

## Research Paper

## Relationship Between Self-Confidence and Motivation for Physical Activity Training: The Mediating Role of Physical Literacy

Sadegh Soltani<sup>1</sup>, Seyedeh Somayeh Hosseini<sup>2</sup>, Maryam Mokhtari Dinani<sup>3</sup>

1. M.Sc Graduated, Department of Sport Management, Faculty of Sport Sciences, Shahid Chamran University of Ahvaz, Iran

2. M.Sc Graduated, Department of Sport Management, Faculty of Sport Sciences, Alzahra University, Tehran, Iran

3. Associate Professor of Sport Management, Department of Sport Management, Faculty of Sport Sciences, Alzahra University, Tehran, Iran (Corresponding Author)

### Abstract

Physical literacy is an important issue in maintaining personal and social health. A person is physically literate who has the necessary spirit and motivation for physical activities. The aim of this study was to investigate the relationship between self-confidence and motivation for physical activity training: the mediating role of physical literacy. The statistical population of the study included primary school physical education teachers (general and specialized physical education teachers) in Khuzestan province. Due to its large size, the statistical sample was first selected randomly in clusters of four cities of Ahvaz, Behbahan, Masjed Soleiman and Dezful (N = 790) and then randomly selected based on Kerjesi & Morgan table (n = 258). To collect data, three questionnaires of self-confidence were used in Spitel (2015), Torch Chi et al. (2020) and Spitel (2015). Pearson correlation tests and structural equation modeling were used to analyze the data. Results showed that teachers' self-confidence had a significant effect on their motivation for physical education (0/434), and teachers' self-confidence had a significant effect on their physical literacy (0/591). Also, teachers' physical literacy had a significant effect on their motivation for physical education (0/383), and finally, self-confidence had a significant effect on the motivation of

**Received:**  
12 Jul 2021

**Accepted:**  
09 Oct 2021

**Keywords:**  
self-confidence,  
physical activity,  
educational motivation,  
physical literacy

1. Email: sadeghsoltani592@yahoo.com
2. Email: somaye.hosseini69@gmail.com
3. Email: M.mokhtaridinani@Alzahra.ac.ir



elementary school sports teachers for physical education with the mediating role of physical literacy that 69% of teachers' total self-confidence indirectly explained by the mediating variable of physical literacy. Considering the importance of providing high quality physical education at the primary school and that physical literacy is the basis for familiarity with behavioral and motor skills, physical fitness, awareness, knowledge and understanding of healthy living and strengthening the opportunity for physical recreation, it is recommended to be used the professional teachers and teachers with high level of physical literacy for teach physical education in elementary school

---

### Extended Abstract

#### Abstract

The development of physical education and sports in schools is the basis for providing and training healthy human resources and is part of national development programs (Ghanbari et al, 2019). Based on the available evidence, sports bell is the best time and place to cultivate and shape the views and personality of children (Ramezanejad, 2013). To achieve this, teachers' motivation is an important psychological factor that affects the provision of physical education in primary schools (Roth, 2014). Teachers' motivation depends in part on their self-confidence. A teacher's self-confidence in physical education is his or her perceived belief in his or her ability to perform a wide range of specific tasks and manage situations during physical education. Another variable that may affect teachers' motivation is their physical literacy. Physical literacy is defined as "motivation, self-confidence, physical competence, knowledge and understanding of the value of physical

activity for life" (Young, O'Connor & Alfrey, 2020). Therefore, considering this issue, the main purpose of this study was to investigate the relationship between self-confidence and motivation for physical activity training: the mediating role of physical literacy.

#### Methodology

The statistical population of this study includes all primary school physical education teachers (general and specialized physical education teachers) in Khuzestan province (N = 790) which according to Krejcie and Morgan table, 258 of them in a cluster and random manner as a research sample were chosen and Due to the vastness and dispersion of the statistical population in the province, clusters of four major cities of Ahvaz, Behbahan, Masjed Soleiman and Dezful were randomly selected. Due to the prevalence of coronavirus, all questionnaires were given to the research sample electronically using WhatsApp program. Data collection tools in the present study consisted of



four parts. The first part included demographic questions. The second part was the Spitel (2015) Self-Confidence Training Questionnaire. This questionnaire includes 24 items and 2 dimensions of management, planning and implementation. The third part was the Choi et al. (2020) Physical Literacy Questionnaire, which measures 3 dimensions (self-confidence and self-expression, self-expression and communication and knowledge of physical activity) by 9 items. The fourth part was the Spitel (2015) Physical Activity Training Motivation Questionnaire, which measures 5 dimensions (personal satisfaction, motivation, development and learning, expectation and entertainment) by 27 items. The questionnaires were designed based on the 5 Likert scale from strongly disagree (1) to strongly agree (5). The face validity and content of the questionnaires were reviewed and confirmed by 8 experts. The reliability of the questionnaires was also calculated by Cronbach's alpha coefficient and for the self-confidence questionnaire of physical education, physical literacy questionnaire and motivation questionnaire of physical education, 0.83, 0.94 and 0.86, respectively. In order to analyze the research data from descriptive statistics tests (frequency, percentage) and inferential statistics (Pearson correlation coefficient and structural equations by partial least squares method) with the help of SPSS statistical software version 24 and SmartPLS Essence version 2 was used.

## Results

232 teachers participated in this study, according to which, in terms of age group, 25.4% of respondents were in the age group of 36 to 40 years. In terms of gender, 49.6% were male and 50.4% were female; In terms of service history, 30.2% had 6 to 10 years of service and in terms of education, 57.8% had a bachelor's degree. The inferential findings of the study also showed that teachers' self-confidence had a significant relationship with their motivation for physical education (0.434) Teachers' self-confidence had a significant relationship with their physical literacy (0.591). Also, teachers' physical literacy had a significant relationship with their motivation for physical education (0.383), Finally, self-confidence with the motivation of elementary school sports teachers for physical education had a significant relationship with the mediating role of physical literacy that 69% of the total effect of teachers' self-confidence on the motivation of physical education is indirectly explained by the mediator of physical literacy.

## Conclusion

It is essential that students have positive developmental experiences in the field of physical education learning during their primary education. Because they are always growing, and their desirable and all-round growth can be very useful and effective in their progressive life, and this will be done by efficient teachers. Teachers who excel in their field of work are represented by an image; This image includes



"confidence" or "self-confidence", meaning "their general attitude towards their abilities", which doubles their motivation for their work. Physical literacy also provides a framework for teachers to use in curriculum development and is the cornerstone of participating in physical activity and excellence in sports. Educational motivations that encourage physical education teachers to develop physical literacy in elementary school include; The importance of the body in human existence is the importance of motor development in early childhood, the increasing rate of sedentary and consequently low levels of physical activity around the world, and the movement of physical literacy toward high-level performance and elitism.

#### References

1. Roth, G. (2014). Antecedents and outcomes of teachers' autonomous motivation. *Teacher motivation: Theory and practice*, 36-51.
2. Young, L., O'Connor, J., & Alfrey, L. (2020). Physical literacy: a concept analysis. *Sport, Education and Society*, (8)25, 946-959.
3. Ghanbari, H, Shetab Bushehri, N, Shafinia, P, Mehr Alizadeh, Y. (2019). Designing a Model of Factors Affecting Primary School Students' Tendency to Sports: A Mixed Research. *Journal of Teaching and Learning Studies*, 11 (1), 239-25. (Persian).
4. Ramezani Nejad, R (2013). Physical education in schools (with additions and fundamental revisions). *Tehran, Samat Publications*. (Persian).



## مقاله پژوهشی

## ارتباط اعتماد به نفس با انگیزه آموزش فعالیت بدنی: نقش واسطه‌ای سواد بدنی

صادق سلطانی<sup>۱</sup>، سیده سمیه حسینی<sup>۲</sup>، مریم مختاری دینانی<sup>۳</sup>

۱. دانش‌آموخته کارشناسی ارشد، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، ایران
۲. دانش‌آموخته کارشناسی ارشد، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه الزهرا (س)، تهران، ایران
۳. دانشیار مدیریت ورزشی، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه الزهرا (س)، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

## چکیده

سواد بدنی موضوعی مهم در مسیر حفظ سلامت فردی و اجتماعی است. فردی دارای سواد بدنی است که روحیه و انگیزه لازم برای فعالیت‌های بدنی را داشته باشد. هدف پژوهش حاضر بررسی ارتباط اعتماد به نفس با انگیزه آموزش فعالیت بدنی: نقش واسطه‌ای سواد بدنی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل معلمان تربیت‌بدنی مقطع ابتدایی (معلمان عمومی و تخصصی تربیت‌بدنی) استان خوزستان بود. نمونه آماری به دلیل گسترده بودن در ابتدا به روش تصادفی خوشه‌ای چهار شهر اهواز، بهبهان، مسجدسلیمان و دزفول ( $N=790$ ) انتخاب شدند. سپس با استناد به جدول کرجسی و مورگان ( $n=258$ ) نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از سه پرسش‌نامه اعتماد به نفس آموزش تربیت‌بدنی اسپیتل (۲۰۱۵)، پرسش‌نامه سواد بدنی چوی و همکاران (۲۰۲۰) و پرسش‌نامه انگیزه آموزش فعالیت‌بدنی اسپیتل (۲۰۱۵) استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون‌های همبستگی پیرسون و مدلسازی معادلات ساختاری استفاده شد. یافته‌ها نشان داد اعتماد به نفس معلمان با انگیزه آنان برای آموزش تربیت‌بدنی رابطه معناداری داشت (۰/۴۳۴) و اعتماد به نفس معلمان با سواد بدنی آنان رابطه معناداری داشت (۰/۵۹۱). همچنین سواد بدنی معلمان با انگیزه آنان برای آموزش تربیت‌بدنی رابطه معناداری داشت (۰/۳۸۳) و در نهایت اعتماد به نفس با انگیزه معلمان ورزش مقطع ابتدایی برای آموزش تربیت‌بدنی با نقش واسطه‌ای سواد بدنی رابطه معناداری داشت که ۶۹ درصد اثر کل اعتماد به نفس معلمان بر انگیزه آموزش تربیت‌بدنی از طریق غیرمستقیم توسط متغیر میانجی سواد بدنی تبیین می‌شود. با توجه به اهمیت ارائه آموزش تربیت‌بدنی با کیفیت در سطح دبستان و اینکه سواد بدنی پایه و اساس آشنایی با مهارت‌های رفتاری و حرکتی، آمادگی جسمانی، آگاهی، دانش و درک سالم زیستن و تقویت فرصت تفریحات بدنی به‌شمار می‌رود، پیشنهاد می‌شود از معلمان متخصص و با سطح سواد بدنی بالا برای تدریس درس تربیت‌بدنی در مقطع ابتدایی استفاده شود.

## تاریخ دریافت:

۱۴۰۰/۰۴/۲۱

## تاریخ پذیرش:

۱۴۰۰/۰۷/۱۷

## واژگان کلیدی:

اعتماد به نفس، فعالیت بدنی، انگیزه آموزش، سواد بدنی

1. Email: sadeghsoltani592@yahoo.com
2. Email: somaye.hosseini69@gmail.com
3. Email: M.mokhtaridinani@Alzahra.ac.ir



## مقدمه

بخش مهمی از تعلیم و تربیت، مربوط به تربیت‌بدنی است که با استفاده از حرکت و فعالیت‌های بدنی، جریان رشد را در تمام ابعاد وجودی انسان تسهیل می‌نماید و سبب شکوفایی استعدادها می‌شود و به‌عنوان یک پدیده اجتماعی، به دلیل تنوع در کارکردها، اثرهای متقابل روی سایر پدیده‌های اجتماعی دارد. توسعه تربیت‌بدنی و ورزش در مدارس زمینه‌ساز تأمین و تربیت نیروی انسانی سالم است و بخشی از برنامه‌های توسعه ملی است (قنبری و همکاران، ۲۰۱۹). همین امر سبب شده امروزه بسیاری از سازمان‌ها و نهادهای فرهنگی و اجتماعی محور، به تربیت‌بدنی و ورزش توجه ویژه‌ای داشته باشند و نقش آن را خصوصاً در سنین پایه و مدارس، پررنگ و مهم قلمداد کنند. این توجه از آنجایی اهمیت دارد که شخصیت افراد در مدارس رشد می‌یابد و بر اساس شواهد و مدارک موجود، زنگ ورزش بهترین زمان و مکان برای پرورش و قالب‌بندی دیدگاه‌ها و شخصیت نوجوانان و کودکان است (رضانی‌نژاد، ۲۰۱۳). این شرایط موجب می‌شود تا وظایف معلمان ورزش اهمیت یابد و از مهارت‌های مختلف خود در این شغل استفاده کنند (قلی‌دهنه و همکاران، ۲۰۱۹).

آموزش تربیت‌بدنی در مقطع ابتدایی می‌تواند فرصت‌های مهمی را برای فعالیت کودکان در محیط‌هایی فراهم کند که از رشد مهارت‌های حرکتی و ورزشی حمایت می‌کنند (کیلی، هریس و شن، ۲۰۱۴؛ مورگان و بورک، ۲۰۰۸) و مشارکت در آموزش فیزیکی با کیفیت بالا در سطح دبستان، عامل مهمی برای تسهیل مشارکت در فعالیت بدنی مادام‌العمر و رشد حرکتی است (اوسالیوان و اوسلین، ۲۰۱۲). اگر چه

دسترسی کودکان به آموزش بدنی با کیفیت، در سراسر جهان متفاوت است که تا حدی نتیجه حاشیه‌سازی مداوم در حوزه برنامه درسی است؛ در ایران آموزش تربیت‌بدنی در مقطع ابتدایی به‌طور منظم توسط معلمان عمومی دبستان، ارائه می‌شود. معلمان عمومی ابتدایی، مسئولیت تدریس در تمام زمینه‌های برنامه درسی، از جمله تربیت‌بدنی را بر عهده دارند و به‌طور کلی آموزش تخصصی در تربیت‌بدنی ندارند. با این زمینه، چندین مطالعه اختلافات در آموزش تربیت‌بدنی مدارس ابتدایی توسط متخصصان تربیت‌بدنی و غیرمتخصصان را برجسته کرده است و نقص در کیفیت و کمیت برنامه تربیت‌بدنی مقطع ابتدایی در آموزش ارائه‌شده توسط معلمان غیرمتخصص در مقایسه با متخصص را شناسایی کرده است (مورگان و بورک، ۲۰۰۸).

مشکلات خاصی که معلمان عمومی در آموزش مؤثر تربیت‌بدنی ابتدایی با آن روبرو هستند، شامل آموزش نامناسب و ناکافی، آماده‌سازی نامناسب، محدودیت در توسعه مداوم، کمبود زیرساخت، کمبود منابع و پشتیبانی، کمبود وقت و علاقه و ماهیت متمایز تربیت‌بدنی است (هاردمن و مارشال، ۲۰۰۶؛ اوسالیوان و اوسلین، ۲۰۱۲؛ رینک و هال، ۲۰۰۸؛ تلفورد و همکاران، ۲۰۱۲). این موانع ممکن است بر اعتماد به نفس و به‌طور بالقوه بر انگیزه آنان برای آموزش تربیت‌بدنی تأثیر بگذارد (مورگان و هانسن، ۲۰۰۸). در نتیجه، آن دسته از معلمان عمومی که نقشی اساسی در ارائه آموزش بدنی با کیفیت دارند، ممکن است از اعتماد به نفس و انگیزه پایین‌تری برای آموزش تربیت‌بدنی نسبت به معلمان متخصص رشته تربیت‌بدنی برخوردار باشند که ممکن است بر کیفیت و

5. Rink & Hall
6. Telford et al
7. Morgan & Hansen

1. Cale, Harris & Chen
2. Morgan & Bourke
3. O'Sullivan & Oslin
4. Hardman & Marshall



به محیط تربیت‌بدنی مربوط می‌شود، زیرا متغیرهای رفتارهای پیشرفت فردی قابل‌مشاهده است، در حالی که در برخی دیگر از زمینه‌های یادگیری مانند ریاضیات، عملکرد همیشه برای دیگران قابل‌مشاهده نیست؛ بنابراین، نیاز به نشان دادن شایستگی، حیاتی است. با توجه به ماهیت عملی تربیت‌بدنی که عملکرد افراد همیشه در معرض نمایش است، در این محیط برخی از افراد تحت تأثیر عوامل درونی، مانند لذت و رضایت، قرار می‌گیرند؛ در حالی که دیگران با عوامل بیرونی، مانند پاداش، ستایش و به رسمیت شناختن اجتماعی، انگیزه خواهند داشت. این عوامل، اعم از انگیزه درونی و بیرونی، می‌توانند بر سطح انگیزه ذاتی افراد تأثیر بگذارند. انگیزه ذاتی زمانی نمایش داده می‌شود که فعالیتی بر اساس علاقه، لذت یا رضایت ذاتی انجام می‌شود (گوای و همکاران، ۲۰۱۵).<sup>۶</sup> افرادی که دارای انگیزه ذاتی برای تدریس هستند، احتمالاً ترجیح می‌دهند در فعالیت‌های مرتبط با تدریس شرکت کنند، حتی اگر پاداشی برای آنان در نظر گرفته نشود، علاوه بر این انگیزه بیرونی انگیزه‌های اصلی فرد برای انتخاب حرفه است (کافمن و همکاران، ۲۰۱۱).<sup>۷</sup> همچنین نظریه هدف دستاورد در دو دهه گذشته در پارادایم انگیزشی در زمینه فعالیت بدنی و روانشناسی ورزش بسیار نقش داشته است و در آموزش و پرورش مستقیماً به حوزه محتوای برنامه درس تربیت‌بدنی مربوط می‌شود (روبرتز و پاپایوانو، ۲۰۱۴).<sup>۸</sup> از این رو در زمینه آموزش، انگیزه به عنوان یک فرایند روانشناختی با برنامه معلم و اینکه برای پیاده‌سازی آن برنامه آموزشی چقدر تلاش می‌کند، ارتباط دارد (کارسون و چیس، ۲۰۰۹).<sup>۹</sup> همه این عناصر می‌توانند

کمیت آموزش تربیت‌بدنی مقطع ابتدایی تأثیر منفی بگذارد (اوسالیوان و اوسلین، ۲۰۱۲).<sup>۱۰</sup> به طور کلی، انگیزه صفتی است که اقدامات فرد را تعیین می‌کند و به قصد عمل اشاره دارد. انگیزه باعث می‌شود که افراد به طرز خاصی عمل کنند یا رفتارهای خاصی را انجام ندهند. انگیزه معلمان یک عامل مهم روانشناختی است که بر ارائه آموزش جسمانی در مدارس ابتدایی تأثیر می‌گذارد (روت، ۲۰۱۴).<sup>۱۱</sup> انگیزه ساختاری چندوجهی است که شامل اعتقادات، ادراکات، ارزش‌ها، علایق و اعمالی است که رفتار ما را پیش می‌برد. این ساختار روانشناختی مهم است؛ زیرا بر انتخاب افراد و تلاشی که آن‌ها برای این انتخاب‌ها انجام می‌دهند تأثیر می‌گذارد (دسی و رایان، ۱۹۸۵).<sup>۱۲</sup> ایده‌های اولیه نظریه انگیزه تحت تأثیر نظریات فروید<sup>۱۳</sup> (۱۹۶۱) و هال<sup>۱۴</sup> (۱۹۴۳) قرار دارد که پیشنهاد کردند ارگانسیم‌ها دارای انگیزه‌های ذاتی هستند و رفتار آنان بر اساس این انگیزه‌ها تحریک می‌شود (دسی و رایان، ۱۹۸۵). نظریه‌هایی که قصد دارند انگیزه را در موقعیت‌های پیشرفت توضیح دهند شامل انگیزه و "عمل" است. اعتقاد بر این است که افراد به دنبال دستیابی به موفقیت هستند؛ زیرا میل احساسی یا "نیاز" به آن دارند (مولدن و دوک، ۲۰۰۰).<sup>۱۵</sup> از نظریه انگیزه پیشرفت برای بررسی انگیزه برای یادگیری و اخیراً تدریس استفاده شده است. انگیزه پیشرفت نحوه برخورد یا اجتناب افراد از موقعیت‌های خاص را مورد بررسی قرار می‌دهد و به "تلاش افراد برای تسلط بر یک کار، دستیابی به برتری، غلبه بر موانع، عملکرد بهتر از دیگران و به کارگیری استعداد" اشاره دارد (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۹) انگیزه پیشرفت به‌طور مطلوب

6. Guay et al
7. Kauffman et al
8. Roberts & Papaioannou
9. Carson & Chase

1. Roth
2. Deci & Ryan
3. Freud
4. Hull
5. Molden & Dweck



بر رفتار انگیزه آموزش معلم تأثیر بگذارند. علاوه بر این، دیدگاه رابطه‌ای انگیزش دلالت بر این دارد که انگیزه ساختاری است که بسته به زمینه ممکن است تغییر کند. به عنوان نمونه در تدریس، ارائه حوزه موضوعی دروس با همدیگر متفاوت است، یعنی، آموزش زبان انگلیسی در محیط یادگیری مبتنی بر کلاس درس با آموزش فعالیت‌های عمدتاً عملی مانند تربیت‌بدنی که می‌توانند در فضاهای مختلف مانند سالن بدنسازی، زمین بسکتبال انجام شوند، بسیار متفاوت است. این تفاوت‌ها بر انگیزه افراد نسبت به وظایفی که دارند تأثیر می‌گذارد (ویسر-واینوین، استس و وان پتگم، ۲۰۱۴).

از سوی دیگر، اعتمادبه‌نفس مکانیزی است که بر انگیزه تأثیر می‌گذارد. سطح پایین اعتمادبه‌نفس که توسط معلمان ابتدایی عمومی دیده می‌شود، ممکن است به انگیزه‌های مختلف برای توسعه توانایی‌های تربیت‌بدنی و ارائه آموزش تربیت‌بدنی مربوط باشد؛ زیرا اعتمادبه‌نفس مکانیسمی شناختی است که میان منابع ارزیابی خود و انگیزه‌های بعدی واسطه است. معلم عمومی ابتدایی که مجبور به ارائه درس تربیت‌بدنی است، انتظارات و اعتمادبه‌نفس خود را بر اساس توانایی خود در انجام موفقیت‌آمیز این وظیفه بر اساس اطلاعات حاصل از عوامل زیر کسب می‌کند: ۱- عملکردهای موفق یا دستاوردهای عملکردی، که مؤثرترین عامل تعیین‌کننده در اعتمادبه‌نفس هستند (آلدرمن، ۲۰۱۳). زیرا بر اساس تجربیات تسلط فردی به دست می‌آیند (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۹). تجربیات عملکردی، شواهدی مستقیم برای این هستند که آیا افراد دارای مهارت‌های لازم برای موفقیت در کار هستند یا خیر؛ ۲- تجربیات جانشینی، که به تماشای

انجام مهارت دیگری توسط شخص دیگر اشاره دارد (اسپیتل، ۲۰۱۳). به‌عنوان مثال، معلمی که معلم دیگری را در حال مشاهده درس تربیت‌بدنی می‌بیند تا بتواند از مشاهده خود درس بگیرد؛ ۳- ترغیب کلامی، که گاهی اوقات متقاعدسازی کلامی نیز نامیده می‌شود، شامل بازخورد ارزشیابی، انتظارات دیگران، خودگفتاری و سایر استراتژی‌های شناختی است (فلتر و اونکو، ۲۰۱۴)؛ ۴- تجربیات خیالی، که بر خودکارآمدی و اعتمادبه‌نفس درک شده افراد تأثیر می‌گذارد؛ زیرا بسیاری از موقعیت‌ها به‌عنوان سناریوهای پیش‌بینی‌کننده پردازش می‌شوند. اگر فرد تصور کند که در موقعیتی موفق عمل می‌کند، انتظارات او افزایش می‌یابد و برعکس، تصاویر منفی ممکن است خودکارآمدی و اعتمادبه‌نفس را کاهش دهند (اسپیتل، ۲۰۱۳)؛ ۵- حالات فیزیولوژیکی: وضعیت فیزیولوژیکی فرد "مطابق با علائم درونی است که فرد در طول عمل تجربه می‌کند و به تقویت خود ادراک شایستگی کمک می‌کند" (مارتینز و همکاران، ۲۰۱۵)، وقتی افراد برانگیختگی فیزیولوژیکی منفی را با عملکرد ضعیف، احساس بی‌کفایتی و شکست درک می‌کنند، اعتمادبه‌نفس آنان تحت تأثیر قرار می‌گیرد؛ در مقابل، اگر برانگیختگی فیزیولوژیکی به‌عنوان مثبت یا تسهیل‌کننده عملکرد دیده شود، اعتمادبه‌نفس آنان را می‌تواند افزایش دهد (واینبرگ و گولد، ۲۰۱۹).

اعتمادبه‌نفس به چندین روش از جمله تعیین اهداف، شدت تلاش به‌کاررفته، و سطح پایداری و مقاومت در برابر شکست، به انگیزه کمک می‌کند. بنابراین اعتمادبه‌نفس یک معلم برای آموزش تربیت‌بدنی، اعتقاد درک شده وی در مورد توانایی او در انجام طیف وسیعی از وظایف خاص و مدیریت شرایط هنگام

4. Spittle
5. Feltz & Öncü
6. Martins et al

1. Visser-Wijnveen, Stes & Van Petegem
2. Alderman
3. Weinberg & Gould





ارزش فعالیت بدنی برای زندگی " است (یانگ، اوکانر و آلفری، ۲۰۲۰).<sup>۶</sup> معنای سواد بدنی با چهار جمله تعریف می‌شود: (الف) سواد بدنی در هسته آن یادگیری مادام‌العمر کل‌نگرانه است که در زمینه‌های حرکتی و فعالیت بدنی به‌دست‌آمده و به کار رفته است؛ (ب) از تغییرات مداوم و یکپارچه‌سازی توانایی‌های جسمی، روانی، شناختی و اجتماعی تشکیل شده است؛ (ج) در کمک به ما برای داشتن زندگی سالم و پرتحرک از طریق فعالیت بدنی مهم است؛ (د) یک فرد باسواد از نظر بدنی، هنگامی که به سطح مهارت بالایی برسد قادر به استفاده از ظرفیت‌های جسمی، روانی، شناختی و اجتماعی یکپارچه خود برای حمایت از ارتقاء و تحقق سلامت و تحرک فعالیت بدنی، نسبت به شرایط و زمینه در تمام طول عمر است (کیگان و همکاران، ۲۰۱۹؛<sup>۷</sup> تelford و همکاران،<sup>۸</sup> ۲۰۲۱).

در بسیاری از کشورهای پیشرفته، افزایش فعالیت بدنی کودکان دبستانی از طریق محیط مدرسه برای دولت یک اولویت است، اما هنوز یک روش مؤثر و پایدار برای فراهم کردن فرصت‌های کافی برای فعالیت بدنی آنان پدیدار نشده است؛ اخیراً، پیشنهاد شده است که مداخلات مدرسه مدار با هدف افزایش فعالیت بدنی باید بر سواد بدنی آنان متمرکز شود که این مهم نیازمند معلمانی با سطح سواد بدنی بالا است (کاستلی و همکاران،<sup>۹</sup> ۲۰۱۴)؛ زیرا مدارس ابتدایی، بارزترین فرصت رسمی برای توسعه سواد بدنی در طول کلاس‌های تربیت‌بدنی است. با این وجود فعالیت بدنی معمولاً توسط معلمانی تدریس می‌شود که غالباً برای آموزش آن احساس آمادگی کافی نمی‌کنند (هریس، کیل و موسون،<sup>۱۰</sup> ۲۰۱۲).

آموزش تربیت‌بدنی است. اعتمادبه‌نفس مهم است، زیرا بر چالش‌های افراد، تلاشی که در آن فعالیت انجام می‌دهند و پایداری آن‌ها در برابر مشکلات تأثیر می‌گذارد (فلتر و اونکو، ۲۰۱۴). ادبیات مربوط به اعتمادبه‌نفس در آموزش نشان می‌دهد که با احساس کارایی، پیشرفت و انگیزه و رفتار معلمان، همچنین میزان تلاش معلمان برای تدریس و تمایل آن‌ها به استفاده از روش‌های جدید آموزش ارتباط دارد (خیمنز سیلوا، اولسون و خیمنز هرناندز،<sup>۱</sup> ۲۰۱۲).

رابطه بین اعتماد به نفس و انگیزه در تدریس توسط ویسر-وینجیون و همکاران<sup>۲</sup> (۲۰۱۴) شناخته شد که اظهار داشتند "انگیزه‌های معلمان هم به انتظارات آنها از عملکرد خوب در تدریس و هم به ارزشی که برای فعالیت آموزشی قائل هستند متکی است. همانطور که توسط نظریه خودکارآمدی بندورا<sup>۳</sup> (۱۹۷۷) تصدیق شده است و مفاهیم اعتماد به نفس و انتظارات را با هم جمع می‌کند. از این رو کاوش اعتماد به نفس و انگیزه در کنار یکدیگر مهم است؛ زیرا خودکارآمدی توانایی تأثیرگذاری بر انگیزه را دارد. در نتیجه، انگیزه معلم برای آموزش تربیت‌بدنی ممکن است تحت تأثیر اعتمادبه‌نفس او در آن حوزه باشد. همچنین ویژگی‌های یک معلم مانند سابقه و تجربه قبلی او به‌عنوان مؤلفه‌های مهمی شناخته شده‌اند که می‌توانند روند یادگیری و آموزش را تحت تأثیر قرار دهند (مورگان و بورک، ۲۰۰۸؛ اسپیتل و اسپیتل،<sup>۴</sup> ۲۰۱۵؛ زک، هراری و هراری،<sup>۵</sup> ۲۰۱۲).

متغیر دیگری که بر انگیزه معلمان ممکن است تأثیر بگذارد، سواد بدنی آنان است. سواد بدنی به عنوان " انگیزه، اعتمادبه‌نفس، صلاحیت بدنی، دانش و درک

6. Young, O'Connor & Alfrey
7. Keegan et al
8. Telford et al
9. Castelli et al
10. Harris, Cale & Musson

1. Jimenez-Silva, Olson & Jimenez Hernandez
2. Visser-Wijnveen
3. Bandura
4. Spittle & Spittle
5. Zach, Harari & Harari



انگیزه معلمان اثر بگذارند، از زیرساخت‌های مدرسه گرفته تا دستمزد، جایگاه حرفه، کسب موفقیت، پیشرفت شغلی، امکان دریافت آموزش‌های حرفه‌ای، روابط با همکاران، شرایط کاری و وضعیت استخدامی. مرادی و آذرکردار (۲۰۱۹) در تحقیقی دریافتند توجه به مؤلفه‌های انگیزشی بر اساس نظریه خودمختاری مانند ایجاد حس شایستگی، استقلال و ارتباط در کلاس‌های تربیت‌بدنی و وجود فضای ورزشی مناسب در مدرسه دارای اهمیت است. ایرانمنش، صابری کاخکی و زارع-زاده (۲۰۱۴) در تحقیقی دریافتند که بین اعتمادبه‌نفس و انواع آن با انگیزش درونی و بیرونی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین، مؤلفه‌های اعتمادبه‌نفس توانستند ۴۵/۷ درصد انگیزش کل ورزشکاران را پیش‌بینی کنند. همچنین، باورهای ورزشکاران در قصد و نیت آن‌ها از فعالیت بدنی تأثیر می‌گذارد و باعث تغییر در میزان انگیزش می‌گردد. یلدیزر و مونوستورلار<sup>۱</sup> (۲۰۲۱) دریافتند انتقاداتی مبنی بر اینکه معلمان عمومی به میزان کافی برای تربیت‌بدنی آموزش ندیده‌اند، وجود دارد و از اعتماد به نفس کافی برای ارائه آموزش بدنی با کیفیت بالا برخوردار نیستند. با وجود اینکه سواد بدنی یکی از مفاهیم اصلی است که نتایج مختلفی را شامل می‌شود و کانون اصلی برنامه درسی تربیت‌بدنی در بسیاری از کشورها است؛ با این حال، برای انتقال نتایج متنوع سواد بدنی به دانش‌آموزان، لازم است معلمان از برخی ویژگی‌ها و درک تئوری فلسفه سواد بدنی برخوردار باشند. برنامه‌های تربیت معلم و تجربیات معلمان باید زمینه‌ای برای انتقال خصوصیات لازم سواد بدنی و تربیت‌بدنی به معلمان را فراهم کند؛ زیرا، برنامه‌های آموزشی برای معلمان عمومی شامل دوره‌های کافی تربیت‌بدنی نیست. چوی و همکاران<sup>۲</sup> (۲۰۲۰) در تحقیقی دریافتند که سواد بدنی معلمان بر ایجاد رفتارهای مؤثر آموزشی آنان تأثیر

سازمانی اساسی که آن‌ها را از تدریس فعالیت بدنی بازمی‌دارد، تجربه کنند، مانند کمبود آموزش، رشد حرفه‌ای و فشارهای زمانی ناشی از مسئولیت‌های اداری و چند برنامه‌ای و نداشتن تخصص در حوزه فعالیت بدنی (مورگان و هانسن، ۲۰۰۸). گزارش‌های یک مطالعه کنترل‌شده تصادفی نشان داد که دانش-آموزان استرالیایی که معلمان تربیت‌بدنی غیرمتخصص داشتند به دلیل کیفیت نامناسب برنامه‌های فعالیت بدنی، دارای اضافه‌وزن و علائم اولیه بیماری متابولیک و قلب و عروق بودند و همچنین عملکرد علمی ضعیفی داشتند (تلفورد و همکاران، ۲۰۱۳). با این وجود می‌توان استنباط کرد که معلمان عمومی به دلیل نداشتن دانش و تخصص لازم در حوزه تربیت‌بدنی، انگیزه لازم برای آموزش فعالیت بدنی را ندارند که می‌تواند صدمات زیادی به دانش‌آموزان وارد نماید. توسعه اعتماد به نفس، سواد بدنی و فرآیندهای انگیزشی در آموزش تربیت‌بدنی مقطع ابتدایی و الگویی از روابط عملیاتی در رابطه با این متغیرها باید درک ما را از انگیزه معلمان متخصص و غیرمتخصص در آموزش تربیت‌بدنی در مدارس ابتدایی گسترش دهد. این درک باید از تحقیقات و راهکارهایی برای کمک به بهینه‌سازی اعتمادبه‌نفس، سواد بدنی و انگیزه در زمینه برنامه درسی تربیت‌بدنی در مدارس ابتدایی پشتیبانی کند؛ بنابراین احتمال می‌رود که اعتمادبه‌نفس و سواد بدنی معلمان بر انگیزه آنان برای آموزش تربیت‌بدنی دانش-آموزان تأثیر داشته باشد. با این حال، در پژوهش‌های پیشین کمتر تأثیر اعتمادبه‌نفس و سواد بدنی بر انگیزه معلمان ابتدایی در آموزش فعالیت بدنی مورد بررسی قرار گرفت. قلی‌زاده و مسکینی (۲۰۱۹) دریافتند که نظارت و ارزیابی از کارهای انجام‌شده در کلاس درس، به عنوان مکانیسمی برای حمایت از انگیزش معلمان هستند. به عبارت دیگر، عوامل زیادی می‌تواند بر



که به نوبه خود سواد بدنی و مشارکت دانش‌آموزان در فعالیت بدنی را تحت تأثیر قرار می‌دهد، قلمداد شود. آموزش تربیت‌بدنی در دبستان به‌عنوان یک زمینه تحقیقاتی حیاتی است؛ زیرا در توسعه مهارت‌های اساسی حرکت و همچنین مهارت‌های اجتماعی، شناختی و عاطفی برای حمایت از الگوهای فعالیت بدنی مادام‌العمر کودکان نقش دارد (گرابر و همکاران،<sup>۵</sup> ۲۰۰۸؛ رینک و هال، ۲۰۰۸). از آنجا که مقطع ابتدایی به عنوان حساس‌ترین و پایه‌ای‌ترین مقطع در آموزش به ویژه آموزش تربیت‌بدنی محسوب می‌شود، آموزش صحیح تربیت‌بدنی در این مقطع می‌تواند زمینه‌ساز شکل‌گیری صحیح مهارت‌های بدنی در دانش‌آموزان باشد و به توسعه فعالیت‌های بدنی دانش‌آموزان و نیز ایجاد انگیزه در آن‌ها جهت پیگیری مستمر فعالیت‌های بدنی در سال‌های آتی منجر گردد. رویکرد سلسله‌مراتبی مول و همکاران<sup>۶</sup> (۲۰۰۵) به ورزش نیز مؤید همین مطلب است. مول و همکارانش (۲۰۰۵) در رویکرد سلسله‌مراتبی به ورزش، مدلی را برای چهار بخش (ورزش آموزشی، تفریحی، قهرمانی و حرفه‌ای) ارائه داده‌اند. در این مدل، میزان گستردگی هر کدام از ورزش‌ها تعیین شده است. در قاعدهٔ هرم، ورزش تربیتی (آموزشی) و در رأس آن ورزش حرفه‌ای قرار دارد. بیشترین سطح شرکت مربوط به قاعدهٔ هرم است و با نزدیک شدن به سمت رأس هرم، از تعداد شرکت‌کنندگان در ورزش کاسته می‌شود. به‌عبارت دیگر، در بخش ورزش آموزشی، تعداد تماشاچیان کمترین و در ورزش حرفه‌ای، بیشترین است. این مدل ادعا می‌کند که گسترش ورزش آموزشی و پس از آن همگانی، سبب افزایش مشارکت عموم خواهد شد. بنابراین لازم است معلمان آموزشی در مقطع ابتدایی از توانمندی و شایستگی‌های مطلوبی در امر آموزش برخوردار باشند.

می‌گذارد و رفتارهای آموزشی آنان را توانمند می‌سازد و باید همچنان به‌عنوان یک اولویت مداوم در برنامه آمادگی معلم تربیت‌بدنی توسط سازمان‌های آموزشی، علمی و فرهنگی باشد. کهری و آریفین<sup>۱</sup> (۲۰۲۰) در تحقیقی دریافتند که سهم قابل‌توجهی از ایجاد انگیزه برای دستیابی به عملکرد مناسب معلمان، به خودباوری و اعتمادبه‌نفس و مهارت آموزشی آنان بستگی دارد. چوی و همکاران (۲۰۲۱) اظهار داشتند سواد بدنی که از حوزه تربیت‌بدنی نشأت می‌گیرد، تمایل فردی است که اهمیت فعالیت بدنی مادام‌العمر را برجسته می‌کند. آموزش ورزشی یک برنامه درسی و مدل آموزشی مبتنی بر ورزش است که برای عملیاتی کردن سواد بدنی مورد حمایت است. همچنین در گروه‌های آموزشی میزان فعالیت‌های بدنی روزانه و جو انگیزشی افزایش می‌یابد و آموزش ورزش در توسعه دامنه رفتاری سواد بدنی دانش‌آموزان مفید است.

دینام و ویلیامز<sup>۲</sup> (۲۰۱۹) دریافتند که معلمان پیش از خدمت به طور کلی به‌خوبی آگاه و دارای اعتمادبه‌نفس‌اند، اما مهارت‌های آموزشی، تشخیصی و عملی‌شان برای پیشرفت مؤثر سواد بدنی کودکان محدود هست. ادوارز و همکاران<sup>۳</sup> (۲۰۱۹) در تحقیق برنامه پیشرفت حرفه‌ای برای تقویت دانش معلمان ابتدایی و عملیاتی شدن سواد بدنی نتایج حاصل از کارگاه آموزشی و مداخله سواد بدنی، شرح مفصلی پیرامون افزایش دانش معلمان و عملیاتی شدن سواد بدنی ارائه دادند. استفاده از اصول ثبت شده پیشرفت حرفه‌ای مؤثر به روش حساس به زمینه، در بالا رفتن دانش و عملکرد معلمان ابتدایی در ارتباط با سواد بدنی، مفید ارزیابی شد. سام و همکاران<sup>۴</sup> (۲۰۱۸) در تحقیقی دریافتند که اعتماد به نفس و سواد بدنی معلمان می‌تواند به عنوان عامل اصلی تدریس مؤثر تربیت‌بدنی

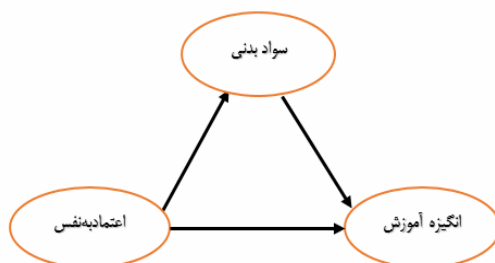
4. Sum et al
5. Graber et al
- 6 . Mull et al.

1. Kahri & Arifin
2. Dinham & Williams
3. Edwards et al



معلمان فراهم می‌کند، زیرا معلمان به ویژه معلمان عمومی که تخصصی در رابطه با رشته تربیت‌بدنی ندارند، باید اجزای سواد بدنی را از قبل آماده سازند. روی هم‌رفته با توجه به پیامدهای عدم اعتماد به نفس، سواد بدنی و انگیزه آموزش فعالیت بدنی معلمان بر دانش‌آموزان بخصوص مقطع ابتدایی که از حساس-ترین دوره‌های زندگی کودکان است، هدف پژوهش حاضر بررسی ارتباط اعتماد به نفس با انگیزه آموزش فعالیت بدنی: نقش واسطه‌ای سواد بدنی در معلمان تربیت‌بدنی مقطع ابتدایی استان خوزستان است. همچنین، با مطالعه مبانی نظری موجود در زمینه عوامل اثرگذار بر انگیزه معلمان در آموزش فعالیت‌بدنی در مدارس و نیز توجه به پیشینه تحقیقات انجام شده در این زمینه، محقق مدل مفهومی زیر را به عنوان مدل زیربنایی و مفهومی تحقیق جهت تبیین ارتباط بین اعتمادبه نفس با انگیزه آموزش فعالیت‌بدنی با نقش واسطه‌ای سواد بدنی مورد استفاده قرار داد.

از جمله مهمترین توانمندی‌های لازم در این زمینه، برخورداری معلمان از نحوه آموزش صحیح مهارت‌های حرکتی و نیز داشتن انگیزه کافی جهت آموزش مهارت‌های حرکتی است. داشتن صلاحیت و انگیزه برای آموزش مهارت‌های حرکتی، به نوبه خود، مستلزم دارا بودن تخصص در رشته علوم ورزشی و تربیت‌بدنی و نیز داشتن سابقه فعالیت در این حوزه است که منجر به اعتماد به نفس هر چه بیشتر معلمان در امر آموزش خواهد شد. به نظر می‌رسد معلمانی که تخصص بیشتری دارند نیز دارای اعتماد به نفس بالاتری هستند و در توسعه مهارت‌های حرکتی دانش‌آموزان در مقطع ابتدایی، از انگیزه بیشتری نیز برخوردار خواهند شد؛ این درحالی است که متاسفانه در بسیاری از موارد، آموزش مهارت‌های تربیت‌بدنی در مقطع ابتدایی به معلمان عمومی مدارس واگذار می‌شود. فریک و میلر<sup>۱</sup> (۲۰۱۷) نیز معتقدند الزام به آموزش تربیت‌بدنی ابتدایی، چالشی را برای برنامه‌های آموزش



شکل ۱- مدل مفهومی تحقیق

Figure 1- Conceptual model of research

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه معلمان تربیت‌بدنی مقطع ابتدایی (معلمان عمومی و تخصصی تربیت‌بدنی) استان خوزستان ( $N=790$ ) بود که با استناد به جدول کرجسی و مورگان، از بین آن‌ها ۲۵۸

## روش‌شناسی پژوهش

این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر نحوه گردآوری داده‌ها، توصیفی-همبستگی بود که به روش میدانی انجام شد.

### 1. Freak & Miller



(شامل سن، جنسیت، سابقه خدمت و تحصیلات) نمونه پژوهش بود.

بخش دوم، پرسش‌نامه اعتماد به نفس آموزش تربیت‌بدنی اسپیتل (۲۰۱۵) بود. این پرسش‌نامه شامل ۲۴ گویه و ۲ بعد مدیریت و برنامه‌ریزی و پیاده‌سازی است و در مجموع، اعتمادبه‌نفس آموزش تربیت‌بدنی معلمان را مورد بررسی قرار می‌دهد.

بخش سوم، پرسش‌نامه سواد بدنی چوی و همکاران (۲۰۲۰) بود که ۳ بعد (خودباوری و اعتمادبه‌نفس، خودبیانگری و ارتباط و دانش فعالیت بدنی) را توسط ۹ گویه مورد سنجش قرار می‌دهد.

بخش چهارم، پرسش‌نامه انگیزه آموزش فعالیت بدنی اسپیتل (۲۰۱۵) بود که توسط ۲۷ گویه، ۵ بعد (رضایت شخصی، بی‌انگیزگی، توسعه و یادگیری، انتظارت و سرگرمی) را مورد سنجش قرار می‌دهد. گویه‌های بعد بی‌انگیزشی به صورت معکوس نمره‌گذاری شده بود. پرسش‌نامه‌های مذکور بر اساس مقیاس ۵ ارزشی لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) طراحی شده بود.

روایی صوری و محتوای پرسش‌نامه‌ها توسط ۸ نفر از متخصصین مورد بررسی و تأیید قرار گرفت. برای این منظور از دو شاخص CVI و CVR استفاده شد. مقدار این دو شاخص در پژوهش حاضر، به ترتیب ۰/۸۸ و ۰/۸۵، به دست آمد که مؤید داشتن روایی صوری و محتوایی ابزار پژوهش است. پایایی پرسش‌نامه‌ها نیز توسط ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شد و برای پرسش‌نامه اعتماد به نفس آموزش تربیت‌بدنی، پرسش‌نامه سواد بدنی و پرسش‌نامه انگیزه آموزش تربیت‌بدنی، به ترتیب ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۳، ۰/۹۴ و ۰/۸۶، به دست آمد که مقادیر قابل‌قبولی است. همچنین در پژوهش اسپیتل (۲۰۱۵) مقدار پایایی پرسش‌نامه انگیزه آموزش (۰/۸۶) و پرسش‌نامه اعتماد

نفر به شیوه خوشه‌ای و تصادفی، به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. با در نظر گرفتن احتمال افت بازگشت و پیش‌بینی داشتن پرسش‌نامه‌های مخدوش و ناقص، ۳۰۰ پرسش‌نامه در بین معلمان تربیت‌بدنی مقطع ابتدایی استان خوزستان توزیع گردید که در نهایت پس از بازگشت پرسش‌نامه‌ها و حذف پرسش‌نامه‌های مخدوش، ۲۳۲ پرسش‌نامه کامل و سالم مورد تحلیل قرار گرفت. ضمناً با توجه به اینکه در مدلسازی معادلات ساختاری، برای تعیین حجم نمونه یکی از بهترین روش‌ها این است که بر اساس پارامترهای موجود در مدل مفهومی، به ازای هر پارامتر حداقل ۵ نمونه و به طور ایده‌آل ۱۰ نمونه انتخاب شود (نانلی، ۱۹۷۸)؛ بنابراین با توجه به پارامترهای موجود در مدل مفهومی تحقیق حاضر، توزیع ۳۰۰ پرسش‌نامه و تحلیل ۲۳۲ پرسش‌نامه کامل و سالم از نظر آماری، صحیح و منطقی است. به دلیل گستردگی و پراکنده بودن جامعه آماری در سطح استان، به روش تصادفی خوشه‌ای چهار شهر بزرگ اهواز، بهبهان، مسجدسلیمان و دزفول انتخاب شدند. با توجه به شیوع ویروس کرونا، تمامی پرسش‌نامه‌ها با استفاده از برنامه واتس‌آپ و به صورت الکترونیکی در اختیار نمونه پژوهش قرار گرفت. بدین صورت که پس از طراحی پرسش‌نامه در گوگل فرم، با عضویت در گروه‌های واتس‌آپی معلمان، لینک پرسش‌نامه هم تک‌تک و هم در گروه برای آنان ارسال شد و از آنان خواسته شد که به سئوالات پرسش‌نامه پاسخ دهند. پس از پاسخگویی معلمان و جمع‌آوری داده‌های تحقیق و حذف پرسش‌نامه‌های مخدوش، در نهایت، ۲۳۲ پرسش‌نامه سالم و کامل مورد تحلیل آماری قرار گرفت.

ابزار گردآوری داده‌ها در پژوهش حاضر شامل چهار بخش بود. بخش اول شامل سئوالات جمعیت‌شناختی

## 1. Nunnally



### یافته‌های پژوهش

در جدول شماره ۱، ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه پژوهش ارائه شده است. بر این اساس، از نظر رده سنی، ۲۵/۴٪ پاسخ‌دهندگان در رده سنی ۳۶ تا ۴۰ سال قرار داشتند. از نظر جنسیت، ۴۹/۶٪ مرد و ۵۰/۴٪ زن؛ از نظر سابقه خدمت، ۳۰/۲٪ دارای سابقه خدمت ۶ تا ۱۰ سال و از نظر سطح تحصیلات، ۵۷/۸٪ دارای مدرک تحصیلی لیسانس بودند.

به‌نفس (۰/۹۱) گزارش شد و مقدار پایایی پرسش‌نامه سواد بدنی در پژوهش چوی و همکاران (۲۰۲۰)، (۰/۸۸) و در پژوهش میرعالی، بهرام و قدیری (۲۰۱۹)، (۰/۸۶) گزارش شد. به‌منظور تحلیل داده‌های پژوهش از آزمون‌های آمار توصیفی (فراوانی، درصد) و آمار استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و معادلات ساختاری به روش حداقل مربعات جزئی) با کمک نرم‌افزارهای آماری اسپس‌اس<sup>۱</sup> نسخه ۲۴ و اسمارت پی‌ال‌اس<sup>۲</sup> نسخه ۲ استفاده شد.

جدول ۱- بررسی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی معلمان

Table 1- Study of demographic characteristics of teachers

درصد Percent	فراوانی Frequency	متغیر Variable
19	44	25 to 30 years
24/1	56	31 to 35 years
25/4	59	36 to 40 years
19/4	45	41 to 45 years
12/1	28	46 to 50 years
49/6	115	Male
50/4	117	Female
13/4	31	1 to 5 years
30/2	70	6 to 10 years
26/3	61	11 to 15 years
10/8	25	16 to 20 years
8/6	20	21 to 25 years
10/8	25	More than 25 years
57/8	134	Bachelor
40/5	94	Master's degree
1/7	4	PhD

نتایج این آزمون، بین اعتماد به‌نفس با سواد بدنی (۰/۵۹۱) و اعتماد به‌نفس با انگیزه آموزش (۰/۶۶۰) و نیز بین سواد بدنی با انگیزه آموزش (۰/۶۳۹)، در سطح

به منظور برقراری پیش فرض‌های آزمون معادلات ساختاری از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج آن در جدول شماره ۲ ارائه شده است. بر اساس

2. Smart PLS

1. SPSS



۰/۰۰۱ روابط معناداری وجود دارد. لذا مفروضه انجام آزمون استفاده کرد. آزمون معادلات ساختاری برقرار است و می‌توان از این

جدول ۲- بررسی همبستگی میان متغیرهای پژوهش

Table 2 - Study of the correlation between research variables

متغیر Variable	میانگین $\pm$ انحراف معیار	اعتماد به نفس Confidence	سواد بدنی Physical literacy	انگیزه آموزش Motivation of education
اعتماد به نفس Confidence	4/30 $\pm$ 0/38	--	--	--
سواد بدنی Physical literacy	4/21 $\pm$ 0/52	R=0/591 Sig=0/001	--	--
انگیزه آموزش Motivation of education	۴/۲۴ $\pm$ ۰/۴۳	R=۰/۶۶۰ Sig=۰/۰۰۱	R=۰/۶۳۹ Sig=۰/۰۰۱	--

سه معیار پایایی، روایی همگرا و روایی واگرا استفاده می‌شود. بر اساس نتایج ارائه شده در جدول شماره ۳، مقادیر آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی<sup>۱</sup> و میانگین واریانس استخراجی برای تمامی متغیرها در محدوده قابل قبول قرار دارد.

در ادامه مدل مفهومی پژوهش با استفاده معادلات ساختاری به روش حداقل مربعات جزئی بررسی و طی آن برازش مدل در سه بخش بررسی شد: الف) برازش مدل اندازه‌گیری؛ ب) برازش مدل ساختاری؛ ج) برازش کلی مدل. برای بررسی برازش مدل‌های اندازه‌گیری،

## 1. Composite Reliability



جدول ۳- بررسی پایایی مدل پژوهش

Table 3- Assessing the reliability of the research model

میانگین واریانس استخراجی average variance extracted (AVE) > ۰/۵	پایایی ترکیبی Combined reliability (CR) > ۰/۷	ضریب آلفای کرونباخ Cronbach's alpha coefficients (a) > ۰/۷	سازه Structure
0/62	0/87	0/80	بی‌انگیزه Unmotivated
0/61	0/92	0/89	اعتمادبه‌نفس Confidence
0/50	0/87	0/83	سرگرمی و بهبود روابط Entertainment and
0/54	0/80	0/71	پیاده‌سازی Implementation
0/62	0/83	0/70	دانش فعالیت بدنی Knowledge of
0/80	0/89	0/76	توسعه و یادگیری Development and
0/65	0/88	0/87	مدیریت و برنامه‌ریزی Management and
0/70	0/90	0/86	انگیزه Motivation
0/52	0/85	0/79	رضایت شخصی Personal satisfaction
0/60	0/97	0/96	سواد بدنی Physical literacy
0/58	0/80	0/72	خودباوری و اعتمادبه‌نفس Self-esteem and
0/74	0/89	0/82	خود بیانگری Self-expression
0/56	0/88	0/84	انتظارات expectations





برای بررسی روایی واگرا از روش ماتریس فورنل و لارکر<sup>۱</sup> استفاده شد. در قطر اصلی این ماتریس، جذر میانگین واریانس استخراجی متغیرها وارد می‌شود و جهت تأیید روایی واگرا، لازم است این مقدار بیش از همبستگی میان آن متغیر با سایر متغیرها باشد. نتایج جدول شماره ۴، نشان‌دهنده روایی واگرای مناسب و برازش خوب مدل‌های اندازه‌گیری است.

جدول ۴- نتایج روایی واگرای مدل پژوهش

Table 4 - Divergent validity results of the research model

سازه Structure	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
۱- بی‌انگیزه 1- Unmotivated	0/79												
۲- اعتمادبه‌نفس 2- Confidence	0/78	0/54											
۳- سرگرمی و بهبود روابط 3- Entertainment and improve relations	0/71	0/44	0/48										
۴- پیاده‌سازی 4- Implementation	0/73	0/18	0/22	0/17									
۵- دانش فعالیت بدنی 5- Knowledge of physical activity	0/79	0/67	0/18	0/32	0/25								
۶- توسعه و یادگیری 6- Development and learning	0/89	0/48	0/51	0/54	0/25	0/65							
۷- مدیریت و برنامه‌ریزی 7- Management and planning	0/81	0/30	0/22	0/65	0/44	0/50	0/38						
۸- انگیزه 8- Motivation	0/84	0/39	0/61	0/58	0/51	0/41	0/39	0/64					
۹- رضایت شخصی 9- Personal satisfaction	0/72	0/35	0/18	0/27	0/27	0/65	0/21	0/33	0/26				
۱۰- سواد بدنی 10- Physical literacy	0/77	0/20	0/56	0/35	0/38	0/51	0/51	0/50	0/41	0/44			
۱۱- خودباوری و اعتمادبه‌نفس 11- Self-esteem and confidence	0/76	0/46	0/42	0/39	0/46	0/40	0/34	0/53	0/41	0/56	0/52		
۱۲- خود بیانگری 12- Self-expression	0/86	0/60	0/52	0/45	0/46	0/54	0/54	0/35	0/52	0/33	0/39	0/59	
۱۳- انتظارات 13- expectations	0/75	0/61	0/46	0/25	0/37	0/31	0/52	0/32	0/51	0/26	0/31	0/45	0/18

در بررسی مدل ساختاری، شاخص اشتراک<sup>۲</sup> افزونگی<sup>۳</sup>، ضریب تعیین  $(R^2)$ ،  $Q^2$  و نیکویی برازش<sup>۴</sup> (GOF) شماره ۵ گزارش شده است. برای تناسب مدل بررسی می‌شود که نتایج آن در جدول

3. Redundancy  
4. Goodness of Fit

1. Fornell & Larcker  
2. Commuality



جدول ۵- شاخص اشتراک، افزونگی ضریب تعیین،  $Q^2$  و نیکویی برازش برای متغیرهای پژوهش

Table 5 - Commuality index, redundancy coefficient,  $Q^2$  and goodness of fit for research variables

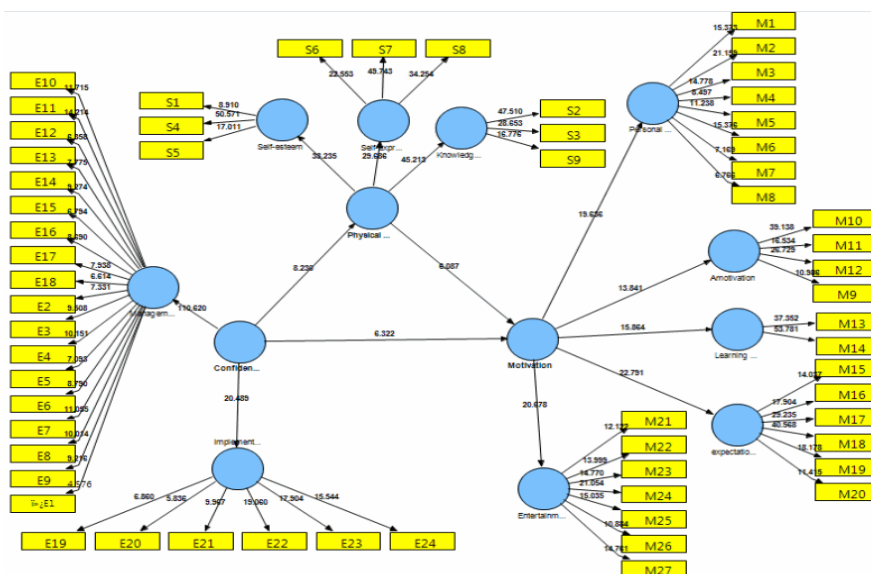
$Q^2$	$R^2$	شاخص افزونگی redundancy index	شاخص اشتراک Commuality index	متغیر Variable
0/22	0/54	0/33	0/62	بی‌انگیزه Unmotivated
--	--	--	0/46	اعتمادبه‌نفس Confidence
0/27	0/67	0/33	0/50	سرگرمی و بهبود روابط Entertainment and improve relations
0/25	0/64	0/26	0/41	پیاده‌سازی Implementation
0/46	0/75	0/46	0/62	دانش فعالیت بدنی Knowledge of physical activity
0/36	0/46	0/37	0/80	توسعه و یادگیری Development and learning
0/26	0/93	0/29	0/31	مدیریت و برنامه‌ریزی Management and planning
0/48	0/54	0/38	0/41	انگیزه Motivation
0/25	0/62	0/26	0/42	رضایت شخصی Personal satisfaction
0/33	0/35	0/35	0/47	سواد بدنی Physical literacy
0/40	0/71	0/41	0/58	خودباوری و اعتمادبه‌نفس Self-esteem and confidence
0/49	0/67	0/49	0/74	خود بیانگری Self-expression
0/34	0/62	0/34	0/56	انتظارات expectations



همچنین مقدار معیار نیکویی برازش معادل ۰/۷۳ است.

دست آمد که نشان از برازش قوی مدل کلی پژوهش

$$GOF = \sqrt{0/91 \times 0/58} = 0/73$$



شکل ۲- مدل اندازه‌گیری پژوهش در حالت استاندارد

Figure 2- Standard measurement model of research

جدول ۶- نتایج معادلات ساختاری برای هر یک از متغیرهای پژوهش

Table 6- Results of structural equations for each of the research variables

نتیجه Result	T- Value	ضریب استاندارد Standard coefficient	مسیر بین سازه‌ها path between structures
تأیید Confirm	6/322	0/434	اعتمادبه‌نفس ---> انگیزه آموزش Confidence ---> motivation training
تأیید Confirm	8/230	0/591	اعتمادبه‌نفس ---> سواد بدنی Confidence ---> Physical education
تأیید Confirm	6/087	0/383	سواد بدنی ---> انگیزه آموزش Physical literacy ---> Motivation of education
تأیید Confirm		(0/591×0/383)=0/226	اعتمادبه‌نفس ---> سواد بدنی ---> انگیزه آموزش Confidence -> physical literacy -> motivation education



آزمون سوبل<sup>۱</sup>

به کار می‌رود. در آزمون سوبل، مقدار Z-value در صورتی که از ۱/۹۶، بیشتر باشد می‌توان در سطح اطمینان ۹۵٪، معنادار بودن نقش میانجی یک متغیر را تأیید نمود.

جهت آزمون تأثیر متغیر میانجی سواد بدنی، از آزمون سوبل استفاده شد. این آزمون جهت بررسی معناداری تأثیر یک متغیر میانجی در رابطه میان دو متغیر دیگر

$$Z = \frac{۳۸۳/۰ \times ۵۹۱/۰}{\sqrt{(۳۸۳/۰)^2 \times ۰۶۱/۰ + (۵۹۱/۰)^2 \times ۰۷۸/۰}} = \frac{۸۳۵/۴}{۴۳۴/۰}$$

و رفتارهای سلامتی و پیگیری فعالیت بدنی به صورت مادام‌العمر دارند. در نتیجه، ضروری است که دانش-آموزان در طول دوره تحصیلات ابتدایی، تجربیات رشدی مثبتی در حوزه یادگیری تربیت‌بدنی داشته باشند. زیرا آنان همواره در حال رشد هستند و رشد مطلوب و همه جانبه آنان می‌تواند در زندگی پیش-رویشان بسیار مفید و مؤثر واقع شود. جهت محقق شدن این مهم، وجود معلمان متخصص، دارای اعتماد به نفس و باانگیزه برای آموزش تربیت‌بدنی بسیار مهم است؛ زیرا برخی از معلمان معمولاً به دلیل نداشتن تخصص و همچنین نداشتن فیزیک مناسب از اعتماد به نفس لازم برای آموزش تربیت‌بدنی برخوردار نیستند. سطح پایین اعتمادبه‌نفس می‌تواند منجر به عدم انگیزه آموزش تربیت‌بدنی شود که پس از آن می‌تواند بر ارائه تربیت‌بدنی باکیفیت در مقطع ابتدایی تأثیر بگذارد. بنابراین، هدف این پژوهش بررسی ارتباط اعتماد به نفس با انگیزه آموزش فعالیت بدنی با نقش واسطه‌ای سواد بدنی بود.

یافته‌های پژوهش نشان داد که اعتمادبه‌نفس معلمان با انگیزه آنان جهت آموزش تربیت‌بدنی در مقطع ابتدایی رابطه معناداری دارد (ضریب معناداری = ۶/۳۲۲). این یافته‌ها با نتایج مرادی و آذر کردار (۲۰۱۹)، ایرانمنش، صابری کاخکی و زارع زاده (۲۰۱۴) و کهری و آریفین (۲۰۲۰) هم‌راستا است. در این رابطه باید گفت

همانطور که مشاهده می‌شود مقدار Z-value نتایج حاصل از آزمون سوبل برابر ۴/۸۳۵ شد که به دلیل بیشتر بودن از ۱/۹۶ می‌توان اظهار داشت که در سطح اطمینان ۹۵٪ نقش متغیر میانجی سواد بدنی میان اعتمادبه‌نفس و انگیزه آموزش معنادار است.

## تعیین شدت تأثیر میانجی

علاوه بر آزمون سوبل، برای تعیین شدت اثر غیرمستقیم از طریق متغیر میانجی، از آماره VAF استفاده می‌شود که مقداری بین ۰ و ۱ را اختیار می‌کند و هر چه این مقدار به ۱ نزدیک‌تر باشد، نشان از قوی‌تر بودن تأثیر متغیر میانجی دارد. در واقع این مقدار نسبت اثر غیرمستقیم بر اثر کل را می‌سنجد. مقدار VAF از طریق فرمول زیر محاسبه می‌شود:

$$VAF = \frac{۳۸۳/۰ + ۵۹۱/۰}{۴۳۴/۰ + (۳۸۳/۰ + ۵۹۱/۰)} = ۰/۶۹۲$$

این بدان معنی است که ۶۹ درصد اثر کل اعتمادبه‌نفس معلمان بر انگیزه آموزش تربیت‌بدنی از طریق غیرمستقیم توسط متغیر میانجی سواد بدنی تبیین می‌شود.

## بحث و نتیجه‌گیری

برنامه‌های آموزش تربیت‌بدنی جذاب و باکیفیت بالا در مقطع ابتدایی نقش مهمی در تأثیرگذاری بر نگرش‌ها

## 1. Sobel Test



فعالیت‌های بدنی هراسی ندارد و به خوبی می‌تواند بر این چالش‌ها غلبه نماید. بخشی از این اعتماد به نفس، از اعتماد معلم به نحوه ارائه مهارت‌های بدنی از طرف او وابسته است. به عبارت دیگر، معلمی که قبلاً مهارت‌های بدنی را به خوبی فرا گرفته است و از سطح بالایی از انجام مهارت‌های بدنی برخوردار است، در هنگام ارائه این مهارت‌ها به دانش‌آموزان، از اعتماد به نفس بالاتری برخوردار است و از اینکه در مسیر آموزش مهارت‌های بدنی با چالش روبرو شود، هراسی ندارد. همین امر، انگیزه لازم برای ارائه مهارت‌های بدنی از طرف معلم را ارتقاء می‌دهد. در تأیید این مطلب، ویسر-وینجویین و همکاران (۲۰۱۴) بخشی از انگیزه معلمان در حوزه آموزش را به انتظار آن‌ها از عملکرد خود منتسب می‌دانند.

همچنین، یافته‌های این پژوهش نشان داد که اعتماد به نفس معلمان مقطع ابتدایی با سواد بدنی آنان رابطه معناداری دارد (ضریب معناداری =  $0.8/230$ ). این یافته‌ها با نتایج قلی‌زاده و مسکینی (۲۰۱۹)، چوی و همکاران (۲۰۲۰)، دینام و ویلیامز (۲۰۱۹) و سام و همکاران (۲۰۱۸) هم‌راستا است. در مورد این یافته باید گفت، معلمانی که دارای اعتماد به نفس بالا هستند و به توانایی‌ها خود اطمینان دارند، دانش و تجربیات کسب‌شده خود را در آموزش فعالیت بدنی به کار می‌گیرند و سواد بدنی خود را به دانش‌آموزان منتقل می‌کنند. اگر معلمان دبستان به خود اطمینان نداشته باشند که می‌توانند با موفقیت یک کلاس تربیت‌بدنی که برای همه جذاب و یک تجربه یادگیری مثبت باشد را برگزار کنند، اعتماد به نفس خود را برای ارائه محتوای مؤثر را از دست می‌دهند. عدم اعتماد به نفس حتی می‌تواند باعث شود که معلمان از آموزش کامل تربیت‌بدنی در مدارس ابتدایی، که مورگان و بورک (۲۰۰۸) آن را به‌عنوان یک ایدئولوژی غیرآموزشی توصیف می‌کنند، پرهیز کنند؛ اما اگر معلمان اعتماد به نفس لازم را برای آموزش فعالیت بدنی داشته

معلمانی که در زمینه کاری خود سرآمد هستند، توسط یک تصویر نشان داده می‌شوند. این تصویر شامل "اطمینان" یا اعتماد به نفس است، یعنی "نگرش کلی آنان نسبت به توانایی‌هایشان" که این اعتماد به نفس، انگیزه آنان را برای کار خود دوجندان می‌کند. اعتماد به نفس یک معلم برای آموزش تربیت‌بدنی را می‌توان به باور ادراک‌شده آن‌ها در مورد توانایی خود در انجام طیف وسیعی از وظایف و موقعیت‌هایی که مخصوص آموزش تربیت‌بدنی است تقسیم کرد. تصور می‌شود که اعتماد به نفس معلمان بر انگیزه‌ها، چالش‌های پیش‌روی آنان، تلاشی که در آموزش فعالیت صرف می‌کنند و استقامت آن‌ها در برابر مشکلات تأثیر می‌گذارد (فلتر و اونکو، ۲۰۱۴). معلمان گاهی اوقات مجبور می‌شوند در محیط‌های دشوار و تحت شرایط طاقت‌فرسا به آموزش فعالیت‌های پیچیده بپردازند. یک معلم ابتدایی عمومی را در نظر بگیرید که دارای تجربه محدود در آموزش تربیت‌بدنی است. به دلیل این که آن‌ها اکثراً تدریس خود را در یک محیط کلاس انجام می‌دهند. در صورت نیاز به تدریس یک درس تربیت‌بدنی، این امر خارج از محیط طبیعی آموزش آن‌ها خواهد بود، زیرا درس تربیت‌بدنی اغلب در فضای ورزشی مخصوص انجام می‌شود. در نتیجه، این ممکن است باعث شود که فردی با اعتماد به نفس پایین به دلیل فشار و نداشتن تجربه تصمیمات ضعیفی بگیرد و اهداف و کیفیت عملکرد آموزش تربیت‌بدنی را پایین بیاورد. از طرف دیگر، یک فرد با اعتماد به نفس بالاتر، به دلیل انگیزه آموزشی بالا، احتمالاً به تلاش و دستیابی به اهداف چالش برانگیز ادامه می‌دهد و از تفکر تحلیلی، خوب استفاده می‌کند، در نتیجه عملکرد بالایی در کنار اهداف مورد نظر خود به دست می‌آورد و اعتماد به نفسی که دارد انگیزه او را تقویت می‌کند (کیلی و همکاران، ۲۰۱۴). در واقع، معلمی که از سطح بالایی از اعتماد به نفس در آموزش مهارت‌های بدنی برخوردار است، از چالش‌های موجود در مسیر ارائه



زندگی قابل توجه است (تلفورد و همکاران، ۲۰۲۱)؛ بنابراین می‌توان گفت که سواد بدنی عامل اصلی در افزایش انگیزه آموزش تربیت‌بدنی معلمان است. معلمانی که انگیزه لازم برای آموزش درس تربیت‌بدنی را ندارند، این عدم انگیزه لازم را می‌توان ناشی از کمبود دانش و سواد بدنی، عدم اعتمادبه‌نفس و احساس عدم اطمینان نسبت به آنچه انجام می‌دهند دانست. این افکار عدم اطمینان و اعتماد به‌نفس، تحت تأثیر احساسات و درک فرد از مهارت‌های حرکتی خود است؛ یعنی معلمانی که فاقد مهارت‌های حرکتی لازم و درک قوانین، تاکتیک‌ها و فنون مورد نیاز برای آموزش فعالیت‌های ورزشی در برنامه درسی هستند؛ در قیاس با معلمانی که اعتمادبه‌نفس بالایی دارند و خود در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنند، در توسعه مدیریت دانش‌آموزان و آموزش تربیت‌بدنی از توانمندی کمتری برخوردارند. بنابراین به نظر می‌رسد تجربه قبلی برای اطمینان در آموزش تربیت‌بدنی مهم است. معلمانی که خود شخصاً فعالیت بدنی بیشتری دارند و سابقه بیشتری در پرداختن به فعالیت‌های ورزشی دارند، دارای انگیزه آموزشی و اعتمادبه‌نفس بالایی هستند و در کلاس‌های خود وقت بیشتری را به آموزش مؤثرتر و باکیفیت اختصاص می‌دهند. همچنین، سطح سواد بدنی بالا، به دلیل دانشی که به فرد می‌دهد، اثر اعتمادبه‌نفس بر انگیزه آموزش تربیت‌بدنی را در معلمان افزایش می‌دهد. با توجه به نتایج به دست آمده در پژوهش حاضر و نیز با توجه به اهمیت درس تربیت‌بدنی برای سنین پایین، پیشنهاد می‌شود که سیاست‌گذاران آموزش و پرورش، معلم ورزش مستقل برای درس تربیت‌بدنی استخدام نمایند. همچنین، با توجه به اینکه دانش و همچنین داشتن اعتمادبه‌نفس و اطمینان به اجرای فعالیت بدنی بر انگیزش معلمان مؤثر است، پیشنهاد می‌شود در کلاس‌های ضمن خدمت

باشند، تجارب و دانش خود را در زمینه سواد بدنی به‌صورت مؤثر می‌توانند به دانش‌آموزان انتقال دهند. بنابراین می‌توان گفت که اعتمادبه‌نفس معلمان بر سواد بدنی آنان در زمان آموزش فعالیت بدنی مؤثر است. به‌علاوه، یافته‌های این پژوهش حاکی از آن بود که سواد بدنی معلمان با انگیزه آنان برای آموزش تربیت‌بدنی رابطه معناداری دارد (ضریب معناداری = ۶/۰۸۷)، علاوه بر این، اعتمادبه‌نفس معلمان از طریق سواد بدنی بر انگیزه آنان برای آموزش تربیت‌بدنی تأثیر می‌گذارد که شدت اثر متغیر میانجی سواد بدنی به‌اندازه ۶۹ درصد است. این یافته‌ها با نتایج چوی و همکاران (۲۰۲۰)، مرادی و آذرکردار (۲۰۱۹)، ادوارز و همکاران (۲۰۱۹) و سام و همکاران (۲۰۱۸) هم‌راستا است. سواد بدنی چارچوبی برای معلمان جهت استفاده در تدوین برنامه‌های درسی فراهم می‌کند و سنگ بنای شرکت در فعالیت‌های بدنی و تعالی در ورزش است. انگیزه‌های آموزشی که معلمان تربیت‌بدنی را تشویق به توسعه سواد بدنی در مقطع ابتدایی می‌کند شامل اهمیت جسم در وجود انسان، اهمیت رشد حرکتی در اوایل کودکی، میزان روزافزون کم‌تحریکی و متعاقباً سطح پایین فعالیت بدنی در سراسر جهان و حرکت سواد بدنی به سمت عملکرد در سطح بالا و نخبه پروری است (چن، ۲۰۱۵). همچنین معلمان با سواد بدنی مناسب باید بتوانند ویژگی‌های انگیزه، مهارت و کارایی، هوش انجام فعالیت در محیط، اعتمادبه‌نفس، حساسیت به تعاملات اجتماعی و دانش در مورد عملکردها (به عنوان مثال، سلامتی) را هنگام آموزش فعالیت بدنی نشان دهند. در میان این صفات، انگیزه به عنوان عاملی که سایر صفات بر اساس آن عمل می‌کنند، از این جهت، سواد بدنی با انگیزه تعریف می‌شود و سواد بدنی را می‌توان به‌عنوان خصلتی توصیف کرد که با انگیزه استفاده از پتانسیل حرکتی ذاتی برای کمک به کیفیت

1. Chen



داده‌های کیفی می‌تواند روایتی غنی‌تر برای تأکید مجدد بر اهمیت آن روابط و کشف چگونگی تقویت آموزش معلمان باشد. همچنین، با توجه به اینکه به دلیل شیوع ویروس کرونا، دسترسی حضوری محقق به پاسخگویان میسر نبود و همکاری نکردن برخی از پاسخگویان در تکمیل پرسشنامه، مشکلاتی را برای تیم تحقیق به وجود آورد، لازم است در تحقیقات مشابه آتی، پس از برطرف شدن شرایط همه‌گیری ویروس کرونا، نسبت به بررسی و تأیید مجدد مدل مفهومی پژوهش در سایر جوامع آماری همچون مریان اقدام گردد و نتایج آن با نتایج پژوهش حاضر مقایسه شود.

#### سپاسگزاری

نویسندگان مقاله بر خود لازم می‌دانند مراتب تشکر صمیمانه خود را از همه معلمانی که ما را در انجام این پژوهش یاری کردند، اعلام نمایند.

معلمان به صورت عملی به این مهم پرداخته شود. به علاوه، از آنجا که داشتن سواد بدنی به تقویت اعتمادبه‌نفس کمک می‌کند و از این طریق انگیزه آموزش فعالیت بدنی معلمان بیشتر می‌شود، پیشنهاد می‌شود در دوره‌های ضمن خدمت به این مهم پرداخته شود تا معلمان بتوانند سواد بدنی دانش‌آموزان را بالا ببرند.

در پایان، با توجه به اینکه سواد بدنی را می‌توان با استفاده از چندین روش اندازه‌گیری یا ارزیابی کرد، تنها استفاده از یک نظرسنجی سواد بدنی که از طریق خودگزارشی حاصل شده است، درک پیچیدگی مفهوم را محدود می‌کند. برای ارائه یک بررسی غنی از رابطه بین سواد بدنی، انگیزه آموزش و اعتمادبه‌نفس تدریس، نیاز به بررسی روش‌های کیفی، مانند مصاحبه‌های عمیق فردی و گروهی با معلمان است، که در آن بتوانند ایده‌ها، ارزش‌ها و تجربیات خود را بیان کنند. این

#### منابع

1. Alderman, M. K. (2013). *Motivation for achievement: Possibilities for teaching and learning*. Routledge. New York, ny. publisher: Routledge.
2. Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological review*, (2) 84, 191.
3. Cale, L., Harris, J., & Chen, M. H. (2014). Monitoring health, activity and fitness in physical education: its current and future state of health. *Sport, Education and Society*, (4) 19, 376-397.
4. Castelli, D. M., Centeio, E. E., Beighle, A. E., Carson, R. L., & Nicksic, H. M. (2014). Physical literacy and comprehensive school physical activity programs. *Preventive medicine*, (251) 66, 95-100.
5. Carson, R. L., & Chase, M. A. (2009). An examination of physical education teacher motivation from a self-determination theoretical framework. *Physical Education and Sport Pedagogy*, (4)14, 335-353.
6. Chen, A. (2015). Operationalizing physical literacy for learners: Embodying the motivation to move. *Journal of Sport and Health Science*, (2)4, 125-131.
7. Choi, S. M., Sum, R. K. W., Wallhead, T., Ha, A. S. C., Sit, C. H. P., Shy, D. Y., & Wei, F. M. (2020). Preservice Physical Education Teachers' Perceived Physical Literacy and Teaching Efficacy. *Journal of Teaching in Physical Education*, (1)40, 146-156.
8. Choi, S. M., Sum, K. W. R., Leung, F. L. E., Wallhead, T., Morgan, K., Milton, D., ... & Sit, H. P. C. (2021). Effect of sport education on students' perceived physical literacy, motivation, and physical activity levels in university required physical education: a cluster-randomized trial. *Higher Education*, (6)81, 1137-1155.



9. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Cognitive evaluation theory. In *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Boston, Springer, MA: p. 43-85.
10. Dinham, J., & Williams, P. (2019). Developing Children's Physical Literacy: How Well Prepared Are Prospective Teachers?. *Australian Journal of Teacher Education*, (6)44, 53-68.
11. Edwards, L. C., Bryant, A. S., Morgan, K., Cooper, S. M., Jones, A. M., & Keegan, R. J. (2019). A professional development program to enhance primary school teachers' knowledge and operationalization of physical literacy. *Journal of Teaching in Physical Education*, (2)38, 126-135.
12. Feltz, D. L., & Öncü, E. R. M. A. N. (2014). Self-confidence and self-efficacy. *Routledge companion to sport and exercise psychology: Global perspectives and fundamental concepts*, p: 417-419.
13. Freud, S. (1961). Negation. Standard Edition, 19. London: Hogarth Press, p: 81-111.
14. Freak, A., & Miller, J. (2017). Magnifying pre-service generalist teachers' perceptions of preparedness to teach primary school physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, (1)22, 51-70.
15. Ghanbari, H, Shetab Bushehri, N, Shafinia, P, Mehr Alizadeh, Y. (2019). Designing a Model of Factors Affecting Primary School Students' Tendency to Sports: A Mixed Research. *Journal of Teaching and Learning Studies*, 11 (1), 239-25. (In Persian).
16. Gholi Dehneh, M, (2016), The effect of teaching styles of physical education teachers on achieving the goals and sports performance of fifth grade students in Kalaleh. Master Thesis in Sports Management, Faculty of Humanities, Shafaq Tonekabon Institute of Higher Education. (In Persian).
17. Gholizadeh, H and Meskini, S (2019), Job motivation in teachers and a study of the factors affecting it, the third national conference on strategies to achieve sustainable development in Iranian educational sciences and psychology, Tehran, <https://civilica.com/doc/926529>. (In Persian).
18. Guay, F., Morin, A. J., Litalien, D., Valois, P., & Vallerand, R. J. (2015). Application of exploratory structural equation modeling to evaluate the academic motivation scale. *The Journal of Experimental Education*, (1)83, 51-82.
19. Graber, K. C., Locke, L. F., Lambdin, D., & Solmon, M. A. (2008). The landscape of elementary school physical education. *The Elementary School Journal*, (3)108, 151-159.
20. Hardman, K., & Marshall, J. (2006). Update on the state and status of physical education in international context. *Journal of Sport Science and Physical Education, Bulletin 47*. Retrieved from <http://www.diving.at/portal/downloads/Uni/TB11.pdf>.
21. Harris, J., Cale, L., & Musson, H. (2012). The predicament of primary physical education: A consequence of 'insufficient'ITT and 'ineffective'CPD?. *Physical Education and Sport Pedagogy*, (4)17, 367-381.
22. Hull, C. L. (1943). Principles of behavior: An introduction to behavior theory.
23. Iranmanesh, H., Saberi Kakhki, A., & Zarezadeh, M. (2014). The Relationship between Sport self-confidence & Motivation among Table Tennis Athletes Based on Self-determination Theory. *Sport Psychology Studies*, (8)3, 76-59. (In Persian).





24. Jimenez-Silva, M., Olson, K., & Jimenez Hernandez, N. (2012). THE CONFIDENCE TO TEACH ENGLISH LANGUAGE LEARNERS: EXPLORING COURSEWORK'S ROLE IN DEVELOPING PRESERVICE TEACHERS' EFFICACY. *The Teacher Educator*, (1)47, 9-28.
25. Kahri, M., & Arifin, S. (2020, February). The Contribution of Pedagogical Competence and Motivation to Get Achievement of the Teachers of Physical Education, Health, and Sports. In *1st South Borneo International Conference on Sport Science and Education (SBICSSE 2019)* <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200219.037>.
26. Kauffman, D. F., SOYLU, M. Y., & Bryan, D. U. K. E. (2011). Validation of the motivation to teach scale. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (40)40, 279-290.
27. Keegan, R. J., Barnett, L. M., Dudley, D. A., Telford, R. D., Lubans, D. R., Bryant, A. S., ... & Evans, J. R. (2019). Defining physical literacy for application in Australia: A modified delphi method. *Journal of Teaching in Physical Education*, (2)38, 105-118.
28. Moradi, J., Azarkordar, J. (2019). Investigating the motivational and inhibitory factors affecting physical education in schools. *Journal of Research in Educational Systems*. (46)13, 93-79. (In Persian).
29. Morgan, P. J., & Hansen, V. (2008). The relationship between PE biographies and PE teaching practices of classroom teachers. *Sport, Education and Society*, (4)13, 373-391.
30. Morgan, P., & Bourke, S. (2008). Non-specialist teachers' confidence to teach PE: the nature and influence of personal school experiences in PE. *Physical Education and Sport Pedagogy*, (1)13, 1-29.
31. Martins, M., Costa, J., & Onofre, M. (2015). Practicum experiences as sources of pre-service teachers' self-efficacy. *European Journal of Teacher Education*, (2)38, 263-279.
32. Mirali, M., Bahram, A., & Ghadiri, F. (2019). Modeling the Physical Literacy Theory in Ten-year Old Female Students in Ahvaz Educational District one. *Journal of Sport Psychology Studies*, 28; 1-12. In Persian. Doi: 10.22089/spsyj.2019.2516.1268
33. Molden, D. C., & Dweck, C. S. (2000). Meaning and motivation. In *Intrinsic and extrinsic motivation*. 2, San Diego, CA: Academic Press, p: 131-159.
34. Mull, R., Kathryn, F., Craig, G., Ross, M., Lynn Jamieson, M. (2005). Recreational sport management. 4th Edition, *Human Kinetics*, P:450-453.
35. Nunnally J C. (1978). Psychometric theory (2nd ed). New York: McGraw Hill, P:126.
36. O'Sullivan, M., & Oslin, J.L. (2012). Editorial. *Irish Educational Studies*, (3)31, 245-250.
37. Ramezani Nejad, R (2013). Physical education in schools (with additions and fundamental revisions). *Tehran, Samat Publications*. (In Persian).
38. Rink, J. E., & Hall, T. J. (2008). Research on effective teaching in elementary school physical education. *The Elementary School Journal*, (3)108, 207-218.
39. Roth, G. (2014). Antecedents and outcomes of teachers' autonomous motivation. *Teacher motivation: Theory and practice*. 2, New York: Routledge, P: 36-51.
40. Roberts, G. C., & Papaioannou, A. G. (2014). Achievement motivation in sport settings. In *Routledge companion to sport and exercise psychology*, 73-90.



41. Spittle, M., & Spittle, S. (2015). Content of curriculum in physical education teacher education: expectations of undergraduate physical education students. *Asia-pacific journal of teacher education*, (3)44, 257-273.
42. Spittle, M. (2013). *Motor learning and skill acquisition: Applications for physical education and sport*. Palgrave Macmillan Australia.
43. Spittle, S. (2015). *An examination of teacher confidence and motivation to teach primary school physical education* (Doctoral dissertation, Victoria University).
44. Sum, R. K., Cheng, C. F., Wallhead, T., Kuo, C. C., Wang, F. J., & Choi, S. M. (2018). Perceived physical literacy instrument for adolescents: A further validation of PPLI. *Journal of Exercise Science & Fitness*, (1)16, 26-31.
45. Telford, R. D., Cunningham, R. B., Fitzgerald, R., Olive, L. S., Prosser, L., Jiang, X., & Telford, R. M. (2012). Physical education, obesity, and academic achievement: a 2-year longitudinal investigation of Australian elementary school children. *American journal of public health*, (2)102, 368-374.
46. Telford, R. D., Cunningham, R. B., Telford, R. M., Daly, R. M., Olive, L. S., & Abhayaratna, W. P. (2013). Physical education can improve insulin resistance: the LOOK randomized cluster trial. *Med Sci Sports Exerc*, (10)45, 1956-64.
47. Telford, R. M., Olive, L. S., Keegan, R. J., Keegan, S., Barnett, L. M., & Telford, R. D. (2021). Student outcomes of the physical education and physical literacy (PEPL) approach: a pragmatic cluster randomised controlled trial of a multicomponent intervention to improve physical literacy in primary schools. *Physical Education and Sport Pedagogy*, (1)26, 97-110.
48. Young, L., O'Connor, J., & Alfrey, L. (2020). Physical literacy: a concept analysis. *Sport, Education and Society*, (8)25, 946-959.
49. Yildizer, G., & Munusturlar, S. (2021). Differences in perceived physical literacy between teachers delivering physical education in schools: classroom teachers vs physical education teachers. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1-14.
50. Visser-Wijnveen, G. J., Stes, A., & Van Petegem, P. (2014). Clustering teachers' motivations for teaching. *Teaching in Higher Education*, (6)19, 644-656.
51. Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology*, 7E. Human Kinetics.
52. Zach, S., Harari, I., & Harari, N. (2012). Changes in teaching efficacy of pre-service teachers in physical education. *Physical education and sport pedagogy*, (5)17, 447-462.



### ارجاع دهی

سلطانی، صادق؛ حسینی، سیده‌سمیه؛ و مختاری دینانی، مریم. (۱۴۰۰). ارتباط اعتماد به نفس با انگیزه آموزش فعالیت بدنی: نقش واسطه‌ای سواد بدنی. *مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۱۰(۳۸)، ۹۶-۲۶۹. شناسه دیجیتال: 10.22089/SPSYJ.2021.10925.2204

Soltani, S; Hosseini, S.S; & Mokhtari Dinani. (2022). Relationship Between Self-Confidence and Motivation for Physical Activity Training: The Mediating Role of Physical Literacy. *Sport Psychology Studies*, 10(38), 269-96. In Persian. DOI: 10.22089/SPSYJ.2021.10925.2204

