنابراین بین متغیر سبک رهبری مربیان و رضایت بازیکنان رابطه معنی داری وجود دارد. در این زمینه مهمترین عامل مربوط به متغیر حمایت اجتماعی با بار عاملی ۰/۸۶ می باشد. تنها متغیر سبک رهبری آمرانه (t=۱/۲۷) تاثیر معناداری بر سبک رهبری نداشت.

جدول ۳. نتایج آزمون همبستگی میان سبک رهبری مربیان و رضایت بازیکنان

متغیر	ضریب کوواریانس	مقدار t	حد معنی داری t
سبک رهبری مربیان و رضایت بازیکنان	۰/۸۷	۲۵ /۳۶	+ ۱ /۹۶

### بحث و نتیجه گیری

منطبق کردن نتایج تحقیق با یک اصول عملی نیازمند هم خوانی نتایج تحقیقات دیگر پژوهشگران دارد. در این قسمت تحلیل یافته ها با توجه به ادبیات تحقیق که با متغیر های این تحقیق ارتباط دارند توضیح داده می شود و در نهایت نتیجه گیری انجام گرفته و پیشنهادها ارائه می شود.

تحلیل داده ها نشان داد که مربیان به ترتیب از سبک های دموکراتیک، آمرانه، حمایت اجتماعی، بازخورد مثبت و آموزش و تمرین استفاده می کنند. همچنین رضایت بازیکنان از مربیان از دیدگاه بازیکنان به ترتیب عبارت است از: بازخور، رضایت مشتری، وفاداری، شفاهی - گفتاری.

تحلیل یافته های تحقیق نشان می دهد که از دیدگاه بازیکنان، مربیان ورزش های تیمی در المپیا دهم یازدهم بیشتر از سبک دموکراتیک استفاده می کنند. این مطلب گویای آن است که مربیان با هدف ارتقای عملکرد، میزان مشارکت ورزشکاران در تصمیم گیری های مربوط به تعیین اهداف گروهی و روش های دستیابی به آن اهداف را بیشتر می کنند و از ورزشکاران در تصمیم گیری ها و استراتژی های بازی و همچنین روش های تمرین و به کارگیری تاکتیک ها استفاده می کنند.

نتایج تحقیقات شرم (۱۹۹۶)، بنت مانوئل (۲۰۰۰) و لی کی یان و همکاران (سبک رهبری مربیان آمریکایی ۲۰۰۷) با این نتیجه همسو است و نتایج تحقیقات مرادی و همکاران (۱۳۸۵)، حسینی کشتان و همکاران (۱۳۸۷)، محمد پناهی (۱۳۸۷) دهقان قهفرخی و همکاران (۱۳۸۷)، پانتکوسانتوس (۱۹۹۱) و لی کی یان و همکاران (سبک های رهبری مربیان چینی و کره ای ۲۰۰۷) با نتیجه تحقیق حاضر مغایر است.

نتایج تحقیق حاکی از آن است که مربیان کمتر از سبک آموزش و تمرین استفاده میکنند و تأکید کمتری بر تمرین سخت و آموزش مهارتها، فنون و راهکارها، برای بهبود عملکرد سطح علمی یا عملی آنها دارند. این نتیجه با نتایج تحقیقات مرادی و همکاران (۱۳۸۵)، حسینی کشتان و همکاران (۱۳۸۷)، پانتکوسانتوس (۱۹۹۱)، بنت مانوئل (۲۰۰۰) و لی کی یان و همکاران (۲۰۰۷) همسو و با نتایج تحقیقات محمد پناهی (۱۳۸۷)، دهقان قهفرخی و همکاران (۱۳۸۷)، شرم (۱۹۹۶) مغایر است.

نتایج این تحقیق نشان داد که رضایت بازخور بیشترین مقدار رضایت بازیکنان از مربی می باشد. به بیان دیگر، بازیکنان رضایت خود را از مربی با مسئول یا سرگروه تیم بطور دقیق در میان می گذارند.

براساس نتایج تحقیق، رضایت شفاهی-گفتاری کمترین میزان رضایت بازیکنان از مربی را دارا می باشد و معنی آن اینست که بازیکنان رضایت خود از مربیان را کمتر با دیگران در میان می گذارند.

در یکی از اولین پژوهش هایی که از پرسشنامه مقیاس رهبری در ورزش استفاده شد، ویس و فردریچ (۱۹۸۶) در بررسی ارتباط بین رفتار و ویژگی های مربی با رضایت مندی ورزشکاران و عملکرد تیمی به این نتیجه رسیدند که ورزشکارانی که مربیان آن ها از سبک های رهبری حمایت اجتماعی، بازخورد مثبت، و دموکراتیک استفاده می کردند رضایت مندی بیشتری داشتند تا ورزشکارانی که مربیان آن ها از این سبک های رهبری کمتر بهره می بردند (۱۹). البته در این زمینه نتایج متناقضی وجود دارد، به طوری که ریمر و تون (۲۰۰۱) در پژوهشی درباره بازیکنان تنیس، کاکیوگلو (۲۰۰۳) در پژوهشی درباره فوتبالیست ها، و کلاریک (۲۰۰۴) نیز در پژوهشی درباره دانشجویان ورزشکار نشان دادند رابطه ای بین سبک رهبری مربیان و رضایت مندی ورزشکاران وجود ندارد.

براساس مدل چلادورای (۲۰۰۶) رفتارهای مربی متأثر از ویژگیهای موقعیتی (سطح ورزشی، ضعف یا قدرت حریف)، ویژگیهای مربی (شخصیت، جنسیت، تجربه و سن) و ویژگیهای ورزشکاران (رشته ورزشی، ملیت، سن، جنس، توانایی و شخصیت) است. با در نظر گرفتن این تفاسیر، غیرهمسو بودن نتایج این تحقیق با برخی از یافته های تحقیقات پیشین قابل توجیه است و همچنین احتمالاً یکی از دلایل تفاوت نتایج این پژوهش با برخی از تحقیقات پیشین می تواند بدلیل استفاده محقق از جامعه آماری خاص و ویژگی های موقعیتی (المپیاد دانشجویی) باشد.

به طور کلی آنچه از نتایج این پژوهش و بررسی پژوهش های دیگر بر می آید، نشان دهنده این است که رفتار مربیان و سبک مربیگری آنان بر میزان رضایت و نوع رضایت بازیکنان تاثیرگذار می باشد.

## منابع:

۱. کاظمی، آرزو (۱۳۷۹). بررسی سبکهای مربیگری و انگیزش پیشرفت در ورزشکاران بسکتبالیست مؤت استان تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم.
۲. لاری ام، لیث. (۱۳۸۰). مدیریت ورزشی (ترجمه هاشم کوزه چیان)، تهران: انتشارات دانش افروز، چاپ اول.

3. Hosseini Keshtan. Misagh, Ramezanejad. Rahim, Banar. Nooshin, Mohades, Fatemeh. (2008). Relation of Coaches' Behavior with Group Correlation and Team Success, article of speech at 1 st National Specialized Congress of Sport Management
4. Lowther, James. Lane, Andrew. (2002). Relationship between Mood, Cohesion and Satisfaction with Performance among Soccer Players, the Online Journal Sport Psychology.
5. Murray, Nicholas P. (2006). The Differential Effect of Team cohesion and Leadership Behavior in High School Sports, Individual Differences Research, Vol. 4, Iss. 4, PP: 216-225
۶. هرسی، اول. بلانچارد، کنت. (۱۳۷۸). مدیریت رفتار سازمانی، استفاده از منابع انسانی. ترجمه قاسم کبیری، انتشارات ماجد.
7. Festinger, L., Schachter, D., Back, K. (2011). Social Pressures in Informal Groups, Stanford University press, originally published in ۱۹۵۰, [http://www.google.com/advanced\\_search/group\\_cohesion](http://www.google.com/advanced_search/group_cohesion).
۸. مقصودی، عبدالمجید. (۱۳۸۹). ارتباط بین مقیاس رهبری و بیان و رضایت کشتی گیران در استان مازندران، پایان نامه کارشناسی ارشد، تربیت بدنی، دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی
9. Chelladurai, P., & Riemer, H. (1998). Measurement of leadership in sport Advances in sport and exercise psychology measurement, 227-253.
۱۰. کریمی طریقه، الهام (۱۳۸۳). تعیین منابع قدرت مدیران شهرستان مشهد و ارتباط آن با سطح آمادگی کارکنان، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشکده تربیت بدنی دانشگاه تهران.
11. Baric, R. (2007). The Relationship of Coach's Leadership Behavior and his Motivational Structure with Athletes' Motivational Tendencies. Dissertation, Ljubljani.
12. Glpeson & Geft. (1988). The coach in Action Human Kinetics
۱۳. محرم زاده، مهرداد. (۱۳۷۷). بررسی و توصیف میزان انعطاف پذیری و اثربخشی سبک های رهبری، تعیین سبک های رهبری اولیه، رساله دکترای تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران

14. Marnis, A. (2012). The Influence of Transformational Leadership on Job Satisfaction, Organizational Commitment and Employee Performance. *International Research Journal of Business Studies*, 52, 113-128.
۱۵. باقری، غلامرضا. (۱۳۸۵). رابطه بین سبک رهبری مربیان فوتبال با تعهد و جذب بازیکنان، رساله دکتری دانشگاه تربیت معلم تهران. دانشکده تربیت بدنی
۱۶. خبیری، محمد (۱۳۸۷). کاربردهای روانشناسی در مربیگری فوتبال، مؤسسه انتشارات دانشگاه تهران
۱۷. جباری، غلامرضا، کوزه چیان، هاشم. خبیری، محمد (۱۳۷۹). بررسی سبک رهبری، تواناییها و نحوه عملکرد مربیان فوتبال باشگاههای دسته اول و دوم کشور (جام آزادگان نشریه حرکت، شماره ۶، صص ۱۲۰)
18. Horn, T. cote.S. (2002). Coaching Effectiveness in the Sport Domain. In T.S. Horn (Ed.). *Advances in Sport Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics. 355-309.
19. Andersson, U.; J.T. Treebak; J.N. Nielsen; K.L. Smith; C.R. Abbott; C.J. Small; D. Carling; E.A. Richter(2005). Exercise in rats does not alter hypothalamic AMP-activated protein kinase activity. *Biochem Biophys Res Commun*. 2005 Apr 8; 329(2):719-25.
۲۰. یوسفی پاسکه، مریم. (۱۳۸۶). ارتباط سبک های رهبری مربیان با جو انگیزشی در تیم های ورزشی بانوان، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته تربیت بدنی، دانشگاه شمال
21. Bennett, Gregg, Maneual, Mark. (2000). Leadership Style of Dixie Youth Baseball Coaches, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, Vol. 71, No. 1, PP. 243-256.
22. Lee. H. Y., & Ahmad, K. Z. (2009). The moderating effects of organizational culture on the relationships between leadership behaviour and organizational commitment and between organizational commitment and job satisfaction and performance. *Leadership & Organization Development Journal*, Vol. 30, No. 1, pp. 53 – 86.
۲۳. مرادی، محمد رضا، کوزه چیان، هاشم، احسانی، محمد. و جعفری. اکرم. (۱۳۸۵). رابطه سبک های رهبری مربیان با انسجام گروهی بازیکنان در تیم های بسکتبال باشگاه های لیگ برتر کشور، نشریه حرکت، شماره ۲۹، صفحه ۱۶-۵.

۲۴. پناهی، محمد. (۱۳۸۷). رابطه سبک رهبری مربیان با انسجام گروهی تیم های لیگ برتر والیبال کشور، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تهران، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

۲۵. دهقان قهفرقی، امین. رحیم پور، افسانه. سجادی، سید نصراله. (۱۳۸۷). رابطه رفتار مربیان با گروه گزایی اعضای تیم ملی قایقرانی بانوان. مقایسه پیوسته در همایش ملی مدیریت ورزشی، آکادمی ملی المپیک و پارالمپیک

26. Riemer, Harlod A., Toon, Kathy. (2011). Leadership and Satisfaction in Tennis: Examination of Congruence, Gender and Ability, Research Quarterly for Exercise and Sport, Vol. 72, Iss. 3, PP. 243-256.

27. Kolaric, Bostjan. (2004). An Examination of Coaches and Their Efforts to Maximize Team Cohesion and Team Satisfaction, Senior Theses, Saint Anselm College, department of psychology, <http://www.anselm.edu/internet/psych/theses/2005/kolaric/webpage.html>.

## رابطه عناصر پایه‌ای مدیریت دانش مدل استنکوسکی با تسهیم دانش از دیدگاه مدیران تربیت بدنی دانشگاه های دولتی کشور

مجتبی رئیسی<sup>۱</sup>، علیرضا خادم‌ملو<sup>۲</sup>، حمید رضا طاهری<sup>۳</sup>

تاریخ پذیرش: ۹۱/۹/۲۱

تاریخ دریافت: ۹۱/۷/۱۷

### چکیده

هدف از تحقیق حاضر بررسی رابطه عناصر پایه‌ای سیستم مدیریت دانش با به اشتراک گذاری دانش از دیدگاه مدیران ادارات تربیت بدنی دانشگاه های دولتی کشور است. پژوهش حاضر، تحقیق توصیفی و از نوع پیمایشی است که به روش میدانی اجرا گردید. جامعه آماری تحقیق، کلیه مدیران تربیت بدنی دانشگاه های دولتی کشور است که حجم نمونه تمام شمار و برابر با حجم جامعه بود (۵۴ نفر). ابزار مورد استفاده برای جمع آوری داده‌ها، پرسشنامه محقق ساخته بود. روایی محتوایی ابزار تحقیق با استفاده از نظر اساتید لحاظ شد، پایایی آن نیز در یک مطالعه راهنما به حجم بیست از طریق آزمون ضریب آلفای کرونباخ  $\alpha = 0/90$  بدست آمد. میانگین عناصر پایه‌ای دانش و به اشتراک گذاری دانش بیش از حد متوسط است و بالاترین میانگین مربوط به شاخص سازمان و کمترین میانگین مربوط به شاخص یادگیری مدیران است. بین عناصر پایه‌ای مدیریت دانش و به اشتراک گذاری دانش از دیدگاه مدیران در ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌ها رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ( $r = 0/619$ ،  $p = 0/01$ )؛ همچنین در مجموع متغیرهای عناصر پایه‌ای مدیریت دانش  $0/504$  از به اشتراک گذاری دانش در ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌ها را تبیین می‌نمایند و متغیر سازمان بیشترین اهمیت را در پیش‌بینی به اشتراک گذاری دانش داراست ( $p < 0/01$ ). جهت نیل به رویکرد دانش مدار در ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌ها، برنامه‌های مدیریت دانش مطابق با اهداف و طرح استراتژیک دانشگاه با ساختار سازمانی منعطف، فنآوری متناسب با رویه سازمانی، یادگیری از تخصص افراد آموزش دیده، رهبری متناسب با فرهنگ سازمانی تسهیم دانش موفق را به ارمغان آورد و با اشتراک دانش اثربخش به اصلاح و توسعه فرایندهای ورزشی - آموزشی دانشجویان پردازند.

**کلیدواژه‌های فارسی:** عناصر پایه‌ای مدیریت دانش، مدل استنکوسکی، به اشتراک گذاری دانش، مدیران تربیت بدنی دانشگاه‌ها.

1. دانشگاه آزاد اسلامی واحد آیتا... آملی (نویسنده مسئول)

2. کارشناس ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه فردوسی مشهد

3. دانشیار دانشگاه فردوسی مشهد

## مقدمه

دانش محرک اصلی در رشد و امنیت سازمان‌ها و اصلی‌ترین منبع در رقابت و نوآوری است و خلق بینش استراتژیک برای تسهیم دانش در سازمان منجر به کاهش هزینه‌ها، افزایش ظرفیت نوآوری‌ها و اثربخشی سازمانی می‌شود (۱).

مدیریت دانش، فرایندی سازمانی و سیستمی مشخص برای سازماندهی، و ارتباط بین دانش ضمنی و صریح کارکنان جهت نیل رویه سازمانی اثربخش‌تر و سودآورتر است (۲). از مدیریت دانش به استراتژی مستمر جهت کسب دانش مناسب، برای افراد مناسب، در زمان مناسب و کمک به آنها برای تسهیم و ارائه اطلاعات در عمل تعریف می‌شود (۳). مطابق با ارکان مدیریت دانش استنکوسکی<sup>۱</sup> اجرای موفقیت آمیز استراتژی مدیریت دانش مستلزم آن است که ابتدا نسبت به مناسب بودن وضعیت عناصر پایه‌ای هم چون "رهبری، سازمان، یادگیری و نوآوری" در هر سازمان اطمینان حاصل کرد (۴).

همچنین در سال‌های اخیر رشد روزافزونی در زمینه توجه به تسهیم دانش توسط محققین و مدیران سازمان‌ها بخصوص در جهت استفاده از بهترین روش‌های انجام کار<sup>۲</sup> در جهان به چشم می‌خورد و ابتکارات تسهیم دانش را در زمینه یادگیری سازمانی و فردی مهم تلقی نمودند (۵)، علی اکبر و همکاران<sup>۳</sup> (۲۰۱۲) اذعان دارند هزینه‌هایی که سازمان‌ها برای تسهیم دانش صرف می‌کنند روز به روز افزایش می‌یابد، در سال ۲۰۰۲ این هزینه‌ها ۲.۷ بلیون دلار بوده در حالیکه این رقم در سال ۲۰۰۷ به ۴.۸ میلیون دلار رسیده است (۲). محمد اسماعیل (۲۰۱۲) در پژوهش خود تسهیم دانش را حاصل ادغام سه فاکتور انسان، سازمان و تکنولوژی تعبیر می‌کند. نتایج مطالعات نشان داد عوامل انگیزشی مانند ارتقاء شغلی، مشارکت دادن کارکنان در تصمیم‌گیری، تأکید بر توسعه دانش و شایستگی‌های فردی و... تأثیر زیادی در تسهیم دانش کارکنان در سازمان‌ها دارد و جو سازمانی و ارتباطات اجتماعی موجود در سازمان، رفتار تسهیم دانش را تقویت می‌کند (۶). کومار و چه روس<sup>۴</sup> (۲۰۱۲) با تحقیق در دوایر مختلف سازمان‌های دولتی میان انگیزه درونی کارمندان و تسهیم دانش با واسطه‌ای اخلاق کاری اسلامی رابطه معنادار و مستقیم کشف کردند که در تخصیص و تکمیل ابتکارات نوین سازمانی و ادراک تعهد حائز اهمیت بود (۸). لین<sup>۵</sup> (۲۰۱۲) در تحقیقاتش نتیجه گرفت رهبری

- 
1. Stankosky's Knowledge Management (KM) pillars
  2. Best Practices
  3. Ali Akbar etal
  4. Kumar & Che Rose
  5. Lin



تحول گرا و ارتباطات تأثیر مثبتی بر تسهیم دانش دارد و یادگیری سازمانی تأثیر واسطه‌ای میان رهبری تحول گرا و تسهیم دانش دارد و تسهیم دانش تأثیر معنادار بر نوآوری سازمانی دارد (۷). محققان در تحقیقاتشان به این نتیجه رسیدند که سازمان‌هایی که خواستار استراتژی یکپارچه تسهیم دانش هستند، می‌بایست به تعداد زیادی از موانع بالقوه تسهیم دانش (موانع فردی، سازمانی و فناوری) توجه کنند (۶). ون فن<sup>۱</sup> (۲۰۱۱) به این نتیجه رسید که بین فرایند تسهیم دانش و تجربه و مفهوم سرمایه اجتماعی رابطه معنی‌داری وجود دارد (۹). گولدن و راگورم<sup>۲</sup> (۲۰۱۰) نتیجه گرفتند روابط میان فردی، اعتماد و تعهد بر تسهیم دانش تأثیر مثبتی دارد و تکنولوژی نقش واسطه در ارتباط میان اعتماد و تسهیم دانش دارد (۱۰).

اما به نظر می‌رسد که این یافته‌ها هنوز نتوانسته‌اند پایه و اساس محکمی در زمینه تسهیم دانش به وجود آورد، چرا که عده‌ای از محققین نتایج متناقضی با این یافته‌ها به دست آوردند، ویکراماسینگ و ویدیارانت<sup>۳</sup> (۲۰۱۲) رابطه مثبت و معناداری میان حمایت رهبری و تسهیم دانش در مدیران شرکت‌های نرم افزار کشف نکرد (۱۱)، تحقیقات محمد و همکاران<sup>۴</sup> (۲۰۱۲) نشان داد که ارتباط بسیار ضعیفی میان فاکتورهای توزیع دانش و ظرفیت سازمانی وجود دارد و میان شرایط سازمانی و انتقال دانش رابطه معناداری کشف نکردند (۱۲)، محمد اسماعیل (۲۰۱۲) در تحقیقاتشان نتیجه گرفتند که سازمان تأثیر معناداری بر تسهیم دانش ندارد (۶).

از این نتایج می‌توان چنین برداشت کرد که همیشه توجه صرف به تسهیم دانش عملکرد سازمانی را بهبود نمی‌بخشد، و عواملی از قبیل سازمان، رهبری، یادگیری، خصوصیات مدیران و تجربه در به اشتراک گذاری دانش در سطوح مختلف سازمانی موثر است. همچنین به نظر می‌رسد یکی از نکاتی که تاکنون کمتر مورد توجه محققین قرار گرفته است، توجه به ماهیت تسهیم دانش و نیازهای مربوط به مدیریت دانش در محیط آموزش عالی و دانشگاه است. اغلب مطالعات انجام شده در بخش‌های صنعتی بوده و خلای تحقیقاتی بسیار در آموزش عالی و دانشگاه‌ها مشاهده می‌شود که الزام توجه به انجام تحقیق در این بخش را بیش از پیش مشخص می‌کند. محمد اسماعیل (۲۰۱۲) انگیزه تسهیم دانش در پرسنل دانشگاه‌ها را ناشی از انگیزه بیرونی (مادیات و نیازهای آکادمیک) و انگیزه‌های درونی (علاقه‌های فردی، مناعت طبع و علاقه) قلمداد می‌کند (۶). مک نیل<sup>۵</sup> (۲۰۱۱) جهت اثربخشی مدیریت دانش سازمانی در

- 
1. Wen Fen
  2. Golden & Raghuram
  3. Wickramasinghe & Widyaratne
  4. Mohamad Et al
  5. McNeil

دانشگاه‌ها و موسسات آموزش عالی بر نیاز به شناسایی چارچوب مقتضی ادغام دانش سازمانی در فرهنگ سازمانی، شالوده تکنولوژی اطلاعات و ذخیره دانش فردی و جمعی تأکید می‌کند (۱۳).

ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌های دولتی کشور نیز به عنوان بخشی از یک سازمان دولتی با سابق، منابع، فرهنگ، مأموریت‌های مختلف که وظایفی همچون برنامه‌ریزی مربوط به راهبردهای ورزشی هر دانشگاه متناسب با سیاست‌های کلان وزارت علوم، بستر سازی برای حضور دانشجویان در عرصه‌های ورزشی، تعیین استانداردهای آموزشی و ورزشی و... را بر عهده دارد در تلاش است تا با اصلاح و بهسازی ساختارها و فرایندها، نقششان را به نحوی موثر و موفقیت آمیز ایفا نماید. لاجرم تسهیم دانش مدیران یکی از مهمترین استراتژی‌هایی است که می‌تواند در شرایط موجود به ارتقا هر چه بیشتر عملکرد و موفقیت ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌ها کمک کند اما اجرای موفقیت آمیز آن مستلزم آن است که ابتدا نسبت به مناسب بودن وضعیت عناصر پایه‌ای هم چون "رهبری، سازمان، یادگیری و فنآوری" که باید برای پیاده‌سازی موفقیت آمیز سیستم مدیریت دانش در هر سازمانی به آن توجه نمود اطمینان حاصل کرد. بنابراین هدف از تحقیق حاضر یافتن این پاسخ است که آیا بین چهار عنصر پایه‌ای سیستم مدیریت دانش با توجه به مدل ارائه شده توسط استانکوسکی با تسهیم دانش توسط مدیران تربیت بدنی دانشگاه‌های دولتی کشور رابطه‌ای وجود دارد؟ همچنین با توجه به این موضوع در تحقیق حاضر در پی تعیین قدرت پیش بینی و تأثیر هر یک از عناصر بر تسهیم دانش هستیم.

### روش شناسی

روش انجام پژوهش، توصیفی - پیمایشی می‌باشد که به صورت میدانی انجام گرفته است و جامعه آماری پژوهش شامل مدیران تربیت بدنی دانشگاه‌های دولتی کشور است که حجم نمونه به دلیل محدودیت تمام شمار و برابر با حجم جامعه بود (۵۴ نفر)، از این تعداد، ۴۳ نفر به پرسشنامه ارسالی پاسخ داده‌اند (نرخ برگشت پرسشنامه‌ها ۷۹/۶ درصد بوده است) و در تحقیق حاضر شرکت داشته‌اند. با توجه به گزاره‌های تحقیق (اهداف، نوع تحقیق و سوالات) از روش‌های مطالعه اسنادی و کتابخانه‌ای و نیز روش میدانی به کمک پرسشنامه استفاده شده است. ابزار اصلی این تحقیق پرسشنامه محقق ساخته شامل ۱۹ سؤال برای عناصر پایه‌ای دانش و ۶ سؤال برای به اشتراک گذاری دانش که در قالب مقیاس ۵ رتبه‌ای لیکرت طراحی شده بود، استفاده شد. به نحوی که به گزینه خیلی کم ۱ امتیاز، گزینه کم ۲ امتیاز، گزینه متوسط ۳ امتیاز، گزینه زیاد ۴ امتیاز و گزینه خیلی زیاد ۵ امتیاز تعلق گرفت. روایی محتوایی پرسشنامه

متناسب با جامعه آماری توسط پانزده تن از اساتید و صاحب نظران مدیریت ورزش تأیید شد. کلیه پیشنهادات اصلاحی و اعمال تغییرات در پرسشنامه جهت مطابقت با شرایط و ویژگی جامعه آماری با هم فکری تیم تحقیق صورت پذیرفت. محقق به منظور اطمینان از پایایی پرسشنامه نیز از طریق آلفای کرونباخ اقدام به محاسبه پایایی نمود و بر اساس یک نمونه ی مقدماتی به حجم بیست، شاخص آلفای کرونباخ  $\alpha = 0/90$  برآورد گردید که نشان می‌دهد پرسشنامه از روایی محتوی و پایایی مطلوبی برخوردار است. برای تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و برای آزمون فرضیه‌ها از آمار استنباطی کولموگروف اسمیرنوف، ضرایب همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیره روش اینتر به کمک نرم افزار آماری Spss 16 استفاده شده است.

### یافته‌ها

نتایج نشان داد که بیشترین فراوانی در گروه سنی ۳۱ الی ۴۰ سال و کمترین فراوانی در گروه سنی ۵۱ الی ۶۰ سال قرار داشته‌اند. ۶۰/۵ درصد از مدیران با سابقه خدمت زیر ۵ سال ۲۳/۳ درصد با سابقه خدمت بین ۶ الی ۱۰ سال و ۱۱/۶ درصد با سابقه خدمت ۱۱ الی ۱۵ سال و ۴/۷ با سابقه خدمت ۱۶ تا ۲۰ سال بودند. ۸۱/۴ از مدیران در رشته تربیت بدنی تحصیل کرده‌اند و ۶۹/۸ متأهل و ۳۰/۲ مجرد بودند. ۷۵/۸ از مدیران مرد و ۲۴/۲ زن بودند و ۴۱/۹ از پاسخگویان دارای مدرک کارشناسی ارشد، ۳۹/۵ درصد از مدیران دارای مدرک دکتری و ۱۸/۶ درصد دارای مدرک کارشناسی هستند.

جدول ۱. ویژگی‌های جمعیت شناختی جامعه تحت بررسی

متغیرها	جنس		تاهل		تحصیلات		رشته تحصیلی	
	مرد	زن	متاهل	مجرد	کارشناسی	کارشناسی ارشد	دکتری	تربیت بدنی
گویه‌ها								غیر تربیت بدنی
درصد	۷۵/۸	۲۴/۲	۶۹/۸	۳۰/۲	۱۸/۶	۴۱/۹	۳۹/۵	۸۱/۴

جدول ۲. میانگین عناصر پایه‌ای مدیریت دانش و به اشتراک گذاری در ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌ها

متغیر	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
اشتراک دانش	۴۳	۴۸۸۴.۳	۰.۳۷۶۲۰
عناصر پایه‌ای	۴۳	۳۶۸۲.۳	۰.۲۷۷۸۱۰
رهبری	۴۳	۹۶۵۱.۲	۰.۹۱۳۷۸
سازمان	۴۳	۲۹۶۲.۳	۰.۶۹۷۶۴۰
یادگیری	۴۳	۲.۶۰۴۷	۰.۵۷۴۵۵
فن‌آوری	۴۳	۲.۸۰۲۳	۰.۵۸۴۷۱

داده‌های بدست آمده از توصیف عناصر پایه‌ای مدیریت دانش؛ مبین آن است که میانگین میزان عناصر پایه‌ای ۳/۳۶ (با حداکثر نمره ۶۷/۲۰) و میانگین مؤلفه‌های آن به ترتیب رهبری ۲/۹۶ (حداکثر نمره ۵۹/۲۰)، سازمان ۳/۲۹ (حداکثر نمره ۶۸/۸۰)، میانگین یادگیری ۲/۶۰ (حداکثر نمره ۵۲/۰۰)، میانگین فن‌آوری ۲/۸۰ (حداکثر نمره ۵۶/۰۰) می‌باشد. در کل ساختار عناصر پایه‌ای و مؤلفه‌های آن از نظر مدیران تربیت بدنی دانشگاه‌ها کشور در سطحی بالاتر از متوسط قرار دارد. همچنین داده‌های بدست آمده از توصیف به اشتراک گذاری دانش نشان داد که میانگین میزان اشتراک گذاری ۳/۴۸ (با حداکثر نمره ۶۹/۳۰) است که نگرش مدیران به اشتراک گذاری بیشتر از عدد ۳ در نمره کل ۵ است؛ در کل اثربخشی سازمانی از نظر مدیران در سطحی بالاتر از متوسط قرار دارد.

جدول ۳. آزمون ضریب همبستگی پیرسون برای تعیین ارتباط بین عناصر پایه‌ای و اشتراک گذاری

دانش

نوع همبستگی	متغیر پیش بین	متغیر ملاک	سطح معناداری	میزان خطا	ضریب همبستگی	نتیجه‌گیری
پیرسون	عناصر پایه‌ای مدیریت دانش	اشتراک گذاری دانش	۰/۰۰۹	۰/۰۱	۰/۶۱۹	رد فرض صفر
پیرسون	رهبری	اشتراک گذاری دانش	۰/۰۱۱	۰/۰۱	۰/۴۰۴	رد فرض صفر
پیرسون	سازمان	اشتراک گذاری دانش	۰/۰۰۱	۰/۰۱	۰/۴۶۸	رد فرض صفر
پیرسون	یادگیری	اشتراک گذاری دانش	۰/۰۰۰	۰/۰۱	۰/۲۹۷	رد فرض صفر
پیرسون	فن‌آوری	اشتراک گذاری دانش	۰/۰۰۲	۰/۰۱	۰/۳۲۰	رد فرض صفر

همانطور که در جدول (۴) نشان داده شد ضریب همبستگی میان عناصر پایه‌ای مدیریت دانش و به اشتراک گذاری دانش (به صورت کلی) ۰/۶۱۹ می‌باشد که این خود نشان دهنده

همبستگی تا حدودی قوی و مستقیم بین میزان تأثیر عناصر پایه‌ای و میزان به اشتراک گذاری دانش مدیران در ادارات تربیت بدنی دانشگاه های دولتی کشور می‌باشد. همچنین ضریب همبستگی برای متغیرهای رهبری و به اشتراک گذاری دانش برابر با ۰/۴۰۴، سازمان و به اشتراک گذاری دانش برابر با ۰/۴۶۸ نسبتاً متوسط و مستقیم، یادگیری و به اشتراک گذاری برابر با ۰/۲۹۷ و فنآوری و به اشتراک گذاری دانش برابر با ۰/۳۲۰ که این ضرایب نشان دهنده همبستگی نسبتاً ضعیف و مستقیم می‌باشد.

جدول ۴. نتایج ضریب همبستگی چند گانه

مدل	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> تعدیل شده	Se B	F	Sig
اینتر	۰/۶۳۸	۰/۵۰۴	۰/۴۹۱	۰/۲۸۶	۲۷/۹۳	۰/۰۰۰

جهت تعیین قدرت تأثیر و پیش بینی از تحلیل رگرسیون چند متغیره میان فرایندهای عناصر پایه‌ای به عنوان متغیرهای مستقل (پیش‌بین) و به اشتراک گذاری دانش به عنوان متغیر وابسته (ملاک)، با روش اینتر استفاده شد و نتایج ضریب تعیین R<sup>2</sup> نشان می‌دهد که ۰/۵۰۴ درصد واریانس به اشتراک گذاری دانش مربوط به عناصر پایه‌ای مدیریت دانش و مابقی مربوط به سایر عوامل خارج از تحقیق مرتبط است (جدول ۶).

جدول ۵. نتایج رگرسیون چند متغیره و برازش معادله رگرسیونی

متغیر	ضریب β	ضریب B	مقدار T	سطح معنی داری
ضریب ثابت	-	۳۶/۹۴۲	۱/۳۹۰	۰/۰۰۳
رهبری	۰/۱۳۵	۰/۱۶۷	۲/۶۲۲	۰/۰۱۰
سازمان	۰/۲۰۵	۰/۲۳۷	۱/۹۶۳	۰/۰۰۰
یادگیری	۰/۱۰۴	۰/۰۸۶	۵/۹۷۸	۰/۰۰۰
فنآوری	۰/۱۲۲	۰/۱۳۸	۳/۵۵۲	۰/۰۰۱

$$Y = a + b_1x_1 + b_2x_2 + b_3x_3 + b_4x_4$$

$$Y = 36/942 + (0/167) X1 + (0/237) X2 + (0/086) X3 + (0/138) X4$$

نتایج جدول ۷ رگرسیون نشان می‌دهد که معنی دار بودن تفسیر رگرسیون آمده بدین صورت است که سهم رهبری، سازمان، یادگیری و فنآوری در پیش بینی به اشتراک گذاری دانش مدیران تربیت بدنی دانشگاه های دولتی کشور به ترتیب ۰/۱۶۷، ۰/۲۳۷، ۰/۰۸۶، ۰/۱۳۸ می‌باشد به عبارت دیگر به ازای هر واحد تغییر در رهبری به اشتراک گذاری دانش مدیران ۰/۱۶۷، هر واحد تغییر در سازمان به اشتراک گذاری دانش مدیران ۰/۲۳۷، به ازای هر

واحد تغییر در یادگیری به اشتراک گذاری دانش مدیران ۰/۰۸۶، به ازای هر واحد تغییر در فنآوری به اشتراک گذاری دانش مدیران ۰/۱۳۸ می‌باشد. ضریب بتا نیز به عنوان مقیاس اهمیت نسبی متغیرها کاربرد دارد از این رو با مقایسه ۴ عناصر پایه‌ای مدیریت دانش به ترتیب سازمان، رهبری، فنآوری و یادگیری مهم‌ترین عناصر می‌باشند. در مجموع می‌توان اذعان داشت که ابعاد و متغیرهای عناصر پایه‌ای مدیریت دانش حدود ۵۰ درصد تغییرات واریانس متغیر به اشتراک گذاری دانش مدیران تربیت بدنی دانشگاه‌ها را پیش بینی نموده و حدود ۵۰ درصد تغییرات واریانس متغیر به اشتراک گذاری دانش مدیران توسط عواملی دیگر که در تحقیق مورد بررسی قرار نگرفت پیش بینی می‌شود.

### بحث و نتیجه‌گیری

در این تحقیق به بررسی رابطه میان عناصر پایه‌ای و تسهیم دانش از دیدگاه مدیران تربیت بدنی دانشگاه‌های دولتی کشور در سال ۱۳۹۰ پرداخته شد و براساس یافته‌های پژوهش حاضر، در مجموع عناصر پایه‌ای مدیریت دانش در ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌های دولتی کشور از نظر مدیران آنها در وضعیت تقریباً مطلوب و کمی بیشتر از حد متوسط است. یافته‌های تحقیق حاکی از آن است که اگرچه عناصر رهبری، یادگیری و فنآوری دارای میانگین نمره‌های بیشتر از متوسط هستند و در وضعیت تقریباً یکسانی به سر می‌برند، اما فاکتور سازمان در بالاترین میانگین در میان مؤلفه‌ها در سطح ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌ها از دیدگاه مدیران می‌باشد. از دلایل احتمالی این نتیجه، تمرکز و اشراف مدیران به سطوح سازمانی ادارات تربیت بدنی می‌باشد. میلز و اسمیت<sup>۱</sup> (۲۰۱۱) یکی از راهکارهای اثربخش افزایش رویکردهای دانش مدار و تسلط جامع مدیریت دانش در روال فعالیت‌های سازمانی را حمایت مدیریت عالی و رهبران از تغییرات در ساختار سازمان‌ها و گرایش به سمت سازمان‌های هموارتر به جای سلسله مراتب سازمانی برای انتقال و بکارگیری دانش نشان می‌دهد که توجه به این امر برای ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌ها نیز می‌تواند حائز اهمیت باشد (۱۴).

در برخی موارد تنوع تکنولوژی اطلاعات نقش کلیدی در نوآوری مدیریت دانش و بهره برداری و توسعه سرمایه دانشی و اشتراک دانش ضمنی برای خلق نوآوری دارد و یک پیش نیاز قطعی برای تسهیم دانش اثربخش سازمانی می‌باشد و در فرایند یادگیری به نظر می‌رسد مکفی بودن شناسایی، ارزیابی و تحمل اشتباهات گذشته و بازخورد آن به سازمان و افراد منجر به بهبود یادگیری فردی و سازمانی می‌شود و محققان فرهنگ حاکم بر سازمان را عاملی محدود

کننده در رابطه با یادگیری از راه عمل و بررسی اشتباهات گذشته قلمداد می‌کنند(۱۵). میانگین به اشتراک گذاری دانش در ادارات تربیت بدنی دانشگاه های دولتی کشور بیشتر از حد متوسط است، این مسئله بیانگر لزوم توجه بیشتر مدیران سازمان به اشتراک دانش است که تحت هدایت و مدیریت آنها قرار دارد. مینگ پی<sup>۱</sup> (۲۰۱۱) از جمله موانع مهم در تسهیم و انتقال دانش فردی در مدیران را احساس رقابت کاذب با سایرین و ترس از ربودن کرسی‌ها و مشاغل سازمانی تعبیر می‌کند. یکی از موضوعات کلیدی تسهیم دانش در یک سازمان، وجود زمینه مربوط به محیط و شرایط سازمانی است، شکست و یا موفقیت استراتژی تسهیم دانش به سازگاری این استراتژی با اهداف و استراتژی سازمان وابسته است(۱۶). موفق‌ترین برنامه‌های تسهیم دانش، آنهایی هستند که بطور کامل با سازمان و اهداف استراتژیک آن مرتبط باشد. ایجاد این ارتباط وظیفه مدیریت عالی سازمان است، و این کار از طریق ابلاغ واضح اهداف و استراتژی‌های سازمان به کارکنان، به منظور جلب حمایت آنان انجام می‌شود. در بیشتر موارد، این اهداف و استراتژی‌ها توسط مدیران عالی به نحوی مبهم به کارکنان ابلاغ می‌شوند، که نه تصویر روشنی از آن اهداف و استراتژی‌ها ارائه می‌دهد و نه راهنمای خوبی برای کارکنان است(۳).

در بخش دیگر نتایج تحقیق حاضر میان عناصر پایه‌ای مدیریت دانش با به اشتراک گذاری دانش ارتباط مستقیم و معنی‌دار وجود دارد، این مسئله بیانگر این موضوع است که اگر مدیران تربیت بدنی دانشگاه های دولتی کشور در پی افزایش پویایی و به اشتراک گذاری دانش در سازمان خود هستند، باید به عناصر پایه‌ای جهت ایجاد ساختاری سازنده برای فعالیت‌های دانشی و سازمان یادگیرنده در سازمان خود بیشتر توجه ورزند و موجبات بهره‌مندی از دستاوردهای آن را برای ذینفعان این سازمان دولتی که همان دانشجویان هستند، مهیا سازند. براساس نتایج پژوهش، عناصر پایه‌ای مدیریت دانش ۰/۵۰۴ درصد از به اشتراک گذاری دانش را تبیین می‌کنند؛ همچنین نتایج ضرایب استاندارد نیز نشان دهنده اهمیت بیشتر سازمان در پیش بینی تغییرات به اشتراک گذاری دانش نسبت به سه فرایند دیگر می‌باشد. تحقیقات ساختار و رویکرد سازمانی را از رهبری و فنآوری مهمتر تلقی می‌کنند و اندازه سازمان و واحدهای سازمانی را در اثربخشی فعالیت‌های تسهیم دانش مهم تلقی می‌کند. مطالعات نشان می‌دهد که در سازمان به شدت ساختارمند، سلسله مرتبی و چند لایه و جریان ارتباطات یک سویه از بالا به پایین تسهیم دانش موثر محدود می‌شود(۱۵). لاجرم باید توجه نمود که بدون توجه به سازمان، تعداد زیادی از فعالیت‌های تسهیم دانش به زیر ساخت فنآوری اطلاعات

وابسته است؛ و لازم است که یک سازمان زیرساختی یکپارچه فراهم کند و انواع مختلف ارتباطات را پشتیبانی نماید، لذا حتی اگر فناوری راه حل نهایی و موتور محرکه استراتژی تسهیم دانش نباشد، سازگاری فناوری با فرایندهای موجود در سازمان مهم می‌باشد (۱۰). همان طور که از نتایج این پژوهش بر می‌آید ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌ها در خصوص عناصر پایه‌ای از وضعیت تقریباً مناسبی برخوردار بوده است از این رو بایستی در ابعاد مدیریت دانش به ویژه انتشار و تسهیم دانش توجه بیشتر معطوف شود. این نتایج بیان می‌دارد که ایجاد و تقویت فرهنگ تسهیم در زمینه دانش و تجارب در میان مدیران نیازمند آموزش و یادگیری مستمر آنها با علوم و فناوری روز، در ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌ها است و اجرای مدیریت دانش مستلزم آن است تا عوامل سازمانی به هم مرتبط و از ویژگی‌های خاصی برخوردار باشند. تسهیم دانش و ایجاد محیطی دانش محور از مهم‌ترین مؤلفه‌های موثر بر افزایش عملکرد هر سازمانی است. از طرفی ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌ها به دلیل تولید خدمات ورزشی و پرورشی و اهمیتی که در ارتقای جایگاه ورزشی کشور دارد از نظر مدیریت دانش در سطحی حساس و از جایگاه ویژه‌ای برخوردار هستند از این رو مدیران در ادارات بایستی حرکت به سمت یادگیرنده بودن را آغاز نمایند. در حقیقت در چنین محیطی است که خلافت، نوآوری، خودباوری و باروری ایده‌ها و تبدیل آنها به دانش صورت می‌گیرد.

برنامه‌های سیستم مدیریت دانش در اداره تربیت بدنی دانشگاه می‌بایست از طریق مدیریت اهداف، طرح استراتژیک تسهیم دانش را توسعه و حفظ کند و روش‌هایی را برای سازماندهی و نیل به سرمایه‌های غیر ملموس منتج شده به ارمغان آورند و با اشتراک دانش به مرور، تجدیدنظر، اصلاح فرایندهای توسعه ورزشی - آموزشی دانشجویان بپردازد و جهت نیل به رویکرد دانش مدار ساختار سازمانی پهن، فناوری متناسب با رویه سازمانی، یادگیری از تخصص افراد آموزش دیده، رهبری و استراتژی متناسب با فرهنگ سازمانی برای تمرکز و تسهیم دانش مورد نیاز است. هنگام بررسی دانش در ادارات تربیت بدنی، مدیران لازم است به جایگاه اعتماد و یادگیری میان اعضاء و انگیزه‌های درونی و بیرونی در میان یکدیگر جهت تسهیم دانش توجه نمایند و با توجه به تفاوت‌های موجود بین سازمان‌ها و مأموریت متفاوت ادارات تربیت بدنی دانشگاه، استراتژی مدیریت دانش خاص مطابق با منابع انسانی متخصص، منابع مالی، فناوری اطلاعات و ارتباطات پیاده سازند و برای موفقیت تسهیم دانش در سازمان، هماهنگی شرایط سازمانی و رهبری با ارزش‌های تکنولوژی و فرهنگ آشکار و پنهان موجود در سازمان‌ها توصیه می‌شود. در پایان شایان ذکر است که بررسی رابطه تسهیم دانش با فرهنگ سازمانی و اعتماد و ایراد مدل سازی مدیریت دانش در جهت اندازه گیری رعایت اصول دانش در سازمان‌های ورزشی



از مباحث جالبی است که به عنوان موضوع تحقیق دیگری پیشنهاد می شود.

### تقدیر و تشکر

از همکاری صمیمانه‌ی شرکت کنندگان در گردهمایی مشترک مدیران قطب ورزش دانشگاه های کشور که از تاریخ ۲۵ لغایت ۲۸ بهمن ماه ۹۰ در دانشگاه فردوسی مشهد برگزار گردید، نهایت قدردانی و سپاس را می نمایم.

### منابع:

1. Sulisworo, D. (2012). Enabling ICT and knowledge Management to Enhance Competitiveness of Higher Education Institutions. *International Journal of Education*. 2012, Vol. 4, No. 1. PP:112-120.
2. Aliakbar, E. Yusoff, R. Mahmood, N. (2012). Determinants of Knowledge Sharing Behavior. *2012 International Conference on Economics, Business and Marketing Management. IPEDR vol.29 (2012) © (2012) IACSIT Press, Singapore.pp:208-216*
3. Lee, P. Gillespie, N. Mann, L. Wearing, A.(2010). Leadership and trust: Their effect on knowledge sharing and team performance. 2010 41: 473 originally published online 28 June 2010 *Management Learning*. The online version of this article can be found at: <http://mlq.sagepub.com/content/41/4/473>
4. Cranfield, D. J. and Taylor, J. (2008). Knowledge Management and Higher Education: a UK Case Study. *The Electronic Journal of Knowledge Management* Volume 6, Issue 2, pp. 85 - 100
5. Ullah Khan, S. Ullah Alam, A. (2012). Knowledge Sharing Management Model (KSMM) for Software Development Outsourcing Vendors. *International Journal of Advanced Science and Technology* Vol. 45, 135.pp:135-145
6. Mahamed Ismail, N, A. (2012). Key Determinants of Research-Knowledge Sharing In UK Higher Education Institutions. The thesis is submitted in partial fulfilment of the requirements for the award of the degree of Doctor of Philosophy of the University of Portsmouth May 2012
7. Lin, Y, H. (2012). The influence of transformational leadership to knowledge sharing and organizational innovation:the cross-level analysis by using coaching,communication and organizational learning as mediating variables. Master's Thesis
8. Naresh Kumar, Raduan Che Rose. (2012). The impact of knowledge sharing and Islamic work ethic on innovation capability, *Cross Cultural Management: An International Journal*, Vol. 19 Iss: 2, pp.142 – 165
9. Wen Fan Y. (2011). The Role of Social Capital in Knowledge Sharing: A Meta-Analytic Review. *System Sciences (HICSS)*, 2011 44th Hawaii International

Conference on. 4-7 Jan. 2011

10. Golden, T. D. Raghuram, S. (2010). Teleworker knowledge sharing and the role of altered relational and technological interactions. *Journal of Organizational Behavior*. Volume 31, Issue 8, pages 1061–1085
11. Wickramasinghe, V. Widyaratne, R. (2012). Effects of interpersonal trust, team leader support, rewards, and knowledge sharing mechanisms on knowledge sharing in project teams, *VINE*, Vol. 42 Iss: 2, pp.214 – 236.
12. MOHAMED, A. ARSHAD, N, H. ABDULLAH, S.(2012). Influencing Factors of Knowledge Transfer in IT Outsourcing. *Proceedings of the 10th WSEAS Int. Conference on MATHEMATICS and COMPUTERS in BUSINESS and ECONOMICS*. Pp:165-172
13. McNeil, R. (2011). Application of Knowledge Management for Sustainable Development in Institutions of Higher Education. *Dalhousie Journal of Interdisciplinary Management*, 7 (*Spring*), 1-13
14. Mills, M, A. Smith, T, A. (2011). Knowledge management and organizational performance: a decomposed view. *JOURNAL OF KNOWLEDGE MANAGEMENT j VOL. 15. NO. 1*,pp:156-171
15. Dobrai, K. Farkas, F. Karoliny, Z. Poór, J. (2012). Knowledge Transfer in Multinational Companies – Evidence from Hungary. *Acta Polytechnica Hungarica*. Vol. 9, No. 3.pp:149-162
16. Ming Pi, S. Liao, H, L Liu,S, H. Peng, S, Y.(2011). Using Knowledge Management systems to cooperative Learning. *Advanced materials Research*. V, 187.pp:416-421.

## بررسی عدالت توزیعی و اصول آن در ورزش دانشگاهی کشور

مهدی طالب پور<sup>۱</sup>، محمد رعنائی<sup>۲</sup>

تاریخ دریافت: ۹۱/۷/۶

تاریخ پذیرش: ۹۱/۹/۲۵

### چکیده

ورزش دانشگاهی در واقع نقش کانون سلامتی جسمی و روانی دانشجویان و دانشگاہیان را دارد. از این رو کاربرد صحیح عدالت توزیعی و اصول آن می تواند در جهت دستیابی مؤثر تر به اهداف سازمانی در این محیط حساس، لازم و ضروری باشد. این مطالعه، عدالت توزیعی و اصول آن را در ورزش دانشگاهی ایران مورد بررسی قرار داده است. ورزش دانشگاهی کشور در سه سطح، رؤسای انجمنها، مدیران ادارات تربیت بدنی و کارشناسان ورزشی زیر مجموعه مدیران ادارات طبقه بندی گردیده است که عدالت توزیعی و اصول آن طی... فرضیه مورد بررسی و نتیجه گیری قرار گرفتند. نمونه آماری تحقیق شامل ۲۱۸ نفر، در سه سطح رؤسای انجمنها (۴۵ نفر)، مدیران ادارات تربیت بدنی (۵۸ نفر) و کارشناسان تربیت بدنی (۱۱۵ نفر) دانشگاه ها بود. ابزار تحقیق، پرسشنامه عدالت سازمانی (OJQ) است که توسط محقق در ورزش توسعه یافته و روایی آن توسط ۱۰ نفر از صاحب نظران مدیریت ورزشی مورد تأیید قرار گرفته است و ضرایب پایایی آن برای عدالت توزیعی ۶۳ درصد می باشد. در بخش آمار توصیفی میانگین و انحراف استاندارد و در بخش آمار استنباطی از آزمونهای کروسکال والیس، یو من ویتنی و فریدمن استفاده گردید. یافته های تحقیق نشان دادند که در زمینه تمایل رؤسای انجمنها، مدیران ادارات و کارشناسان تربیت بدنی نسبت به اصول عدالت توزیعی (انصاف، مساوات و نیاز) تفاوت معنی داری وجود دارد ( $P=0/001$ ). یعنی؛ هر سه گروه به طور معنی داری اصل مساوات را بر دیگر اصول توزیعی ترجیح می دهند. همچنین در زمینه تمایل مردان و زنان نسبت به اصول عدالت توزیعی نیز تفاوت معنی داری وجود دارد ( $P=0/001$ ). یعنی؛ هم مردان و هم زنان به طور معنی داری اصل مساوات را بر دیگر اصول توزیعی ترجیح می دهند.

**کلیدواژه های فارسی:** عدالت توزیعی، انصاف، مساوات و نیاز.

### مقدمه

عدالت سازمانی در حوزه های مختلف فعالیت های سازمانی بر حسب پیامدهایی که به افراد و واحد ها تعلق می گیرد، فرآیند تصمیم گیری برای تخصیص هر یک از این پیامد ها به قسمت های مختلف و نیز نحوه ارتباط این پیامد ها و فرآیند ها بین گروه ها و افراد، قابل تجزیه و تحلیل می باشد. این سه رویکرد تحلیلی عبارتند از؛ عدالت توزیعی، عدالت رویه ای و عدالت تعاملی (۱).

با توجه به اینکه عدالت توزیعی به دلیل آنکه درک نتایج واقعی (مثلاً: حقوق، مزایا و فضای کار) که به افراد تعلق می گیرد را مورد نظر قرار می دهد، بحرانی تر از دو مؤلفه دیگر می باشد و در واقع دو مؤلفه دیگر ابزاری برای رسیدن به عدالت توزیعی هستند، این مقاله تنها بر روی عدالت توزیعی و اصول آن در ورزش دانشگاهی کشور متمرکز گردیده است.

تمرکز اصلی عدالت توزیعی<sup>۱</sup> بر روی نتایجی است که افراد یا گروه ها نسبت به افراد یا گروه های دیگر دریافت می کنند، یعنی هدف اصلی توزیع منابع بین افراد یا گروه ها می باشد. هرچند عدالت توزیعی تنها منبع تعارض سازمان نمی باشد، اما به عنوان یک منبع تعارض در سازمان هم به عنوان یک مسأله اساسی انسانی مطرح می باشد و نیز می تواند گویای این حقیقت باشد که سازمانها از قواعد مختلف رقابتی در توزیع منابع استفاده می نمایند، و در کل مباحث و اصول عدالت توزیعی اساس بنیاد سازمانها را تشکیل می دهند (۱).

**عدالت توزیعی** دارای سه اصل اساسی می باشد که عبارتند از:

**اصل انصاف<sup>۲</sup>**، در تئوری برابری آدامز اشاره شد که افراد هنگامی انصاف را درک می کنند که پاداش ها و یا نتایج آنها با دیگر افراد قابل مقایسه باشد، در واقع در ارزیابی انصاف افراد نه تنها به دریافت پاداش های واقعی بلکه همچنین باید به مشارکت هایی دیگر افراد نیز انجام داده اند، توجه نمایند.

بیشتر افراد در مورد اصل انصاف به عنوان اساس عدالت توزیعی توافق نظر دارند، به این معنی که منابع و پاداش ها در یک سازمان باید بر اساس مشارکت افراد و یا واحد ها توزیع گردند (۲).

تورن بلوم و جانسون<sup>۳</sup> (۱۹۸۷ - ۱۹۸۵) سه مؤلفه یا قاعده فرعی<sup>۴</sup> را برای اصل انصاف

- 
1. Distributive justice
  2. Principle of Equity
  3. Tomblom & Jonsson
  4. Sub rule

مطرح نمودند که عبارتند از :

۱. تلاش : مقدار تلاشی را که فرد به کار می گیرد مبنای اصلی مشارکت است.
  ۲. توانایی : توانایی نسبی افراد (دانش، تجربه و...) مبنای اصلی مشارکت است.
  ۳. عملکرد یا بهره وری : عملکرد مطلق فرد و بهره وری او مبنای اصلی مشارکت است.
- بلوم جانسون استدلال کردند، هنگامیکه توزیع منابع بر اساس انصاف است، تصمیمات بایستی بر اساس بهره وری، تلاش و توانایی افراد و یا واحد ها اتخاذ گردند به این معنی که ؛ افراد یا واحد ها ممکن است منابع بیشتری دریافت کنند و یا منابع کمتری از دست بدهند اگر آنها (الف) بهره وری بالاتر (ب) تلاش بیشتر و نیز (ج) توانایی بالاتری داشته باشند (۳ و ۴).
- به عنوان مثال ؛ ممکن است یک دانشگاه حقوق بیشتری را به یک عضو هیأت علمی بدهد، به خاطر اینکه او مقالات بیشتری را به چاپ رسانده است (بهره وری)، ساعات طولانی تری را کار کرده است (تلاش) و یا اینکه به عنوان محقق یا معلمی که استعداد و توانایی بیشتری دارد مورد توجه است (توانایی).

البته بلوم و جانسون بعداً مؤلفه دیگری به نام جذب تماشاچی<sup>۱</sup> را نیز به عنوان مؤلفه چهارم اضافه نمودند. اگر چه که همه این مشارکتها ممکن است به عنوان اساسی برای توزیع پاداشها مورد استفاده باشند، اما بحث اصلی در اصل انصاف بر روی چگونگی مشارکت هر شخص است که باید دقیقاً روشن و مشخص و قابل اندازه گیری باشد، نه بر روی اینکه مشارکتها باید اساسی برای توزیع منابع باشند (۵).

**اصل مساوات :** اگر چه که استفاده از اصل انصاف در بین اصول توزیعی بیشترین استفاده را دارد، با این حال سازمانها در شرایطی، از اصل مساوات نیز استفاده می نمایند. به طور مثال، در یک بخش از سازمان ممکن است همه کارکنان آن بخش وظایف مشابهی را انجام دهند، در چنین شرایطی سازمان باید به همه کارکنان حقوق و پاداش یکسان بدهد. اصل مساوات بیشتر در شغل هایی که همه کارگران وظایف مشابهی را انجام می دهند مورد استفاده می باشد. از یک دیدگاه اصل مساوات گذشته از موجه بودن حتی تحت بعضی از شرایط ضروری نیز می باشد. بطور مثال ؛ اصل انصاف زمانی می تواند به طور معنی داری مورد استفاده باشد که سازمان بتواند مشارکت های هر شخص را از بقیه اشخاص مجزا کند و در واقع مشارکتها را به طور واقعی اندازه گیری نماید، در غیر اینصورت سازمانها در توزیع منابع رو به اصل مساوات می آورند (۱).

تورن بلوم و جانسون (۱۹۸۷ - ۱۹۸۵) سه قاعده فرعی اصل مساوات را به شرح زیر

#### 1. Spectator appeal

پیشنهاد دادند :

۱. مساوات رفتار<sup>۱</sup>: منابع در هر زمان باید به طور مساوی بین افراد توزیع شود
۲. مساوات نتایج<sup>۲</sup>: منابع در طولانی مدت به طور مساوی بین افراد توزیع شود
۳. مساوات فرصت<sup>۳</sup>: در هنگام توزیع منابع خاص و محدود باید همه افراد فرصت مساوی داشته باشند.

در هر یک از این اصول توزیعی هدف اصلی توزیع منابع می باشد، بنابراین با همه گروه ها بطور مساوی و بدون توجه به مشارکت و یا نیازشان رفتار می کنند، البته با روش های متفاوتی، مثلاً؛ با مساوات فرصت منابع به طور تصادفی توزیع می شوند، به صورتی که هر فرد یا گروه منابع موجود را بدون اینکه هر رفتار امتیازی داشته باشد، دریافت می نماید. به عنوان مثال ؛ ممکن است به یک مربی ورزشی یک بلیط تور مسافرتی ۱۵ روزه به عنوان پاداش داده شود نظر به اینکه واقعاً توزیع این بلیط تور مسافرتی به طور مساوی در بین همه مربیان ورزشی غیر ممکن می باشد بنابر این اگرچه فقط یک مربی این پاداش را دریافت می نماید اما همه مربیان بدون توجه به مقام، عملکرد و امثال آن، هر یک فرصت مساوی برای دریافت این پاداش را دارند(۳ و ۴).

**مساوات نتایج**، بیان می کند منابع اگرچه ممکن است در یک دوره زمانی کوتاه مدت به طور نابرابری توزیع شوند، اما در طولانی مدت، هر فرد یا واحد سهم برابری دریافت خواهند نمود. به عنوان مثال ؛ اگر پول اضافه ای در بودجه سال ۲۰۰۲ برای خرید لباس های فرم وجود داشت و پول نیز به تیم های هاکی و فوتبال داده شده بود، در دوره بعد تیم های دیگری بجز تیم های هاکی و فوتبال برای خرید لباس های فرم جدید پول دریافت خواهند نمود، تا همه تیم ها لباس فرم جدید دریافت کنند.

سرانجام **مساوات رفتار** بیان می کند در هر موقعیت زمانی، همه افراد یا واحد ها باید مقدار مشابهی از منابع را دریافت نمایند. به عنوان مثال ؛ اگر بخش ورزشی ۲۰۰۰۰ دلار پاداش جهت پشتیبانی تیم ها دریافت کند و در بخش ورزشی نیز ۲۰ تیم وجود داشته باشند، هر تیم ۱۰۰۰ دلار دریافت خواهند نمود(۵).

**اصل نیاز**<sup>۴</sup>: سومین اصل مهم عدالت توزیعی است که به طور مختصر بیان می کند، منابع و

- 
1. Equality of treatment
  2. Equality of results
  3. Equality of opportunity
  4. Principle of need

پاداشها باید بر اساس نیازهای افراد یا واحدها مختلف توزیع گردند و این اصل قواعد فرعی ندارد. به طور مثال؛ بورسیه تحصیلی باید به دانشجویانی تعلق بگیرد که توانایی اقتصادی ضعیف تری نسبت به بقیه دانشجویان دارند. اما در کل نیازهای یک فرد یا واحد باید از یک دیدگاه اجرایی، مورد درک باشد. یعنی افراد و واحد های معین ممکن است به منابع معینی برای اجراء وظایف تعیین شده شان نیاز داشته باشند(۱).

یک توافق عمومی وجود دارد که هدف اولیه مؤسسات ورزشی، تولید درآمد و منفعت می باشد(۶ و ۷). بنابراین انتظار می رود همه گروه ها میل بیشتری را برای استفاده از اصول اساسی انصاف در محیط یک مؤسسه ورزشی نشان دهند. تحقیقات قبلی پیشنهاد می کنند این سازمانها بر روی کیفیت و کمیت تولید تمرکز نمایند، بنابراین هنگامیکه منابع اختصاص می یابند، استفاده از اصول فرعی انصاف بیشتر نویدبخش این موضوع (بهره وری و تولید درآمد) هستند(۸).

گرینبرگ و اسکات<sup>۱</sup> (۱۹۹۶) معتقدند که از دیدگاه عدالت توزیعی، هنگامیکه کارکنان آورده های خود را برای رسیدن به برابری تغییر می دهند، این گونه رفتارها می توانند به منزله واکنش به ادراک بی عدالتی در نظر گرفته شوند(۹).

در تحقیقی که توسط هومز و چلادورای<sup>۲</sup> (۱۹۹۴b) صورت گرفته بود آنها مربیان و مدیران زن و مرد را در همه سطوح تقسیمی اتحادیه ملی ورزش های دانشگاهی (NCAA) مورد ارزیابی قرار دادند، و دریافتند که همه گروهها نیاز، مساوات رفتار و مساوات نتایج را هنگامیکه منابع در میان ورزشکاران دانشکده توزیع می شوند، منصف تر به شمار می آورند. همچنین یافته های آنها حاکی از آن بود که مردها نسبت به زنان، بیشتر تمایل دارند که اصول فرعی انصاف را منصف تر به شمار آورند، در حالیکه زنان تمایل دارند که اصول مساوات را منصف تر به شمار آورند(۱۰).

همچنین در تحقیقی که توسط ماهونی، ریمیر، بریدینگ و هومز<sup>۳</sup> در سال (۲۰۰۶) صورت گرفته بود، آنها نظریه های عدالت توزیعی را در بین ورزشکاران دانشکده و دیگر دانشجویان دانشکده در یک محیط ورزشی میان دانشکده ای و یک محیط تجاری ورزشی بررسی کردند و به این نتیجه رسیدند که در هر دوی این محیطها مساوات رفتار و نیاز منصفانه ترین روشهای اختصاص داده شده بودند. آنها همچنین دریافتند که زنها طرفداران قدرتمند توزیع و کاهش

1. Greenberg & Scott
2. Hums & Cheladurai
3. Mahony , Riemer , Breeding & Hums

مساوی هستند در حالیکه مردان حامی تصمیم گیری بر اساس نیاز و مشارکت برنامه هستند. در تحقیقی که توسط دیوتچ<sup>۱</sup> (۱۹۷۵) صورت گرفته بود به این نتیجه رسید که استفاده از روشهای توزیع منصفانه، بسته به سازمان و موقعیت های آن متفاوت می باشند. مثلاً در موقعیتهای تجاری گوناگون که هر یک از مدیران بر روی توان سود دهی تمرکز می کنند، روشهای توزیع بر اساس انصاف، این احساس را بیشتر نمایان خواهند ساخت، در مقابل بیشتر سازمانهای کوچک و یا کم سود که بر روی اهدافی از قبیل رشد فردی و پیوند گروهی تمرکز دارند بیشتر نوید بخش توزیعات و یا کاهش ها بر اساس نیاز یا مساوات می باشند (۱۱). همچنین در تحقیقی که توسط میندل<sup>۲</sup> (۱۹۸۹) صورت گرفته است وی ارزشهای سازمانی مختلف را تحت دو عنوان طبقه بندی کرد:

۱. بهره وری یا سود دهی<sup>۳</sup> ۲. همبستگی یا انسجام گروهی<sup>۴</sup>

که این ارزشها می توانند بر تصمیم گیریهای مدیران در بکارگیری رویکردهای عدالت سازمانی در موقعیتهای و شرایط مختلف تاثیر بگذارند، به این معنا که در شرایط و موقعیتهایی که بهره وری و سود آوری دغدغه و هدف اصلی سازمان تلقی می شود مدیران تمایل دارند بیشتر از اصول انصاف استفاده کنند، اما از طرفی، در شرایطی که همبستگی و انسجام و حسن نیت در بین کارکنان هدف اصلی سازمان باشد مدیران تمایل دارند، در توزیع منابع بیشتر اصل مساوات را بکار برند (۱۲). تفاوتها در وابستگی درونی<sup>۵</sup> بین شغلها درون یک سازمان نیز اصول توزیعی مختلف را ایجاد می کند. برای نمونه یک شرکت بازاریابی ورزشی ممکن است کارشناسان مختلف بازاریابی را با توجه به بخشهای مختلف کار استخدام نماید و ممکن است وظایف آنها را طوری طراحی نماید که به اندازه کافی مستقل از یکدیگر باشند، تحت این شرایط ممکن است بهره وری (سود آوری) فردی کارکنان، به عنوان اساسی برای توزیع پاداش ها مورد استفاده باشد. در مقابل یک شرکت بازاریابی ورزشی ممکن است متخصصان بازاریابی اش را در درون پروژه های تیمی سازمان دهی نماید زیرا مشارکتهای اعضای یک تیم موفقیت پروژه را بیشتر تضمین میکند در این شرایط ممکن است همبستگی درونی اعضای یک سازمان، به عنوان اساسی برای توزیع پاداشها باشد. در کل، مدیران تمایل دارند اصل انصاف را بر اساس عملکرد در کارهای مستقل (به عنوان مثال، بین تیم های مختلف کاری)، و اصل مساوات را در جریان کارهایی که بطور فزاینده ای

- 
1. Deutsch
  2. Meindl
  3. Productivity
  4. Solidarity
  5. Interdependence



وابستگی درونی بیشتری دارند(به عنوان مثال، درون تیم های کاری)، ترجیح دهند (۱). ویکس و کرامپتون<sup>۱</sup> (۱۹۸۷-۱۹۹۰) طی تحقیقی که محور مطالعات آن عدالت در امور مربوط به تفریح و سرگرمی جامعه بود، به ارزیابی ترجیحات شهروندان، مقامات منتخب و مدیران حقوق بگیر در اختصاص بودجه برای استخر های روباز شنا، پارک های محلی و برنامه های سازمان یافته ورزشی پرداختند. نتیجه بررسی آنها نشان داد که بیشتر این افراد اولویت اختصاص منابع به طور یکسان را در جاهایی که کمتر خدمت رسانی شده، مد نظر دارند. همچنین در ایجاد پارک های محلی ساکنان ترجیح می دهند که منابع به مناطقی که کمتر خدمت رسانی شده است تخصیص داده شوند. آنها همچنین ترجیح می دهند برای تامین برنامه های ورزشی " حق اشتراک " بپردازند. این نتایج حاکی از توافق نظر آنها در داشتن دیدگاههای نشأت گرفته از اصل مساوات و اصل نیاز می باشد (۱۳ و ۱۴).

با توجه به اینکه اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم، تحقیقات و فن آوری به عنوان متولی ورزشهای دانشگاهی و علمی کشور و نیز به عنوان یک اداره مرجع و الگو در این زمینه می تواند نقش اساسی در جهت توسعه بهره وری و اثربخشی عملکرد نیروی انسانی در بخش تربیت بدنی و علوم ورزشی کشور، بویژه در ورزش دانشگاهی داشته باشد، بنابراین رعایت و بکارگیری عدالت سازمانی و توسعه آن در بدنه ورزش دانشگاهی در کنار مدیریت و رهبری کارا و اثربخش می تواند مهمترین و اساسی ترین راه تحقق این هدف باشد.

### روش تحقیق

روش تحقیق با توجه به موضوع و اهداف مورد پژوهش از نوع توصیفی است و گرد آوری اطلاعات به صورت میدانی و از نظر استفاده از نتایج، کاربردی خواهد بود.

جامعه آماری این پژوهش شامل؛ رؤسای انجمنهای ورزشی وزارت علوم، تحقیقات و فن آوری، مدیران ادارات تربیت بدنی دانشگاه های دولتی و کارشناسان تربیت بدنی می باشد. نمونه آماری، شامل ۴۵ نفر رؤسای انجمنهای ورزشی، ۵۸ نفر مدیران ادارات تربیت بدنی و ۱۱۵ نفر کارشناس تربیت بدنی می شود. روش نمونه گیری در هر دو حوزه رؤسای انجمنها و مدیران ادارات تربیت بدنی از نوع انتخابی (سرشماری) و در حوزه کارشناسان تربیت بدنی بصورت تصادفی با تخصیص متناسب می باشد.

به منظور جمع آوری اطلاعات از سه پرسشنامه مجزا استفاده شده است. این پرسشنامه ها با استفاده از پرسشنامه عدالت سازمانی چلادورای (۱۹۹۴)، توسط محقق در سه حیطه مورد

1. Wicks & Crompton

نظر (رؤسای انجمنها، مدیران ادارات تربیت بدنی و کارشناسان تربیت بدنی) توسعه یافته است که در پژوهش حاضر ضرایب پایایی آن برای عدالت توزیعی ۶۳ درصد می باشد.

### یافته‌های تحقیق

در این قسمت، هر یک از فرضیات تحقیق به طور مجزا مورد بررسی قرار گرفته و سطح معنی داری برای همه روش های آماری در سطح ( $P < 0/05$ ) در نظر گرفته شده است و نیز موارد معنی دار با علامت \* مشخص گردیده است.

جدول ۱. آمار توصیفی متغیرهای تحقیق به تفکیک گروه های سه گانه

متغیر	گروه	تعداد	جنسیت	تعداد	درصد	میانگین	انحراف استاندارد
عدالت توزیعی	رؤسای انجمن ها	۴۵	مرد	۲۶	۵۷/۷۷	۳۲/۵۱	۶/۱۵
			زن	۱۹	۴۲/۲۲		
	مدیران ادارات	۵۸	مرد	۵۰	۸۶/۲۰	۲۶/۵۵	۴/۹۷
			زن	۸	۱۳/۷۹		
	کارشناسان تربیت بدنی	۱۱۵	مرد	۷۱	۶۲/۸۳	۳۱/۳۲	۷/۲۹
			زن	۴۲	۳۷/۱۶		
	کل	۲۱۸				۳۰/۱۲	۶/۱۱

همانگونه که در جدول (۱) مشاهده می گردد در گروه رؤسای انجمنها حدود ۵۸ درصد مرد، ۴۲ درصد زن و در گروه مدیران ادارات حدود ۸۶ درصد مرد، ۱۴ درصد زن و در گروه کارشناسان تربیت بدنی حدود ۶۳ درصد مرد و ۳۷ درصد زن می باشند.

جدول ۲. آزمون فریدمن جهت بررسی میزان تمایل گروه های سه گانه نسبت به اصول عدالت توزیعی

گروه	متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد SD	میانگین رتبه ها MR	تست فریدمن	
					سیگ	خی دو
رؤسای انجمنها	انصاف	۳/۸۴	۰/۶۵	۱/۸۵	۰/۰۰۰	۴۰/۱۵
	مساوات	۴/۷۹	۱/۰۰	۲/۷۳		
	نیاز	۳/۱۳	۱/۴۷	۱/۴۲		
مدیران ادارات	انصاف	۲/۷۸	۱/۰۵	۱/۷۵	۰/۰۰۰	۳۸/۸۸
	مساوات	۴/۲۵	۱/۳۳	۲/۶۶		
	نیاز	۲/۶۵	۱/۳۸	۱/۵۹		
کارشناسان تربیت بدنی	انصاف	۳/۹۴	۰/۷۷	۲/۲۶	۰/۰۰۰	۳۵/۹۳
	مساوات	۴/۲۷	۲/۸۸	۲/۱۹		
	نیاز	۳/۰۸	۱/۵۷	۱/۵۵		

با توجه به جدول (۲) نتایج پژوهش نشان داد که در زمینه میزان تمایل رؤسای انجمنها، مدیران ادارات و نیز کارشناسان تربیت بدنی به اصول عدالت توزیعی (انصاف، مساوات و نیاز) تفاوت معنی داری وجود دارد. به عبارتی هر سه گروه به طور معنی داری اصل مساوات را بر دیگر اصول توزیعی ترجیح می دهند.

جدول ۳. آزمون فریدمن جهت بررسی میزان تمایل مردان و زنان نسبت به اصول عدالت توزیعی

شاخصها / گروهها	متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد SD	میانگین	
				رتبه ها MR	تست فریدمن
				سیگ	خی دو
مرد	انصاف	۳/۵۸	۱/۰۶	۱/۹۸	۰/۰۰۰
	مساوات	۴/۶۰	۲/۵۸	۲/۵۱	
	نیاز	۲/۹۳	۱/۵۱	۱/۵۱	
زن	انصاف	۳/۷۶	۰/۷۰	۲/۱۹	۰/۰۰۰
	مساوات	۳/۸۵	۱/۲۳	۲/۲۳	
	نیاز	۳/۰۸	۱/۵۳	۱/۵۸	

همانگونه که در جدول (۳) ملاحظه می گردد، نتایج تحقیق نشان می دهد که در زمینه میزان تمایل مردان و زنان به اصول عدالت توزیعی تفاوت معنی داری وجود دارد. به عبارتی هر دو گروه مردان و زنان به طور معنی داری اصل مساوات را بر دیگر اصول توزیعی ترجیح می دهند.

جدول ۴. آزمون یو- مان ویتنی جهت بررسی تفاوت بین مردان و زنان در هر یک از اصول توزیعی

شاخصها / متغیرها	گروه	میانگین	انحراف معیار	آزمون یو- مان ویتنی	
				سیگ	Z محاسبه شده
اصل مساوات	مرد	۴/۶۰	۲/۵۸	۰/۰۰۲	-۳/۱۱۱
	زن	۳/۸۵	۱/۲۳		
اصل انصاف	مرد	۳/۵۶	۱/۰۷	۰/۴۶۲	-۰/۷۳۵
	زن	۳/۷۶	۰/۷۰		
اصل نیاز	مرد	۲/۹۳	۱/۵۰	۰/۴۴۹	-۰/۷۵۸
	زن	۳/۰۸	۱/۵۳		

همانگونه که در جدول (۴) مشاهده می شود، تنها در زمینه اصل مساوات بین مردان و زنان تفاوت معنی داری وجود دارد و در اصول انصاف و نیاز بین زنان و مردان تفاوت معنی داری مشاهده نمی شود.

جدول ۵. آزمون کروسکال والیس جهت بررسی تفاوت بین گروه‌ها در هر یک از اصول توزیعی

شاخص‌ها متغیرها	گروه	میانگین	انحراف معیار	آزمون کروسکال والیس	
				خی دو	Sig
اصل مساوات	روسای انجمن‌ها	۴/۷۹	۱/۰۰	۹/۰۹۷	۰/۰۱۱
	مدیران ادارات تربیت بدنی	۴/۲۵	۱/۳۳		
	کارشناسان ادارات تربیت بدنی	۴/۲۷	۱/۳۴		
اصل انصاف	روسای انجمن‌ها	۳/۸۴	۰/۷۷	۴۹/۱۴۶	۰/۰۰۰
	مدیران ادارات تربیت بدنی	۲/۷۸	۱/۰۵		
	کارشناسان ادارات تربیت بدنی	۳/۹۴	۰/۷۷		
اصل نیاز	روسای انجمن‌ها	۳/۱۳	۱/۴۵	۴/۹۸۷	۰/۰۸۳
	مدیران ادارات تربیت بدنی	۲/۶۵	۱/۳۸		
	کارشناسان ادارات تربیت بدنی	۳/۰۸	۱/۵۷		

با توجه به جدول (۵) نتایج نشان می‌دهند که در زمینه اصل مساوات و اصل انصاف بین گروه‌های مورد بررسی (روسای انجمنها، مدیران ادارات و کارشناسان تربیت بدنی) تفاوت معنی داری وجود دارد اما در زمینه اصل نیاز بین گروه‌های مورد بررسی تفاوت معنی داری وجود ندارد.

### بحث و نتیجه گیری

با توجه به یافته‌های این پژوهش، در هر سه سطح اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم، تحقیقات و فن آوری (روسای انجمنهای ورزشی، مدیران ادارات تربیت بدنی و کارشناسان تربیت بدنی) تعداد مردان بیشتر از زنان است. بویژه این نسبت در گروه مدیران ادارات کاملاً بارز می‌باشد. اگر بتوان نتایج این تحقیق را با دیگر سازمان‌ها مقایسه نمود، از نظر نسبت مردان به زنان این یافته‌ها با یافته‌های صابونچی، هادوی و مظفری (۱۳۸۷) (۱۵) در سازمان تربیت بدنی ایران همخوانی دارد، زیرا در اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم نیز مانند سازمان تربیت بدنی، مردان به طور کاملاً بارزی بیشتر از زنان می‌باشند.

نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که در زمینه تمایل گروه‌های سه گانه نسبت به اصول عدالت توزیعی تفاوت معنی داری وجود دارد، که این تفاوت حاکی از تمایل بیشتر هر سه گروه برای استفاده از اصل مساوات می‌باشد. به عبارتی هر سه گروه به طور معنی داری اصل مساوات را بر دیگر اصول توزیعی ترجیح می‌دهند. این یافته‌ها تا حدودی بیانگر این مطلب

می باشند که وابستگی درونی شغلی بالایی در اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم وجود دارد، از این رو مدیران حوزه ستادی اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم، در جهت رسیدن به اهداف سازمان، همبستگی و انسجام گروهی را بر سودآوری محض سازمان ترجیح می دهند. زیرا اصل مساوات همان اصلی است که سازمان ها برای رسیدن به اهداف سازمانی، در جهت افزایش همبستگی بین اعضا و واحد های مختلف سازمانشان از آن استفاده می نمایند.

یافته های این تحقیق تا حدودی با یافته های هومز و چلادورای<sup>۱</sup> (۱۹۹۴)، ویکس و کرامیتون<sup>۲</sup> (۱۹۸۷-۱۹۹۰) و نیز ماهونی، ریمیر، بریدینگ و هومز<sup>۳</sup> (۲۰۰۶) همخوانی دارد. زیرا در یافته های آنها که به ترتیب در اتحادیه ملی ورزشهای دانشگاهی (NCAA)، استخر های روباز شنا و پارک های محلی و نیز یک محیط ورزشی میان دانشکده ای و یک محیط تجاری ورزشی بود، به این نتیجه رسیدند که مساوات (مساوات رفتار) و نیاز منصفانه ترین روشهای اختصاص داده شده بودند.

همچنین یافته های این پژوهش نشان داد که در زمینه تمایل مردان و زنان نسبت به اصول عدالت توزیعی تفاوت وجود دارد. یافته ها نشان می دهند که هم مردان و هم زنان به طور معنی داری اصل مساوات را بر دیگر اصول توزیعی ترجیح می دهند. به عبارتی در بین مردان و زنان هر سه گروه، اصل مساوات منصفانه ترین روش تخصیص و کاهش منابع می باشد.

یافته های این بخش از پژوهش تا حدودی با یافته های هومز و چلادورای (۱۹۹۴) و نیز ماهونی، ریمیر، بریدینگ و هومز (۲۰۰۶) مغایرت دارد، زیرا در یافته های آنها تنها طرفداران قدرتمند توزیع و کاهش مساوی (اصل مساوات) هستند در حالیکه مردان حامی تصمیم گیری بر اساس نیاز و مشارکت برنامه (اصل انصاف) هستند، در صورتیکه در این پژوهش هر دو گروه مردان و زنان طرفدار اصل مساوات یا همان توزیع و کاهش مساوی می باشند. رویهمرفته، مقایسه یافته های این پژوهش با یافته های پژوهش های ذکر شده در فوق می تواند گویای این مطلب باشد که در اداره تربیت بدنی وزارت علوم، مردان و زنان نگرش یکسانی نسبت به عدالت توزیعی و اصول آن دارند و در انتخاب اصول توزیعی جهت توزیع و یا کاهش منابع تقریباً مشابه عمل می نمایند.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که در زمینه استفاده از اصول توزیعی، تنها در اصل مساوات بین مردان و زنان تفاوت وجود دارد. به عبارتی، علی رغم اینکه هم مردان و هم زنان اصل

1. Hums & Cheladurai
2. Wicks & Crompton
3. Mahony , Riemer , Breeding & Hums

مساوات را بر دیگر اصول توزیعی ترجیح دادند، اما مردان در مقایسه با زنان به طور معنی داری تمایل بیشتری برای استفاده از اصل مساوات دارند. همانگونه که در فوق نیز اشاره گردید، در ارتباط بین اصول عدالت توزیعی و جنسیت یافته‌های پژوهش حاضر نسبتاً با یافته‌های هومز و چلادورای (۱۹۹۴) و نیز ماهونی، ریمیر، بریدینگ و هومز (۲۰۰۶) مغایرت دارد. این تناقض ممکن است مربوط به تفاوت فرهنگی داخل و خارج ایران و نیز جو سازمانی اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم باشد. در زمینه استفاده از اصول انصاف و نیاز نیز تفاوت معنی داری بین زنان و مردان مشاهده نشده است، یعنی مردان و زنان تمایل نسبتاً مشابهی به آن دو اصل دارند. یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که در زمینه استفاده از اصول توزیعی انصاف و مساوات بین گروه‌های مورد بررسی تفاوت وجود دارد اما در اصل نیاز بین گروه‌ها تفاوت وجود ندارد. به عبارتی کارشناسان تربیت بدنی به طور معنی داری نسبت به دو گروه دیگر طرفدار اصل **انصاف** بودند و رؤسای انجمنهای ورزشی نیز به طور معنی داری در مقایسه با دو گروه دیگر طرفدار اصل **مساوات** بودند.

همچنین نتایج پژوهش نشان داد که بین سه گروه مورد بررسی، رؤسای انجمنهای ورزشی درک قوی‌تر و مدیران ادارات درک ضعیف‌تری از عدالت توزیعی دارند. رو بهمرفته، این یافته‌ها حاکی از آن می‌باشد که مدیران حوزه ستادی وزارت علوم باید توجه بیشتری به مقوله عدالت توزیعی و اصول آن داشته باشند. این مهم می‌تواند رضایت شغلی، عملکرد و تعهد سازمانی مجموعه تربیت بدنی وزارت علوم را افزایش داده و جابجایی، غیبت و ترک شغل را کاهش دهد و نیز دستیابی مؤثرتر به اهداف سازمانی را موجب گردد.

نهایتاً با توجه به اینکه عدالت سازمانی و بویژه عدالت توزیعی یک مقوله بسیار مهم و اثرگذار در رفتار سازمانی و مدیریت ورزشی می‌باشد و پیامدهای سازمانی مهمی چون رضایت شغلی، تعهد سازمانی، عملکرد و غیره را به دنبال دارد و نیز با توجه به پژوهش‌های بسیار کمی که در این حوزه در کشور صورت گرفته و حاکی از شناخت پایین مدیران اجرایی کشور نسبت به عدالت توزیعی و اصول آن می‌باشد، از این رو پیشنهاد می‌گردد تحقیقات بیشتری در این زمینه در کشور صورت گیرد تا پیشینه ادبیات عدالت سازمانی و توزیعی تقویت گردد و نیز در سیستم آموزشی بویژه در رشته مدیریت، به عدالت سازمانی به عنوان یک فصل مهم آموزشی توجه و تأکید شود تا از این طریق دانش و ادراک دانشجویان مدیریت که مدیران آینده هستند ارتقاء یابد.

**منابع :**

1. Cheladurai. (2006). Human Resource Management in Sport and Recreation
۲. طالب‌پور، مهدی (۱۳۸۷). مدیریت منابع انسانی در ورزش و تفریحات سالم، انتشارات دانشگاه فردوسی مشهد.
3. Tornblom, K.Y., & Jonsson, D.S. (1985). Subrules of the equality and contribution principles : Their perceived fairness in distribution and retribution. *Social Psychology Quarterly*, 48, 249-261.
4. Tornblom, K.Y., & Jonsson, D.S. (1987). Distribution vs. retribution: The perceived justice of the contribution and equality principles for cooperative and competitive relationships. *Acta Sociologica*, 30, 25-52.
5. Mahony / Daniel. Riemer / Harold. Breeding / James & Hums / Mary. (2006) Organizational Justice in sport organizational : perceptions of college Athletec and other college students. *Journal of sport management*.
6. DeSchrive, T.D., & Mahony, D.F. (2003). Finance, economics, and budgeting in the sport industry. In J.B. Parks & J. Quarterman (Eds.), *Contemporary sport management* (2nded.), pp. 231-253). Champaign, IL: Human Kinetics.
7. Giacobbe-Miller, J.K., Miller, D.J., & Victorov, V.I. (1998). A comparison of Russian and U.S. pay allocation decisions, distributive justice judgments, and productivity under Different payment conditions. *Personnel Psychology*, 51, 137-16
8. Schaubroeck , J , May , DR & Brown (1994), procedural justice explanations and employee reaction to economic hardship : A field experiment , *Journal of Applied psychology*.
9. Greenberg, J., & Scott, K. S. (1996). Why do workers bite the hands that feed them? Employee theft as a social exchange process. In B. M. Staw & L. L. Cummings (Eds.), *Research in organizational behavior: Vol. 18. An annual series of analytical essays and critical reviews.* (pp. 111–156): Greenwich, CT: JAI Press.
10. Hums, M.A., & Chelladurai, P. (1994a). Distributive justice in intercollegiate athletics:
11. Development of an instrument. *Journal of Sport Management*, 8, 190-199.
12. Deutsch, M. (1975). Equity, equality, and need: What determines which value will be used as the basis of distributive justice? *Journal of Social Issues*, 31, 137-149.
13. Meindl / J. R. (1982) Managing to be fair :An exploration of values / motives / and leader ship. *Administrative science Quaterly*.

14. Wicks , B. E , Crompton , J. L (1987). An analysis of the relationship between equity choice preferences , service type and decision making groups in a U.S.city. Journal of leisure research.

15. Wicks , B. E , Crompton , J. L (1990). predicting the equity preferences of park and recreation department employees and residents of Austin , Texas. Journal of leisure research

۱۶. صابونچی، رضا، سیده فریده هادوی و سید امیر احمد مظفری، ۱۳۸۷، تبیین فرهنگ

سازمانی سازمان تربیت بدنی، پژوهش در علوم ورزشی.



## بررسی عوامل بازدارنده مشارکت دانشجویان دختر نخبه علمی ایران در فعالیت‌های ورزشی دانشگاهی

محمد غلامپور<sup>۱</sup>، بهزاد بهزادینیا<sup>۲</sup>، رسول طریقی<sup>۳</sup>

تاریخ پذیرش: ۹۱/۱۰/۱۱

تاریخ دریافت: ۹۱/۷/۱۵

### چکیده

امروزه در نظام آموزشی بیشتر کشورهای جهان برنامه ریزی اوقات فراغت در طی دوران تحصیلی به یک فرایند همگانی و مستمر بدل شده است و برای پیشبرد و توسعه آن در راستای دست یابی به جامعه ای جوان و سالم روشهای متنوعی ابداع گردیده است. هدف این پژوهش به منظور بررسی عوامل بازدارنده مشارکت دانشجویان دختر نخبه علمی در فعالیت های ورزشی دانشگاهی انجام شده است. روش تحقیق از نوع توصیفی - تحلیلی در شاخه مطالعات میدانی است. جامعه آماری تحقیق را کلیه دانشجویان دختر نخبه علمی دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی کشور در سال ۱۳۸۹ تشکیل می دادند. (N= ۳۰۰) نمونه تحقیق با توجه به حضور شرکت کنندگان در اولین جشنواره ورزشی دانشجویان نخبه بصورت تصادفی ساده ۲۵۱ نفر به دست آمد. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه سلسله مراتب عوامل بازدارنده در اوقات فراغت بود که در این پرسشنامه این عوامل به سه طبقه عوامل فردی، بین فردی و ساختاری تقسیم شده است هدف این پژوهش شناخت عوامل بازدارنده اوقات فراغت در بین دانشجویان نخبه ایرانی بود. به همین منظور سلسله مراتب سه گانه در سطوح مختلف میزان و مشارکت برحسب خصوصیات فردی بررسی شد. نتایج تحقیق نشان داد که در بین دانشجویان دختر علمی کشور عوامل فردی مهمترین دسته از عوامل اثرگذار و عوامل بازدارنده بین فردی و ساختاری به ترتیب جایگاه دوم و سوم قرار دارد. نتایج به دست آمده نشان می دهد که ترتیب عوامل بازدارنده سه گانه مدل سلسله مراتبی در این تحقیق تأیید شده است.

**کلیدواژه‌های فارسی:** عوامل بازدارنده، اوقات فراغت، ورزش دانشگاهی، دانشجویان نخبه علمی.

۱. دانشجوی دکتری دانشگاه مازندران (نویسنده مسئول) Email: M.53gholampour@yahoo.com

۲. کارشناس ارشد تربیت بدنی

۳. کارشناس ارشد تربیت بدنی

## مقدمه

امروزه زنان نیمی از جمعیت کشور و دانشجویان دختر نیمی از جمعیت دانشجویان دانشگاههای کشور را تشکیل می دهند. بانوان نقش های متفاوتی مانند دختر، مادر، همسر، کارمند و غیره دارند و اختصاص داشتن هر یک از این وظایف ممکن است فشار و تنش روحی و جسمی در آنها بوجود آورد. این در حالی است که از آنها به عنوان یکی از ارکان اصلی توسعه پایدار نامبرده شد و بدون مشارکت فعال آنها توسعه به سرانجام نخواهد رسید. (۵). از آنجا که زنان نیمی از منابع انسانی موثر در توسعه جوامع را تشکیل می دهند، لذا در برنامه های توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی باید راه های استفاده از توانایی ها و استعداد های آنان را هموار ساخت. امکان حضور موثر آنها در فرایند توسعه پایدار در زمینه های مختلف اجتماعی میسر شود و زمینه مشارکت موثر آنها در توسعه فرهنگی فراهم آید (۱).

در بین دانشجویان بویژه دانشجویان دختر همواره توجه به سلامت جسمی و روحی آنها و چرایی عدم حضور آنها به فعالیت های ورزشی دانشگاهی در اوقات فراغت از دغدغه های مسولان آموزش عالی بدلیل نقش های متفاوت و انکار ناپذیر آنها در تربیت فرزندان نسل آینده، مادران و صاحب منصبان فردا از موارد قابل توجهی برای پژوهش در این زمینه می باشد. هدف از این پژوهش بررسی عوامل بازدارنده اوقات فراغت و مطالعه این عنوان محصول درک و تجربه ی شخصی افراد است و یا به وسیله پژوهشگران معرفی می شود (۲، ۳)

به منظور مطالعه عوامل بازدارنده مشارکت ورزشی، کراوفورد، جکسون و گادبی مدل هرمی موانع اوقات فراغت را ۱۹۹۳ پیشنهاد کردند. مدل پیشنهاد شده برای اولین بار، موانع را با توجه به اهمیت آنها در فرآیند تصمیم گیری فرد به سه دسته موانع درون فردی، موانع بین فردی، و موانع ساختاری تقسیم بندی نمود (۲).

۱-عوامل بازدارنده فردی، عواملی مانند استرس، افسردگی، اضطراب، و تمایلات مذهبی اند که با حالات های روانی فرد سر و کار دارند و بر اولویت انتخاب فعالیت های اوقات فراغت تاثیر می گذراند، ولی در رابطه ی بین اولویت و مشارکت مداخله نمی کنند.

۲-عوامل بین فردی، حاصل کنش های بین فردی، یا رابطه ی بین خصوصیات فردی افراد است و بر مشارکت مشترک در فعالیت های اوقات فراغت خاص اثر می گذارد، و یا موانعی است که به عنوان نتیجه ی روابط و تعامل همسران پیش می آید. (۲).

۳-عوامل ساختاری عواملی اند که به عنوان عوامل مداخله گر بین اولویت اوقات فراغت و مشارکت عمل می کنند. وضعیت چرخه ی زندگی خانواده، منابع مالی خانواده، فصل، هوا، برنامه زمانی کار، و دسترسی به فرصت ها (و آگاهی از این نوع دسترسی)، از جمله این

## عوامل اند(۲)

در این مدل موانع درون فردی مهمترین وموانع ساختاری کم اهمیت ترین موانع درفرایند تصمیم گیری برای مشارکت هستند. این پیشنهادات برای اولین بار مفهوم انگیزه را در مطالعه موانع مشارکت در فعالیتهای ورزشی مورد توجه قرار دادند. این محققان پیشنهاد کردند مشارکت در فعالیتهای ورزشی نتیجه چانه زنی یا تلاش برای غلبه بر موانع می باشد و انگیزه یک مفهوم مهم در چانه زنی برای مشارکت است. چانه زنی و نتیجه آن، به قدرت نسبی وتعامل بین موانع مشارکت در یک فعالیت وانگیزه های چنین مشارکتی وابسته است(۲). هدف از این تحقیق درباره عوامل باز دارنده اوقات فراغت، بررسی عواملی است که محققان آنها را معرفی کرده یا افراد آنها را درک یا تجربه می کنند. این عوامل موجب می شوند که فرد از میان فعالیت های مختلف فعالیتی را برگزیند یا از مشاکت در چنین فعالیت های لذت ببرد یا برعکس موجب جلوگیری از شرکت فرد در این گونه فعالیت ها می شود(۲).

پژوهش های سازمان یافته در مورد عوامل بازدارنده اوقات فراغت، که از اوایل دهه ی ۱۹۸۰ آغاز شد(بوئی، تنوگات، و تاون سند۱۹۸۱؛ گودیل و یت ۱۹۸۹) بیش تر، پژوهش هایی تجربی بود(استاک دیل ۱۹۸۹)، که نتایج آن، اثر عوامل با دارنده بر فعالیت های اوقات فراغت را به وضوح نشان نمی داد، اما در پایان دهه ی ۱۹۸۰، تلفیق این روش ها و روش های پژوهشی دهه ی ۱۹۹۰، باعث ایجاد نگرشی جدید در مطالعه ی عوامل با دارنده ی اوقات فراغت شد. یکی از پژوهش هایی که در این راستا انجام گرفت و موجب شد تا گامی موثر در جهت طبقه بندی عوامل با دارنده و شیوه ی تاثیر آن ها بر مشارکت افراد در فعالیت های اوقات فراغت به وجود آید، به وسیله گروهی از پژوهشگران نظیر جک سون، کرافورد، و گادی(۱۹۹۳) و به صورت یک مدل سلسله مراتبی ارائه شد. در این مدل، عوامل با دارنده در یک سلسله مراتب با اولویت عوامل با دارنده فردی، بین فردی، وساختاری تجربه می کند (۲).

مهم ترین رشد مفهومی در بررسی عوامل باز دارنده اوقات فراغت در دهه ۱۹۸۰ توسط کرافورد و گابی (۱۹۸۷) با عنوان "درک موانع اوقات فراغت خانواده" صورت گرفت. آنان به دو مفهوم کلی پی بردند:

۱- عوامل با دارنده، گذشته از اینکه بر افراد شرکت کننده و غیر شرکت کننده تاثیر دارد، انتخاب آنان را نیز تحت تاثیر قرار می دهد. به عبارت دیگر، بی میلی به شرکت در یک فعالیت یا ناآگاهی از آن فعالیت، ممکن است به عنوان عامل باز دارنده اهمیت یابد و مورد شرح و توصیف قرار گیرد؛

۲- عوامل با دارنده گذشته از تاثیر بر حق انتخاب و مشارکت(عوامل ساختاری)، بر ارجحیت به

روش های معنی دار مختلف اثر می گذارند (عوامل فردی و بین فردی) (۴)

تحقیقات زیادی در ایران در خصوص موانع مشارکت ورزشی انجام شده است جامعه آماری این مطالعات را عموماً زنان، دانش آموزان و دانشجویان دختر تشکیل می دادند. نتایج این تحقیقات حاکی از وجود عواملی نظیر نداشتن علاقه، مشکلات فرهنگی اجتماعی بانوان نامبرد (۳)، کمبود وقت، عادت نداشتن به ورزش کردن و نبود امکانات (۵،۶)، اهمیت دادن به تکالیف درسی نسبت به ورزش، بی حوصلگی، استعمال در خانه، نبود اماکن مناسب ورزشی، کمبود امکانات در محل زندگی مشکلات اقتصادی خانواده و مشکلات دوران قاعدگی (۷،۵) همچنین تاثیر نقش های رسانه ها در علاقمندی و گرایش به ورزش نیز مهم ترین نکته مورد توجه دانشجویان دختر عنوان شده است (۸). کشر و احسانی (۱۳۸۶) با تاکید بر همگانی کردن ورزش به عنوان یک اولویت آن را منشاء تاثیرات سودمندی بر ابعاد فرهنگی، آموزشی، تربیتی، اقتصادی، اجتماعی، بهداشتی و درمانی زنان می دانند و به این نتیجه رسیده اند که خصوصیات عوامل ساختاری از مهم ترین دسته از عوامل اثرگذار بر مشارکت زنان در ورزش است و عوامل بازدارنده فردی و بین فردی در جایگاه دوم و سوم قرار دارد (۳). کوهن<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۰۶) آمپوفو<sup>۲</sup>، مانلو<sup>۳</sup> ها<sup>۳</sup> و بارد نیز با این شیوه به تحقیق پرداخته اند و ساختارهای اجتماعی و محدودیت های فرهنگی و تاثیر عوامل دموگرافیکی را از عوامل موانع مشارکت در ورزش های تفریحی دانستند (۳).

وال ست (۲۰۰۶) در بررسی مشارکت بانوان در فعالیت های ورزشی به این نتیجه رسید که بانوان مسلمانی که به مذهب و سلامت تن در اسلام توجه دارند، بسیار علاقمند به ورزش هستند. وایلی و همکاران (۲۰۰۰) اظهار داشتند که نظر دیگران در مورد مناسب بودن فعالیت های ورزشی می تواند بر مشارکت بانوان در آن فعالیت موثر باشد به گونه ای که فقط بانوان را از فعالیت در زمینه بوکس، فوتبال و هاکی روی یخ منع می نماید. اداور و همکاران (۲۰۰۲) بیان نمودند وقتی عوامل بازدارنده اوقات فراغت را بررسی می کنیم، بسیار مهم است که تشخیص دهیم چگونه جنس و فرهنگ بر یکدیگر اثر می گذارند. مثلاً در برخی از فرهنگها دختران برای شرکت در فعالیت های اوقات فراغت اصلاً ترغیب و تشویق نمی شوند در حالیکه پسران برای این امور به شدت مورد تشویق قرار می گیرند.

احسانی (۱۳۸۲) در بررسی عوامل بازدارنده مشارکت فعالیتهای ورزشی دانشجویان دختر

- 
1. Cohen et al
  2. Ampofo
  3. Manell&Hubbard

دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان به این نتیجه رسید که عوامل بازدارنده بر حسب متغیر های جنسیت و شرکت در فعالیت های ورزشی به ترتیب عبارتند از وقت، علاقه، پول، امکانات، ناآگاهی، مهارت روابط اجتماعی و عدم آمادگی جسمانی. نتایج تحقیق دیگری که در زمینه بررسی عوامل بازدارنده مشارک فعالیت های ورزشی دختران دانشجو نشان داد دانشجویانی که در فعالیت های ورزشی شرکت نمی کنند تاثیر عوامل بازدارنده، مثل وسیله نقلیه، روابط اجتماعی، ناآگاهی، مهارت و سلامت را بیش از دیگران عوامل می دانند

شیخی (۱۳۸۲) در دومین کنگره خاور میانه ایچ در سال ۱۳۸۲، با ارائه مقاله با عنوان "تحولات فرهنگی و نیاز ورزشکاران در بین جوانان ایرانی" با تاکید بر دختران، اظهار داشت نیاز به رزش یکی از وسایل گذران اوقات فراغت برای جوانان است که جمعیت آنان همواره رو به رشد است. این رازی پنهان است که اگر به عنوان نیازی آشکار و عینی شناسایی نشود، پیامد های جبران ناپذیر خواهد داشت. وی در این مقاله به ضرورت پاسخگویی مسولان کشور به چنین نیازهایی از راه سرمایه گذاری در زمینه های جامعه شناختی، تسهیلاتی و گسترش فضاهای ورزشی اشاره کرد (۹).

#### اهداف و فرضیه های پژوهش

بررسی اهمیت عوامل بازدارنده مشارکت دانشجویان دختر نخبه علمی ایران در فعالیت های ورزشی دانشگاهی با توجه به متغیر خصوصیات فردی و نخبگی طبق مدل سلسله مراتبی عوامل بازدارنده اوقات فراغت.

#### فرضیه های ویژه

۱. عوامل فردی (نگرش ها، تصورات و حالات روانی فرد) بازدارنده از مشارکت دانشجویان نخبه در فعالیت های ورزشی دانشگاهی در اولویت اول قرار دارد.
۲. عوامل بین فردی (نبود همراه و روابط اجتماعی) بازدارنده از مشارکت دانشجویان نخبه در فعالیت های ورزشی دانشگاهی در اولویت دوم قرار دارد.
۳. عوامل ساختاری (هزینه، وقت، امکانات، و تجهیزات، تفکیک، فقدان مهارت و توانایی) بازدارنده از مشارکت دانشجویان نخبه در فعالیت های ورزشی دانشگاهی در اولویت سوم قرار دارد.
۴. ترکیب عوامل سه گانه مدل در پیش بینی های دقیق عوامل بازدارنده در بین دانشجویان نخبه با توجه به خصوصیات فردی و نخبگی، شبیه مدل سلسله مراتبی عوامل بازدارنده ی اوقات فراغت است.

### روش شناسی تحقیق

روش تحقیق از نظر استراتژی توصیفی و از نظر مسیر اجرا پیمایشی بود که به صورت میدانی انجام شد. جامعه آماری در این تحقیق کلیه دانشجویان نخبه علمی کشور بودند که در جشنواره ورزشی دانشجویان نخبه در سال ۱۳۸۹ که به میزبانی دانشگاه مشهد برگزار شده بود، شرکت کرده بودند، و بر اساس آمار اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری و با توجه به سهمیه داده شده به دانشگاهها ۵۰۰ نفر بودند. از این تعداد ۳۳۰ نفر در این رویداد شرکت داشتند که ۲۵۸ نفر به عنوان نمونه تحقیق در این تحقیق شرکت کردند.

ابزار اندازه گیری این پژوهش، پرسشنامه محقق ساخته با اقتباس از پرسشنامه کشر (۱۳۸۶) بود که دارای دو بخش اطلاعات جمعیت شناختی و عوامل بازدارنده مشارکت در فعالیت های ورزشی بانوان بود. روایی این پرسشنامه به تأیید تعدادی از صاحب نظران رشته مدیریت ورزشی رسید و پایایی آن با اجرای آزمایشی پرسشنامه بر تعداد ۳۰ نفر از جامعه تحقیق مورد تأیید قرار گرفت و به این ترتیب آلفای کرونباخ آن ۰/۸۹. به دست آمد که نشان دهنده پایایی قابل قبول پرسشنامه بود.

برای تجزیه و تحلیل اطلاعات در این تحقیق از روشهای آماری آزمونهای گلموگروف اسمیروف، آلفای کرونباخ، خی دو، تحلیل واریانس استفاده شد. جهت استفاده از داده‌ها از نرم افزار SPSS ورژن ۱۹ استفاده شد در سطح معنی داری  $P < 0/05$ .

### یافته های تحقیق

در تحقیق حاضر نشان داد که فرضیه اصلی این تحقیق تایید شده و به نظر می آید تعمیم مدل کرافورد در بین دانشجویان نخبه امکان پذیر می باشد. اگر چه کمبودهای و نیاز های انسانی و مشکلات اقتصادی به عنوان نیاز های اولیه انسانی بر دیگر نیاز ها برتری دارد (نظریه مازلو). اما از نگاه دانشجویان به عنوان فرهیخته گان علمی جامعه ایران عوامل فردی (نگرش ها، تصورات و حالات روانی فرد) به عنوان مهمترین عامل بازدارنده از مشارکت دانشجویان نخبه در فعالیت های ورزشی دانشگاهی در اولویت اول قرار دارد. که این نگاه در نوع خود قابل توجه است که با اکثر تحقیقات ایران مغایرت دارد. و شاید بدلیل نگاه دوراندیش و علمی دانشجویان نخبه به درک ورزش و اثرات بی بدیل آن در سلامت آینده خود و فرزندان آنها می باشد. عوامل بازدارنده فردی؛ نگرش جامعه نسبت به فعالیت های خاص زنان نسبت به فعالیت های ورزشی، اعتماد به نفس و تصویر از خود و ترس از عدم امنیت و خجالتی بودن، مواردی هستند که در این تحقیق به عنوان اولین عامل بازدارنده شرکت در فعالیت های ورزشی قلمداد شد و با نتایج

گرین و همکاران (۱۹۹۰)، دورانتای (۱۹۹۲)، تالبوت (۱۹۹۸) زیبلند (۱۹۹۸) همخوانی ندارد و با نتایج تحقیقات انجام شده در کشورهای غربی توسط دیم (۱۹۸۷)، هندرسون (۱۹۹۸)، شاو (۱۹۹۲)، گرین (۱۹۸۷) فرانسیس (۱۹۹۷) و بیالسکی (۱۹۹۹) و دیگران نشان داده شده است که عامل فردی اولین و قوی ترین عامل بازدارنده در بین افراد، به ویژه در بین زنان است. ترکیب عوامل سه گانه مدل در پیش بینی های دقیق عوامل بازدارنده در بین دانشجویان نخبه با توجه به خصوصیات نخبگی، شبیه مدل سلسله مراتبی عوامل بازدارنده ی اوقات فراغت تفاوت معناداری را نشان نداد

جدول ۱. بررسی میزان مشارکت دختران دانشجویان نخبه علمی بر حسب ویژگی های فردی

## و وضعیت نخبگی

معناداری	df	p-value	مجموع	بشگهی	سالانه	ماهانه	هفتگی	اصلا	شرکت در ورزش	
۰/۰۰۵	۴	۱۴/۹۸۳ <sup>a</sup>	۲۱۲	۴۵	۱۶	۴۸	۹۰	۱۳	مجرد	وضعیت نهل
			۴۶	۱۵	۴	۱۸	۶	۳	متاهل	
۰/۱۴۴	۴	۶/۸۵۶	۲۵۴	۶۰	۲۰	۶۶	۹۲	۱۶	بدون فرزند	فرزند
			۴	۰	۰	۰	۴	۰	۴ تا ۱ فرزند	
۰/۰۰۰	۸	۴۵/۰۴۳ <sup>a</sup>	۷	۰	۰	۰	۶	۱	لیسانس	سطح تحصیلات
			۱۷۶	۵۵	۱۲	۳۰	۶۸	۱۱	فوق لیسانس	
			۷۵	۵	۸	۳۶	۲۲	۴	بالتر	
۰/۰۰۰	۱۶	۵۳/۶۱۲ <sup>a</sup>	۳۲	۵	۰	۱۸	۸	۱	ای اس ای	وضعیت نخبگی
			۵۱	۱۰	۸	۱۲	۱۸	۳	مخترع	
			۶۴	۱۵	۴	۱۲	۳۲	۱	کنکور	
			۵۸	۲۰	۰	۶	۲۴	۸	معدل الف	
۰/۰۱۵	۴	۱۲/۳۳۳ <sup>a</sup>	۲۴۶	۶۰	۲۰	۶۶	۸۸	۱۵	۱۸-۳۰	سن
			۹	۰	۰	۰	۸	۱	۳۱-۴۵	

میزان مشارکت دختران دانشجویان نخبه علمی در سطوح مختلف از نتایج آزمون بر اساس جدول شماره دو نشان می دهد ۳۵ درصد از متاهلین بدون فرزند، ۳۵ درصد از افراد مجرد، ۳۴ درصد از افراد ۱۸-۳۰ سال، ۲۶ درصد از دانشجویان فوق لیسانس و ۱۲ درصد از نخبگان رتبه های برتر کنکور و معناداری ارتباط این عوامل را با مشارکت در فعالیت های ورزشی دانشگاهی را نشان می دهد.

جدول ۲. میزان مشارکت دانشجویان دختر نخبه علمی در فعالیت های ورزشی

دانشجویان نخبگان رتبه های برتر کنکور	دانشجویان فوق لیسانس	افراد ۱۸-۳۰ سال	افراد مجرد	متاهلین بدون فرزند
۱۲ درصد از شرکت کنندگان در فعالیت های ورزشی	۲۶ درصد از شرکت کنندگان در فعالیت های ورزشی	۳۴ درصد از شرکت کنندگان در فعالیت های ورزشی	۳۵ درصد از شرکت کنندگان در فعالیت های ورزشی	۳۵ درصد از شرکت کنندگان در فعالیت های ورزشی

با توجه به نتایج این پژوهش و جدول شماره دو تحقیقات بسیاری از یافته های با این پژوهش همسو می باشد. در پژوهشی که بوسیله صفانی (۱۳۸۰) در مورد رابطه ی سن و شرکت در فعالیت های ورزشی تفریحی انجام گرفت مشخص شد که بسیاری از افراد ۲۵ ساله متاهل تمایل دارند در اوقات فراغت، به ورزش ها و فعالیت های که در دوران جوانی انجام می داده اند بپردازند؛ ضمن اینکه شرط حضورشان، همراهی دوستان قدیمی با آن هاست؛ بدین ترتیب افزایش سن مانع ادامه ی فعالیت ورزشی آن ها نشده است. پژوهشی دیگر در یکی از دانشگاه های ایران نیز نشان داد که ۴۰ درصد از دانشجویان دختر، در هیچ فعالیت ورزشی شرکت نمی کند و علت آن: کمبود وقت، امکانات، علاقه، پول، وسیله نقلیه، روابط اجتماعی، ناآگاهی، مهارت و سلامتی اعلام شده است (احسانی و عزب دفتران ۱۳۲). بررسی نشان می دهد که زنان مجرد نسبت به زنان متاهل روزهای بیش تری در هفته و ساعات بیش تری در روز را به ورزش اختصاص می دهند. بر پایه ای این بررسی ها، عوامل بازدارنده ورزش بانوان عبارت اند از: عوامل فرهنگی-اجتماعی (۴۲ درصد)، عوامل اقتصادی و امکاناتی (۸۰ درصد) و عامل اطلاعاتی-تبلیغاتی-مدیریتی (۱۹ درصد) (مرکز تحقیقات، مطالعات و سنجش برنامه یی صدا و سیما ۱۳۷۵) رابطه منفی سن و شرکت در فعالیت ورزشی، در ادبیات پژوهش اوقات فراغت به خوبی گنجانده شده است. اطلاعات حاصل از مرکز آمار انگلستان (ماتیسون ۱۹۹۱؛ کولتر؛ دورس؛ وبکسن تر ۱۹۹۵) و پژوهش های محلی (برای نمونه بوئیتون گات، و تاون سند ۱۹۸۱) این نتایج را تایید کرده، نشان می دهند که میزان شرکت در ورزش با بالا رفتن سن کاهش می یابد. کولتر، دورس، و بکس تر (۱۹۹۵) نیز مدارکی را برای تایید آن امر که سن مهم ترین و قوی ترین عامل میزان مشارکت در پیش فعالیت ورزشی است، ارائه می دهند.

پژوهش گراتونو تاپس (۱۹۹۱) و کولتر، دورس و بکس تر (۱۹۹۵)، علاوه بر بیان ارتباط قوی بین سطح تحصیلات و شرکت در ورزش، نشان می دهد: افرادی که به صورت تمام وقت



تحصیل می کنند (سنین بالای ۱۸ سال و نیز ۱۶ تا ۱۷ سال)، بیشترین میزان مشارکت در فعالیت های ورزشی را دارند.

رابطه ای میان کیفیت تحصیل و شرکت در فعالیت های ورزشی مثبت و معنادار است. در پژوهشی که الکساندریس و کرول (۱۹۹۷) انجام داد ه است، نتایج زیر حاصل شد: مواجهه با عوامل بازدارنده در بین افراد دارای تحصیلات پایین و افراد تحصیل نکرده به طور معنادار بیش تر از افراد تحصیل کرده است: بین درک و مواجهه با عوامل بازدارنده و سن، رابطه ی Uای معکوس وجود دارد: عامل بازدارنده زمان در بین افراد متاهل بیش از افراد مجرد است. نتایج تحقیق کشکر و همکاران در پژوهشی که به بررسی و تحلیل عوامل بازدارنده و میزان مشارکت زنان شهر تهران (۱۳۸۶) در فعالیت های ورزشی پرداخته است به این نتیجه رسیده است:

- ۴۱ درصد از زنان ۱۸-۳۰ ساله بیشترین مشارکت نسبت به زنان سنین بالا تر را دارند.  
- ۷۰/۰۶ درصد از زنان متاهل تهران با توجه به سطوح مختلف مشارکت با دفعات تکرار در فعالیت های ورزشی شرکت می کنند.

- در مواجهه عوامل بازدارنده در بین قشر تحصیل کرده زنان تهران در مقایسه با افراد دیپلم و زیر دیپلم، کمتر مانع مشارکت بانوان در فعالیت های ورزشی می شود.  
- افراد با وجود افزایش سن، به فعالیت ورزشی خود ادامه می دهند در قیاس با افراد جوان، تعداد مشارکت کنندگان کمتر است.

احسانی و همکاران (۱۹۹۶) و الکساندریس (۱۹۹۷) نشان داند که افراد تجصیل کرده تر، کمتر با عوامل بازدارنده فعالیت های ورزش اوقات فراغت مواجه می شوند و مواجهه با این عوامل در افراد دارای تحصیلات عالی (بالا تر از لیسانس) با درصد بسیار کم (۱۷/۸ درصد) در فعالیت ها اصلا شرکت ندارند.

جکسون (۲۰۰۵)، دیونجی (۲۰۰۶) و صفانیا (۱۳۷۹) در تحقیقات نشان دادند که افزایش سن، مانع افراد برای شرکت در فعالیت های ورزشی نیست و در واقع با افزایش سن، افراد علاقمند به شرکت در فعالیت ها، راهکار های مختلفی را مورد استفاده قرار می دهند.

### بحث و نتیجه گیری

ترویج ورزش های مورد نیاز انسان در طول زندگی که لذت بخش و بر اساس نیاز ها و توانایی های مردم باشد، مورد تاکید است (نهمین کنگره جهانی ورزش برای همه، ۲۰۰۲). در شرایط

کنونی، باید چشم انداز و راهکارهای مناسبی برای ورزش زنان در نظر گرفت. آمار نشان می دهد زنان جامعه دچار پیری زود رس می شوند. جامعه ما یکی از جوانترین جوامع دنیاست و دولت باید راهکار تازه ای برای بهینه سازی اوقات فراغت ببیند (مرکز امور مشارکت زنان، ۱۳۸۰). در طی سه سال گذشته برنامه ریزی برای ورزش همگانی در دانشگاهها به ویژه برای دختران و بانوان دانشجوی و زیر پوشش قرار دادن آنان در این برنامه ها تربیت بدنی وزارت علوم تحقیقات و فناوری از سال ۱۳۸۸ شعار ورزش خوابگاهها و ترویج ورزش همگانی برای دختران را در دستور کار قرار داد تا همسو با دیدگاه های مقام معظم رهبری در خصوص اشاعه ورزش همگانی گام موثری برای تحقق این امر در دانشگاهها برداشته باشد که با برگزاری جشنواره های ورزشی دانشجویان نخبه پسر و ختر در دانشگاههای اصفهان و مشهد و برگزاری جشنواره ورزش های همگانی در دانشگاههای اردبیل گرگان حرکتی نو را در ترویج ورزش همگانی در بین دانشجویان بوجو آوردند. با این نگاه و تاکید دین مبین اسلام به رعایت مساوات و عدالت بین زن و مرد، ارائه خدمات موثر در جهت رشد و ارتقای سلامت جسمی و روحی دانشجویان بویژه دختران و بانوان از وظایف مهم تربیت بدنی سازمانها، ارگانها و بخصوص دانشگاهها و وزارت علوم، تحقیقات و فناوری می باشد. یافته های تحقیق نشان می دهد که ترتیب و توالی بازدارنده مدل سلسله مراتبی عوامل بازدارنده اوقات فراغت در جامعه دانشجویان دختر نخبه علمی دانشگاهها و موسسات آموزش عالی کشور صدق می کند و این ترتیب و توالی بر پایه آنچه یافته های تحقیق بر حسب اهمیت نشان می دهد عبارت است از ۱- عوامل بازدارنده فردی ۲- عوامل بازدارنده بین فردی ۳- عوامل ساختاری. نتایج این تحقیق با بیشتر تحقیقاتی که در کشورهای غربی صورت گرفته، موید مطابق سلسله مراتب عوامل بازدارنده در مدل مذکور با اهمیت آن در این کشورهاست و در واقع صحت این مدل در این کشورها تأیید شده است. براساس نتایج این تحقیق، ترتیب عوامل سه گانه مدل کرافورد-گادبی بر خلاف تحقیقات دیگر در ایران (سلامی و همکاران ۱۳۸۳)، (مشکاتی ۱۳۸۳)، (احسانی و همکاران ۱۳۷۹)، (شجاع الدین ۱۳۸۳) در بین دانشجویان نخبه دختر ثابت به نظر رسید و با نتایج تحقیقات هوبارد (۲۰۰۱)، جکسون (۲۰۰۰)، الکساندریس (۱۹۹۷) و جکسون (۲۰۰۵) همخوانی دارد. در مدل کرافورد، اولین مورد بازدارنده اوقات فراغت، عوامل بازدارنده فردی است و سپس به ترتیب عوامل بین فردی و ساختاری قرار دارند.

نتیجه بدست آمده در دختران دانشجوی نخبه علمی جامعه ما علیرغم شرایط اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی که از اهمیت بسیاری در مشارکت ورزش تفریحی دارد با تحقیقات کشورهای غربی همخوانی دارد که برای اثبات این ادعا به تحقیقات بعدی در همین زمینه نیاز

است. بررسی متغیر مشارکت دانشجویان نخبه علمی کشور با توجه به خصوصیات نخبگی، شبیه مدل سلسله مراتبی عوامل بازدارنده اوقات فراغت درایت تحقیق نشان دهنده این نکته است که دانشجویان دختر با وجود عوامل بازدارنده، باز هم در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت شرکت می کنند. ۲- بیش از ۹۳ درصد از دانشجویان دختر دانشگاهها در فعالیت های ورزشی دانشگاهها شرکت می کنند. از اینرو نظریه جکسون در مورد اینکه وجود عوامل بازدارنده، لزوماً به معنای عدم شرکت در فعالیت های اوقات فراغت نیست صحیح است و همان طور که نتایج نشان می دهد، دختران دانشجوی نخبه علمی جامعه ما با وجود موانع مختلف به روش های متفاوت در فعالیت های مورد علاقه خود شرکت می کنند، هر چند که محدودیت در نوع مشارکت آنها وجود دارد. نتایج تحقیق نشان می دهد که دانشجویان دختر ۳۰-۱۸ سال بیش از دیگران در فعالیت های ورزشی شرکت می کنند اما در بین دانشجویان دختر بالای ۳۰ سال نیز مشارکت در فعالیت ها وجود دارد و در واقع افزایش سن مانع ورزش کردن نیست. نتایج تحقیقات جکسون (۱۹۹۱)، دیونیجی (۲۰۰۶)، صفانیا (۱۳۷۹) و کشکر (۱۳۸۶) یافته های بالا را تایید می کند. دانشجویان دختر مجرد نسبت به دانشجویان دختر متأهل مشارکت بیشتری در فعالیت های ورزشی دانشگاهی دارند. اما تاهل مانعی برای حضور آنها در فعالیت های ورزشی نیست. و همانطور که در جدول شماره دو مشاهده می شود ۳۵ درصد از شرکت کنندگان در فعالیت های ورزشی را متاهلین بدون فرزند تشکیل می دهند. این یافته با یافته های الکساندریس و کرول (۱۹۹۷) همخوانی دارد.

نتایج نشان داد هرچه تحصیلات بالاتر است، عوامل بازدارنده، بازدارندگی کمتری بر دانشجویان دختر اعمال می کند، به طوری که مشارکت دانشجویان دختر تحصیلی کرده و دارای تحصیلات بالاتر، نسبت به افراد دارای تحصیلات پایین تر بیشتر است که با یافته های کشکر (۱۳۸۶)، احسانی، هاردمن و کرول (۱۹۹۶) همخوانی دارد. بر اساس یافته ها ۲۶ درصد از شرکت کنندگان در فعالیت های ورزشی دانشجویان فوق لیسانس می باشند.

و با نتایج پژوهشی که بر روی موانع مشارکت بانوان در فعالیت های ورزشی ایران انجام شده نشان داد که عدم مشارکت بانوان در فعالیت های ورزش به دلیل عوامل جسمانی، عوامل روانی نظیر بی حوصلگی، اضطراب، افسردگی، بی علاقگی و بی انگیزگی؛ عوامل مربوط به نگرش خانواده، وضعیت اقتصادی، شرایط فیزیولوژیک، عدم دسترسی به فضای مناسب؛ و عوامل اجتماعی و فرهنگ است (سلامی، نوروزیان و میر فتاح ۱۳۸۳) همخوانی ندارد.

نتیجه گیری: بر اساس یافته این پژوهش می توان به نتایج ذیل اشاره کرد- که تاهل نم تواند عامل بازدارنده برای حضور در فعالیت های ورزشی باشد. -متاهلین بدون فرزند به نسبت

متاهلین داری فرزند بیشتر به فعالیت های ورزشی علاقمند هستند- دانشجویان فوق لیسانس به جهت حضور بیشتر در دانشگاه برای حضور در فعالیت های ورزشی بیشتر وقت می گذارند و دانشجویان دکتری به دلیل تحصیل و کار کردن همزمان، وقت کمتری برای فعالیت های ورزشی دارند- دانشجویان دختر در دامنه سنی ۳۰-۱۸ سال وقت بیشتری برای فعالیت های ورزشی صرف می کنند.

پیشنهاد می گردد با توجه نقش بی بدلیل دختران در تربیت نسل آینده فردای ایران اسلامی و حضور آنها در پست های مختلف اجتماعی و فرهنگی نسبت به مهیا ساختن بسترهای مناسب فعالیت های ورزشی دانشجویان دختر اقدام گردد.

پیشنهاد می گردد تحقیق مشابه با جامعه آماری دانشجویان نخبه پسر دانشگاهها انجام شود تا نیازها و علائق آنها نیز مورد بررسی قرار گیرد و عوامل بازدارنده آنها نیز شناسایی گردد.

### منابع:

۱. نادریان جهرمی، مسعود و هاشمی، هاجر. (۱۳۸۸). عوامل بازدارنده مشارکت ورزشی زنان کارمند شهر اصفهان، پژوهش در علوم ورزشی، شماره ۲۳، ۱۵۰-۱۳۷.
2. Jackson, E. L., Crawford, D., & Godbey, G. (1993). Negotiation of Leisure Constraints. *Leisure sciences*, 15, 1-11
۳. کشکر، سارا و احسانی، محمد (۱۳۸۶). تجزیه و تحلیل عوامل بازدارنده مشارکت ورزشی زنان شهر تهران، پژوهش در علوم ورزشی. شماره ۱۷.
۴. کشکر، سارا. (۱۳۸۶). تجزیه و تحلیل عوامل بازدارنده مشارکت ورزشی زنان شهر تهران، پایان نامه دکتری، دانشگاه تربیت مدرس.
۵. سلامی، فاطمه، حاج میرفتاح، فتانه و نوروزیان، مریم، (۱۳۸۱). توصیف موانع شرکت بانوان در فعالیت های ورزشی، تهران، پژوهشکده تربیت بدنی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۶. پارسامهر، مهربان و زارع شاه آبادی، اکبر. (۱۳۸۶). بررسی نقش فواید ادراک شده بر مشارکت بانوان جوان در فعالیتهای بدنی (مطالعه موردی: بانوان شهر یزد). فصلنامه المپیک، سال شانزدهم - شماره ۱ پیاپی ۴۱.
۷. برقرار، مریم (۱۳۸۴). بررسی وضعیت نیروهای متخصص در سازمانهای ورزشی. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه اصفهان.

۸. اتقیاء، ناهید. (۱۳۸۶). نیاز سنجی از اقشار مختلف زنان ایرانی در زمینه ورزش‌های همگانی، پژوهش در علوم ورزشی. شماره ۱۷.
۹. مشکل گشا، الهام. (۱۳۸۵). توسعه مشارکت ورزشی زنان شناسایی انگیزه هاوموانع. پایان- نامه کارشناسی ارشد دانشگاه اصفهان.
10. Thomas, B. (2002). Women's work experiences and health in a male dominated industry, 38(7) 663-672.
11. Connell, H. (2004). University Research Management, Paris: *OECD Publication*. France.
12. Fathi Vajargah, K. (2005). Research Needs. Assessment at University Level. University of Kassel. Germany.
13. Aitchison, Care (2001). Gender and leisure Research: the Codification of Knowledge, leisure Sciences. 23(1); PP: 1-19.
14. Handerson, K.A., Ainsworth T.E.B. (2001). Researching Leisure and Physical Activity women of color Issues and Emerging Questions. Leisure Siences 23 (1): PP: 23-31.



## تأثیر سه روش آروماتراپی، ماساژ و آروماتراپی- ماساژ بر میزان درد عضلانی دانشجویان دختر ورزشکار ابروییک

بهنام قاسمی<sup>۱</sup>، محمد حسین رضوانی<sup>۲</sup>، منصوره عارفی نیا<sup>۳</sup>

تاریخ دریافت: ۹۱/۸/۶

تاریخ پذیرش: ۹۱/۱۰/۱۲

### چکیده

همان‌گونه که ورزش بر جسم و روان انسان تأثیر می‌گذارد عوامل جسمانی و روانی نیز متقابلاً بر ورزش و عملکرد ورزشی مؤثرند. هدف تحقیق بررسی تأثیر سه روش آروماتراپی، ماساژ و ترکیب آروماتراپی و ماساژ بر میزان درد عضلانی ورزشکاران ابروییک دختر شهر اصفهان بود. برای این منظور ۳۲ دانشجوی ورزشکار دختر شرکت کننده در مسابقات قهرمانی دهه فجر سال ۱۳۹۰، به شیوه در دسترس انتخاب و به طور مساوی به گروه‌های کنترل، آروماتراپی، ماساژ و گروه ترکیبی آروماتراپی و ماساژ تقسیم شدند. برای اخذ اطلاعات لازم از پرسشنامه‌های مشخصات فردی و درجه‌بندی ذهنی درد و کوفتگی عضلانی تالوگ استفاده شد. برای تحلیل داده‌های تحقیق، از آزمون‌های  $t$  همبسته و  $t$  مستقل استفاده شد. بر اساس یافته‌های بدست آمده، در مقادیر پیش از آزمون نمره درجه‌بندی ذهنی درد و کوفتگی عضلانی گروه‌های مختلف تحقیق تفاوت معناداری مشاهده نشد ( $P < 0/05$ ). نتایج تحقیق نشان می‌دهد که میزان درد عضلانی قبل و بعد از مداخله در همه گروه‌ها به غیر از گروه آروماتراپی تفاوت معنی داری وجود دارد. و در مقایسه بین گروه‌ها، مشخص شد که بین گروه کنترل و ماساژ و نیز گروه کنترل و ترکیب آروماتراپی - ماساژ اختلاف قابل توجه بوده است. بطوری که می‌توان نتیجه گرفت که کاربرد آروماتراپی تأثیری بر کاهش درد عضلانی ندارد اما استفاده از ماساژ به تنهایی و نیز ترکیب آن با آروماتراپی در کاهش درد عضلانی دختران ورزشکار ابروییک موثر هستند. بنابراین توصیه می‌شود که پس از تمرین می‌توان به منظور کاهش درد عضلانی از ماساژ و یا از ترکیب ماساژ و آروماتراپی استفاده نمود.

**کلیدواژه‌های فارسی:** آروماتراپی، ماساژ، آروماتراپی - ماساژ، درد عضلانی.

۱. استادیار دانشگاه شهر کرد

Email: hrezvani2000@yahoo.com

۲. استادیار دانشگاه شاهرود (نویسنده مسئول)

۳. کارشناس ارشد آسیب‌شناسی و حرکات اصلاحی دانشگاه شهرکرد

## مقدمه

ورزش و مشارکت‌های ورزشی به عنوان عامل مهمی در کاهش خطر ابتلا به بسیاری از بیماری‌ها و مشکلات جسمانی مانند بیماری‌های قلبی-عروقی، فشارخون بالا و چاقی می‌شوند همچنین باعث درمان بسیاری از اختلالات روانی مانند اضطراب، افسردگی و افزایش اعتماد به نفس و عزت نفس می‌باشد (۱). ورزش بر جسم و روان تأثیر می‌گذارد و عوامل جسمانی و روانی نیز متعاقباً بر ورزش و عملکرد جسمانی مؤثر می‌باشند. درد عضلانی یکی از مشکلاتی است که ورزشکاران با آن مواجه هستند، و عمدتاً کاهش عملکرد ورزشی را به همراه داشته و ورزشکار را بر آن می‌دارد تا راهی برای رهایی از آن پیدا کند (۲). میزان درد عضلانی به عوامل مختلفی مانند سطح رقابت، مدت و شدت فعالیت، سن و تفاوت‌های فردی بستگی دارد (۳). آروماتراپی<sup>۱</sup> با استفاده از روغن گیاهان معطر در کاهش اضطراب، درد، خستگی و بهبود زخم‌های پوستی مؤثر است و از طریق استنشام، استنشاق و ماساژ<sup>۲</sup> اجرا می‌شود (۴). از سوی دیگر ماساژ درمانی به طور گسترده توسط ورزشکاران در طول دوره‌های ریکاوری به منظور آماده‌سازی فرد برای دست‌یابی به اوج عملکرد، تخلیه خستگی و از بین بردن تورم، کاهش تنش عضلانی و افزایش انعطاف‌پذیری و درمان صدمات استفاده می‌شود (۵). ماساژ را به عنوان یک کار دستی بر روی بافت‌های بدن، با فشار منظم و ضربه‌ای با هدف افزایش سلامتی و ایجاد حس خوب، تعریف کرده‌اند (۶)، و شامل انواع روش‌های کار با دست، از جمله روش‌های فشاری، مالش، ساییدن و مالیدن بدن می‌باشد (۷). تکنیک آروماتراپی-ماساژ (ترکیب آروماتراپی و ماساژ) نیز یکی از محبوب‌ترین تکنیک‌های درمانی است که در کاهش اضطراب و درد عضلانی مؤثر است (۸). آروماتراپی-ماساژ به عنوان یکی از متداول‌ترین روش‌های درمانی طب مکمل است که با استفاده از روغن‌های ضروری به صورت جداگانه یا ترکیبی باعث ارتقای سلامت جسمانی و روانی می‌شود. آروماتراپی با اعمال نفوذ به سیستم عصبی مرکزی باعث تسکین افسردگی، اضطراب، کاهش استرس، آرامش و تسریع بازسازی جسم و روان می‌شود. از طرف دیگر آروماتراپی-ماساژ از طریق تماس دست درمانگر با اعمال دستکاری بافت‌های بدن همواره با تأثیر بر روان از طریق حس بویایی باعث آرامش روانی و بهبود درد ناشی از صدمات ورزشکاران می‌شود. در نتیجه بسیاری از مربیان ورزشی در طول رقابت و در زمان ریکاوری از این روش استفاده می‌کنند (۹). وکیلان و همکاران (۱۳۹۰)، به بررسی تأثیر اسانس اسطوخودوس بر درد زایمان پرداختند. مطالعه‌ی حاضر نشان داد که آروماتراپی با

1. Aromatherapy

2. Massage



اسطوخودوس می‌تواند یکی از جایگزین‌های مناسب در بین سایر مکمل‌های طبی باشد (۱۰). تحقیق کیم ام جی و همکاران (۲۰۰۵) با عنوان تأثیرات آروماتراپی بر درد، افسردگی و رضایت از زندگی در بیماران مبتلا به آرتروز انجام شد. و نتایج آن نشان داد که آروماتراپی به طور قابل توجهی باعث کاهش میزان درد و افسردگی در گروه تحت آزمایش می‌شود با این حال احساس رضایت از زندگی را در این افراد افزایش نمی‌دهد (۱۱). پیله‌ورزاده و همکاران (۱۳۸۱) به بررسی تأثیر ماساژ بر کاهش درد و اضطراب در طول کار پرداختند. نتایج این تحقیق نشان داد در همه گروه‌ها افزایش درد ناشی از کار به طور پیشرونده وجود دارد اما در گروه ماساژ میزان درد کمتر از گروه کنترل دیده شد، و سطح اضطراب نیز در پایان آزمون به طور معنی‌داری در گروه ماساژ کاهش یافت (۱۲). نتایج تحقیق متوسلیان و همکاران (۱۳۸۲)، با عنوان تأثیر ماساژ قبل از پانسمان بر درد و اضطراب بیماران دچار سوختگی نشان داد که ماساژ قبل از پانسمان باعث کاهش درد و اضطراب بعد از پانسمان می‌شود (۱۳). سوسان و همکاران (۲۰۱۰)، تحقیقی با عنوان تأثیر ماساژ درمانی بر درد، اضطراب و کشیدگی در افرادی که عمل جراحی قلب داشتند انجام دادند. و با توجه به نتایج به دست آمده پیشنهاد می‌شود که ماساژ به عنوان بخش مهمی در مدیریت دوره ریکاوری پس از عمل جراحی افراد مبتلا به بیماری قلبی انجام گیرد (۱۴). مانسینلی و همکاران (۲۰۰۶)، تحقیقی با عنوان تأثیرات ماساژ روی شروع درد عضلانی تأخیری (DOMS) و عملکرد فیزیکی در ورزشکاران زن دانشگاهی انجام دادند. نتایج حاصل از این مطالعه از کاهش درد عضلانی تأخیری و بهبود پرش عمودی در زنان ورزشکار دانشگاهی توسط ماساژ حمایت کرد (۱۵). از آنجایی که تحقیقات آروماتراپی- ماساژ بیش‌تر در زمینه‌ی برخورد با کنترل درد در بیماران مبتلا به استئوآرتریت، آرتريت روماتوئید، درد مزمن عضلانی و درد مزمن ناشی از سرطان و بیماری‌ها و کاهش اضطراب و افزایش ارتقای آرامش و رفاه در بیماران انجام گرفته است (۱۶). از آنجا که در زمینه تأثیر آروماتراپی- ماساژ بر میزان درد عضلانی پس از مسابقه تحقیقات محدودی در ایران و خارج از کشور یافت شد و از طرفی بررسی علمی اثرات رایحه در انسان کمیاب است (۱۴)، همچنین با توجه به نقشی که درد عضلانی می‌تواند بر عملکرد ورزشکاران داشته باشد، ضرورت انجام تحقیق، اولاً تعیین اثر سه شیوه آروماتراپی، ماساژ و آروماتراپی- ماساژ بر میزان درد عضلانی ورزشکاران ایروبیکی دختر و ثانیاً تعیین میزان تأثیر این سه شیوه و مقایسه آن‌ها با هم می‌باشد.

### روش تحقیق

این تحقیق یک بررسی نیمه تجربی است که در آن از روش مقایسه ای استفاده شده است تا

تأثیر استفاده از سه روش آروماتراپی، ماساژ و آروماتراپی- ماساژ با استفاده از اسانس اسطوخودوس بر میزان درد عضلانی دختران دانشجوی ورزشکار ایروبیکی شهر اصفهان مقایسه گردد. اطلاعات لازم برای اندازه‌گیری متغیرهای وابسته به تحقیق از طریق پیش‌آزمون و پس‌آزمون جمع‌آوری گردید و تأثیر متغیرهای مستقل بر متغیرهای وابسته در آزمودنی‌های تجربی مورد بررسی قرار گرفت.

### جامعه آماری

جامعه آماری تحقیق حاضر عبارتند از تعداد ۳۲ ورزشکار دختر ایروبیکی شهر اصفهان که در رده قهرمانی کشور فعالیت می‌کنند که به شیوه‌ی در دسترس انتخاب شدند و در ۴ گروه ۸ نفره به عنوان گروه‌های آروماتراپی، ماساژ، آروماتراپی- ماساژ و کنترل قرار گرفتند.

### ابزار اندازه‌گیری و شیوه‌ی جمع‌آوری اطلاعات

ابتدا کلیه شرکت‌کنندگان در تحقیق به پرسشنامه‌ی مشخصات فردی که شامل سن، قد، وزن و ۵ سؤال درباره‌ی سابقه آلرژی نسبت به گیاهان، سابقه میگرن، سابقه سردردهای مزمن، اختلال در حس بویایی و استفاده از داروهای آرام بخش است پاسخ دادند و صلاحیت آزمودنی‌ها جهت شرکت در این تحقیق مشخص شد. سپس آزمون شونده‌ها در چهار گروه ۱- آروماتراپی ۲- ماساژ ۳- آروماتراپی- ماساژ و ۴- گروه کنترل تفکیک شدند. پس از مسابقه آزمودنی‌های چهار گروه پرسشنامه‌ی درجه‌بندی ذهنی درد و کوفتگی عضلانی تالوگ را پاسخ دادند، پس از آن گروه ماساژ به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه تحت ماساژ کلاسیک با استفاده از روغن زیتون (به منظور کاهش اصطکاک) قرار گرفت، در گروه آروماتراپی، اسانس اسطوخودوس بعد از مسابقه به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه به صورت استنشاقی استفاده شد و در گروه آروماتراپی- ماساژ هر دو عمل ماساژ و آروماتراپی به صورت همزمان به مدت ۱۰ تا ۱۵ دقیقه بعد از مسابقه انجام گرفت. در گروه کنترل هیچ یک از این اعمال صورت نگرفت. در پایان تحقیق هر چهار گروه مجدداً پرسشنامه‌ی درجه‌بندی ذهنی درد و کوفتگی عضلانی تالوگ را پاسخ دادند و در نهایت نتایج تحقیق به وسیله آمار توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

### روش‌های آماری

برای تحلیل داده‌های تحقیق به ترتیب آزمون‌های، کالموگروف- اسمیرنوف برای آزمون نرمال بودن توزیع نمرات، t همبسته برای مقایسه نمرات پیش آزمون و پس آزمون، t مستقل جهت بررسی تفاوت اختلاف نمرات پیش آزمون و پس آزمون و آزمون تحلیل واریانس یک راهه one-way ANOVA (به منظور بررسی تفاوت اختلاف نمرات پیش آزمون و پس آزمون در ۴ گروه

استفاده شده و با توجه به معنادار بودن، آزمون تعقیبی توکی به کار گرفته شد. و از نرم افزار SPSS نسخه ۱۸ برای تجزیه و تحلیل داده ها مورد استفاده قرار گرفت.

### یافته‌ها

نتایج تحقیق نشان می دهد که با توجه به ارزش P به دست آمده ( $P=0/080$ )، یک جلسه آروماتراپی استنشاقی بر درد عضلانی ورزشکاران دختر ایروبیکی تأثیر معنی داری نداشته است (جدول ۱).

نتایج آزمون t مستقل با هدف مقایسه بین گروهها در پیش آزمون و پس آزمون برای گروههای کنترل و آروماتراپی نیز این نتیجه را تایید نمود (جدول ۲).

جدول ۱. مقایسه‌ی تغییرات درون گروهی میزان درد عضلانی در گروه آروماتراپی

آماره / گروه‌ها	میانگین پیش آزمون	میانگین پس آزمون	تعداد	df	t	Sig
درد عضلانی	۳/۰۰	۲/۶۳	۸	۷	۲/۰۴۹	۰/۰۸۰

جدول ۲. مقایسه‌ی اختلاف میانگین نمرات درد عضلانی بین گروه‌های کنترل و آروماتراپی

آماره / گروه‌ها	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین اختلاف نمرات	df	t	Sig
کنترل	۸	۰/۲۵	۰/۴۶	۰/۱۲۵-	۱۴	۰/۵۰-	۰/۶۱۹
آروماتراپی	۸	۰/۳۷	۰/۵۱				

از ارزش P به دست آمده در جدول ۳ ( $P=0/001$ )، همان‌گونه که نتایج آزمون t مستقل در جدول ۴ نشان داد که یک جلسه ماساژ بر درد عضلانی ورزشکاران دختر ایروبیکی تأثیر معنی داری داشته است.

جدول ۳. مقایسه‌ی تغییرات درون گروهی میزان درد عضلانی در گروه ماساژ

آماره / متغیرها	میانگین پیش آزمون	میانگین پس آزمون	تعداد	df	t	Sig
اضطراب حالتی	۳/۲۵	۱/۷۵	۸	۷	۵/۷	۰/۰۰۰

جدول ۴. مقایسه‌ی اختلاف میانگین نمرات درد عضلانی بین گروه‌های کنترل و ماساژ

Sig	t	df	میانگین اختلاف نمرات	انحراف	میانگین	تعداد	آماره
				استاندارد			گروه‌ها
۰/۰۰۱	۳/۹۸ -	۱۴	۱/۲۵-	۰/۴۶	۰/۲۵	۸	کنترل
				۰/۷۵	۱/۵۰	۸	ماساژ

جدول ۵ نشان می‌دهد که یک جلسه آروماتراپی- ماساژ بر درد عضلانی ورزشکاران دختر ایروپیک تأثیر معنی‌داری داشته است ( $P=۰/۰۰۰$ ). این نتایج توسط آزمون t مستقل نیز بر اساس جدول شماره ۶ بدست آمد.

جدول ۵. مقایسه‌ی تغییرات درون گروهی میزان درد عضلانی در گروه آروماتراپی- ماساژ

Sig	T	df	تعداد	میانگین پس آزمون	میانگین پیش	آماره
					آزمون	متغیرها
۰/۰۰۰	۸/۴۴	۷	۸	۳۲/۶۳	۴۰/۸۸	اضطراب حالتی

جدول ۶. مقایسه‌ی اختلاف میانگین نمرات درد عضلانی بین گروه‌های کنترل و آروماتراپی- ماساژ

Sig	T	df	میانگین اختلاف نمرات	انحراف	میانگین	تعداد	آماره
				استاندارد			گروه‌ها
۰/۰۰۰	۱۰/۸۰ -	۱۴	۲/۵۰-	۰/۴۶	۰/۲۵	۸	کنترل
				۰/۴۶	۲/۷۵	۸	آروماتراپی- ماساژ

ارزش P به دست آمده در جدول ۷ ( $P=۰/۰۰۰$ )، نشان می‌دهد که بین نمرات در عضلانی قبل و بعد از یک جلسه آروماتراپی، ماساژ و ترکیب آروماتراپی- ماساژ ورزشکاران دختر ایروپیک تفاوت معنی‌داری وجود دارد ( $P=۰/۰۰۰$ ).

جدول ۷. مقایسه بین گروهی درد عضلانی تفاوت نمرات پیش آزمون و پس آزمون

در آزمودنی‌های ۴ گروه

Sig	F	میانگین مربعات	درجه	مجموع مربعات	تغییرات	متغیر
			آزادی			
۰/۰۰۰	۳۴/۲۷۷	۱۰/۸۶	۳	۳۲/۵۹	بین گروه‌ها	درد عضلانی
		۰/۳۱۷	۲۸	۸/۸۷	داخل گروه‌ها	
		۳۱	۴۱/۴۶	کل		

برای مشخص شدن این مطلب که این اختلاف مربوط به کدام یک از گروه‌های تحقیق بوده

است، از آزمون تعقیبی توکی استفاده شد که نتایج آن در جدول ۸ آمده است. نتایج آزمون توکی نشان داد گروهی که باعث ایجاد تفاوت شده است، گروه کنترل و ماساژ و گروه کنترل و آروماتراپی- ماساژ می‌باشد.

جدول ۸. نتایج آزمون تعقیبی (توکی) برای تعیین محل تفاوت بین گروه‌ها

متغیر	گروه‌ها	میانگین اختلافات	P
درد عضلانی	کنترل	آروماتراپی	۰/۹۷۰
		ماساژ	۰/۰۰۱
		آروماتراپی- ماساژ	۰/۰۰۰
	آروماتراپی	کنترل	۰/۹۷۰
		ماساژ	۰/۰۰۲
		آروماتراپی- ماساژ	۰/۰۰۰
	ماساژ	کنترل	۰/۰۰۱
		آروماتراپی	۰/۰۰۲
		آروماتراپی- ماساژ	۰/۰۰۱
	آروماتراپی- ماساژ	کنترل	۰/۰۰۰
		ماساژ	۰/۰۰۰
		آروماتراپی	۰/۰۰۱

### بحث و نتیجه‌گیری

نتایج بدست آمده نشان داد که استفاده از روش آروماتراپی بر میزان درد عضلانی گروه آروماتراپی تأثیر معنی داری نداشته است و اگرچه تحقیقات داخلی و خارجی محدودی در این زمینه یافت شد اما نتایج این تحقیق با یافته‌های جانگ تی کیم و همکاران (۲۰۰۶) و پازنده و همکاران (۱۳۸۶) همخوانی دارد ولی با یافته‌های کیم جی تی و همکاران (۲۰۰۶) همخوانی ندارد. که دلیل احتمالی عدم تأثیر آروماتراپی بر درد عضلانی در تحقیق ما می‌تواند مربوط به تعداد کم آزمودنی‌ها، مدت استفاده از اسطوخودوس و مقدار مصرف آن باشد. جانگ تی کیم و همکاران (۲۰۰۶)، به بررسی تأثیر آروماتراپی در درمان درد پس از عمل جراحی پرداختند که نتایج حاصله نشان داد آروماتراپی با روغن اسطوخودوس عادی بر شدت درد پس از عمل جراحی تأثیر معنی داری نداشت (۱۷).

پازنده و همکاران (۱۳۸۶)، تحقیقی با عنوان بررسی تأثیر آروماتراپی با اسانس بابونه بر درد ناحیه پرینه ای انجام دادند که نتایج تحقیق نشان داد، به طور کلی اسانس بابونه بر کاهش درد

ناحیه پرینه ای مؤثر نمی‌باشد. شاید بتوان با تغییر در مقدار، اشکال و روش های تجویز اسانس های گیاهی نتایج بهتری در زمینه کاهش درد ناحیه پرینه به دست آورد (۱۸).

کیم جی تی و همکاران (۲۰۰۶)، تحقیقی با عنوان تأثیر آروماتراپی در درمان درد پس از عمل جراحی انجام دادند. که در آن از روغن اسطوخودوس برای بیماران تحت عمل جراحی بیوپسی پستان استفاده شد. یافته‌ها نشان دادند که استفاده از آروماتراپی موجب رضایت بیماران در کنترل درد شده است (۹). نتایج تحقیق نشان داد که با استفاده از روش ماساژ میزان درد عضلانی به طور معنی‌داری کاهش می‌یابد. یافته‌های این تحقیق با یافته‌های کارن جی شرمین و همکاران (۲۰۰۹)، میریام لاستینگ و همکاران (۲۰۰۹) و فورلان و همکاران (۲۰۰۹)، و عباسی و همکاران (۱۳۹۰)، یعقوبی و همکاران (۱۳۸۸) و جوزی (۱۳۸۸)، هسو می‌باشد.

کارن جی شرمین و همکاران (۲۰۰۹)، تحقیقی با عنوان مطالعه تصادفی ماساژ درمانی برای درمان درد مزمن گردن انجام دادند. نتایج این تحقیق نشان داد که ماساژ ایمن است و ممکن است حداقل در کوتاه مدت مزایای مؤثر بالینی برای درمان درد مزمن گردن داشته باشد (۱۵). میریام لاستینگ و همکاران (۲۰۰۹)، به بررسی این موضوع پرداختند که آیا ماساژ درمانی ناراحتی‌های فیزیکی را کاهش می‌دهد و باعث بهبود اختلالات خلق و خوی در زنان مبتلا به سرطان پستان می‌شود. با توجه به یافته‌ها، به نظر می‌رسد ماساژ کلاسیک برای کاهش درد جسمی و خستگی و بهبود اختلالات روحی در زنان مبتلا به سرطان سینه در مراحل اولیه، به عنوان درمان کمکی مؤثر می‌باشد (۱۹).

فورلان و همکاران (۲۰۰۹)، تحقیقی با عنوان تأثیر ماساژ برکمر درد انجام دادند. نتایج حاصله نشان داد که ماساژ، به ویژه هنگامی که با تمرین و آموزش همراه است، ممکن است برای بیماران مبتلا به کمر درد تحت حاد و مزمن مفید باشد. شواهد نشان می‌دهد که ماساژ و طب سوزنی مؤثرتر از ماساژ کلاسیک است اما این موضوع نیاز به تأیید بیشتر دارد (۱۴). عباسی و همکاران (۱۳۹۰)، تأثیر ماساژ بر درد نوزادان به هنگام واکسیناسیون نوزادان را بررسی نمودند. درد یک مکانیسم دفاعی در پاسخ به آسیب بافتی است که در نوزادان به راحتی نادیده گرفته می‌شود. ماساژ با تأثیر بر سیستم عصبی و آزاد سازی اپیوئیدهای داخلی می‌تواند در کاهش شدت درد ناشی از عوامل دردناک مؤثر باشد. و می‌تواند به عنوان یک روش غیرتهاجمی در کاهش درد به هنگام واکسیناسیون نوزادان به کار رود (۲۰).

یعقوبی و همکاران (۱۳۸۸)، به بررسی تأثیر ماساژ بر میزان شدت درد ناشی از کرامپ عضلانی در بیماران تحت همودیالیز پرداختند. هدف از این مطالعه تعیین تأثیر ماساژ در پیشگیری و تسکین شدت درد ناشی از کرامپ عضلانی در بیماران تحت همودیالیز بود. با توجه به نتایج به دست آمده ماساژ در بیماران تحت همودیالیز یک روش غیر دارویی است که فاقد هرگونه عوارض جانبی بوده و باعث پیشگیری و کاهش شدت درد ناشی از کرامپ عضلانی می‌شود (۸).

جوزی (۱۳۸۸)، به بررسی تأثیر ماساژ درمانی در بیماران مبتلا به سکتة مغزی پرداخت. یافته‌های حاصل از این مطالعه نشان دهنده تأثیر مثبت ماساژ در کاهش فشار خون و سطح اضطراب بیماران است. بنابراین می‌توان این روش را به عنوان روشی مکمل در کنار درمان معمول سکتة مغزی، جهت افزایش بهبودی بیماران و احساس رفاه آن‌ها توصیه نمود (۳). یکی از پرکاربردترین فواید ماساژ کاهش درد می‌باشد. ماساژ از یک طرف با بر طرف نمودن مواد زائد در بافت‌ها موجب کاهش درد و ناراحتی می‌شود (یعنی در اثر افزایش گردش خون عوارضی مانند کوفتگی عضله را کاهش می‌دهد) و از طرف دیگر باعث بالا رفتن آستانه درد گیرنده‌های عصبی می‌گردد؛ زیرا چنانچه حرکات ماساژ را به صورت ملایم شروع کنیم و به تدریج بر شدت حرکات آن اضافه نماییم امکان دارد در نتیجه این عمل، حساسیت گیرنده‌های درد کاهش یابد و آستانه درد بالا رود. ماساژ دادن، مغز را به تولید آندروفین تحریک می‌کند و اعتماد به نفس بیماران را با تشویق آن‌ها برای مقابله مؤثر با درد افزایش می‌دهد. انجام ماساژ قبل و بعد از تمرین‌های ورزشی خطر صدمات و آسیب‌های حین ورزش را کاهش می‌دهد و بازسازی و احیای عضلات خسته را تسریع می‌کند.

نتایج این تحقیق نشان داد که با استفاده از روش آروماتراپی- ماساژ میزان درد عضلانی به طور معنی‌داری کاهش می‌یابد. تحقیقات انجام شده در این زمینه محدود است. اما یافته‌های این تحقیق با یافته‌های چنگ سی (۲۰۰۸)، همخوانی دارد و تحقیقی که نتایج آن با تحقیق حاضر همخوانی نداشته باشد یافت نشد.

چنگ (۲۰۰۸)، تحقیقی با عنوان تأثیر آروماتراپی ماساژ بر درد، اضطراب حالتی و افسردگی بیماران مبتلا به سرطان بیمارستانی انجام داد. ماساژ با ترکیب روغن ترنج، اسطوخودوس، و کندر انجام شد. و گروه کنترل فقط با روغن بادام شیرین ماساژ دریافت کرد. یافته‌ها نشان داد که ترکیب آروماتراپی و ماساژ به میزان بیشتری در کاهش درد مؤثر است.

از نتایج این تحقیق می‌توان نتیجه گرفت که روش‌های استفاده شده برای کاهش درد عضلانی ورزشکاران مفید بوده و همچنین سایر تحقیقات انجام شده نشان دادند که کاهش

میزان درد عضلانی پس از مسابقه به تعداد جلسات ماساژ و آروماتراپی، مدت انجام ماساژ و آروماتراپی، نوع روغن مورد استفاده برای ماساژ و اسانس به کار رفته جهت آروماتراپی بستگی دارد.

### منابع:

1. Donaldson, Sarah J. Ronan, Kelvin R. (2006). The Effects of Sports Participation on Young Adolescents Emotional Well-Being. Journal Health Publications.
۲. رضایی، سعید. (۱۳۸۶). تأثیر رقابت بر میزان اضطراب رقابتی و غلظت تستسترون و کورتیزول بزاقی در والیبالیست‌های مرد نخبه. دانشگاه آزاد تهران مرکزی.
3. Woodman, Tim. Hardy, Iew. The Relative Impact of Cognitive Anxiety and Self Confidence Upon Sport Performance: a Meta Analysis. Journal of Sport Sciences. (2003). 21. 433-457.
۴. باباشاهی، منیره. فیاضی، صدیقه. عاقل، نسرین. حقیقی زاده، محمدرضا. (۱۳۸۹). تأثیر آروماتراپی استنشاقی بر بیماران قبل از عمل جراحی. مقاله پژوهشی. ۹ (۵) ۵۱۶-۵۰۷.
5. Arroyo- Morales, Manuel. Olea, Nicolas. Manual Martines, Martin. HidalgoLozano, Amparo. Ruiz-Rodriguez, Concepcion. Diaz- Rodriguez, Lourdes. Psychophysiological Effect of Massage-Myofascial Release after Exercise. the Journal of Alternative and Complementary Medicine. (2009). 14.10. pp 1223-1229.
6. Thomas M, Best Robin Hunter, Aaron Wilcox, et al. Effectiveness of Sport Massage for Recovery of Skeletal Muscle from Strenuousexercise. Clin J Sport Med, 2008; 18: 446-460.
7. Dubrovsky V. The Effect of Massage on Athlete's Cardiorespiratory System. Soviet Sport Review, 2005; 25: 36-38.
8. Wilkinson, Susie M. Love, Sharon B. Weestcombe, Alex M. Gambles, Maureen A. Burgess, Caroline C. Cargill, Anna. Young, Teresa. Maher, Jane and Ramirez, Amand J. Effectiveness of Aromatherapy massage in the management of anxiety and depression in patients with cancer a multicenter Randomized controlled traid Journal of clinical oncology. (2007). 25.5.10.
9. Lin, Zen P. (2004). Aromatherapy Massage. United States Sports Academy America sport university.
۱۰. وکیلان، کتایون، کرامت، افسانه، موسوی، عباس، شریعتی، محمد، عجمی، محمد اسماعیل، عطارها، مهتاب (۱۳۹۱). بررسی تأثیر اسانس اسطوخودوس به روش استنشاقی



- بر درد زایمان. مجله دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد، دوره ۱۴، شماره ۱، فروردین و اردیبهشت ۳۴-۴۰
11. Kim. MJ; Nam, ES; Paik, SI .The Effects of Aromatherapy on Pain, Depression, and Life Satisfaction of Arthritis Patients .Taehan Kanho Hakhoe chi, 35(1):186-94.
۱۲. پيله ورزاده، مطهره. سالاری، سادات. شفیعی، نعمت الله. (۱۳۸۱). تأثیر ماساژ بر کاهش درد و اضطراب در طول کار. دوره ۳، شماره ۴، مسلسل ۱۲.
۱۳. متوسلیان، منیره. دهقانی، خدیجه. (۱۳۸۲). تأثیر ماساژ قبل از پانسمان بر درد و اضطراب بیماران سوخته. مجله دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی-درمانی شهید صدوقی یزد، سال یازدهم، صفحه ۱۳.
14. Susanne M. Cutshal, Wentworth, Lauraj. Engen, Deborah. Sundt, ThoralfM. Kelly, RyanF. Bauer, Brent A. Effect of Massage Therapy on Pain, Anxiety and Tension in Cardiac Surgical Patients: A pilot study. (2010). 16.92-95.
15. Mancinelli CA, Daivis DS, Aboulhosn L, et al. The effects of massage on delayed onset muscle soreness and physical performance in female collegiate athletes. PhysTher in Sport, 2006; 7:5-13.
16. Hauora, Manatu. (2006). Does Massage or Aromatherapy Massage Relieve Symptoms of Nausea, Pain, Anxiety and D in People with Cancer? Ministry of Health. Newzealand.
17. Kim, J.T., Wajda, M., Cuff, G., Serota, D., Schlame, M., Axelrod, D.M., Guth, A.A., & Bekker, A.Y. (2006). Evaluation of aromatherapy in treating postoperative pain: pilot study. Pain Practice, 6, 273-277.
18. Kim. MJ; Nam, ES; Paik, SI .The Effects of Aromatherapy on Pain, Depression, and Life Satisfaction of Arthritis Patients .Taehan Kanho Hakhoe chi, 35(1):186-94.
19. Miriam Listing, Anett Reißhauer, Michaela Krohn, Barbara Voigt, Gracia Tjahono, Janine Becker, Burghard F. Klapp, Martina Rauchfuß. Massage therapy reduces physical discomfort and improves mood disturbances in women with breast cancer. Psycho-Oncology Volume 18, Issue 12, pages 1290–1299, December 2009.
۲۰. زهره عباسی، الهه سالاری، فرزانه رشیدی، معصومه طاهر پور. (۱۳۹۰). تأثیر ماساژ بر درد هنگام واکسیناسیون در نوزادان. مجله دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمال. پاییز. دوره سوم، شماره ۳، صفحات ۵۶-۵۱.



## رابطه نگرش و گرایش به کار آفرینی سازمانی در اعضای هیأت علمی دانشکده‌های تربیت‌بدنی کشور

فرشاد امامی<sup>۱</sup>، سمیه گلزار<sup>۲</sup>، پروش علیپور

تاریخ دریافت: ۹۱/۹/۱۲

تاریخ پذیرش: ۹۱/۱۱/۱۷

### چکیده

هدف از این تحقیق بررسی و رابطه نگرش و گرایش به کار آفرینی سازمانی در اعضای هیأت علمی دانشکده‌های تربیت‌بدنی کشور بوده است. روش این پژوهش توصیفی - پیمایشی می‌باشد. جامعه مورد نظر تحقیق شامل تمام اعضای هیأت علمی دانشکده‌های تربیت‌بدنی و علوم ورزشی کشور بود که به منظور نمونه‌گیری در هر دانشکده به صورت تصادفی با تخصیص متناسب تعداد افراد تعیین و در تحقیق شرکت داده شدند. در مجموع کل افراد شرکت کننده در تحقیق ۱۲۴ نفر بودند که به سه پرسشنامه مجزای نگرش به کار آفرینی، گرایش به کار آفرینی معرفی شده توسط مارگریت هیل<sup>۳</sup> (۲۰۰۳) (بازنگری شده توسط محقق) و اطلاعات فردی پاسخ دادند. به منظور تأمین روایی ابزار این تحقیق از نظرات و راهنمایی‌های اساتید صاحب نظر استفاده شد و پایایی سئوالات نیز از طریق آلفای کرونباخ (۰/۷۳/۵) در یک مطالعه مقدماتی به دست آمد. تجزیه و تحلیل داده‌ها در دو سطح آمار توصیفی (فراوانی، درصد میانگین، انحراف از معیار) و در سطح آمار استنباطی از آزمون آنالیز واریانس، ضرایب همبستگی متناسب، آزمون تعقیبی توکی و نیکویی برازش به کمک نرم افزار spss انجام گرفت. یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که میانگین نگرش به کار آفرینی در ۱۲۴ نفر افراد تحت بررسی برابر با ۳۳/۴۹ بود. حداکثر نمره گرایش به کار آفرینی ۳۰۰ می‌باشد که میانگین نمره کسب شده توسط اعضای هیأت علمی ۱۸۵/۹۵ بود که نشان دهنده گرایش پایین در میان اعضای هیأت علمی دانشکده‌های تربیت‌بدنی کشور است. آزمون آنالیز واریانس یکطرفه نشان داد بین نگرش و گرایش به کار آفرینی در دانشکده‌های مختلف تفاوتی وجود ندارد. بین نگرش و گرایش به کار آفرینی اعضای هیأت علمی دانشکده‌های تربیت‌بدنی رابطه معنی داری وجود داشت. ( $p < 0/001$  و  $r = 0/574$ ). نتایج پژوهش حاضر نشان داد اعضای هیأت علمی دانشکده‌های تربیت‌بدنی کشور نمرات قابل قبولی از لحاظ نگرش و گرایش به کار آفرینی کسب نکردند. نتایج حاضر، نگرش به کار آفرینی را به عنوان یک پیشگوی مطلوب برای گرایش به کار آفرینی در دانشکده‌های تربیت‌بدنی معرفی کردند.

**کلمات کلیدی:** کار آفرینی سازمانی، عضو هیأت علمی، دانشکده تربیت‌بدنی.

1. دکتری مدیریت ورزشی (نویسنده مسئول)

2. عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد آباد

Email: f\_emami2007@yahoo.com

Email: Ja.gho3@gmail.com

3. Marguerite Hill

### مقدمه

کارآفرینی کلید رشد آموزشی- فرهنگی، پیشرفت و ترقی حال و آینده است که عرصه ورزش نیز نیازمند این کلید اساسی است. ورزش در کشور ما در حال تحول و رو به توسعه است و همین تحرک می‌تواند زمینه‌های مناسبی جهت فعالیت‌های کارآفرینانه در کنار ورزش میسر سازد. در این میان دانشگاه یکی از ارزش‌ترین سازمان‌ها و منابع علمی و تحقیقاتی هر جامعه در جهت پیشرفت و تعالی است که در جهت نیل به اهداف آموزشی- تحقیقاتی و... باید حداکثر خلاقیت و کارآفرینی در این محیط مورد استفاده قرار گیرد(۱).

از این رو برای اینکه بتوان از حداکثر فوایدی کارآفرینی در دانشگاه بهره برد، باید فعالیت‌های کارآفرینی اعضای هیأت علمی دانشگاه‌ها به دقت مطالعه و مدیریت شود و اعضای هیأت علمی دانشگاه‌ها بیش از پیش تشویق شوند تا فرصت‌های بیشتری را برای کسب و پذیرش نقش‌های کارآفرینانه بپذیرند. غفلت و چشم‌پوشی اعضای هیأت علمی نسبت به کارآفرینی باعث کاهش آگاهی و توجه به این مقوله در سطح دانشگاه می‌شود(۲).

در همین راستا شو (۲۰۰۵) عنوان می‌کند که نگرش افراد به کارآفرینی رابطه مستقیم و تأثیرگذاری بر گرایش افراد به کارآفرینی در سازمان دارد(۳).

آنتونی لانو<sup>۱</sup> (۲۰۰۵) نیز در مقاله‌اش با عنوان «محیط دانشگاه و کارآفرینی دانشگاهی: یک مدل رفتاری برای محاسبه موفقیت‌های محیطی» تأثیرات محیط و جو موجود در دانشگاه بر رفتارهای کارآفرینانه را بررسی و مدلی تئوریک را بر این اساس ارائه می‌دهد(۴).

بر اساس این مدل نگرش مثبت به کارآفرینی رابطه معنی‌داری با گرایش به کارآفرینی داشته و نیز نگرش مثبت به کارآفرینی دانشگاهی اثر مثبتی بر گرایش به آن در محیط‌های دانشگاهی دارد. وی نقش محیط و جو کارآفرینانه را در این زمینه بسیار حیاتی دانسته و جو دانشگاهی مناسب برای کارآفرینی را شامل: حمایت مدیریت، صداقت، ریسک‌پذیری و تحمل ریسک، سیستم پاداش، منابع و ساختار سازمانی حامی می‌داند. وی معتقد است اعضای هیأت علمی دانشگاه‌ها نقش مدیران میانی را بازی کرده و واسط بین مدیران ارشد و دانشجویان هستند و درک و برداشت آنان از جو کارآفرینانه تأثیر بسیار زیادی بر فعالیت‌های کارآفرینانه دانشکده خواهد داشت(۴).

اما رابین، در تحقیقی که در سال ۲۰۰۱ انجام داد به این نتیجه رسید که نقش‌های کارآفرینانه و محیط عملیاتی منجر به ایجاد تنش در افراد می‌شود و آغاز به کار و فعالیت

کارآفرینانه، نیازمند ریسک‌پذیری بالایی است و این مخاطرات و فعالیت‌های ریسکی ممکن است مالی، شغلی، خانوادگی، اجتماعی یا فیزیکی باشد. نقش سازمان بر افراد بر نگرش‌ها، تصمیم‌ها و عمل‌های کارآفرینانه توسط بیگلی و همکاران مورد آزمایش قرار گرفته است (۵). ماندلا<sup>۱</sup> در سال (۲۰۰۳) تحقیقی را تحت عنوان «ارتباط بین کارآفرینی سازمانی، انعطاف سازمانی و رضایت شغلی» در ۳۳۳ مدیر میانی بخش‌های آموزشی انجام داد. نتایج وی نشان داد که فاکتور ارتقاء وضعیت شغلی مربوط به کارآفرینی درون سازمانی و انعطاف سازمانی به طور معنی‌داری باعث افزایش رضایت شغلی درونی افراد شده است. نتایج دیگر این تحقیق نشان داد که نگرش و درک کارمندان از جو سازمانی و فرهنگ سازمانی که حامی کارآفرینی سازمانی باشد حیاتی است. وی حمایت مدیر از کارآفرین سازمانی، سیاست‌های مربوط به مدیریت نیروی انسانی، سیستم پاداش و استراتژی‌های سازمان را به وجود آورنده این حمایت و در نتیجه جو حاکم می‌داند (۶).

هینونن (۲۰۰۳) در مقاله‌ای با عنوان «چگونه کارآفرینی سازمانی را ارزیابی کنیم؟»، به ارائه الگویی از عوامل تأثیرگذار بر پدیده کارآفرینی سازمانی و نتایج حاصل از آن می‌پردازد. بر اساس این مدل فعالیت‌های مثبت مدیریت، جو و فرهنگ سازمانی و نگرش‌ها و مهارت‌های فردی به طور مستقیم بر کارآفرینی سازمانی تأثیر گذاشته و باعث ایجاد رضایت شغلی، رضایت مشتریان و در نتیجه بهبود عملکرد بخصوص عملکرد مالی می‌شود (۷).

### روش شناسی

روش این پژوهش توصیفی - پیمایشی می‌باشد. جامعه مورد نظر تحقیق شامل تمام اعضای هیأت علمی دانشکده‌های تربیت بدنی و علوم ورزشی کشور بود که به منظور نمونه‌گیری در هر دانشکده به صورت تصادفی با تخصیص متناسب تعداد افراد تعیین و در تحقیق شرکت داده شدند. در مجموع کل افراد شرکت کننده در تحقیق ۱۲۴ نفر بودند که به سه پرسشنامه مجزای نگرش به کارآفرینی، گرایش به کارآفرینی معرفی شده توسط مارگریت هیل<sup>۲</sup> (۲۰۰۳) (بازنگری شده توسط محقق) و اطلاعات فردی پاسخ دادند. به منظور تأمین روایی ابزار این تحقیق از نظرات و راهنمایی‌های اساتید صاحب نظر استفاده شد و پایایی سئوال‌ات نیز از طریق آلفای کرونباخ (۰/۷۳/۵) در یک مطالعه مقدماتی به دست آمد (۸).

تجزیه و تحلیل داده‌ها در دو سطح آمار توصیفی (فراوانی، درصد میانگین، انحراف از

---

1. Mandla  
2. Marguerite Hill

معیار) و در سطح آمار استنباطی از آزمون آنالیز واریانس، ضرایب همبستگی متناسب، آزمون تعقیبی توکی و نیکویی برازش به کمک نرم افزار spss انجام گرفت.

## نتایج

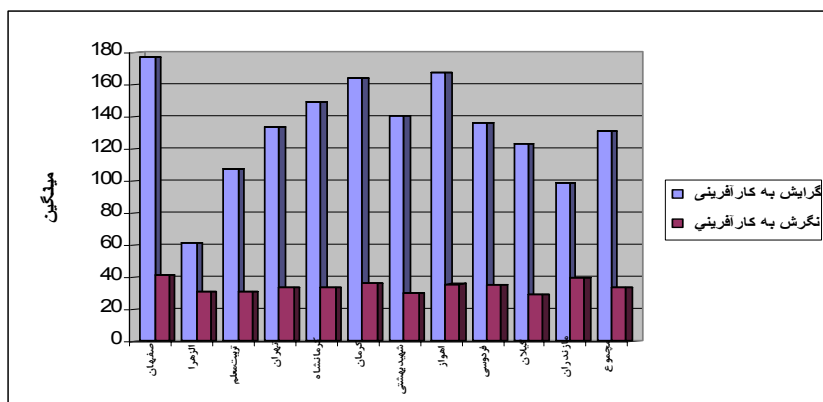
- میانگین نگرش به کارآفرینی در ۱۲۴ نفر افراد تحت بررسی برابر با ۳۳/۴۹ بود که نشان دهنده میزان نگرش پایین در میان اعضای هیأت علمی دانشکده‌های تربیت‌بدنی کشور است.

- بین میزان نگرش به کارآفرینی مردان (۹۷ نفر) با میانگینی برابر با ۳۴/۲۵ و زنان (۲۷ نفر) با میانگین ۳۰/۷۴ اختلاف معنی داری وجود داشت ( $p < 0/001$ ).

- امتیازگذاری افراد تحت بررسی از میزان نگرش به کارآفرینی به تفکیک دانشکده نشان داد در مجموع بالاترین میانگین مربوط به دانشگاه اصفهان با میانگینی برابر با ۴۱ و پایین‌ترین آن مربوط به دانشگاه‌های شهید بهشتی و تربیت معلم به ترتیب با میانگینی برابر با ۳۰/۳۳ و ۳۰/۵۳ بود.

- بین نگرش فردی به کارآفرینی و میزان تحصیلات ( $p < 0/001$  و  $r = 0/323$ ) و میزان حقوق ماهیانه ( $p = 0/026$  و  $r = 0/323$ ) رابطه معنی داری وجود داشت و در دیگر مشخصات فردی این رابطه مشاهده نگردید.

- حداکثر نمره گرایش به کارآفرینی ۳۰۰ می‌باشد که میانگین نمره کسب شده توسط اعضای هیأت علمی ۱۸۵/۹۵ بود که نشان دهنده گرایش پایین در میان اعضای هیأت علمی دانشکده‌های تربیت‌بدنی کشور است.



شکل ۱. امتیاز گذاری افراد تحت بررسی از میانگین نگرش و گرایش به کارآفرینی به تفکیک دانشکده - آزمون آنالیز واریانس یکطرفه نشان داد بین نگرش و گرایش به کارآفرینی در دانشکده‌های مختلف تفاوتی وجود ندارد.

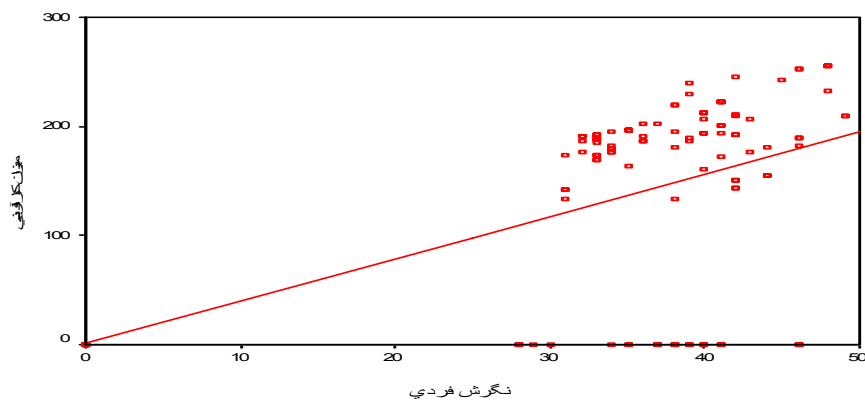
- بین گرایش به کارآفرینی زنان و مردان نمونه تحت بررسی اختلاف معنی دار وجود نداشت.
- بین گرایش به کارآفرینی و میزان حقوق ماهیانه رابطه معنی داری وجود داشت ( $r=0/278$  و  $p=0/002$ ).
- بین نگرش و گرایش به کارآفرینی اعضای هیأت علمی دانشکده‌های تربیت‌بدنی رابطه معنی داری وجود داشت

$$(r=0/574 \text{ و } p<0/001)$$

بر این اساس معادله رگرسیونی ذیل ارائه گردید:

$$\text{نگرش} = 0/77 + 3/89 \text{ گرایش به کارآفرینی}$$

بر طبق این فرمول اگر میزان نگرش یک فرد برابر با ۲۵ باشد، این فرد گرایش میانگینی برابر با ۹۸ خواهد داشت.



شکل ۲. رگرسیون خطی بین نگرش و گرایش به کارآفرینی در اعضای هیأت علمی دانشکده‌های تربیت‌بدنی کشور

### بحث و نتیجه گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد اعضای هیأت علمی دانشکده‌های تربیت‌بدنی کشور نمرات قابل قبولی از لحاظ نگرش و گرایش به کارآفرینی کسب نکردند. این نمرات بازگو کننده این مطلب مهم هستند که دانشکده‌های تربیت بدنی کشور دارای اعضای هیأت علمی است که غالباً، اشتیاق و همچنین جرأت دنبال کردن فرصت‌های جدید و نو یا ایجاد تغییرات خلاقانه را ندارند. همچنین در مجموع امتیاز کسب شده از میزان کارآفرینی سازمانی در دانشکده‌های تربیت بدنی کشور دال بر پایین بودن نمره کارآفرینی سازمانی و وضعیت نامطلوب و نابسامان

این مقوله در آنها دارد که گواه این مطلب این است که در مجموع هیچ کدام از افراد حاضر در نمونه تحت بررسی، امتیاز بالا را به کارآفرینی سازمانی دانشکده‌های مورد نظر تخصیص نداده و اکثریت این افراد (۱۳۰ نفر) امتیاز کارآفرینی سازمانی را در سطح پائین ارزیابی کردند، که با عنایت به زیر بنای تحقیق چنین استنباط می‌شود که با توجه به پیامدهای مثبت کارآفرینی و پیآمدهای منفی عدم توجه به آن، لازم است برنامه‌ریزان و متولیان مؤسسات آموزشی در اندیشه ارتقاء سطح کارآفرینی، نوآوری و خلاقیت در اعضاء خود باشند.

همچنین نتایج رابطه معنی داری را بین گرایش به کارآفرینی و میزان حقوق ماهیانه و پاداش نشان داد. طبق نظر «هیسریچ» و «پیترز» فرهنگ بوروکراتیک، دارای سیستم پاداش و جوی است که محافظه‌کاری در تصمیم‌گیری‌ها را تشویق می‌نماید. شاید بتوان عدم ارزش محوری و محدودیت افراد در سیستم پاداش و ترفیع و همچنین عدم توجه کافی مدیران به بهره‌وری افراد، خلاقیت و ارائه طرح‌های ابتکاری در سیستم پاداش و ترفیع را از دلایل اصلی نارضایتی از سیستم‌های پاداش دانست که استفاده از ملاک‌های ارزشیابی بر اساس بهره‌وری و حمایت از طرح‌های خلاقانه و نوآورانه در جهت تقویت وضعیت پاداش و در نتیجه ارتقاء گرایش به کارآفرینی پیشنهاد می‌شود (۹-۱۳).

وجود رابطه معنی دار بین نگرش و گرایش به کارآفرینی اعضای هیأت علمی دانشکده‌های تربیت‌بدنی، حاکی از این است که حضور افراد ریسک‌پذیر و دارای نگرش مثبت به تغییر، برای حضور خلاقیت در سازمان ضروری است.

بین نگرش و میزان تحصیلات رابطه معنی داری وجود داشت. ۴۰ درصد افراد شاغل در این حوزه دارای مدرک کارشناسی و کارشناسی‌ارشد بوده که با توجه به رشد تحصیلات و گسترش روز افزون علوم، دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزشی مختلف این مسئله در مقایسه با هنجارهای بین‌المللی و با دیگر گروه‌های آموزشی، هنوز از درصد خوبی برخوردار نیست. لذا دانشکده‌های تربیت‌بدنی باید زمینه‌های جذب افرادی با درجات علمی بالا و ارتقاء اعضاء هیأت علمی خود به رده‌های بالاتر را فراهم کنند.

## منابع:

۱. زارع، قاسم؛ حمیدی، مهرزاد؛ سجادی، سید نصر... (۱۳۸۶). رابطه بین عوامل روان‌شناختی توانمندسازی کارشناسان و کارآفرینی سازمانی در سازمان تربیت‌بدنی کشور. نشریه علوم حرکتی و ورزش. سال پنجم، جلد اول، شماره ۹، بهار و تابستان. صص ۸۱-۷۱
2. SlaughterL, Sheila, and Leslie, Larryl. 1997. *Academic Capitalism: Politics,*



- Policies, and the Entrepreneurial University*. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press.
3. Shaw, E. (2005). Corporate entrepreneurship and innovation: the missing link. *European Journal of Innovation Management*. Vol. 8, No. 3, Pp. 350-372.
  4. Anthony Llano, Joseph. (2005). *The University Environment and Academic Entrepreneurship: A Behavioral Model For Measuring Environment Success*. Stevens Institute of Technology. Available from: [www.cherry.gatech.edu/t2s2006/papers/llano-1057-T.pdf](http://www.cherry.gatech.edu/t2s2006/papers/llano-1057-T.pdf)
  ۵. مرسلی، فریبا. (۱۳۸۴). بررسی میزان و نوع موانع خلاقیت مدیران و رابطه آن با گرایش آنان به کارآفرینی در مدارس متوسطه شهر کرمان. پایاننامه کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی، دانشگاه شهید باهنر کرمان.
  6. Mndla, A. (2003). *The relationship between Corporate Entrepreneurship, Market Orientation, Organizational Flexibility and Job Satisfaction*. Faculty of Economic and Management Science, University of Pretoria.
  7. Gormon, G. Hanlon, D. and King, W. (1997). Some research perspectives on entrepreneurship education, enterprise education and education for small business management: a ten year literature review. *International Small Business Journal* 15(3), 56-78.
  8. Hill, M. E. (2003). *The Development of an Instrument to Measure Entrepreneurship: Entrepreneurship within the Corporate Setting*. Full thesis submitted in fulfillment of the requirements for the degree Master of Arts (MA) in Industrial Psychology. Department of Psychology Rhodes University. Grahams town.
  ۹. غلامیان، جواد و همکاران. (۱۳۸۵). مقایسه نیمرخ کارآفرینی دانشجویان تربیت بدنی با دانشجویان سایر رشته های تحصیلی دانشگاه فردوسی مشهدچکیده مقالات هفتمین همایش ملی تربیت بدنی و علوم ورزشی. تبریز: دانشکده تربیت بدنی. صفحه ۴۸۸.
  10. Berger, F. and Bronson, B. (1981) *Entrepreneurs in the Hospitality Industry: a psychological portrait*. The Cornell Hotel and Restaurant Administration Quarterly, August, 52-56.
  11. Bill, K. and Bowen-Jones, B. (2004) *21st Century Skills for Sport and Recreation Graduates - Realizing our potential*. LINK 11. Available online from: <http://www.hlst.heacademy.ac.uk/resources/link11/contents.html>
  12. Sleep, M. (2005) *University Experiences And The Employment Environment*, Unpublished Research Report, Higher Education Academy Network for Hospitality, Leisure, Sport and Tourism. Available from: [http://www.hlst.heacademy.ac.uk/projects/sleep\\_summary.pdf](http://www.hlst.heacademy.ac.uk/projects/sleep_summary.pdf)

13. Tomkins, A. (2004) Best of both worlds: An exploration of key skills required for graduate work in the leisure and sport industry and links to Personal Development Planning. LINK 11. Available from: <http://www.hlst.heacademy.ac.uk/resources/link11/contents.html>

## بررسی تأثیر واحد تربیت بدنی عمومی بر شاخص های ترکیب بدنی و عوامل منتخب آمادگی جسمانی در دانشجویان غیر فعال دانشگاه فردوسی مشهد

مهتاب معظمی<sup>۱</sup>، سمانه فراحتی

تاریخ دریافت: ۹۱/۸/۲۹

تاریخ پذیرش: ۹۱/۱۱/۱۸

### چکیده

با توجه به تأثیر فعالیت بدنی بر شاخص های ترکیب بدنی و قابلیت های جسمانی افراد، این موضوع که تأثیر واحدهای تربیت بدنی در دانشگاه ها به چه میزان در افزایش سلامت جسمانی دانشجویان تأثیر دارد، موضوعی است که در مطالعه حاضر مورد بررسی قرار گرفته است. روش شناسی: این تحقیق از نوع پژوهش های نیمه تجربی میدانی است؛ آزمودنی ها شامل ۱۹۱ دانشجوی دختر و ۸۶ دانشجوی پسر از دانشجویان غیر فعال دانشگاه فردوسی مشهد بودند. متغیرهای آمادگی جسمانی و ترکیب بدنی آزمودنی ها در دومین هفته شروع ترم اندازه گیری شد؛ سپس برنامه تمرینی به مدت ۱۴ هفته در راستای ترم تحصیلی واحد تربیت بدنی عمومی ۱ اجرا گردید و پس از اتمام برنامه تمرینی تمام آزمون ها به همان ترتیب آزمون اولیه تکرار شد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS و پیرایش ۱۶ انجام گردید. یافته ها: نتایج حاصل از این مطالعه نشان داد که وزن، شاخص توده بدنی و نسبت دور کمر به لگن در دانشجویان دختر کاهش معناداری داشته است. همچنین مشاهده می شود، برخی متغیرهای آمادگی جسمانی از جمله درازونشست و شنای سوئدی در هر دو گروه بهبود معناداری یافته است. در حالی که شاخص انعطاف پذیری و چابکی تنها در گروه دختران تغییرات معناداری داشته است. بحث: اجرای منظم و سازمان یافته واحد تربیت بدنی عمومی می تواند موجب بهبود وضعیت آمادگی جسمانی و ترکیب بدنی دانشجویان گردد؛ که این امر اهمیت برنامه ریزی مناسب واحد تربیت بدنی عمومی در دانشگاه ها را آشکار می نماید.

**واژگان کلیدی:** واحد تربیت بدنی عمومی ۱، ترکیب بدنی، آمادگی جسمانی، دانشجویان.

### مقدمه

شهرنشینی و زندگی ماشینی انسان را از طبیعت دور کرده، تغذیه او را غنی تر کرده و به شدت از فعالیت بدنی اش کاسته است. امروزه متأسفانه در اکثر کشورهای پیشرفته، زندگی ساکن و غیرفعال سبب شیوع بسیاری از بیماری ها از جمله بیماری های قلبی-عروقی، چاقی و بیماری عروق کرونر گردیده است، به طوری که این مسئله یک مشکل اساسی در جوامع به شمار می رود و همه ساله هزینه سنگینی را از نظر اقتصادی برای کشورها ایجاد می کند (۱). سازمان بهداشت جهانی اعلام نموده است که حدوداً ۶۰ درصد از جمعیت جهان حداقل میزان توصیه شده فعالیت با شدت متوسط را انجام نمی دهند (۲). در ایران نیز شیوع بی تحرکی بین زنان رده سنی ۲۴-۱۵ ساله ۶۸ درصد و برای مردان ۲۴-۱۵ ساله ۱۴/۵ درصد است (۲). در همین راستا، با توجه به شیوع بی تحرکی بین دانشجویان و کاهش روند فعالیت جسمانی با افزایش سن، مداخلات مربوط به فعالیت جسمانی در این قشر در طی تحصیلات دانشگاهی از اهمیت ویژه ای برخوردار است.

در چاره جویی این امر دولتها تربیت بدنی و ورزش را در مدارس و دانشگاه ها اجباری کرده اند. واحد درسی تربیت بدنی یکی از فرصت های مناسب برای ایجاد و ارتقای آگاهی دانشجویان می باشد تا از این رهگذر دانشجویان که سازنده جامعه فردا هستند، اطلاعات و آگاهی های لازم را در خصوص آمادگی جسمانی و نقش آن بر بدن و فعالیت های روزمره کسب کنند (۳). شاید برگزاری مناسب کلاس های تربیت بدنی دانشگاه ها، فرهنگ مناسب ورزشی را در جوامع به شدت نیازمند امروزی گسترش دهد؛ خوشبختانه تشکیل دانشکده ها و گروه های آموزشی تربیت بدنی و تدوین واحدهای تربیت بدنی عمومی ۱ و ۲ برای دانشجویان کلیه رشته های دانشگاهی از سوی ستاد انقلاب فرهنگی در دانشگاه ها و مراکز آموزش عالی، این زمینه را فراهم نموده است که برنامه های تربیت بدنی به صورت علمی و مدون برای استفاده دانشجویان طراحی گردد. باید به این امر نیز توجه داشت که اجرای واحدهای تربیت بدنی در دانشگاه ها سالانه میلیاردها ریال هزینه بر نظام آموزشی تحمیل می کند؛ و سؤال اساسی این است که اجرای درس تربیت بدنی در دانشگاهها به روش حاضر تا چه حد بر وضعیت سلامت دانشجویان اثرگذار بوده است؟

یکی از روشهای علمی و معتبر برای ارزیابی سلامت افراد در تمام سنین، سنجش ترکیب بدنی و آمادگی جسمانی آن ها می باشد. اساساً سطوح بالای شاخص های تندرستی، بهداشتی و قابلیت های جسمانی نشان دهنده سلامت و توانمندی یک جامعه می باشد (۴)؛ چراکه میزان آمادگی جسمانی زیربنای تمام فعالیت های حرکتی انسان را تشکیل می دهد و واژه آمادگی

جسمانی را می‌توان در ارتباط با قدرت عضلانی، توان عضلانی، استقامت عضلانی، استقامت قلبی تنفسی، انعطاف پذیری و چابکی به کار برد (۵).

ترکیب بدنی نیز یکی از عوامل مؤثر در سلامت افراد است که تأثیر معناداری بر پاسخهای فیزیولوژیک به ورزش دارد. در تحقیق حاضر برای ارزیابی ترکیب بدنی از شاخص‌های وزن کل بدن، نمایه توده بدنی<sup>۱</sup> و نسبت دور کمر به لگن<sup>۲</sup> استفاده گردید. یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند شاخص توده بدنی پیش‌بینی‌کننده مناسبی برای غلظت چربی‌های خطرناک و فشار خون سیستولی و دیاستولی در هر دو جنس است و معمولاً برای دسته بندی سلامتی و عدم سلامتی نیز مورد استفاده قرار می‌گیرد (۷، ۶). شاخص دیگر در ارزیابی ترکیب بدنی، نسبت دور کمر به دور لگن است. تحقیقات نشان داده‌اند که چاقی اندام فوقانی در مقابل ناحیه پاها عامل خطر ساز قوی در بروز این بیماریها بوده و مستقل از چاقی عمومی در بدن عمل میکند. در میان مردان و زنان چاق که چربی کل بدن یکسانی دارند، افرادی که تجمع بافت چربی در ناحیه ی، شکم آنها بالاست، دارای اختلالات سوخت و سازی شدیدی هستند و این نکته توجه به شاخص نسبت دور کمر به لگن را آشکار می‌سازد (۹، ۸).

کیفیت اجرای واحد تربیت بدنی عمومی (۱ و ۲) در سطح دانشگاه‌های مختلف همواره مورد توجه محققان بوده و تحقیقات گوناگونی در این زمینه صورت گرفته است. سلامی (۱۳۸۳) در تحقیق خود این گونه اظهار داشت که شرکت در کلاس‌های آمادگی جسمانی و شنا در طول نیمسال اول تحصیلی در بین دانشجویان دختر دانشکده تربیت بدنی بر میزان استقامت قلبی-تنفسی، استقامت عضلات شکم، سرعت و توان غیر هوازی تأثیر معنی دار در جهت مطلوب داشته است (۱۰). در تحقیق دیگری در ارتباط با سلامت عمومی دانشجویان، نتایج مطالعه‌ای که بر روی ۱۵۳ نفر از دانشجویان شرکت کننده در دومین المپیاد ورزشی دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور در شهر شیراز اجرا گردید، نشان داد که سلامت عمومی دانشجویان رشته پزشکی در مقایسه با دانشجویان سایر رشته‌های تحصیلی بهتر است اما محققین این مقاله معتقدند که سلامت عمومی این دانشجویان، در کل، مطلوب نبوده است (۱۱). روحی نیز در سال ۱۳۹۰ در بررسی آمادگی قلبی-تنفسی و ترکیب بدنی دانشجویان رشته تربیت بدنی نتیجه گرفت که اکثر دانشجویان رشته تربیت بدنی از لحاظ شاخص‌های ترکیب بدنی وضعیت مطلوبی ندارند؛ ولی از نظر آمادگی قلبی-عروقی، مردان وضعیت بهتری از زنان دارند؛ گرچه در مجموع آمادگی قلبی-تنفسی این دانشجویان نسبت به استانداردهای جهانی

- 
1. Body mass index(BMI)
  2. Waist to Hip Ratio

بسیار پایین تر است (۱۲). لذا با توجه به نتایج برخی تحقیقات در رابطه با وضعیت نامطلوب سلامت عمومی دانشجویان، و تاثیر فعالیت بدنی بر شاخص های ترکیب بدنی و قابلیت های جسمانی دانشجویان، این موضوع که تأثیر برنامه های آموزشی فعلی دانشجویان تربیت بدنی به چه میزان در افزایش سلامت جسمانی آنان تأثیر دارد، موضوعی است که در مطالعه حاضر مورد بررسی قرار گرفته است.

### روش شناسی

این تحقیق از نوع پژوهش های نیمه تجربی میدانی است و هدف آن ارزیابی تغییرات آمادگی جسمانی و ترکیب بدنی دانشجویان دختر و پسر شرکت کننده در واحد تربیت بدنی عمومی ۱ می باشد. به بیان دیگر، تحقیق مذکور در پی آن است تا تأثیر برنامه تربیت بدنی عمومی ۱ را بر اجزای آمادگی جسمانی (چابکی، قدرت و استقامت عضلات شکم، قدرت و توان عضلات پا، قدرت و استقامت عضلات بازو و سرشانه، انعطاف پذیری عضلات تنه و مفاصل و استقامت قلبی عروقی) دانشجویان را مورد بررسی قرار دهد.

افرادی که در این پژوهش مورد مطالعه قرار گرفتند شامل ۲۷۷ نفر از دانشجویان غیرفعال دانشگاه فردوسی مشهد (۱۹۱ دانشجوی دختر و ۸۶ دانشجوی پسر) بودند که در نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۰-۸۹ در کلاس های تربیت بدنی عمومی ۱ شرکت داشتند. این افراد هیچ گونه سابقه شرکت در برنامه های ورزشی به صورت منظم را نداشتند و داوطلبانه انتخاب شدند. در صورتی که دانشجویان به معلولیت یا بیماری خاصی مبتلا بودند که مانع از انجام فعالیت در قالب درس تربیت بدنی ۱ می شد، تمایلی به همکاری در طرح نداشتند، دو جلسه بیشتر در برنامه های مداخله غیبت می کردند، باردار بودند و یا چنانکه در یک ترم همزمان واحد تربیت بدنی ۱ و ۲ را با هم انتخاب کرده بودند، از مطالعه خارج می شدند. در ابتدای مطالعه از دانشجویان کسب رضایت شد.

### ابزار تحقیق

در ابتدا مشخصات فردی نمونه ها در برگه مشخصات فردی ثبت شد. سپس وزن آزمودنی توسط ترازو دیجیتال و قد آنها به وسیله دیوار مدرج اندازه گیری گردید. شاخص توده بدنی آن ها از طریق تقسیم وزن (کیلوگرم) بر قد (مترمربع) محاسبه گردید. برای تعیین نسبت دور کمر به لگن، از تقسیم اندازه گیری کوچکترین ناحیه پیرامونی شکم آزمودنی ها (حد فاصل نیمه بین زائده خنجر جنای سینه و ناف) بر محیط بزرگترین ناحیه باسن محاسبه شد (۱۱).  
متغیر های آمادگی جسمانی آزمودنی ها از طریق آزمون های میدانی معتبر در دومین

هفته شروع ترم اندازه گیری شد. برای ارزیابی استقامت قلبی-تنفسی از آزمون ۱ مایل راه رفتن (آزمون راکپورت) استفاده گردید و با استفاده از معادله زیر که برای رده سنی کالج تعیین گردیده است، حداکثر اکسیژن مصرفی محاسبه شد (۱۳).

$$\text{حداکثر اکسیژن مصرفی} = (\text{میلی لیتر بر کیلوگرم بر دقیقه}) \\ (\text{ضربان قلب در دقیقه} \times 0.1194) - (\text{زمان} \times 1/4537) - (\text{وزن به پوند} \times 0.0957) - \\ (\text{جنس} \times 8/892) + 88/768$$

برای ارزیابی قدرت و استقامت عضلات شکم از آزمون دراز و نشست<sup>۱</sup> در مدت زمان یک دقیقه، برای ارزیابی انعطاف پذیری عضلات و مفاصل کمر و پاها از آزمون نشست و خم شدن<sup>۲</sup> و برای اندازه گیری چابکی از آزمون دو ۴×۹ متر<sup>۳</sup> استفاده شد؛ و از آزمون های شنا سوئدی و پرش عمودی سارجنت به ترتیب برای اندازه گیری استقامت عضلانی کمر بند شانه ای و برآورد توان بی هوازی استفاده گردید. توان بی هوازی با استفاده از معادله زیر محاسبه گردید (۱۳).

تفاوت مسافت رساندن دست در حالت ایستاده و در ارتفاع پرش عمودی (متر)<sup>۴</sup> × وزن بدن (کیلوگرم) × ۲/۲۱ = توان (وات) آزمودنی ها تحت تاثیر برنامه ویژه ای قرار گرفتند و برای تمام مربیان حاضر در طرح برنامه یکسانی در نظر گرفته شد. برنامه تمرینی به مدت ۱۴ هفته در راستای ترم تحصیلی واحد تربیت بدنی عمومی ۱ اجرا گردید؛ آزمودنی ها هفته ای ۲ جلسه به مدت ۶۰ دقیقه تمرین داشتند. برنامه هر جلسه تمرینی نیز شامل ۱۰ دقیقه حرکات کششی، ۱۵ دقیقه حرکات نرمشی و دویدن، ۱۵ دقیقه تمرینات سرعتی، چابکی و توانی همراه با استراحت، ۱۰ دقیقه تمرینات استقامتی (دراز و نشست و شنای سوئدی) و ۱۰ دقیقه سرد کردن بود.

با توجه به سطح آمادگی جسمانی اولیه آزمودنی ها، تمرینات در هفته اول تا هفته پنجم با شدت کم (۳۰-۵۰ درصد ضربان قلب ذخیره) انجام می شد و از هفته ششم تا هفته چهاردهم از ۵۰ تا ۹۰ درصد ضربان قلب ذخیره افزایش پیدا می کرد. پس از اتمام برنامه تمرینی نیز تمام آزمون ها به همان ترتیب آزمون اولیه تکرار شد.

روش های آماری: در این پژوهش از آمار توصیفی به منظور محاسبه میانگین هریک از آزمون های آمادگی جسمانی استفاده گردید و آزمون t همبسته به طور جداگانه برای هر یک از متغیرهای وابسته در هر دو گروه محاسبه شد.

1. Sit up
2. Sit and reach
3. 4×9 m running test

**یافته ها**

در این تحقیق ۱۹۲ دانشجوی دختر و ۸۶ دانشجوی پسر حضور داشتند. شاخص سنی آن ها در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱. بررسی سن آزمودنی ها

کمترین	بیشترین	انحراف استاندارد میانگین	آماره آزمودنی ها
۱۸	۲۶	۲۰/۳۵±۱/۲۶	دختران
۲۰	۲۴	۲۰/۹۱±۰/۹۹	پسران

**فاکتورهای ترکیب بدنی**

میانگین و انحراف معیار مشخصات اندازه های ترکیب بدنی در جدول ۲ نشان داده شده است، مشاهده می شود، در اثر برنامه تمرینی، شاخص توده بدنی در دختران دانشجو کاهش معناداری یافته است.

جدول ۲. توصیف شاخص های ترکیب بدنی آزمودنی ها

سطح معناداری P	پس آزمون M±SD	پیش آزمون M±SD	آماره متغیر	
*.۰/۰۰۰	۵۵/۵۷±۸/۸۷	۵۶/۷۹±۹/۲۰	دختران	وزن (کیلوگرم)
.۰/۲۴۷	۶۸/۲۱±۱۳/۴۲	۶۸/۶۷±۱۳/۲۶	پسران	
*.۰/۰۰۰	۲۱/۲۳±۳/۱۴	۲۱/۶۹±۳/۲۵	دختران	نمایه توده بدن (کیلوگرم بر مترمربع)
.۰/۲۷۹	۲۱/۹۰±۴/۰۲	۲۲/۴۵±۴/۰۶	پسران	
*.۰/۰۰۳	.۰/۷۱±۰/۰۴	.۰/۷۲±۰/۰۳	دختران	نسبت دور کمر به دور لگن
*.۰/۰۰۱	.۰/۸۰±۰/۰۴	.۰/۸۱±۰/۰۴	پسران	

\*: اختلاف معناداری در سطح  $p < 0.05$

**فاکتورهای آمادگی جسمانی**

نتایج آزمون های آمادگی جسمانی در جدول ۳ نشان داده شده است. همان طور که مشاهده می شود، برخی متغیرهای آمادگی جسمانی از جمله درازنشست و شنای سوئدی در هر دو گروه بهبود معناداری یافته است. در حالی که شاخص انعطاف پذیری و چابکی تنها در گروه دختران تغییرات معناداری داشته است.



جدول ۳. توصیف شاخص‌های آمادگی جسمانی آزمودنی‌ها

پس آزمون M±SD	پیش آزمون M±SD	آماره	
		متغیر	
۳۱/۶۲±۹/۰۶*	۲۱/۵۸±۹/۹۷	دختران	استقامت عضلانی شکم آزمون درواز و نشست(تکرار)
۴۱/۲۵±۶/۳۰*	۳۵/۰۰±۸/۴۵	پسران	
۴۰/۸۳±۶/۲۱*	۳۴/۵۴±۶/۹۲	دختران	انعطاف پذیری آزمون نشست و خم شدن(سانتی متر)
۴۱/۰۴±۸/۶۰	۴۰/۹۱±۹/۴۷	پسران	
۱۱/۶۷±۰/۹۲*	۱۲/۱۵±۰/۷۰	دختران	چابکی آزمون ۴×۹(ثانیه)
۱۰/۸۰±۰/۷۲	۱۰/۸۴±۰/۷۵	پسران	
۲۹/۷۴±۷/۹۴*	۸/۷۰±۸/۳۸	دختران	استقامت عضلانی بالا تنه آزمون شنای سوئدی (تکرار)
۳۱/۶۴±۷/۰۲*	۲۰/۳۱±۹/۳۴	پسران	

\* : اختلاف معناداری در سطح  $p < 0.05$ 

با توجه به اطلاعات مندرج در جدول ۴ در تحقیق حاضر یافته‌های مربوط به آزمون پرش عمودی دانشجویان دختر در مرحله پیش آزمون میانگین ۲۵ سانتی متری را نشان می‌دهد که پس از اجرای برنامه تمرینی به ۳۳ سانتی متر رسیده است، توان بی‌هوازی نیز بر حسب وات افزایش معناداری یافته است؛ اما همان‌گونه که نتایج تحقیق نشان می‌دهد میانگین توان بی‌هوازی دانشجویان پسر تغییر معناداری نیافته است. همچنین میانگین نمرات پیش آزمون و پس آزمون حداکثر اکسیژن مصرفی در هر دو گروه دختران و پسران در آزمون ۱ مایل راه رفتن (آزمون راکپورت) بهبود یافته است و این اختلاف معنی‌دار می‌باشد.

جدول ۴. توصیف توان‌های هوازی و توان بی‌هوازی دانشجویان

پسران		دختران		آزمودنی‌ها		متغیر
p	پس آزمون M±SD	پیش آزمون M±SD	p	پس آزمون M±SD	پیش آزمون M±SD	
۰/۰۰۷	۱۳/۲۹±۱/۲۰	۱۳/۶۸±۱/۴۲	۰/۰۰۳	۱۴/۰۲±۱/۰۷	۱۵/۰۲±۱/۰۲	توان هوازی (آزمون راکپورت)
۰/۰۲۸	۵۰/۲۶±۴/۸۱	۴۹/۵۴±۴/۳۵	۰/۰۰۱	۳۸/۸۹±۳/۱۳	۳۷/۷۵±۳/۴۸	
۰/۸۲۱	۴۵/۴۴±۷/۶۷	۴۵/۶۶±۹/۹۲	۰/۰۰۱	۳۳/۱۷±۵/۸۱	۲۵/۸۶±۵/۹۹	توان بی‌هوازی
۰/۷۸۵	۱۰۳۰/۴±۲۲۱/۲۰	۱۰۲۶/۷±۲۳۰/۰۹	۰/۰۰۱	۱۶۰±۱۲۱/۲۲ ۶۹۷	۱۴۲±۱۲۴/۳۷ ۶۲۶	(آزمون پرش عمودی)

### بحث و نتیجه گیری

نتایج حاصل از این مطالعه نشان داد که تغییرات ترکیبات بدنی شامل: وزن، نمایه توده بدنی و نسبت دور کمر به دور لگن در دانشجویان دختر کاهش معناداری داشته است. به عبارتی اجرای واحد تربیت بدنی عمومی در دانشگاه ها از طریق انجام فعالیت بدنی منظم در طول یک ترم تحصیلی می تواند بر برخی شاخص های ترکیب بدنی دانشجویان دختر تاثیر مطلوب داشته باشد؛ در گروه دانشجویان پسر نیز شاهد کاهش وزن و نمایه توده بدنی بودیم اما تنها شاخص نسبت دور کمر به لگن کاهش معناداری داشته است. نتایج پژوهش دشتی و باسوک<sup>۱</sup> با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۱۵، ۱۴). دشتی در سال ۱۳۸۹ در تاثیر یک برنامه منتخب آمادگی جسمانی روی ضربان قلب و ترکیبات بدنی نشان داد که این برنامه باعث کاهش درصد چربی بدن و تاثیر مثبت روی ترکیبات بدن افراد نمونه می گردد (۱۵). باسوک و همکارانش نیز با مطالعه بر روی مردان ۲۵-۳۵ ساله نتیجه گرفتند که فعالیت های بدنی منظم باعث کاهش ترکیبات بدنی افراد می شود (۱۴). عامل اصلی اختلاف نتایج وزن کل بدن بین دانشجویان دختر و پسر را می توان به وزن اولیه آزمودنیها قبل از آزمون نسبت داد، با توجه به نتایج تحقیقات مختلف افرادی که در قبل از آزمون دارای اضافه وزن بیشتری هستند، سرعت و مقدار بیشتری کاهش در وزن آنان مشاهده می شود (۱۴). البته عوامل دیگری هم چون شدت، مدت تمرینات و تغذیه را نیز می توان از عوامل موثر ذکر کرد.

انعطاف پذیری یکی از عوامل مهم آمادگی جسمانی و سلامتی و عامل تعیین کننده در موفقیت های ورزشی محسوب می شود، این قابلیت حتی در زندگی روزمره یک نیاز مبرم است، زیرا کاهش دامنه حرکتی که از فقدان انعطاف پذیری ناشی می شود، انجام کارها را دشوار می کند، از این رو متخصصان علوم ورزشی انعطاف پذیری را یکی از عمده ترین عوامل تامین کننده تندرستی می شناسند (۱۶). هافمن<sup>۲</sup> در سال ۲۰۰۶، نورم انعطاف پذیری براساس آزمون نشستن و خم شدن را در زنان ۲۹-۲۰ این گونه دسته بندی نمود که رتبه ۱۰ درصدی ۱۰، ۲۰ درصدی ۲۳، ۵۰ درصدی ۲۱ و ۹۰ درصدی ۴۰ سانتیمتر می باشد (۱۷). همان طور که مشاهده می شود، دانشجویان دختر قبل از آغاز پژوهش تقریباً در رتبه ۷۰ درصدی نورم های اروپایی قرار داشتند که پس از اجرای تمرینات به رتبه عالی در نورم مذکور رسیدند. در حالی که میزان انعطاف پذیری دانشجویان پسر در مرحله پیش آزمون بسیار مطلوب بوده است و برنامه تمرینی بر این شاخص معنادار نبوده است.

1. Bassuk  
2. Hoffman

اکسیژن مصرفی اوج<sup>۱</sup> دیگر شاخص مورد بررسی به عنوان معیاری جهانی برای سنجش میزان آمادگی قلبی-تنفسی پذیرفته شده است (۱۸، ۵). نتایج این تحقیق با نتایج رحمانی نیا و همکاران (۱۳۷۹) و مارکیدز<sup>۲</sup> و همکاران (۱۹۹۰) همخوانی دارد (۲۰، ۱۹). رحمانی نیا در تحقیق خود نشان داد شش هفته برنامه ورزشی منتخب موجب افزایش معنادار توان هوازی دانشجویان دختر می‌گردد (۲۰). همچنین مارکیدز و همکاران (۱۹۹۰) در تحقیق خود افزایش ۲۸ درصدی را در طول ۱۲ هفته در متغیر استقامت قلبی تنفسی (دو ۵۴۰ متر) مشاهده کردند (۱۹). با توجه به اطلاعات مندرج در جدول ۴ مشاهده می‌گردد که میانگین نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون این شاخص در هر دو گروه دختران و پسران در آزمون ۱ مایل راه رفتن (آزمون راکپورت) بهبود یافته است و این اختلاف معنی‌دار می‌باشد. این امر نشان می‌دهد که شرکت دانشجویان در واحد تربیت بدنی عمومی می‌تواند باعث افزایش توان هوازی دانشجویان شود.

همچنین تجزیه و تحلیل یافته‌های پژوهش حاکی از افزایش معنی‌دار در چابکی دانشجویان دختر پس از اجرای برنامه تمرینی می‌باشد به عقیده بکیر و نیوتن<sup>۳</sup> (۲۰۰۸)، افزایش چابکی و سرعت تغییر جهت به دو عامل بهبود سرعت و قدرت انقباض عضلانی و افزایش هماهنگی عصب و عضلات مربوط است که تمامی این عوامل تحت تأثیر برنامه تمرینی قرار می‌گیرند؛ اما عدم تغییر معنادار چابکی دانشجویان پسر توجه بیشتر به این گونه تمرینات را در برنامه تمرینی آن‌ها نمایان می‌سازد (۲۱).

در رابطه با میزان پرش عمودی مونتویه (۱۹۸۸) در دسته بندی خود این گونه اظهار داشت که رتبه ۳۰ درصدی برابر با ۳۰ سانتی متر، رتبه ۵۰ درصدی ۲۰ و رتبه ۷۰ درصدی ۳۰ سانتی متر می‌باشد (۱۳). در تحقیق حاضر یافته‌های مربوط به آزمون پرش عمودی دانشجویان دختر در مرحله پیش‌آزمون میانگین ۲۵ سانتی متری را نشان می‌دهد که نمایان‌گر توان نسبتاً پایین آنان در فعالیت‌های انفجاری بوده که پس از اجرای برنامه تمرینی به ۸۰ درصد نورم مذکور رسیده‌اند؛ اما همان‌گونه که نتایج تحقیق نشان می‌دهد میانگین توان بی‌هوازی دانشجویان پسر تغییر معناداری نیافته است که می‌تواند به علت عدم اجرای تمرینات قدرتی با شدت کافی و تأثیرگذار در برنامه تمرینی این افراد باشد.

نتایج این تحقیق نشان داد، در استقامت عضلانی که با آزمون‌های دراز و نشست و شنای

- 
1. VO2max
  2. Makrides
  3. Baker & Newton

سوئدی اندازه گیری گردید، افزایشی در هر دو گروه مشاهده شد. مطالعات متعددی نیز نشان می دهد که قدرت و استقامت عضلانی بر اساس اصل اضافه بار افزایش می یابد (۲۲). شهبازی (۱۳۸۵) نیز در تحقیق خود به بررسی تاثیر ورزش صبحگاهی منتخب بر عوامل آمادگی جسمانی زنان ۳۰-۴۵ ساله شهر همدان پرداخت و نشان داد که اجرای پروتکل تمرین صبحگاهی باعث افزایش در میزان استقامت عضلات شکم، میزان انعطاف پذیری و شاخص توده بدنی گروه فعال گردیده است (۲۳).

در مجموع این مطالعه نشان داد اجرای منظم و سازمان یافته واحد تربیت بدنی عمومی در برخی از شاخص های آمادگی جسمانی و ترکیب بدنی از جمله، استقامت قلبی تنفسی، استقامت عضلات کمر بند شانه ای، استقامت عضلات شکمی پیشرفت قابل ملاحظه ای اعمال کرده است، که این امر اهمیت برنامه ریزی مناسب واحد تربیت بدنی عمومی ۱ و افزایش مشارکت هر چه بیشتر دانشجویان در برنامه های ورزشی را آشکار می نماید

### منابع:

۱. آقا ملک، نسرین، شب خیز، فاطمه، قوجه لی، افسانه. (۱۳۸۰). مقایسه تاثیر دو روش فعالیت بدنی مختلط و هوازی بر میزان افزایش سطح آمادگی جسمانی دختران دانشجوی دانشگاه تهران، حرکت، (۸): ۹۳-۱۰۲.
۲. هزاوه ای، محمدمهدی، اسدی، زهرا، حسن زاده، اکبر، شکرچی زاده، پریش. (۱۳۸۷). مقایسه تأثیر دو روش ارابه واحد درسی تربیت بدنی ۲ بر نگرش و عملکرد مرتبط با فعالیت جسمانی منظم دانشجویان دختر دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، (۱): ۱۳۱-۱۲۱.
3. Dalle, D., & Corbin E. (2000). Physical activity participation of high school graduate following exposure to conceoyual or traditional physical education. Re Q Exerc Sport, 71: 638-644.
۴. فاضلی فر، سعید. (۱۳۸۳). بررسی مقایسه ای وضعیت آمادگی جسمانی دانش آموزان پسر ۱۱ تا ۱۳ ساله شهرستان آمل، حرکت، ۲۸: ۱۲۶-۱۰۷.
۵. عنبری، شاپور، مقدسی، مهرزاد، ترکفر، احمد، رحیمی زاده، اسماعیل، خادمی، یونس. (۱۳۹۱). تاثیر هشت هفته الگوی ورزش همگانی بر آمادگی جسمانی و سلامت عمومی کارمندان مرد، ارمغان دانش (مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی یاسوج)، (۱): ۴۹-۴۰.
6. Kyle, U.G., Shutz, Y., Yves, M., & Pichard, C. (2003). Body composition interpretation: contributions of the fat-free mass index and body fat mass index.

Nutrition, 19(7-8):597-604

7. Lebrun, E.I., Yvonne, T., Frank, H., Huibert, A.P., Diederick, E., & Steven, W.J. (2006). Relations between body composition, functional & hormonal parameters & quality of life in healthy postmenopausal woman. *Maturitas. Maturitas.* 55(1):82-92.
8. Badaruddoza, Kaur, N., & Barna, B. (2010). Inter-relationship of waist-to-hip ratio (WHR), body mass index (BMI) and subcutaneous fat with blood pressure among university-going Punjabi Sikh and Hindu females. *International Journal of Medicine and Medical Science.* 2: 5-11.
9. Bishnoi, D., Kaur, T., & Badaruddoza. (2010). Predictor of cardiovascular disease with respect to BMI, WHR and lipid profile in females of three population groups. *Biology and Medicine,* 2 (2): 32-41.
۱۰. سلامی، فاطمه. (۱۳۸۳). بررسی تغییرات عوامل آمادگی جسمانی، حرکتی در طول نیمسال اول در دانشجویان دختر دانشگاه تربیت معلم، نشریه علوم حرکتی و ورزش، ۴(۱): ۶۰-۴۷.
۱۱. اسدی، محمد حسین، براتی، فرید، بهمنی، بهمن، سیاح، منصور، ۱۳۸۱، بررسی میزان سلامتی عمومی و عزت نفس دانشجویان پسر ورزشکار شرکت کننده در دومین المپیاد ورزشی دانشگاه های علوم پزشکی کشور، مجله طب و تزکیه، ۴۴: ۴۹-۴۳.
۱۲. روحی، بابک، واعظی، نسرین. (۱۳۹۰). آمادگی قلبی-تنفسی، ترکیب بدنی و میزان گرایش به مصرف قلیان در دانشجویان رشته تربیت بدنی، مجله دانشگاه علوم پزشکی اردبیل، ۱۱(۳): ۲۹۱-۲۸۲.
13. Adams, G. (1998). *Exercise physiology: laboratory manual.* WCB McGraw-Hill. pp:150-200
14. Bassuk, S.S., & Manson, J.E. (2005). Epidemiological evidence for the role of physical activity in reducing risk of composition body and cardiovascular disease. *J Appl Physical,* 99(3): 1193-1204.
۱۵. دشتی خویدکی، محمدحسن. (۱۳۸۹). تاثیر برنامه ورزشی منتخب بر روی ترکیبات بدنی و ضریب قلب دانش آموزان پسر ۱۳-۱۱ سال، مجله تحقیقات علوم پزشکی زاهدان، ۱۳(۶): ۴۳-۴۰.
۱۶. علیزاده، محمد حسین، مسیحای، اکبر مجید. (۱۳۸۲). رابطه میان برخی مقادیر آنتروپومتریک و نتایج آزمون های انعطاف پذیری و خمش به پایین و خمش به جلو، المپیک، ۱۱(۳ و ۴): ۱۱۴-۱۰۵.
17. Hoffman, J. (2006). *Norms for Fitness, Performance, and Health.* First edition. *Human Kinetics.* pp: 101-103.
18. Nikolic, Z., & Iick, N. (1992). Maximal oxygen uptake in trained and untrained 15-year-old boys. *Br J Sp Med,* 26: 36-48.

19. Makrides I., Heigen, G., Hauser, J., & Jones, N.L. (1990). High - intensity endurance training in 20 to 30 and 60 to 70 year old health men. *J Appl Physiol*, 69:1792-1798.
۲۰. رحمانی نیا، فرهاد، حجتی، زهرا. (۱۳۷۹). اثر یک برنامه ورزشی منتخب روی ترکیب بدن و توان هوازی دختران دانشجو، حرکت، ۵: ۱۱۹-۱۰۹.
21. Baker, D., & Newton, R. (2008). Comparison of lower body strength, power, acceleration, speed, agility, and sprint momentum to describe and compare playing rank among professional rugby league players. *Journal of Strength & Conditioning Research*, 22(1): 153-158
22. Dencker, M., Thorsson, O., Karlsson, M.K., Lindén, C., Eiberg, S., & Wollmer, P., et al. (2007). Gender differences and determinants of aerobic fitness in children aged 8-11 years. *Eur J Appl Physiol*, 99: 19-26.
۲۳. شهبازی، صغری. (۱۳۸۵). بررسی تاثیر ورزش صبحگاهی منتخب بر عوامل آمادگی جسمانی و برخی فاکتورهای خونی زنان ۳۰-۴۵ ساله شهر همدان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه بوعلی سینا.

**راهنمای اشتراک نشریات علمی - پژوهشی  
پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی**

خواهشمند است قبل از پر کردن برگ درخواست اشتراک به نکات زیر توجه فرمائید:

۱. نشانی خود را کامل و خوانا با ذکر کدپستی بنویسید.

۲. بهای اشتراک سالانه:

- مطالعات مدیریت ورزشی: ۳۰۰۰۰۰ ریال
- فیزیولوژی ورزشی: ۳۰۰۰۰۰ ریال
- مطالعات طب ورزشی: ۱۵۰۰۰۰ ریال
- رفتار حرکتی: ۱۵۰۰۰۰ ریال
- مطالعات روان شناسی ورزشی: ۱۰۰۰۰۰ ریال
- پژوهش در ورزش دانشگاهی: ۱۵۰۰۰۰ ریال

۳. وجه اشتراک را به حساب جاری ۲۱۷۲۲۶۹۰۰۱۰۰۳ بانک ملی شعبه میر عماد کد ۱۸۷ به نام تمرکز وجوه درآمد اختصاصی پژوهشگاه تربیت بدنی و ورزش، و فیش بانکی را به همراه فرم اشتراک به آدرس دفتر نشریه ارسال کنید.

نشانی: مشهد-وکیل آباد ۵۴- نبش بلوار لادن- پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری- دفتر نشریه

کدپستی: ۹۱۷۹۸۹۵۵۱۸ تلفن: ۲-۵۰۲۸۸۴۰-۵۱۱-۰۵۱۱-۵۰۱۴۲۴۹ دورنگار:

پست الکترونیکی: journal@ssrc.ac.ir

**فرم اشتراک نشریات علمی - پژوهشی  
پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی**

نام: ..... نام خانوادگی: ..... تحصیلات: .....

تاریخ شروع اشتراک: ..... از شماره: .....

شغل: .....

نشانی پستی: .....

کدپستی: ..... صندوق پستی: ..... نشانی

الکترونیکی: ..... تلفن: .....

به پیوست رسید بانکی شماره: ..... مورخ: .....

به مبلغ ..... ریال بابت اشتراک یکساله ضمیمه است.

امضاء

تاریخ

**Investigation of the Effects of the Physical Education I Course on the Body Composition Indexes and the Selected Factors of Physical Fitness in Inactive Students of Ferdowsi University of Mashhad**

**M. Moazami<sup>1</sup>, S. Farahati<sup>2</sup>**

**Abstract**

Background & Purpose: with regard to the positive effects of physical activities on body composition and physical fitness, the aim of this study was to investigate the effects of the physical education course on the enhancement of students' physical fitness. Methodology: this is a field semi-experimental research; 191 female and 86 males of inactive students of Ferdowsi University of Mashhad participated in this study. The variables of physical fitness and body composition of the participants were measured in the second week of beginning of university course; then the training program (physical education I course) during the university course, for 14 weeks, was carried out. After the end of the educational program, all the tests were repeated regularly and variables were measured once more. Collected data was analyzed by SPSS-16 software. Results: Findings of this study showed that the weight, body mass index and the ratio of waist to hip in female students decreased significantly. Also it showed that some fitness variables, such as sit-ups and push-ups, improved significantly in both groups. While, the flexibility and agility indexes changed significantly only in female students. Discussion and Conclusion: regular and organized administration of physical education courses can induce the enhancement of physical fitness and body composition of students; this indicated the importance of appropriate planning of physical education courses in universities.

**Keywords:** Physical Education I Course, Body Composition, Physical Fitness, Students.

---

1. University of Ferdowsi, Mashhad, Iran



**The Relationship between Attitude and Orientation to  
Intrapreneurship in Physical Education and sport science  
Faculty's of Iran**

**F. Emami<sup>1</sup>, S. Golzar, P. Alipour**

**Abstract**

The purpose of this study was to investigate the relation between attitude and orientation to intrapreneurship in physical education and sport science faculties of Iran to determine a regression model. (n=188). To achieve the objectives, in this study two questionnaires Marguerite Hill\_Intrapreneurial attitude and intensity indexes, as well the researcher inspected the later questionnaire was used. A demographic questionnaire was made on the research objectives. The instrument of data gathering have prepared some fields caused of question stand able by experts and was possible that we could get in context by Cronbch's alpha. For faculty member's sampling, 124 person were selected with random sampling and fit allocation methods from all colleges. For gathering of data from questionnaires were analyzed through correlation coefficients, analysis of variance, tucky follow up test, regression analysis and kolomogorov-smirnov Z. The results indicated that mean of attitude to intrapreneurship in physical education faculty's was 33.49 (maximum was 50) and mean of Orientation to intrapreneurship was 131.06 (maximum was 300). A positive relation's were found between variety of attitude to intrapreneurship and amount of Orientation to intrapreneurship in physical education and sport science faculties ( $r=0.574$ ,  $p<0.001$ ). In general, these values were the result of inappropriate attitude and low rate of orientation to intrapreneurship in iranian physical education faculty's. Results show attitude to intrapreneurship as a valuable predictor for orientation to intrapreneurship. It was the basis of predictor model.

**Key terms:** Attitude, Orientation, Intrapreneurship, Physical Education Faculty's, Regression Model.

---

1. Pune University, India

**The Effect of Aromatherapy, Massage and Aromatherapy-Massage Methods on Extent of Muscular Pain among Female Aerobic Dancers**

**B. Ghasemi<sup>1</sup>, M.H. Rezvani<sup>2</sup>, M. Arefinia**

**Abstract**

As the effect of Sport on body and mind, in contrast mind and body factors can be affect on sport and performance. Hence, the purpose of this study was to investigation of the effect of aromatherapy, massage and the combination of amotheraphy with massage methods on extent of muscle pain among female aerobic dancers of Esfahan. 32 subjects in convenience sampling selected and assigned to three groups (aromatherapy, massage and those combination). Demographic and mental grading of pain and muscular questionnaires of Talon (2009) were used. Independent and Paired Sample t-test was used to data analyzed. According to findings in pre-test, there was no meaningful differences between three groups in mental grading of pain muscular ( $p < .05$ ). The results of study showed that there was a significant difference in three groups among pre and post-test, except aromatherapy groups. In comparison of between three groups, there were remarkable differences among control with massage and control with those combination groups. Although aromatherapy method can't affect on muscle pain, massage and those combination affects on reduce of muscle pain in female aerobic dancers. Therefore, for reduce of muscle pain recommended massage and those combination after exercising.

**Keywords:** Aromatherapy, Massage, Aromatherapy-Massage, Muscular Pain.

---

1. Shahrekord University  
2. Shahrood University

**The Investigation of Hindering Factors Involved in Collaboration among Gifted Girl Students in Sport Activities based on Individual Traits and Giftedness.**

**M. Gholampour<sup>1</sup>, B. Behzadnia, R. Tarighi**

**Abstract**

Nowadays, planning leisure time during schooling period (throughout education) has turned into a continuous and pandemic process in almost all countries in the world. All over the various methods are devised in order for the progress and development of a young and healthy societies. The present study investigated factors that hinder gifted students to collaborate in university-based sport activities. The method is descriptive-analytic in nature-part of a field study. The participants are all gifted girl students at university in 1389 (N=300). 251 were gifted accidentally chosen based on their attendance in the first gifted symposium. A questionnaire contained the hierarchy of hindering factors within leisure time, was used as the instrument. The questionnaire was categorized in the three categories: personal, interpersonal, and structural reasons. The aim of this study was to come to know the hindering factors among gifted students, consequently, the three pecking orders are investigated: based on the extent of collaboration of each individuals. The results of the study showed that personal reasons were the most important reasons among the hindering factors. Interpersonal and structural factors were in the second and third place of important. The obtained results confirmed the order of hindering factors in the three fold models.

**Keywords:** Leisure time, University Sport, Gifted Students, Hindering Factors.

---

1. Mazandaran University

## **Principles of Distributive Justice and the Exercise of Academic**

**M. Talebpour<sup>1</sup>, M. Raanaee**

### **Abstract**

University sport have in fact station of peace club of student and collegiate physical and psychological. There fore correct apply distributive justice and it's principles (sub rules) in the achievement of effectiveness to organizational goals in this sensitive environment could be very importance. This study examined distributive justice and it's principles in Iran's university sport. countries universities sport categorized in three levels of chairs of association, offices of physical education`s administrators and universities experts of sport that examined and resulted distributive justice and it's principles. Cases of statistic was inclusive 218 persons in the three levels of chairs of association (45) offices of physical education`s administrator (58) ` university's experts of sport (115). Research instrument is organizational justice questionnaire that per of researcher developed in sport and its validity upholder by 10 persons of expert of sport management and its reliability for distributive justice 63% (63 percent). In part of descriptive statistic means, S.D (standard deviation) and in part of inferential from Kroschal Valis, u – Man Whitney Tests was used. Results showed that in the field of tendency of chairs of association, offices of physical education`s administrator and university's experts of sport toward principle of distributive justice (fairness, quality and need) there exists meaning difference ( $p = 0/000$ ) in the other word ` three groups meaning full rather principle of equality to other distributive principles. Also in the field of tendency of men and women in the principle of distributive justice there exists meaning difference.

**Key Word :** Distributive Justice, Fairness, Equality, Need.

---

1. University of Ferdowsi

**Relationship between the Basic Elements of the Stankosky's  
Model Knowledge Management and Knowledge Sharing from the  
Managers' ViewPoint Administrations of Physical Education  
University Across the Iran**

**M. Raiesi, A. Khademlu<sup>1</sup>, H. Taheri<sup>1</sup>**

**Abstract**

The aim of this study was determine Relationship between basic elements of the Stankosky's model Knowledge Management and knowledge sharing from the Managers' viewpoint administrations of Physical Education university across of Iran. Method of this research is descriptive – surveying and sampling size was 54 individuals. Data of the research has collected in field method by means of a questionnaire of personal characteristics, questionnaire knowledge management (Andam, 1387) . For content validity used sport management professors and internal reliability of the questionnaire using through Cronbach's Coefficient test for knowledge management questionnaire ( $r = 0/90$ ) calculated. For the analyzing was used of Kolmogorov-Smirnov test, and then multi-variants regression, Pearson & Spearman Correlation etc. The results showed that there was significant relationship between the basic elements of knowledge management and knowledge sharing in the administrations; the multivariate regression results showed that % 0/504 of the variance in knowledge sharing is related to knowledge management and organization has the greatest importance impact in prediction of knowledge sharing .

**Key Words:** Basic Elements of the knowledge Management, Stankosky's Model, Knowledge Sharing, Managers' Physical Education University.

---

1. University of Ferdowsi

**Relationship between Leadership Style of Coaches with Satisfaction of Players, Case Study: 11 Sport Olympiad of Iran Universities**

**M. Dousti<sup>1</sup>, A. Moslehi<sup>2</sup>**

**Abstract**

The purpose of this study was to investigate of relationship between leadership style of coaches with satisfaction of players in Eleventh sport Olympiad of Iran Universities. The present study was a descriptive research; statistical population of this investigation were 288 athletes that selected on the base of Cochran formula for sampling. Research tools were included the leadership style questionnaire (Chelladurai, 1980) and player's satisfaction questionnaire (Chelladurai & Riemer, 1988). By used Cronbach's alpha test the internal reliability of the leadership style and players satisfaction questionnaires were found to be 0.79 and 0.81, respectively. For data analyzing used of descriptive statistical such as mean, standard deviation and for inferential statistical was used of Friedman and First - Confirmatory factor analyze. The results show that in this study there is significant relationship between leadership styles of coaches with satisfaction of players. According to the influence of leadership style on satisfaction of the players, coaches should be have special attention her or his leadership style.

**Key words:** Leadership Style, Coaches, Satisfaction of Players, Olympiad, Sport.

---

1. University of Mazandaran

2. Islamic Azad University Science and Research Ayatollah Amoli Branch

## **Investigation of Relationship Individual Skills of Time Management with Organizational Skills Among Sports Manager of Universities of Iran**

**M. Masiha, M. Khabiri<sup>1</sup>, R. Ghasemnejad**

### **Abstract**

The aim of this study was to investigate the relation between personal skills and organizational skills in time management of physical education directors in Iranian universities. All physical education directors and vice directors of universities of Iranian Ministry of Science, Research and Technology (MSRT) considered as statistical population (120 subjects). 120 physical education directors and vice directors were selected from all 60 MSRT universities by accountability sampling method. In order to collecting data a two sectional questionnaire was used. Which its first section consisted of two subsections. The first subsection included personal information and academic background and the second subsection included directors personal skills in time management. The results showed that there was a significant differences between personal skills in time management and organizational skill factors between physical education directors. There was a significant differences between personal skills in time management with organizational skills factors like physical education directors' skill of prioritizing goals activities and skills of communication management. There was not a significant differences between physical education directors' personal skills in time management with other organizational skills factors like goals setting skill, operational programming, delegating and managing meetings. There were not a significant difference between physical education directors' personal skills and organizational skills in time management with their demographic features like sex, marriage status, age, educational qualification, job and management background.

**Keywords:** Time Management, Personal Skills in Time Management, Organizational Skills in Time management, Physical Education Directors of Universities.

---

1. Tehran University

**The Relationship Between Participation in Leisure Time Physical Activities and Quality of Life in University Students of Mazandaran Province**

**S. E. Hoseini<sup>1</sup>, A.M. Safania, M. Yamini firouz**

**Abstract**

Sports and leisure physical activities as an important factors in student are Wide range that have a very important role in the development of internal talent And the means to achieve physical and mental health and quality improvement in the lives of the students will follow. The aim of this study was to investigate the relationship between participation in leisure time physical activities and quality of life in university students of mazandaran province. This research methods was descriptive, correlation and practical. Statistical populations present in this study were all students of mazandaran university (students in student dormitories) and shomal university students that in time of doing research were 8404 students. who had number of sample by used Morgan table determined 368 students and were selected by used random sampling method. The data for gathering tools is composed of two physical activity questionnaires Sharkly (SHARKLY) and quality of life (WHOQOL-BREF). For analysis of data according to Kolmogrof Smirnov test, Spearman Correlation Coefficient test in significant level of  $\alpha= 0/05$  used. The results showed that there is a significant positive relationship between the components of physical activity and quality of life (physical health, psychological state, social relationships and environment domains). The results also showed that, there is a significant positive correlation between the students' participation in physical activities and quality of life ( $p=0/0001$ ,  $r=0/219$ ). In general, the findings showed that physical activities can be effective in improving the quality of life for students. Thus providing sports and recreational facilities for students in universities should be considered by the authorities to encourage students to become more physical activities.

**Keywords:** Physical Activity, Leisure Times, Quality of Life, Student at Mazandaran University, University of North.

---

1. Shahid Beheshti University



## **A Review of the Existing Performance Evaluation System of the Physical Education and Extracurricular Offices of Universities Using EFQM**

**A. Abtahinia<sup>1</sup>, S.O. Mirkazemi<sup>1</sup>, M. Keshtidar<sup>1</sup>**

### **Abstract**

The present study aim at the review of the existing system for the performance evaluation of physical education and extracurricular offices of universities used European Foundation for Quality Management(EFQM) framework. The research use a descriptive-analytical method, with the data gathered from field. The population contain all managers of physical education offices of universities, university faculty members, and the evaluator of the physical education headquarters of the Ministry of Science, Research and Technology out of which 87 people were purposefully selected in Survey step for evaluation mode, and 25 ones in Delphi evaluation process for criteria review on the basis of level of education and job experience. The instrument of research was composed by researcher and content validity were approved by a group of professors and their validities by Chronbach's Alpha Coefficients( $\alpha=89\%$  &  $\alpha=76\%$ ) respectively. Findings: the participants were relatively satisfied with evaluation mode, considering the validity and reliability of the questionnaire necessary for evaluating improvement. The scholars, after two levels, came to an agreement in Delphi step( $W=0.707$ ) and declared the participant students ratio for intra-university sport events the most important criterion, while the launched research plan numbers the least important one for performance evaluation. They deemed adding the criteria of sports space per capita and proportion of cost allocation of development finance to total number of students necessary, and demanded a change in points for each EFQM aspects. The changes of criteria and estimation of EFQM questionnaire function was the most significant of resaerch results in that show in real function of EFQM questionnaire will evaluate performance.

**Keywords:** Delphi, Performance Evaluation, Physical Education Offices in Universities.

---

1. Birjand University



## Table of Contents

- **A Review of the Existing Performance Evaluation System of the Physical Education and Extracurricular Offices of Universities Using EFQM .....7**  
A. Abtahinia, S.O. Mirkazemi, M. Keshtidar
- **The Relationship between Participation in Leisure Time Physical Activity and Quality of Life in University Students of Mazandaran Province .....8**  
S. E. Hoseini, A.M. Safania, M. Yamini frouz
- **Investigation of Relationship Individual Skills of Time Management with Organizational Skills among Sports Manager of Universities of Iran .....9**  
M. Masiha, M. Khabir, R. Ghasemnejad
- **Relationship between Leadership Style of Coaches with Satisfaction of Players Case study: Eleventh Sport Olympiad of Iran Universities..... 10**  
M. Dousti, A. Moslehi
- **Relationship between the Basic Elements of the Stankosky's Model Knowledge Management and Knowledge Sharing from the Managers' Viewpoint Administrations of Physical Education University across the Iran ..... 11**  
M. Raiesi, A. Khademlu, H. Taheri
- **Principles of distributive justice and the exercise of academic .....12**  
M. Talebpour, M. Raanaee
- **The Investigation of Hindering Factors Involved in Collaboration among Gifted Girl Students in Sport Activities Based on Individual Traits and Giftedness.....13**  
M. Gholampour, B. Behzadnia, R. Tarighi
- **The Effect of Aromatherapy, Massage and Aromatherapy-Massage Methods on Extent of Muscular Pain among Female Aerobic Dancers ..... 14**  
B. Ghasemi, M.H. Rezvani, M. Arefinia
- **The Relationship between Attitude and Orientation to Entrepreneurship in Physical Education and Sport Science Faculty's of Iran .....15**  
F. Emami, S. Golzar, P. Alipour
- **Investigation of the Effects of the Physical Education I Course on the Body Composition Indexes and the Selected Factors of Physical Fitness in Inactive Students of Ferdowsi University of Mashhad.....16**  
M. Moazami , S. Farahati

## Research on University Sports

- **Chairman Manager:** Mahdi Talebpour (Ph.D)
- **Editor in Chief:** Mohammad Keshtidar (Ph.D)
- **Managing Director:** Mohammad Gholampour
- **Executive Director:** Behzad Behzadnia
- **Literary Editor:** Bahare Fazli Darzi
  
- **Editorial Board:**
  - ✓ Hasan Asadi (Assistant. Prof., Tehran University; Sport management)
  - ✓ Mohammad Esmail Afzalpour (Assistant. Prof., Birjand University; Sport Physiology)
  - ✓ ValiAllah Dabidi Roshan (Professor., Mazandaran University; Sport Physiology)
  - ✓ Reza Rajabi (Professor., Tehran University; Sport Medicine)
  - ✓ Farhad Rahmani Nia (Professor., Guilan University; Sport Physiology)
  - ✓ Mohammad Hossein Razavi (Assistant. Prof., Mazandaran University; Sport management)
  - ✓ Mahdi Talebpour (Assistant. Prof., Ferdowsi Mashahad University & Sport Sciences Research Institute; Sport management)
  - ✓ Mehrdad Anbarian (Assistant. Prof., Bu Ali Sina University; biomechanic)
  - ✓ Abolfazl Farahani (Professor., PayameNoor University; Sport management)
  - ✓ Mohammad Keshtidar (Assistant. Prof., Birjand University; Sport management)
  - ✓ Habib Honari (Assistant. Prof., Allame Tabatabaee University& Sport Sciences Research Institute; Sport management)

ISSN 2345-3519

Volume1, Winter 2013

- **Address: Research on University Sport at Department of Physical Education, Student Affair Organization. Shahid Mosavi St. Ferdowsi Square. Tehran - I.R.Iran**

Postal Code: 15819-44734

Tel: 021-96664363

Fax: 021-88832098

E-mail: [uss@ssrc.ac.ir](mailto:uss@ssrc.ac.ir)

Website: [www.ssrc.ac.ir](http://www.ssrc.ac.ir)

Website: [www.uso.saorg.ir](http://www.uso.saorg.ir)

# **Research on University Sports**

**One Year, No 1**

**Winter 2013**



**In The Name of God**