



Original Article

Identifying Facilitating and Limiting Factors Students' Hate of Sports

Mohammad Rahimi¹ , Reza Aminzadeh² , Saeid Ahar^{3*} , Sahar Pirjamadi⁴ 

1. Department of Sport Management, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, University of Payame Noor, Tehran, Iran
2. Department of Sport Management, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, University of Imam Reza International, Mashhad, Iran
3. Department of physical education and Sport sciences, Yazd university, Yazd, Iran
4. Faculty of Physical Education and Sport Sciences, University of Allameh Tabataba'i, Tehran, Iran.

Received: 07/05/2024, Revised: 04/11/2024, Accepted: 10/11/2024

Abstract

Purpose: This study was conducted with the purpose of identifying the causes of students' Hate and Practice of Sports. The purpose of the research was applied and exploratory research.

Methods: theoretical saturation was achieved with 21 experts in a purposeful judgment and using in-depth and semi-structured interviews. The data was collected using an exploratory approach through the identification process and its analysis using the qualitative software MAXQDA. Also, the validity of the research was taken into consideration by using things such as the accurate selection of samples, simultaneous data collection and analysis, and consistency in the research methodology, and the repeated reliability of the test was used.

Results: According to the findings of the research, the elements of perception of sports, religious beliefs, behavioral-ethical elements of students, strategic planning, sports culture, educational weakness, infrastructures, facilitating access were known as facilitating factors of students' dislike of sports. Also, spatial-spatial elements, use of knowledge, social elements, knowledge of practical science, moral-professionalism of the teacher or trainer, psychological needs and schemas, knowledge and talent, individual experiences and interests, and extra-personal experiences of students are among the limiting factors of knowledge aversion. Students were recognized for sports.

Conclusion: The current research emphasizes on the factors of personal beliefs, system elements, structural-environmental elements, institutional factors, factors related to the teacher or coach, factors related to the individual and past experiences in preventing students from hating sports. **Keywords:** Culture building, Hate sports, Sports facilities, Strategic Planning, Student.

* Corresponding Author: Saeid Ahar, E-mail: saeid.ahar@yazd.ac.ir

How to Cite: Rahimi, M., Aminzadeh, R., Ahar, S., Pirjamadi, S. Identifying Facilitating and Limiting Factors Students' Hate from Sport. *Sports Psychology*, 2025; 17(2): 144-164. In Persian



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Extended Abstract

Background and Purpose

Engaging in sports activities and paying attention to one's physical health can enhance the quality of learning for students (4). While student-athletes may have various motivations for participating in sports activities, many factors can also diminish their motivation for continuous involvement in sports, eventually leading to their withdrawal from such activities (5). Children and adolescents are drawn to sports for various reasons and to fulfill different needs; however, excessive involvement in sports, alongside the psychological pressures and stress that often accompany it, can lead to adverse psychological outcomes, performance deterioration, and ultimately, withdrawal from sports (6). One of the contributing factors to this withdrawal is the phenomenon of "sports aversion." Aversion is a form of emotional response, and the reactions experienced due to feelings of aversion are consistently accompanied by unpleasant emotional states. In psychology, aversion is defined as a general feeling of disgust and a desire to eliminate something perceived as contaminated, corrupt, and so on (7).

Research has shown that one-third of student-athletes between the ages of 10 and 17 have discontinued the sports in which they had been participating. This rate peaks between the ages of 15 and 17 and is more prevalent among girls than boys. Although the reasons for withdrawing from sports differ across various studies, some common factors include a preference for other activities, lack of enjoyment or satisfaction, limited success or progress, infrequent competition participation, excessive competitive stress, burnout, and dissatisfaction with coaches and training programs (19, 20). Therefore, considering the issue of sports aversion and its significance for the growth of sports in various dimensions, particularly during adolescence, and

acknowledging that educational systems are responsible for students' performance and sports development, as well as the nation's focus on preserving athletic talent, this study seeks to examine the question: What are the facilitating and inhibiting factors contributing to students' aversion to sports

Materials and Methods

The research employed a qualitative methodology, categorized as exploratory research, utilizing the survey method for data collection. In terms of purpose, it falls within the scope of applied research. The study's population included physical education teachers, physical education experts from the Tehran Department of Education, secondary school students in Tehran with a history of championship-level participation, faculty members specializing in sports management, and sports coaches. Given the unlimited nature of the population, interviewees were selected based on the criteria of having at least five years of work experience and a minimum of two research articles related to the subject of the study. It is noteworthy that part of the sample consisted of students with a history of sports championships who had quit sports within the past three years, having lost their desire and motivation to participate in competitions or engage in sports, and who were between 13 and 19 years old at the time they stopped participating in sports.

The sampling was conducted through purposive judgmental sampling, and theoretical saturation was achieved after 21 interviews. Following the interviews, the data were analyzed and categorized using open coding (verbal statements), axial coding (concepts), and selective coding (general categories). Facilitating and inhibiting factors contributing to students' aversion to sports were identified and categorized using the qualitative analysis software MaxQDA Pro.

Results

In the present study, a total of 228 initial open codes were extracted. After summarizing, integrating, and merging the codes that shared semantic and conceptual similarities, a total of 129 open codes were identified. These factors were categorized into 17 concepts (axial codes) and further grouped into 7 general categories (selective codes). According to the findings of the research, the elements of perception of sports, religious beliefs, behavioral-ethical elements of students, strategic planning, sports culture, educational weakness, infrastructures, facilitating access were known as facilitating factors of students' dislike of sports. Also, spatial-spatial elements, use of knowledge, social elements, knowledge of practical science, moral-professionalism of the teacher or trainer, psychological needs and schemas, knowledge and talent, individual experiences and interests, and extra-personal experiences of students are among the limiting factors of knowledge aversion. Students were recognized for sports.

Conclusion

If physical education in Iranian schools aims to play a central role in promoting individual health and serve as a foundation for competitive sports, it must move beyond its traditional approach and rethink its programs and structure with a fresh perspective. It is essential to examine all the facilitating and inhibiting factors that may contribute to students' aversion to sports. By identifying these factors, efforts can be made to create conditions that encourage all students to participate in physical activities, guiding them toward an active lifestyle. This would help ensure a future society that is vibrant, healthy, and strong.

Given that physical education plays a significant role in enhancing adolescents'

physical activity and improving public health, and considering the factors identified in the present research, it is recommended that parents guide their children toward sports based on their interests and talents. This approach would protect children and adolescents from the risks of burnout and sports aversion. Furthermore, due to the psychological sensitivities and developmental stages of this age group, experienced and well-trained teachers should be employed.

Physical education teachers should organize the content of activities in ways that facilitate student participation. Teachers can increase students' effort, individual progress, and engagement in learning activities by diversifying physical skills, providing more feedback, and offering greater praise and encouragement. Every positive experience in sports should be recognized and celebrated. Teachers can foster positive sports experiences by encouraging student-athletes, valuing their opinions, fostering a sense of pride through their achievements, and rewarding their successes. To this end, students' ideas, suggestions, and criticisms should be taken into account. Establishing effective communication channels with students, creating opportunities for their growth, and assisting them in overcoming challenges can significantly reduce their aversion to sports.

Funding

This study received no funding from public, commercial, or nonprofit organizations.

Authors' Contributions

All authors have participated in designing, implementing and writing all parts of the present study.

Conflicts of Interest

The authors declared no conflict of interest.

Acknowledgement

We sincerely thank all the students who collaborated in this research.



نوع مقاله: پژوهشی

شناسایی عوامل تسهیل‌گر و محدود‌کننده تنفر دانش‌آموزان از ورزش

محمد رحیمی^۱ , رضا امین زاده^۲ , سعید آهار^{۳*} , سحر پیرجمادی^۴ 

۱. گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.
 ۲. گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی و تندرستی، دانشگاه بین‌المللی امام رضا (ع)، مشهد، ایران.
 ۳. گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه یزد، یزد، ایران.
 ۴. گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.
- تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۲/۱۸، تاریخ اصلاح: ۱۴۰۳/۰۸/۱۴، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۸/۲۰

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف شناسایی عوامل تسهیل‌گر و محدود‌کننده تنفر دانش‌آموزان از ورزش انجام شد.

روش‌ها: هدف پژوهش کاربردی و از نوع پژوهش‌های اکتشافی بود. بدین‌منظور با ۲۱ نفر از صاحب‌نظران به‌صورت قضاوتی هدف‌مند و با استفاده از مصاحبه‌های عمیق و نیمه‌ساختارمند اشباع نظری حاصل شد. داده‌ها با استفاده از رویکرد اکتشافی از طریق فرآیند شناسه‌گذاری و تحلیل آن با استفاده از نرم‌افزار کیفی مکس کیودی‌ای انجام شد. همچنین اعتبار پژوهش با استفاده از مواردی نظیر انتخاب دقیق نمونه‌ها، جمع‌آوری و تحلیل همزمان داده‌ها و انسجام در روش‌شناسی پژوهش مورد توجه قرار گرفت و از پایایی بازآزمون استفاده گردید.

یافته‌ها: براساس یافته‌های پژوهش عناصر ادراک از ورزش، باورهای اعتقادی، عناصر رفتاری- اخلاقی دانش‌آموزان، برنامه‌ریزی استراتژیک، فرهنگ ورزش، ضعف آموزشی، زیرساخت‌ها، تسهیل دسترسی از جمله عوامل تسهیل‌گر تنفر دانش‌آموزان از ورزش شناخته شدند. همچنین عناصر فضایی- مکانی، استفاده از دانش، عناصر اجتماعی، دانش علم تمرین، اخلاقی- حرفه‌ای معلم یا مربی، نیازهای روانی و طرحواره‌ها، دانش و استعداد، تجربیات و علایق فردی و تجربیات برون فردی دانش‌آموزان از جمله عوامل محدود‌کننده تنفر دانش‌آموزان از ورزش شناخته شدند.

نتیجه‌گیری: پژوهش حاضر بر توجه به عوامل باورهای شخصی، عناصر سیستمی، عناصر ساختاری- محیطی، عوامل نهادی، عوامل مرتبط با معلم یا مربی، عوامل مرتبط با فرد و تجارب گذشته در جلوگیری از تنفر دانش‌آموزان از ورزش تأکید دارد.

واژه‌های کلیدی: اماکن ورزشی، برنامه‌ریزی استراتژیک، تنفر از ورزش، دانش آموز، فرهنگ سازی.

* Corresponding Author: Saeid Ahar, E-mail: saeid.ahar@yazd.ac.ir

How to Cite: Rahimi, M., Aminzadeh, R., Ahar, S., Pirjamadi, S. Identifying Facilitating and Limiting Factors Students' Hate from Sport. *Sports Psychology*, 2025; 17(2): 144-164. In Persian



مقدمه

در حال حاضر فعالیت بدنی یکی از اهداف مهم دولت‌ها و خانواده‌ها به‌منظور سلامت عموم جامعه است. نتایج تحقیقات نشان می‌دهد فعالیت بدنی در کودکان و نوجوانان می‌تواند با منافع سودمندی همچون بهبود عزت‌نفس، تعامل اجتماعی، کاهش علائم افسردگی و بهبود سلامت روانی- اجتماعی همراه باشد (۱). حضور تاریخی تربیت‌بدنی در برنامه‌های درسی مدارس گویای این حقیقت است که تربیت‌بدنی به‌عنوان یک فعالیت آموزشی و پرورشی اهمیت یافته است (۲). آموزش و پرورش یکی از بزرگ‌ترین سازمان‌های اجتماعی- فرهنگی است که از نظر تربیتی، آموزشی و فرهنگی باید جایگاه ویژه‌ای را برای برنامه‌های تربیت حرکتی و ورزش در نظر بگیرد (۳). دانش آموز با پرداختن به فعالیت‌های ورزشی و توجه به سلامت جسمانی خویش می‌تواند باکیفیت بهتر به امر یادگیری بپردازد (۴). همان‌گونه که دانش‌آموزان ورزشکار انگیزه‌های متفاوتی برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی دارند، اما عوامل بسیاری هم ممکن است، سبب کاهش انگیزه آن‌ها برای شرکت مستمر در ورزش شده و نهایتاً به ترک ورزش منجر شود (۵). کودکان و نوجوانان به دلایل مختلف و برای رفع نیازهای گوناگون به محیط ورزشی روی می‌آورند اما درگیری زیاد این نوجوانان و جوانان در ورزش و همزمان در کنار آن فشارهای روانی و استرس ناشی از آن، اغلب پیامدهای مضر روانی و در

نتیجه تخریب عملکرد و در نهایت کناره‌گیری از ورزش را به‌دنبال دارد (۶). ازجمله این عوامل، پدیده‌ی تنفر از ورزش است. نفرت یک شکل از احساسات و هیجانات است و واکنش‌هایی که در اثر احساس نفرت تجربه می‌شوند، همیشه با حالات عاطفی غیر خوشایند همراه هستند. در روانشناسی نفرت به‌عنوان احساس کلی انزجار و تمایل به خلاص شدن از شر چیزی آلوده، فاسد و... تعریف می‌شود (۷). تنفر از ورزش نیز به کلیه احساسات و عواطف منفی برگرفته از عوامل بیرونی و درونی در فرد به واسطه حضور در ورزش و محیط ورزشی گفته می‌شود (۸). بر اساس الگوی شناختی- عاطفی اسمیت، زمانی که بازیکن به این نتیجه می‌رسد که درخواست‌های بیرونی بیشتر از توانایی‌اش است و چنین تصور می‌کند که نمی‌تواند با استرس‌های ناشی از این درخواست‌ها مقابله کند، عملکرد شناختی و فیزیولوژیک او مختل شده و نهایتاً برای کاهش استرس خود، از ورزش کناره‌گیری می‌کند (۹). انوکسن و همکاران (۲۰۱۱) دلایل ترک ورزش را در پنج مقوله تقسیم بندی کرد: ۱- عوامل آموزشی و عملکردی، ۲- الزامات کاری و تحصیلی، ۳- جنبه‌های انگیزشی، ۴- محیط اجتماعی و ۵- انتخاب فعالیت‌های تفریحی دیگر (۱۰). پاتن و همکاران (۲۰۱۸) درک تلاش ورزشی، تفاوت‌های بین فردی، تغییرات موقعیتی و ابعاد انگیزشی و عاطفی را از عوامل مؤثر بر خستگی از ورزش نام بردند (۱۰).

افزایش لذت از فعالیت بدنی در دانش آموزان و ادامه دادن فعالیت در آنان می‌شود (۱۶). عبدالهی و همکاران (۱۴۰۰) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که تنفر از برند ورزشی به‌طور معناداری بر اجتناب از برند، کاهش/توقف حمایت، تبلیغات منفی دهان به دهان، شکایت از برند و انتقام از برند تأثیر مثبت دارد (۱۷). نتایج تحقیق عبدالشاهی و همکاران (۱۴۰۳)، نشان داد که معلمان و مربیان تربیت بدنی باید بر اهمیت رشد و بهبود ارتباطات چندبعدی خود با دانش‌آموزان تأکید داشته باشند که موجب افزایش انگیزه شرکت در فعالیت‌های ورزشی بیشتر توسط دانش‌آموزان شود (۱۸).

بررسی پیشینه‌ها نشان می‌دهد علی‌رغم مطرح بودن تنفر از ورزش در دهه‌های اخیر به‌عنوان یک موضوع جهانی و جایگاه بالای ورزش در زندگی تربیتی و سلامتی دانش‌آموزان؛ اما تاکنون پژوهشی با این عنوان در سطح کشور به انجام نرسیده است و اندک پژوهش‌های انجام شده به بررسی دلایل ترک ورزش و تنفر از برند ورزشی پرداخته‌اند. این خلأ در مطالعات خارجی در حوزه ورزش دانش‌آموزان نیز مشهود است. لذا در پژوهش‌های انجام شده؛ عوامل تسهیل‌گر و محدودکننده تنفر دانش‌آموزان از ورزش ارائه نشده و سازوکار پشت پرده ظهور افت عملکرد مشخص نگردیده است. بنابراین تحقیقات بیشتری لازم است تا رویکردهای تشخیصی و بازتوانی مبتنی بر شواهد در اختیار متخصصان قرار گیرد. از طرفی اکثر

چاکراوانن و همکاران (۲۰۱۹) علل خستگی از ورزش را عوامل مربیگری و حمایت، کمک خارجی برای ورزشکار (از نظر تغذیه، تکنیک ورزشی، تاکتیک و تمرین) نام بردند (۱۱). یافته‌های فریکل و همکاران (۲۰۲۰) حاکی از آن است که لازم است برنامه‌هایی شامل اطلاعات، مشاوره انگیزشی و آموزش فردی برای غلبه بر خستگی و جلوگیری از ترک ورزش ارائه شود (۱۲). مطالعه هارتیکاینن و همکاران (۲۰۲۱) نشان داد که توجه به فضای ورزشی مناسب در مدارس فرصت‌هایی را برای دانش‌آموزان اروپایی فراهم کند تا رفتار کم‌حرکی را در ساعات مدرسه کاهش دهند (۱۳). در پژوهشی دیگر اسپدالن و سیپل (۲۰۲۲) وضعیت اجتماعی-اقتصادی، قومیت، جنسیت، کمبود مهارت‌های ورزشی، دلسردی از والدین و هزینه‌های ورزشی را از مهم‌ترین دلایل ترک ورزش نام بردند (۱۴). نتایج بابایی زارچ و صالحی (۱۳۹۹) حاکی از آن است که موانع انگیزشی مشارکت در ورزش در کودکان و نوجوانان شامل عوامل مؤثر در حوزه بازدارنده‌های شخصی شامل: نداشتن استعداد و پیشرفت نکردن، لذت نبردن از شرکت در ورزش و آسیب‌های ورزشی و عوامل مؤثر در حوزه بازدارنده‌های محیطی شامل: نبود فرهنگ ورزشی؛ کمبود امکانات و مشکلات اقتصادی، حمایت نداشتن آینده بود (۱۵). مطابق یافته‌های تحقیق صبری و همکاران (۱۴۰۰)، ارتباطات، چالش‌ها و سرگرم‌کننده بودن فعالیت بدنی موجب

ورزشی می‌شوند. فشار شدید تمرینی برای مسابقات ورزشی، خواسته‌های ورزشکاران نوجوان در سن حساس و عدم کنترل بر موانع توسعه برای آنها هویت طبیعی افراد ورزشکار در سنین حساس را دچار مشکل می‌کند، در نتیجه در برخی موارد ورزشکاران هویت‌های جایگزین را پیگیری کرده و می‌خواهند هویت‌هایی را داشته باشند که می‌توانند کنترل بیشتری بر زندگی آنها داشته باشد. در نتیجه این امر منجر به تنفر و ترک ورزش از سوی دانش آموزان ورزشکار می‌شود.

لذا از آنجا که تربیت‌بدنی و ورزش یکی از قوی‌ترین نهادهای تأثیرگذار در فرهنگ جامعه ملل محسوب می‌شود و میزان فعالیت‌بدنی در کودکان و نوجوانان با دوران بزرگسالی آنها مرتبط گزارش شده است. اما علی‌رغم همه این شواهد، همچنان ورزش دانش‌آموزی با کاستی‌های فراوانی روبروست و به نظر می‌رسد این درس در مدارس در خطر قرار دارد. از سوی دیگر با توجه به اشاعه روزافزون ورزش در سطح جامعه و همچنین ضرورت توسعه ورزش در بخش‌های همگانی، قهرمانی و حرفه‌ای به نظر می‌رسد ورزش دانش‌آموزی نقش بسیار تعیین‌کننده‌ای در پشتوانه سازی ورزش‌های همگانی، قهرمانی و حرفه‌ای دارد. از طرفی از آن جا که بروز نشانگان تنفر از ورزش در دانش آموزان می‌تواند به شکلی زودرس دوره قهرمانی یک ورزشکار را کوتاه کند یا به آن خاتمه دهد، بنابراین پیشگیری و شناسایی عوامل تسهیل‌گر و

تحقیقاتی که تاکنون در زمینه‌ی ورزش کودکان و نوجوانان در کشور ما انجام شده است، تمایل به استفاده از رویکردهای کمی و سؤالات از پیش تعیین شده در مورد نگرش و عقاید افراد در مورد ورزش و فعالیت‌های بدنی و در نتیجه توجه کمتر به رویکردهای کیفی در این حوزه داشته‌اند. بنابراین یک رویکرد جایگزین که بتواند دلایل را از زبان خود افراد بیان کند ضروری به نظر می‌رسد. در نتیجه، به نظر می‌رسد در این حوزه، یک خلأ پژوهشی وجود دارد و انجام پژوهش در راستای شناسایی عوامل تسهیل‌گر و محدود کننده تنفر دانش آموزان از ورزش از اهمیت بالایی برخوردار است.

پژوهش‌ها نشان داده‌اند که یک سوم دانش آموزان ورزشکار در بین سنین ۱۰ تا ۱۷ سالگی، ورزشی که در آن مشارکت داشته‌اند را رها کرده‌اند. این میزان در حدود سنین ۱۵ تا ۱۷ سالگی به اوج خود رسیده و در دختران بیش تر از پسران بوده است. اگرچه، دلایل ترک ورزش در بین پژوهش‌های مختلف متفاوت بوده است؛ اما تعدادی از دلایل مانند علاقه به فعالیت‌های دیگر، کمبود تفریح و رضایت، کمبود موفقیت یا پیشرفت، کم شرکت کردن در رقابت، استرس رقابتی بیش از حد، دلزدگی و نارضایتی از مربی و برنامه در غالب گزارش‌ها به چشم می‌خورد (۱۹ و ۲۰). از طرفی بر اساس نتایج پژوهش‌های انجام شده؛ سازمان‌های اجتماعی ورزش با عملکرد بالا مانند آموزش و پرورش و مدرسه، باعث بروز فرسودگی

را ترک کرده و میل و رغبت خود را به شرکت در مسابقات و انجام ورزش از دست داده بودند و در زمان ترک ورزش بین ۱۳ تا ۱۹ سال داشتند. نمونه‌گیری به صورت قضاوتی هدف‌مند انجام شد که با ۲۱ مصاحبه، اشباع نظری حاصل شد.

ابزار گردآوری داده‌ها

ابزار پژوهش، مصاحبه عمیق و نیمه ساختاریافته بود. ساختار، دسته بندی و سوالات مصاحبه‌ها به شرح زیر می‌باشند که با توجه به فرد مصاحبه شونده (مربی، معلم یا دانش‌آموز متفاوت بودند)

۱. ادراک و نگرش شخصی نسبت به ورزش
 - چه احساسی نسبت به ورزش دارید و چگونه این احساسات شکل گرفته‌اند؟
 - به نظر شما چه عواملی باعث ایجاد علاقه یا بی‌علاقگی دانش‌آموزان به ورزش می‌شوند؟
۲. عوامل اعتقادی و ارزشی
 - تا چه اندازه ورزش را با باورها و اعتقادات شخصی خود همسو می‌دانید؟
 - آیا فکر می‌کنید ورزش می‌تواند به بهبود سلامت جسمی و روانی دانش‌آموزان کمک کند؟ چرا؟
۳. عوامل رفتاری و اخلاقی
 - آیا در طول فعالیت‌های ورزشی احساسات منفی مانند عصبانیت یا خشم را تجربه کرده‌اید؟ چه عواملی این احساسات را تشدید می‌کنند؟
 - چه تجاربی در زمینه ورزش باعث تقویت انگیزه یا کاهش علاقه دانش‌آموزان به ادامه فعالیت‌های ورزشی شده‌اند؟

محدود کننده از آن یک هدف بسیار مطلوب است. بنابراین با توجه به بحث تنفر از ورزش و اهمیت آن به منظور رشد ورزش در ابعاد مختلف و آنهم در سنین نوجوانی و با عنایت به آنکه آموزش و پرورش در برابر عملکرد دانش‌آموزان و پیشرفت ورزشی آنان مسئول می‌باشد و با توجه به حساسیت کشور بر حفظ استعدادهای ورزشی؛ محقق با انجام این پژوهش درصدد بررسی این سؤال است که عوامل تسهیل‌گر و محدود کننده تنفر دانش‌آموزان از ورزش کدامند؟

روش پژوهش

روش پژوهش، کیفی و از نوع پژوهش‌های اکتشافی بود که از روش زمینه‌یابی برای کسب اطلاعات استفاده گردید و از لحاظ هدف نیز جزو پژوهش‌های کاربردی به‌شمار می‌آید.

نمونه‌های پژوهش

جامعه آماری پژوهش شامل دبیران تربیت بدنی، کارشناسان تربیت بدنی اداره کل آموزش و پرورش شهر تهران، دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر تهران با سابقه قهرمانی، اساتید رشته مدیریت ورزشی و مربیان ورزشی بودند. با توجه به نامحدود بودن جامعه آماری معیار انتخاب مصاحبه‌شوندگان داشتن حداقل ۵ سال سابقه کار و داشتن حداقل ۲ مقاله پژوهشی مرتبط با موضوع تحقیق بود؛ لازم به ذکر است بخشی از نمونه مورد نظر شامل دانش‌آموزان با سابقه قهرمانی در مسابقات ورزشی بودند که در سه سال اخیر ورزش

- چه تغییراتی در برنامه‌ها و سیاست‌های ورزشی مدرسه می‌تواند دانش‌آموزان را به ورزش بیشتر ترغیب کند؟
این سوالات کمک می‌کنند تا نظرات و تجربیات مشارکت‌کنندگان در زمینه‌های مختلف شناسایی شده و در نهایت، به یک درک جامع‌تر از عوامل مؤثر بر تنفر یا علاقه به ورزش دست پیدا کرد.

روش اجرا

در این مرحله گردآوری داده‌ها به شیوه جمع‌آوری داده‌های کیفی انجام شد.

تحلیل آماری

پس از اخذ مصاحبه‌ها، با استفاده از روش شناسه‌گذاری باز (گزاره‌های کلامی)، محوری (مفاهیم) و گزینشی (مقوله‌های کلی)، عوامل تسهیل‌گر و محدود کننده تنفر دانش‌آموزان از ورزش با استفاده از نرم‌افزار کیفی مکس کیودی‌ای پرو شناسه‌گذاری و دسته‌بندی شدند. برای اطمینان از روایی و پایایی پژوهش کیفی مواردی نظیر انتخاب دقیق نمونه‌ها، جمع‌آوری و تحلیل همزمان داده‌ها و انسجام در روش‌شناسی پژوهش را برای اطمینان از نتایج، پیشنهاد می‌دهند که در این پژوهش نیز موارد پیش گفته از طرف پژوهشگر رعایت شد. همچنین با استفاده از روش پایایی باز آزمون از بین مصاحبه‌های انجام شده، به صورت تصادفی ۲۰ درصد مصاحبه‌ها که شامل ۴ مصاحبه بود؛ انتخاب شد و هر کدام از آنها

۴. عوامل محیطی و زیرساختی
- چقدر به امکانات ورزشی مناسب دسترسی دارید؟
آیا احساس می‌کنید کمبود زیرساخت‌ها مانع شما در ادامه ورزش است؟
- آیا فضاهای ورزشی که دانش‌آموزان استفاده می‌کنند، از نظر ایمنی و کیفیت مناسب هستند؟
۵. عوامل مربوط به معلمان یا مربیان ورزشی
- تا چه اندازه ارتباط شما با معلمان تربیت بدنی یا مربیان در علاقه یا تنفر شما از ورزش تأثیرگذار بوده است؟
- آیا تجربیاتی از مربیان ورزشی داشته‌اید که باعث ایجاد احساس منفی در شما شده باشد؟
۶. تجارب فردی و اجتماعی
- آیا تاکنون در محیط‌های ورزشی با تمسخر یا طرد اجتماعی مواجه شده‌اید؟ این تجربیات چگونه بر نگرش شما نسبت به ورزش تأثیر گذاشته‌اند؟
- آیا تجربیات منفی یا ناکامی‌های دانش‌آموزان در رسیدن به اهداف ورزشی باعث کاهش انگیزه شما برای ادامه فعالیت‌های ورزشی شده است؟
۷. نیازهای روانی و انگیزشی
- چگونه می‌توان نیازهای روانی شما مانند اعتماد به نفس، انگیزه و عزت نفس را در فعالیت‌های ورزشی برآورده کرد؟
- آیا فکر می‌کنید ورزش به برآورده نشدن نیازهای روانی دانش‌آموزان منجر شده است؟ چگونه؟
۸. عوامل فرهنگی و اجتماعی
- آیا فرهنگ جامعه یا مدرسه شما نقش مهمی در نگرش شما به ورزش داشته است؟ اگر بله، چگونه؟

استفاده از فرمول اسکات، برابر ۸۲ درصد است. با توجه به اینکه این میزان پایایی بیشتر از ۶۰ درصد است. قابلیت پایایی شناسه‌گذاری‌ها مورد تأیید و قابل قبول است.

ملاحظات اخلاقی

به تمام دانش آموزان و مدیران و کارشناسان تربیت بدنی ادارات آموزش و پرورش شرکت کننده در تحقیق اطمینان داده شد که اطلاعات اخذ شده از آن‌ها محرمانه باقی مانده و در صورت نیاز به ارائه توضیحات، این اقدام توسط محققان با برنامه‌ریزی قبلی و به صورت خصوصی انجام شود.

یافته‌ها

در پژوهش حاضر تعداد ۲۲۸ شناسه اولیه بازاستخراج شد که پس از تلخیص، تلفیق و ادغام شناسه‌هایی که به لحاظ معنایی و مفهومی دارای وجه مشترک بودند، در مجموع ۱۲۹ (شناسه باز) شناسایی شد که این عوامل در ۱۷ مفهوم (شناسه محوری) و ۷ مقوله کلی (شناسه گزینشی) به شرح جدول ۲ و ۳ دسته‌بندی شدند.

جدول ۲. عوامل تسهیل‌گر تنفر دانش آموزان از ورزش

شناسه‌گذاری گزینشی (مقوله‌های کلی)	شناسه‌گذاری محوری (مفاهیم)	شناسه‌گذاری باز (گزاره‌های کلامی)
باورهای شخصی	ادارک از ورزش	ایجاد اطمینان به مناسب بودن فعالیت بدنی، ایجاد علاقه و انگیزه به انجام فعالیت ورزشی، نگرش مثبت فرد نسبت به ورزش، ادراک مناسب از ارزش ورزش و فعالیت بدنی.
	باورهای اعتقادی	ایجاد اعتقاد به بهتر بودن جهان با ورزش و فعالیت بدنی، هویت‌یابی با فعالیت بدنی و ورزش، ایجاد هماهنگی بین ورزش و فعالیت بدنی با اعتقادات فرد، حس اینکه پرداختن به ورزش یک تفریح است، پرداختن به ورزش و فعالیت بدنی به علت سلامتی جسم و

دو بار در یک فاصله زمانی ۳۰ روزه (یک ماه) توسط پژوهشگر دیگر از گروه پژوهش شناسه‌گذاری شدند. در این راستا، استمبلر (۲۰۰۰) در پژوهش خود میزان پایایی بیشتر از ۶۰ درصد را مورد تأیید و قابل قبول تبیین کرد. نتایج حاصل از پایایی باز آزمون در جدول ۱ درج شده است

جدول ۱. محاسبه پایایی مصاحبه‌ها به روش باز آزمون

ردیف	عنوان مصاحبه	تعداد کل کدها	تعداد توافقات	پایایی باز آزمون
۱	P ₂	۲۱	۱۶	۷۷%
۲	P ₁₁	۱۷	۱۴	۸۳%
۳	P ₁₇	۱۹	۱۴	۷۴%
۴	P ₁₄	۱۴	۱۲	۸۶%
	کل	۷۱	۵۶	۷۹%

همانطور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود تعداد کل کدها در دو فاصله زمانی ۳۰ روزه برابر ۷۲، تعداد کل توافقات بین کدها در این دو زمان برابر ۵۹ بود. پایایی باز آزمون مصاحبه‌های انجام شده در این پژوهش با

<p>روان، انجام تمرینات بدنی در حد توان دانش‌آموز، اعتقاد به انجام ورزش و فعالیت بدنی به‌عنوان فعالیت روزانه.</p>		
<p>تمرکز بر تنظیم هیجانات دانش‌آموز، کنترل و انمود کردن به عصبانیت، میل به انتقام جویی، تجربه همزمان خشم و تنفر، ایجاد احساس خوب نسبت به جسم و بدن خود، نگاه سرگرمی و نه رقابتی به ورزش و فعالیت بدنی، سهل‌گیر بودن نسبت به ورزش و فعالیت بدنی و انواع آن.</p>	<p>عناصر رفتاری- اخلاقی</p>	
<p>عدم مقاومت و همراهی معلمان تربیت بدنی در برابر تغییر برنامه درسی، اختصاص زمان بیشتر کلاس‌های تربیت بدنی در مدارس، کمبود زمان برای پرداختن به ورزش، حمایت ضعیف در خصوص پرداختن به ورزش، ارائه تکالیف شاد و همراه با سرگرمی از سوی معلمان به دانش‌آموزان، برنامه درسی منظم، برگزاری کلاس‌های مدارس در ساعات اولیه روز، شناسایی استعداد افراد در امر ورزش، در اولویت بودن فعالیت بدنی در مدارس، نگرش مناسب مدیران مدارس به فعالیت بدنی، ارائه دروس منظم و با ساختار.</p>	<p>برنامه‌ریزی استراتژیک</p>	
<p>عدم تکرار بازی‌های ورزشی سنتی و استفاده کردن از ورزش‌های جدید و به روز، انتخاب نامحدود در ورزش و فعالیت بدنی، ایجاد فرهنگ انجام ورزش در جامعه، تنوع فعالیت‌های ورزشی، ایجاد رضایت از ورزش و فعالیت بدنی، ایجاد لذت بردن از ورزش و فعالیت بدنی، سازگاری فعالیت بدنی با شخصیت فرد، توجه کافی به ورزش دختران، پرداختن منظم به ورزش و فعالیت بدنی.</p>	<p>فرهنگ ورزش</p>	<p>عناصر سیستمی</p>
<p>کمبود مربیان و معلمان دارای صلاحیت، کمبود دانش مربیان و معلمان، تعاملاتی منجر به تجربیات بد و دردناک ورزشی، پایین بودن کیفیت دروس تربیت بدنی در مدارس، دریافت اطلاعات غلط، نداشتن اطلاعات کافی، عملکرد ضعیف معلمان و مربیان، نداشتن ارتباط مناسب با دانش‌آموز، عدم توجه معلم یا مربی به فرد.</p>	<p>ضعف آموزشی</p>	
<p>ایجاد اماکن ورزشی به تعداد مناسب، ایجاد تجهیزات و تأسیسات ورزشی کافی، زیرساخت‌های ورزشی مناسب، کیفیت بالا اماکن و تأسیسات ورزشی، تعداد کافی مربیان و معلمان ورزش، تجهیزات ایمن.</p>	<p>زیر ساخت‌ها</p>	<p>عناصر ساختاری- محیطی</p>
<p>احداث و راه‌اندازی اماکن ورزشی در محیط‌های مناسب، توجه به بحث زیبایی‌شناسی اماکن ورزشی، تقویت زیرساخت‌های ورزشی، دسترسی به تجهیزات ورزشی، برقراری امکان دسترسی سهل و آسان دانش‌آموزان به اماکن و تجهیزات ورزشی، برنامه‌ریزی و اجرای برنامه‌های ورزشی در ساعات مختلف روز، طراحی برنامه‌های ورزشی منعطف به لحاظ زمانی.</p>	<p>تسهیل دسترسی</p>	

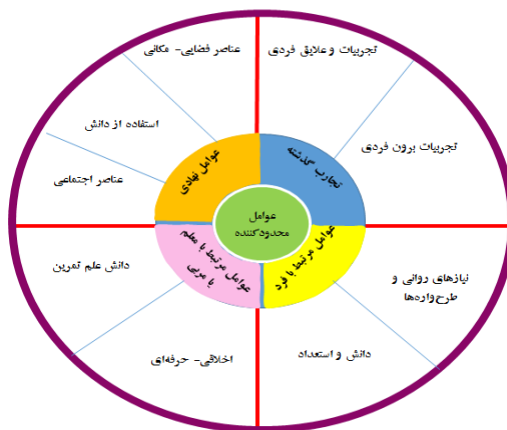
جدول ۳. عوامل محدود کننده تنفر دانش آموزان از ورزش

شناسه‌گذاری گزینشی (مقوله‌های کلی)	شناسه‌گذاری محوری (مفاهیم)	شناسه‌گذاری باز (گزاره‌های کلامی)
عوامل نهادی	عناصر فضایی- مکانی	نامناسب بودن محل انجام فعالیت بدنی، مشکل در پیدا کردن جای پارک برای رفتن به مکان ورزشی، ایمن نبودن فضاهای ورزشی مدارس، آب و هوای نامساعد، محله و سالن ورزشی نا امن.
	استفاده از دانش	طراحی برنامه‌های ورزشی در راستای تقویت فاکتورهای آمادگی جسمانی، طراحی برنامه‌های ورزشی متناسب با رده‌های مختلف سنی، افزایش دانش و اطلاعات مربیان و معلم ورزش، ارائه اطلاعات درست و مناسب از جانب معلمان و مربیان ورزشی به ورزشکاران و خانواده آنها، توجه به افراد دچار نقص جسمی در طراحی برنامه‌های ورزشی، توجه به عامل وراثت در طراحی برنامه‌های ورزشی، اخذ اطلاعات مربوط به افراد به‌ویژه در خصوص داشتن بیماری‌های مزمن و لحاظ کردن آن در طراحی برنامه‌های ورزشی، استفاده از افراد تحصیل کرده در حیطه تربیت بدنی در امر آموزش ورزش.
عوامل مرتبط با معلم یا مربی	عناصر اجتماعی	تمسخر از جانب سایرین در محیط ورزش، دست انداختن از جانب دیگران به دلیل تفاوت‌ها، توهین از جانب دیگران به دلیل تفاوت‌ها، طرد اجتماعی، تخلیه انرژی به صورت منفی در اماکن ورزشی، مورد تهدید قرار گرفتن، مورد خشونت واقع شدن، وضعیت مالی نامناسب، نیاز به رضایت ولی یا قیم، توسعه فناوری‌های تلفن همراه و مشغول شدن دانش آموز با این ابزار.
	دانش علم تمرین	کسالت آور بودن فعالیت بدنی، ارائه تمرینات پر فشار از سوی معلم، اجبار به پرداختن به فعالیت بدنی، داشتن تکالیف درسی زیاد، تعداد زیاد افراد شرکت کننده در کلاس‌های ورزش، عدم گرفتن انگیزه از مربیان و معلمان، عدم راهنمایی از سوی متخصص فعالیت بدنی.
عوامل مرتبط با فرد	اخلاقی- حرفه‌ای	رفتار غیراخلاقی معلمان یا مربیان ورزشی، نقض موازین اخلاقی از سوی معلمان یا مربیان ورزشی، برخورد غیرمسئولانه و بد از سوی مربی یا معلم ورزش، عملکرد ضعیف معلمان و مربیان ورزش و تربیت بدنی، نداشتن اعتماد به نفس در تدریس تربیت بدنی.
	نیازهای روانی و طرحواره‌ها	ترس از ورزش کردن در حضور جمع، تنفر از دیگران آزارگر، نداشتن حس و حال پرداختن به ورزش در برخی روزها، تخلیه خشم‌های گذشته، دشواری در تمایز بین تجربه خشم، تنفر، خشم، غم و آزرده‌گی، برآورده نشدن انتظارات ذهنی از ورزش، از کنترل خارج شدن، بهانه جویی برای فرار از ورزش، پرداختن به ورزش‌هایی که به آن علاقه ندارند، ناکامی در رسیدن به اهداف ورزشی، طرحواره‌های ناسازگار، احساسات و رفتارهای غلط ناشی از طرحواره‌های ناسازگار.
	دانش و استعداد	تحریف‌های شناختی از ورزش، کاهش وزن مکرر و بی رویه، قطع ناگهانی تمرینات بدنی، دانش ناکافی در خصوص ورزش، داشتن درد در نقاط مختلف بدن یا آسیب های مزمن، نداشتن استعداد و مهارت کافی در ورزش، نداشتن استعداد ورزشی و پیشرفت نکردن.

<p>عدم علاقه به فعالیت بدنی سازمان یافته یا گروهی، عادت نداشتن به انجام فعالیت بدنی، عدم دریافت یا عدم توانایی برای گرفتن اطلاعات در خصوص برنامه‌های فعالیت بدنی، تصاویر منفی ضبط شده از ورزش در ذهن فرد، عدم توانایی در تحمل ورزش و فعالیت بدنی، دریافت اطلاعات منفی از افراد دارای تجربه ناخوشایند از ورزش، مجازات و دوری از ورزش به دلیل داشتن تجربیات ناخوشایند.</p>	<p>تجربیات و علایق فردی</p>	<p>تجارب گذشته</p>
<p>هزینه بالای رفت و آمد و استفاده از مکان ورزشی، برنامه‌های غیر جذاب، برنامه‌های چالش برانگیز، تحلیل رفتار فرد به لحاظ روانی در حضور دیگران، احساس طردشدن از محیط ورزش، اجتناب از دیگران آزارگر، تجربیات ناخوشایند از ورزش، فعالیت بدنی، مربی یا معلم، الگوهای ورزشی نامناسب.</p>	<p>تجربیات برون فردی</p>	



شکل ۱. شناسایی عوامل تسهیل‌گر تنفر دانش‌آموزان از ورزش



شکل ۲. شناسایی عوامل محدود‌کننده تنفر دانش‌آموزان از ورزش

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر که با هدف شناسایی عوامل تسهیل‌گر و محدود کننده تنفر دانش‌آموزان از ورزش صورت گرفت، یکی از اولین و مهم‌ترین تلاش‌هایی است که با ارائه نگرشی چند جانبه در راستای بررسی علل و پیشنهادات طرح‌ریزی شده برای جلوگیری از تنفر دانش‌آموزان از ورزش انجام گردید. در پژوهش حاضر ۷ مقوله کلی و ۱۷ مفهوم شناسایی شد. در پژوهش حاضر عوامل تسهیل‌گر تنفر دانش‌آموزان از ورزش؛ باورهای شخصی (ادارک از ورزش، باورهای اعتقادی، عناصر رفتاری- اخلاقی)، عناصر سیستمی (برنامه‌ریزی استراتژیک، فرهنگ ورزش، ضعف آموزشی) و عناصر ساختاری- محیطی (زیر ساخت‌ها، تسهیل دسترسی) شناسایی شد. این نتیجه با یافته‌های وینز و همکاران (۲۰۰۸)، حیدری و همکاران (۲۰۱۴)، پاتن و همکاران (۲۰۱۸)، هارتیکاینن و همکاران (۲۰۲۱)، صابری و همکاران (۱۳۹۸) و بابایی زارچ و صالحی (۱۳۹۹) همسو است (۲۲، ۲۱، ۱۶، ۱۴، ۱۱، ۶). مطالعه هارتیکاینن و همکاران (۲۰۲۱) نشان داد که توجه به فضای ورزشی مناسب در مدارس فرصت‌هایی را برای دانش‌آموزان اروپایی فراهم کند تا رفتار کم‌حرکی را در ساعات مدرسه کاهش دهند (۱۴). نتایج بابایی زارچ و صالحی (۱۳۹۹) حاکی از آن است که موانع انگیزشی مشارکت در ورزش در کودکان و نوجوانان شامل عوامل مؤثر در حوزه بازدارنده‌های شخصی شامل: نداشتن استعداد و پیشرفت نکردن، لذت نبردن از شرکت در ورزش و آسیب‌های ورزشی و عوامل مؤثر در حوزه بازدارنده‌های محیطی شامل: نبود فرهنگ

ورزشی؛ کمبود امکانات و مشکلات اقتصادی، حمایت نشدن و نداشتن آینده بود (۱۶).

در تفسیر این نتیجه، می‌توان گفت که اعتقاد و باور به کمبود توانایی و تلاش ناکافی از سوی دانش‌آموزان منجر به بی‌انگیزگی و تنفر و ترک از ورزش می‌شود. زمانی که دانش‌آموزان احساس کنند نمی‌توانند تلاش کافی از خود نشان دهند، در کلاس تأخیر کرده و زمان کمی را صرف فعالیت‌ها می‌کنند. برای اینکه دانش‌آموزان احساس کنند که از شایستگی و توانایی لازم برخوردارند، بهتر است دبیران تربیت بدنی بیشتر آنها را تشویق کرده و تحسین نمایند و کمتر آنها را مورد انتقاد قرار دهند. از طرف دیگر، اعتقاد به ناتوانی در تربیت بدنی باعث می‌شود دانش‌آموزان تلاش کمتری از خود نشان دهند. در این راستا حمایت اجتماعی فراهم شده از سوی دبیران تربیت بدنی می‌تواند بر دانش‌آموزانی که معتقد به کمبود توانایی در انجام فعالیت‌های تربیت بدنی هستند، تأثیر گذاشته و دبیران تربیت بدنی می‌توانند با تشویق دانش‌آموزان به انجام فعالیت‌هایی که قادر به انجام آن هستند این تصور نادرست را از آنان دور کرده و مشارکت آنان را افزایش دهند. در چنین فضایی دانش‌آموزان نیز بیشتر تلاش کرده و فعالیت‌های تربیت بدنی را ارزشمند تلقی کرده و در آن مشارکت فعال می‌نمایند. پس توجه نمودن به تفاوت‌های فردی و توانایی‌های دانش‌آموزان در انجام فعالیت‌ها بسیار مهم است. اگر دبیران تربیت بدنی از دانش‌آموزان در حد توانایی‌هایشان انتظار داشته باشند و آنان را با همدیگر مقایسه نکنند، دانش‌آموزان هم بیشتر تلاش کرده و سعی می‌کنند در فعالیت‌های تربیت بدنی مشارکت بیشتری داشته باشند. از طرف دیگر دبیران

کننده دیگر در ایجاد تنفر دانش‌آموزان از ورزش نبود زیرساخت‌ها، امکانات و یا عدم دسترسی آسان به مکان‌های ورزشی بود. این مسئله موجب می‌شود که دانش‌آموزان به دلیل عدم دسترسی به باشگاه از ورزش کردن صرف نظر کنند و یا به سراغ ورزشی بروند که به آن علاقه ندارند که در حالت دوم باز هم به دلیل بی‌علاقگی احتمال تداوم ورزش اندک خواهد بود. بدیهی است مسیرهای دور نیز مشکلات خاص خود همچون خستگی، اتلاف وقت، مشکل رفت و آمد و یا حتی امنیت را به همراه دارد. در راستای بهبود این وضعیت حمایت از ساخت اماکن ورزشی و مکان‌یابی مناسب به منظور ساخت سالن‌های ورزشی در داخل مدارس و فراهم نمودن وسایل حمل و نقل مناسب به فضاهای ورزشی کارگشا خواهد بود.

همچنین در پژوهش حاضر؛ عوامل محدود کننده تنفر دانش‌آموزان از ورزش؛ عوامل نهادی (عناصر فضایی- مکانی، استفاده از دانش، عناصر اجتماعی)، عوامل مرتبط با معلم یا مربی (دانش علم تمرین، اخلاقی- حرفه‌ای)، عوامل مرتبط با فرد (نیازهای روانی و طرحواره‌ها، دانش و استعداد) و تجارب گذشته (تجربیات و علایق فردی، تجربیات برون فردی) شناسایی شد. این نتیجه با یافته‌های انوکسن و همکاران (۲۰۱۱)، حیدری و همکاران (۲۰۱۴)، پاتن و همکاران (۲۰۱۸)، چاکراوانن و همکاران (۲۰۱۹)، فریکل و همکاران (۲۰۲۰) و اسپدالن و سیپل (۲۰۲۲) همسو است (۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۵، ۲۲). انوکسن و همکاران (۲۰۱۱) دلایل ترک ورزش را در پنج مقوله تقسیم بندی کرد: ۱- عوامل آموزشی و عملکردی، ۲- الزامات کاری و تحصیلی، ۳- جنبه‌های انگیزشی، ۴- محیط اجتماعی و ۵- انتخاب

تربیت بدنی برای کل دانش‌آموزان یک رفتار را به نمایش می‌گذارند و شاید انتظار دارند که همه دانش‌آموزان به طور یکسان در کلاس فعالیت نمایند درحالی که این رفتار آنها می‌تواند نزد دانش‌آموزان به صورت‌های مختلفی ادراک و تعبیر شود. به علاوه، ارزش بر رفتار فرد تأثیر می‌گذارد پس اگر فرد برای فعالیت‌ها ارزش قائل نباشد نمی‌تواند رفتار خود را با آن فعالیت تطبیق دهد و منجر به بدترین عکس العمل، که عدم مشارکت و یا ترک کردن فعالیت می‌باشد، خواهد شد. در ایجاد ارزش، تغییر نگرش و فرهنگ دانش‌آموزان به ورزش می‌توان با تهیه برنامه‌هایی در رادیو و تلویزیون، گام‌هایی را در جهت اصلاح دید دانش‌آموزان و خانواده‌ها نسبت به ورزش برداشت. پس اگر دانش‌آموزان بتوانند ارزش فعالیت‌های تربیت بدنی را بیشتر درک کنند، تعهد ورزشی و مشارکت بیشتری در فعالیت‌های ورزشی خواهند داشت. بسیاری از دانش‌آموزان فعالیت‌های تربیت بدنی را ارزشمند نمی‌دانند چون اعتقاد دارند به اهداف مورد نظر نخواهند رسید زیرا زنگ تربیت بدنی در مدارس به یک یا دو ساعت در هفته محدود شده است پس لازم است نقشی محوری برای تربیت بدنی در برنامه درسی مدارس در نظر گرفته شود. اگر چه، بی‌انگیزگی بیشتر از درون دانش‌آموزان سرچشمه می‌گیرد، غیر منصفانه به نظر می‌رسد فرض کنیم که تمام فعالیت‌های ورزشی مدرسه جذاب و جالب توجه هستند که دانش‌آموزان باید برای انجام آنها با انگیزه باشند. بدیهی است، دانش‌آموزانی که فعالیت‌های ارائه شده را فاقد جذابیت، یکنواخت، کسل کننده درک کنند انگیزه لازم برای مشارکت را نخواهند داشت. از جمله مشکلات و عوامل محدود

تجربیات برون فردی و به خصوص جذاب نبودن رشته‌های ورزشی در مدارس می‌توان گفت که متأسفانه فعالیت‌های تربیت بدنی مدارس به چند رشته خاص و تکرار آنها در طول سال تحصیلی محدود شده است پس دبیران تربیت بدنی می‌توانند با نظر سنجی از دانش آموزان رشته‌های مورد علاقه دانش آموزان را در مدارس تا حد امکان اجرا نمایند و یا با خلاقیت خود رشته‌های موجود را با روش‌ها و شیوه‌های متنوعی ارائه دهند. نتایج پژوهش نشان داد که یکی از مهم‌ترین عوامل تسهیل‌گر تنفر دانش آموزان از ورزش، نداشتن استعداد کافی و پیشرفت نکردن در هنگام یادگیری مهارت است. بدیهی است وقتی که دانش آموز متوجه شود بعد از مدتی حضور در محیط ورزش در یادگیری مهارت چندان موفق عمل نکرده و پیشرفتی برای او حاصل نشده، انگیزه‌ی خود را از دست داده و برای ادامه این مسیر رغبتی نخواهد داشت. معلمان تربیت بدنی باید توجه کنند، کودکان و نوجوانان فعالیت‌هایی را دوست دارند که خودشان آنها را برمی‌گزینند و حق انتخاب دارند یا در آن فعالیت‌ها نیازمند حمایت، تشویق و مراقبت بیشتر معلمان خود هستند. بنابراین آگاهی از اینکه کودکان و نوجوانان با چه مقاصدی در فعالیت‌ها شرکت میکنند معلمان را در انتخاب و تأکید بر نوع فعالیت‌ها و ارائه شرایط انگیزشی از طریق بررسی و مطالعه آنها یاری می‌رساند. همچنین از دیگر عوامل تسهیل‌گر در تنفر دانش آموزان از ورزش می‌توان به برآورده نشدن نیازهای روانی و طرحواره‌ها اشاره کرد. این عامل باعث می‌شود ورزشکاران جوان با بی‌حوصلگی و رخوت تمرینات ورزشی را انجام دهند. در تفسیر این نتیجه،

فعالیت‌های تفریحی دیگر (۱۰). همچنین یافته‌های حیدری و همکاران (۲۰۱۴) حاکی از این بود که نقش عوامل آموزشی، عوامل اجرایی، اجبارها و محدودیت‌های تحصیلی و کاری، جنبه‌های انگیزشی و عوامل اقتصادی بر ترک ورزش اسکیت بیش‌تر از سطح متوسط است (۲۲).

در تفسیر این نتیجه، می‌توان گفت که با توجه به اینکه کودکان و نوجوانان آینده‌سازان جامعه هستند، سلامت جسمانی و روانی آنها از اهمیت بسزایی برخوردار است. بعضی از کودکان و نوجوانان تجربیات ناخوشایند از ورزش و فشار بیش از حدی که در طول تمرین برای آنها ایجاد می‌شود را به‌عنوان مانعی انگیزشی برای تداوم ورزشی خود برشمردند. این مسئله از دو دیدگاه قابل بررسی است. در نگاه اول، دانش آموز در رشته‌ی ورزشی مورد نظر استعداد لازم را ندارد و همین عدم استعداد باعث می‌شود فشار بیش از حدی را چه از نظر جسمانی و چه از نظر روانی در محیط ورزش تجربه کند. در حالت دوم مربی یا معلم به دلیل بی‌تجربگی و یا ناکارآمدی، فشار زیادی را در طول تمرینات بر روی دانش آموزان وارد می‌کند و همین عامل باعث می‌شود حتی دانش آموزانی که در آن ورزش استعداد کافی نیز دارند به دلیل خستگی زیاد ناشی از تمرین دلزده شده و حس بی‌زاری در آنها به وجود بیاید. دانش آموزانی که دارای تجربه مثبت در فعالیت‌های جسمانی هستند ممکن است بخواهند فعالیت‌های ورزشی را ادامه دهند. بالعکس، دانش آموزانی که احساس کنند، در یک فعالیت ناموفق هستند، از تربیت بدنی لذت نمی‌برند و ممکن است نخواهند مشارکتشان را ادامه دهند. در رابطه با

می‌توان گفت که چون تنفر در ورزش به عوامل و محرک‌های درون شخصی و بین شخصی گوناگونی بستگی دارد و عوامل استرس‌زای محیطی زیادی در ورزش وجود دارند، در درازمدت می‌توانند زمینه پیدایش تنفر و دوری از ورزش را در دانش آموزان ورزشکار فراهم سازد. به علاوه یکی از مشکلات در این زمینه وجود مربیان ناکارآمد و فاقد تخصص لازم است که با انجام تمرینات نامناسب تنها سبب دلزدگی، فشار روانی و بی‌حوصلگی دانش آموز هنگام ورزش می‌شوند. حضور فعال‌تر افراد کارآموده و گذراندن دوره‌های تخصصی توسط افراد متقاضی و توجه به ابعاد روانی ورزشکاران جوان، می‌تواند در جلب اعتماد کودکان و نوجوانان مفید باشد. در این رابطه، کسانی که در حوزه آموزش و مربیگری فعالیت می‌کنند؛ باید اصول و جایگاه مهم انگیزش در ورزش، توجه به طرحواره‌ها، هدایت ورزشکاران به سوی رفتارهای هدف و پیدا کردن روش‌های افزایش مشارکت در ورزش را درک نمایند.

اگر تربیت بدنی در مدارس ایران به دنبال نقش محوری در ارتقای سلامت افراد و پایه‌ای برای ورزش قهرمانی است؛ لازم است از سبک سنتی خود خارج شده و با نگرشی نو در برنامه‌ها و ساختار خود تجدید نظر نماید و باید تمامی عوامل محدود کننده و تسهیل‌گر که ممکن است باعث تنفر از ورزش دانش آموزان شوند؛ مورد بررسی قرار گیرند تا ضمن آگاهی از آنها سعی شود زمینه مشارکت همه دانش آموزان در فعالیت‌ها فراهم شود و دانش آموزان را به سمت یک زندگی فعال هدایت کرده تا جامعه‌ای پرنشاط، سالم و نیرومند در آینده داشته باشیم. لذا با توجه به اینکه، تربیت بدنی نقش مهمی در ارتقای فعالیت‌های

جسمانی نوجوانان و پیشرفت بهداشت عمومی دارد و با در نظر گرفتن عوامل شناسایی شده در پژوهش حاضر به معاونت تربیت بدنی و سلامت وزارت آموزش و پرورش، معاونت و کارشناسان تربیت بدنی ادارات آموزش و پرورش، مدیران مدارس، معلمان، مربیان ورزش و اولیا ورزش پیشنهاد می‌شود که ۱. والدین ابتدا بر اساس علاقه و استعدادی که فرزندانشان دارند آنها را به سمت ورزش رهنمون سازند تا کودکان و نوجوانان از آسیب‌های دلزدگی و تنفر از ورزش در امان باشند. ۲. ساخت و مکان‌یابی اماکن ورزشی در محیط مدرسه و فراهم نمودن وسایل حمل و نقل مناسب به فضاهای ورزشی مورد توجه قرار گیرد. ۳. برای ارزشمند نمودن فعالیت‌های تربیت بدنی در مدارس، پیشنهاد می‌گردد ساعت تربیت بدنی در مدارس افزایش یابد و کتاب کار برای غنی‌سازی محتوا تهیه شده و مورد استفاده دبیران تربیت بدنی قرار گیرد. ۴. با توجه به حساسیت‌های روانی و رشدی در این سن از معلمان با تجربه و کارآموده استفاده شود. ۵. لازم است سازمان‌های فرهنگ‌ساز جامعه نظیر صداوسیما گام‌هایی را در جهت اصلاح دید دانش آموزان و خانواده‌هایشان نسبت به ورزش بردارند. ۶. دبیران تربیت بدنی با نظر سنجی از دانش آموزان از علاقه آنان به رشته‌های ورزشی آگاهی پیدا نمایند و تا حد امکان رشته‌های ورزشی مورد علاقه دانش آموزان را در مدارس اجرا نمایند و یا با خلاقیت خود رشته‌های موجود را جذاب نموده و با شیوه‌های متنوعی در طول سال تحصیلی اجرا نمایند. ۷. بهتر است معلمان تربیت بدنی محتوای فعالیت‌ها را طوری سازماندهی نمایند که مشارکت دانش آموزان را تسهیل کنند. پس، معلمان می‌توانند تلاش، پیشرفت

بررسی موانع آموزشی، فرهنگی، اجتماعی و نگرشی در تنفر دانش آموزان از ورزش در شهرهای مختلف کشور و مقایسه آنها با یکدیگر و مطالعه تطبیقی در کشورهای پیشرو پردازند

تشکر و قدردانی

محققان از تمامی دانش آموزان، والدین و مدیریت مدارس که برای انجام این تحقیق وقت ارزشمند خود را صرف نمودند، قدردانی و تشکر می‌نمایند.

پانویس‌ها

1. Enoksen et al
2. Patton et al
3. Chuckraivanen et al
4. Frikkel et al
5. Hartikainen et al
6. Espedalen & Seippel
7. Qualitative Research
8. Exploratory Research
9. Survey Approach
10. Purposive Sampling
11. Theoretical Saturation
12. Semi-Structured
13. Open Coding
14. Axial coding
15. Selective Coding
16. MAXQDA Analytics Pro
17. Stemler

References

1. Eime RM, Young JA, Harvey JT, Charity MJ, Payne WR. A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International journal of behavioral*

فردی و فعالیت‌های یادگیری را با تنوع بخشیدن به مهارت‌های جسمانی، دادن بازخورد بیشتر، ستایش و تشویق بیشتر، در دانش آموزان افزایش دهند. ۸. هر تجربه مثبت دانش آموز در ورزش مورد تشویق قرار گیرد؛ معلمان می‌توانند با تشویق دانش آموزان ورزشکار و ارزش دادن به عقیده‌های آنها و ایجاد احساس غرور با به دست آوردن موفقیت‌هایشان و در نهایت ارائه پاداش به ایجاد تجربه مثبت در ورزش کمک نمایند. به این منظور نیز باید ایده‌ها، پیشنهادها و انتقادهای دانش آموزان مورد توجه قرار گیرد. ۹. ایجاد کانال‌های ارتباطی مناسب با دانش آموزان و زمینه‌های رشد ترقی آنها و کمک به آنها برای رفع مشکلات پیش رو می‌تواند زمینه‌های تنفر از ورزش را کاهش دهد. در نهایت بر اساس محدودیت‌های پژوهش از قبیل جامعه آماری محدود به شهر تهران، مدنظر قرار نگرفتن دیدگاه‌های والدین و دانش آموزان ورزشکار دختر، مدنظر قرار نگرفتن شرایط فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی دانش‌آموزان و انجام پژوهش به روش مطالعه کیفی؛ به سایر پژوهشگران در این زمینه پیشنهاد می‌شود که در جهت اعتبار و غنای هرچه بیشتر پژوهش حاضر به بررسی متغیرهای این پژوهش به روش مطالعه کمی، بررسی دیدگاه‌های دختران و والدین در تنفر از ورزش، بررسی سایر متغیرهایی مانند شهر، استان، موقعیت جغرافیایی،

nutrition and physical activity. 2013. Dec;10:1-21.

<https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>.

2. Lawson HA. The physical education system as a consequential social determinant. *Quest*. 2020 Jan 2;72(1):72-84. <https://doi.org/10.1080/00336297.2019.1627224>.

3. Normand MP, Burji C. Using the Step it UP! Game to increase physical activity during physical-education classes. *Journal of applied behaviour analysis*. 2020 Apr;53(2):1071-9. <https://doi.org/10.1002/jaba.624>
4. Ha AS, Lonsdale C, Lubans DR, Ng JY. Increasing Students' Activity in Physical Education: Results of the Self-determined Exercise and Learning For FITness Trial. *Medicine and science in sports and exercise*. 2020 Mar 1;52(3):696-704. <https://doi.org/10.1249/mss.0000000000002172>.
5. Weiss, M. R., & Williams, L. The why of youth sport involvement: A developmental perspective on motivational processes. *Developmental Sport and Exercise Psychology: A Lifespan Perspective Morgantown*, 2004; 223-268.
6. Saberi A, Bayati H, Shafiee J. Sports burnout in students: The impact of perceived organizational support and the mediating role of psychological capital. *Stud Sport Psychol*. 2019;8(28):147-164. doi: 10.22089/spsyj.2019.6619.1702. _In Persian. [doi:10.22089/spsyj.2019.6619.1702](https://doi.org/10.22089/spsyj.2019.6619.1702)
7. Shahisadrabadi F, Khosravi Z, Banijamali S, Cheraghmolae L. A Phenomenological Study on the experience of the anger in individual with Obsessive Compulsive Disorder. *Journal title* 2019; 12 (4) :28-47 _In Persian. [Doi:10.52547/rph.12.4.28](https://doi.org/10.52547/rph.12.4.28)
8. Beltran-Carrillo, V. J., Devis-Devis, J., Peiro-Velert, C., & Brown, D. H.. When physical activity participation promotes inactivity: Negative experiences of Spanish adolescents in physical education and sport. *Youth & Society*, 2012; 44(1), 3-27. <https://doi.org/10.1177/0044118X10388262>
9. Cox, RH. Sport psychology, concepts and applications. McGraw-Hill-international Edition. 2007; 281-283.
10. Enoksen, E. Drop-out rate and drop-out reasons among promising Norwegian track and field athletes: A 25 year study. *Scandinavian sport studies forum*. 2011; 2, 19-43.
11. Pattyn N, Van Cutsem J, Dessy E, Mairesse O. Bridging exercise science, cognitive psychology, and medical practice: Is “cognitive fatigue” a remake of “the emperor’s new clothes”? *Frontiers in Psychology*. 2018 Sep 10;9:1246. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01246>
12. Chuckravanen D, Bulut SÜ, Kürklü GB, Yapali G. Review of exercise-induced physiological control models to explain the development of fatigue to improve sports performance and future trend. *Science & Sports*. 2019 Jun 1;34(3):131-40. <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2018.10.017>
13. Frikkel J, Götte M, Beckmann M, Kasper S, Hense J, Teufel M, Schuler M, Tewes M. Fatigue, barriers to physical activity and predictors for motivation to exercise in advanced Cancer patients. *BMC palliative care*. 2020 Dec;19:1-1. <https://doi.org/10.1186/s12904-020-00542-z>
14. Hartikainen J, Haapala EA, Poikkeus AM, Lapinkero E, Pesola AJ, Rantalainen T, Sääkslahti A, Gao Y, Finni T. Comparison of classroom-based sedentary time and physical activity in conventional classrooms and open learning spaces among elementary school students.

- Frontiers in Sports and Active Living. 2021 Jun 15;3:626282. <https://doi.org/10.3389/fspor.2021.626282>
15. Espedalen LE, Seippel Ø. Dropout and social inequality: Young people's reasons for leaving organized sports. *Annals of Leisure Research*. 2024 Mar 14;27(2):197-214. <https://doi.org/10.1080/11745398.2022.2070512>
 16. Babaei Zarch G, Salehi H. Examining the Motivational Barriers to Youth Sport: A Qualitative Study. *JRSM* 2020; 10 (20) :63-79. In Persian.
 17. Sabri, A., Abedanzadeh, R., Ramzanzadeh, H., Saemi, A. Revising the Persian version of the multidimensional scale of enjoyment of physical activity in first secondary school students of Khuzestan province. *Sports psychology*, 1400; 13(1): 131-144. In Persian. [doi: 10.48308/mbsp.6.1.131](https://doi.org/10.48308/mbsp.6.1.131).
 18. Abdulahi M, Zareian H, Gholami Turksalouye S, Abolhosseini A. Consequences of brand aversion in sportswear users. *Sports psychology studies*. 1400;10(36):275-292. In Persian. <https://doi.org/10.22089/spsyj.2021.9498.2046>
 19. Abdoshahi, M., Farahmand, S., Mir, F. Predicting the Sports Participation Motivation of Female Students Based on Multidimensional Body-Self Relations. *Sports Psychology*, 2024; 16(1): 57-74. In Persian. [doi: 10.48308/mbsp.2022.223180.1045](https://doi.org/10.48308/mbsp.2022.223180.1045).
 20. Kelly RS, Kelly MP, Kelly P. Metabolomics, physical activity, exercise and health: A review of the current evidence. *Biochimica et Biophysica Acta (BBA)-Molecular Basis of Disease*. 2020 Dec 1;1866(12):165936. <https://doi.org/10.1016/j.bbadis.2020.165936>
 21. Vincze G, Fügedi B, Dancs H, Bognár J. The effect of the 1989-1990 political transition in Hungary on the development and training of football talent. *Kinesiology: International journal of fundamental and applied kinesiology*. 2008; 30;40(1), 50-60.
 22. Heydari, H., DUFFY, L., BADAMI, R., & Baluch, B. Dropout reasons in Iranian youth roller skaters. *International Journal of Sport Culture and Science*. 2014; 2(4), 89-102. In Persian. [Doi:10.14486-IJSCS214-91757](https://doi.org/10.14486-IJSCS214-91757)