

تأثیر برگزاری مجازی ساعات تربیت بدنی در مدارس بر سلامت جسمانی و روانی دانش آموزان و انگیزش شغلی معلمان تربیت بدنی در دوران بیماری کووید-۱۹

ناصر رسولزاده جدی^{۱*}

یعقوب بدری آذرین^۲

محمد رسول خدادادی^۳

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۳/۰۱ تاریخ چاپ: ۱۴۰۳/۰۵/۱۱

چکیده

برگزاری مجازی کلاس‌های تربیت بدنی در دوران کرونا تغییراتی در سبک زندگی معلمان، دانش آموزان بوجود آورد. تجربه‌ی چنین دورانی ایجاب می‌کند که سیاست‌گذاران از انگیزه‌های مختلف معلمان و از چگونگی مشارکت و دلایل عدم شرکت دانش آموزان در کلاس‌ها آگاه شوند تا برای شرایط مشابه برنامه‌ریزی بهتری به عمل آورند؛ بنابراین هدف تحقیق حاضر بررسی تأثیر برگزاری مجازی تربیت بدنی در مدارس بر سلامت جسمانی و روانی دانش آموزان و انگیزش شغلی معلمان تربیت بدنی در دوران کووید-۱۹ بود. این پژوهش به لحاظ هدف کاربردی و به لحاظ روش توصیفی بوده که به صورت پیمایشی انجام شد. جامعه آماری شامل کلیه معلمان تربیت بدنی و دانش آموزان مقطع متوسطه اول آذربایجان شرقی بود. حجم نمونه براساس جدول مورگان برای معلمان تربیت بدنی ۲۹۱ و دانش آموزان ۳۸۴ نفر بود. ابزار تحقیق دو پرسشنامه استاندارد انگیزش شغلی هرزبرگ (۱۹۹۷) و سلامت عمومی گلدبرگ (۱۹۷۲) بود. برای بررسی توزیع طبیعی متغیرها از آزمون شاپیرو-ویلک و برای آزمون فرضیه‌های پژوهش از آزمون t وابسته (زوجی) و آزمون کوهن D در نرم افزار SPSSV25 استفاده شد. نتایج تحقیق نشان داد که برگزاری مجازی تربیت بدنی در دوران کووید-۱۹ باعث کاهش انگیزش شغلی معلمان تربیت بدنی به میزان ۷/۸ درصد و سلامت جسمانی و روانی دانش آموزان به میزان ۹/۲ درصد شده است ($P < 0/05$). نتایج پژوهش حاکی از آن است که برگزاری مجازی کلاس‌های تربیت بدنی در دوران کووید-۱۹ موجب کاهش سلامت جسمی و روانی دانش آموزان و انگیزش شغلی معلمان تربیت بدنی شده است. این امر نشان‌دهنده نیاز به بازنگری و بهبود در برنامه‌های آموزشی مجازی برای آینده است.

واژگان کلیدی

تدریس مجازی، درس تربیت بدنی، انگیزش شغلی، سلامت جسمی و روانی.

^۱ کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران. (نویسنده مسئول: Naserrasoulzadeh.j@gmail.com).

^۲ استاد گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

^۳ دانشیار گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

۱. مقدمه

شیوع ویروس کرونا در سال ۲۰۲۰ میلادی و تعطیلی مراکز آموزشی به دلیل این بحران جهانی، تحولی اساسی در فرایند آموزش به وجود آورد. نیاز به نگاه نو و کاربردی در آموزش، فراتر از روش‌های سنتی، به شدت احساس شد. این نگاه جدید باید قادر باشد بدون نیاز به حضور فیزیکی، فرایند آموزش را تداوم بخشد و شرایط محیطی را به گونه‌ای مدیریت کند که یادگیری دانش‌آموزان مختل نشود (عباسی و همکاران، ۱۳۹۹).

اگرچه همه‌گیری کرونا مشکلات زیادی برای تمامی نهادهای جامعه، از جمله سلامت مردم، به همراه داشت، اما فرصتی نیز برای شکوفایی برخی پتانسیل‌ها فراهم کرد. یکی از این پتانسیل‌ها، گسترش و رونق آموزش‌های الکترونیکی و مجازی در سراسر کشور بود (نیک‌سیرت، ۱۴۰۲). این تحول نیازمند زیرساخت‌های مناسب از قبیل توسعه شبکه سراسری اینترنت، رایگان کردن بسته‌های اینترنتی برای دانش‌آموزان و معلمان، افزایش سرعت اینترنت، تولید نرم‌افزارهای آموزشی دوسویه، و بهره‌برداری از تجارب کسب‌شده توسط معلمان و شناسایی نقاط قوت و ضعف برنامه‌های مجازی است (طهماسبی و همکاران، ۱۳۹۸). با توجه به اهمیت سلامتی به عنوان مهم‌ترین سرمایه زندگی هر فرد، فعالیت‌های بدنی باید بخش مهمی از زندگی افراد باشند. بنابراین، در طراحی و تدوین محتوای برنامه درسی، توجه ویژه‌ای به اهمیت فعالیت بدنی و تحرک در مدارس باید شود (صفانیا و برهمند، ۱۳۹۹). محتوا باید آموزنده و کاربردی باشد، به طوری که به مخاطبین مهارت‌های جدید بیاموزد یا دیدگاه‌های تازه‌ای معرفی کند و در تصمیم‌گیری‌های آن‌ها کمک‌کننده باشد (صفانیا و برهمند، ۱۳۹۹). درس تربیت‌بدنی در سامانه شاد نمونه‌ای از این تلاش‌ها بود که گامی نوین در شیوه‌های آموزشی جهت پیشبرد برنامه‌های ورزشی و فعالیت‌های جسمانی و دستیابی به اهداف آموزشی تربیت‌بدنی در مدارس برداشت. این اقدام به‌ویژه در شرایط گسترش بیماری کووید-۱۹ و روزهای ماندن در خانه اهمیت داشت، زیرا مانع از بازماندن کودکان از ورزش و فعالیت‌های جسمانی به بهانه کرونا می‌شد (غفوری‌فرد، ۱۳۹۹).

امروزه بحران‌ها، اعم از سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، سلامتی و طبیعی، جزء جدایی‌ناپذیر عصر نوین هستند و اجتناب از آن‌ها غیرممکن به نظر می‌رسد، اما می‌توان آسیب‌ها و تلفات آن‌ها را به حداقل رساند (Mian A, Khan, (2020). در این بین، نقش آموزش و پرورش در تربیت افراد جامعه بسیار حیاتی و اساسی است و در شرایط بحران این نقش بیشتر نمایان می‌شود (نصراللهی و همکاران، ۱۳۹۶).

همه‌گیری بیماری کرونا ویروس شرایط را برای همه دنیا در بخش‌های مختلف دشوار کرد. انتشار ویروس کرونا از اواسط ماه دسامبر ۲۰۱۹ در شهر ووهان چین آغاز شد و به تدریج تمامی کشورهای جهان را درگیر کرد (ایرنا، ۲۰۲۰). در ۳۰ ژانویه ۲۰۲۰، سازمان جهانی بهداشت با انتشار بیانیه‌ای، شیوع کرونا ویروس را یک وضعیت اضطراری بهداشت عمومی اعلام کرد که تهدیدی برای تمام جهان به شمار می‌رفت (Liu et al., 2020). اگرچه همه اقشار و گروه‌های سنی در معرض خطر این بیماری قرار داشتند، اما به دلیل جمعیت بالای دانش‌آموزان، تراکم کلاس‌های درسی، استفاده از امکانات و فضاهای عمومی و مشترک، و پیامدهای سلامتی ناشی از آن، مراقبت و کنترل فضاهای آموزشی از نخستین اقدامات کشورهای مبتلا به این بیماری بود. در ششم مارس ۲۰۲۰، حدود ۶۰۰ میلیون کودک و جوان به دلیل تعطیلی گسترده آموزشگاه‌ها توسط دولت‌ها به منظور کند کردن شیوع کرونا از حضور در مدرسه محروم شدند. نزدیک به ۸۰ کشور تمامی مدارس خود را تعطیل کردند که این امر به دانش‌آموزان از پایه‌های پیش دبستانی تا دبیرستان آسیب رساند (یونسکو، ۲۰۲۰).

در ایران نیز، شیوع کرونا ویروس به صورت رسمی در ۲۹ بهمن ۱۳۹۸ تأیید شد (خبرگزاری فارس، ۲۰۲۰). به دنبال شیوع این ویروس، مدارس از هفته اول اسفندماه تعطیل اعلام شد و این تعطیلی تا اواخر سال ۹۸ و حتی بعد از شروع تعطیلات رسمی سال ۹۹ ادامه یافت. با این حال، سیاست دولت این بود که مدارس و دانشگاه‌ها تعطیل هستند، اما آموزش و یادگیری تعطیل نیست. بنابراین، سازوکارهای گسترده‌ای برای پیشبرد امور آموزشی و تحقیقاتی با تمرکز بر بستر فضای مجازی و آموزش از راه دور طراحی و تدوین شد (وزارت آموزش و پرورش، ۱۳۹۹).

آموزش و پرورش ابتدا آموزش‌های مکمل را از طریق شبکه آموزش برای استمرار فعالیت‌های یادگیری دانش‌آموزان آغاز کرد تا آموزش در کشور تعطیل نباشد. اگرچه آموزش‌های تلویزیونی امکان پوشش بالایی داشتند، اما به دلیل ماهیت یک طرفه بودن، پاسخگوی تعامل مورد انتظار در جریان یادگیری نبودند و آموزش و پرورش نمی‌توانست به سنجش مطمئنی از ارتباط فراگیران با آموزش معلمان دست یابد. بنابراین، نیاز به شیوه‌ای بود که بتواند ارتباط مؤثر معلمان و دانش‌آموزان را با کیفیت تعاملی قابل قبول تضمین و ارزشیابی کند (عباسی و همکاران، ۱۳۹۹).

به منظور ساماندهی آموزش مجازی دانش‌آموزان، وزارت آموزش و پرورش شبکه آموزشی دانش‌آموزان (شاد) را طراحی و پیاده‌سازی کرد. ساختار این شبکه همانند ساختار مدرسه واقعی بود؛ دانش‌آموزان وارد کلاس مجازی می‌شدند و معلم طبق برنامه کلاسی که مدیر مدرسه ارائه می‌داد، حضور داشت و فرآیند یاددهی و یادگیری را دنبال می‌کرد (وزارت آموزش و پرورش، ۱۳۹۹).

مدیر و کادر اداری مدرسه نظارت بر کلاس درس مجازی معلمان و حضور و غیاب دانش‌آموزان را بر عهده داشتند. در مدت کوتاهی پس از پیاده‌سازی شبکه شاد، ۱۱ میلیون و ۴۰۸ هزار دانش‌آموز، ۷۰۶ هزار و ۳۴۲ معلم و ۱۱۵ هزار و ۳۰۱ مدیر مدرسه در این شبکه ثبت‌نام کردند (وزارت آموزش و پرورش، ۱۳۹۹). محتوای اصلی آموزش مجازی در شبکه شاد توسط معلمان تدریس می‌شد، اما معلمان در انتخاب محتوای آموزشی مناسب آزاد بودند و می‌توانستند از برنامه‌های ضبط شده آموزشی تلویزیونی، محتواهای معرفی شده توسط شبکه رشد و دیگر منابع استفاده کنند (فرجی و همکاران، ۱۴۰۲).

کلاس‌های تربیت‌بدنی در مدارس به عنوان یک پدیده مهیج و برانگیزاننده، نقش مهمی در توسعه و ارتقای سلامت دانش‌آموزان دارند (دهقانی و همکاران، ۱۳۹۹). این کلاس‌ها به عنوان ابزاری چند بعدی با تأثیرات گسترده، به دانش‌آموزان کمک می‌کنند تا بر فشارهای جسمانی، روحی و روانی و اجتماعی فائق آیند. تحقیقات نشان داده که پرداختن به تفریحات سالم و به ویژه فعالیت‌های ورزشی در مدارس آثار مثبت فراوانی بر سلامتی جسمی و روحی دانش‌آموزان دارد (برت و همکاران، ۲۰۲۰). شرکت دانش‌آموزان در کلاس تربیت‌بدنی منجر به بهبود وضعیت جسمانی، سلامت روحی و سرگرمی بهینه آن‌ها می‌شود (حقدادی و خسروی‌زاده، ۱۴۰۰).

در عصر حاضر، ورزش و فعالیت بدنی از جمله کارهایی است که می‌تواند در اوقات فراغت و ایام بیکاری مردم انجام پذیرد و تا حدودی از آثار و عوارض سوء سبک‌های نوین زندگی بکاهد (طهماسبی و همکاران، ۱۳۹۸). صاحب‌نظران معتقدند که اگر جامعه‌ای افراد خود را به ورزش ترغیب کند، به افزایش عزت نفس و سلامت جسمی و روحی آن‌ها کمک کرده است. از جمله مفاهیم مهم در این زمینه، انگیزه و تعهد است (حمیدی و جویباری، ۱۳۹۹). بسیاری از نظریه‌های یادگیری، انگیزش را مهم‌ترین عامل یادگیری می‌دانند. انگیزش به بیان ساده عبارت است از جهت و شدت تلاش فرد. منابع انگیزش افراد نیز با هم تفاوت دارند و بسته به تفاوت‌های فردی و شغلی، در دستیابی به اهداف اهمیت خاصی دارند (سالاری و همکاران، ۱۴۰۲).

کلاس تربیت بدنی و مشارکت ورزشی دانش آموزان نه تنها به ارتقا و توسعه ورزش کمک می کند، بلکه منجر به داشتن جامعه‌ای شاد، بهبود امنیت اجتماعی، حمایت از توسعه، دستیابی به عدالت اجتماعی، تقویت تناسب جسمانی و بهبود میزان سلامت عمومی دانش آموزان می شود (مرتضایی و همکاران، ۱۳۹۳). عدم حرکت یا فقر حرکتی در هر سنی با عوارض جانبی چون چاقی، ضعف عضلات، بیماری‌های گردش خون و اختلالات روانی همراه است. پیشگیری از این بیماری‌ها از طریق فعالیت‌های ورزشی و روش زندگی سالم، پایدارترین راه اقتصادی برای رویارویی با این مشکلات و حمایت از توسعه اجتماعی است (اسکندری و غفوری، ۱۳۹۵).

در دوره شیوع ویروس کرونا، معلمان با فعال بودن در حوزه آموزش مجازی، چراغ آموزش را روشن نگه داشتند. دبیران تربیت بدنی نیز مانند سایر معلمان با حضور فعال و راه اندازی پویش‌های مختلف از جمله پویش ورزش در خانه، تلاش بسیاری برای اولویت دادن به درس ورزش انجام دادند. گروه‌های آموزشی مدارس در فضای مجازی با اولویت اینکه ورزش و تربیت بدنی باید همیشه جاری باشد، فعالیت خود را آغاز کردند که خوشبختانه با استقبال خوبی از سوی خانواده‌ها و دانش آموزان مواجه شد. آموزش و پرورش با توجه به این مقوله، بر اساس ساختاری درست و مناسب، برنامه‌ریزی شده و علمی، آموزش‌ها را دنبال کرد (حمیدی و نجفی جویباری، ۱۳۹۹).

بررسی سه عامل عقاید، اهداف و انگیزه‌های معلمان، محیط و رفتار فردی و گروهی برای تحلیل برگزاری ساعات تربیت بدنی در مدارس ضرورت دارد. شناخت عوامل رفتارهای انگیزش شغلی معلمان از اجزای ضروری و پیش نیاز این کلاس‌ها است و میزان تلاش، استقامت و تعهد معلم را در رسیدن به اهداف نشان می دهد (عباسی و همکاران، ۱۳۹۹). در امر برگزاری کلاس‌های مجازی تربیت بدنی، انگیزه‌های مختلف نظیر بیکاری، انگیزه معلمان، حقوق، افزایش فشارهای روانی، کنترل وزن، روابط شغلی و زندگی، سلامتی و آمادگی جسمانی، بر گرایش یا عدم گرایش به جذب شغل تأثیر می گذارند (غفوری فرد، ۱۳۹۹).

در دوره همه گیری ویروس کرونا، عدم وجود فرهنگ مثبت ورزش در خانواده‌ها می تواند منجر به بی انگیزگی معلمان تربیت بدنی و در نتیجه، بی ارزش خواندن درس ورزش و سلامت از سوی دانش آموزان شود (جانی و همکاران، ۱۳۹۹). برگزاری مجازی کلاس‌های تربیت بدنی در این دوره می تواند تغییرات مهمی در سبک زندگی معلمان، دانش آموزان و والدین به وجود آورد (یانگ، ۲۰۲۰). همچنین، اضطراب کرونا می تواند بر رفتار افراد تأثیر بگذارد و بیماری‌های دیگر را تشدید کند. برگزاری کلاس‌های مجازی تربیت بدنی در دوران کرونا می تواند اضطراب دانش آموزان را کاهش داده و تأثیر درمانی بر اضطراب و افسردگی آنها داشته باشد (محمودی و شهیاد، ۱۳۹۹). در نهایت، برای برگزاری موفق برنامه‌های تربیت بدنی مجازی در دوران کرونا، لازم است که مدیران و سیاست گذاران از انگیزه‌ها و عوامل مختلف معلمان و دلایل عدم شرکت دانش آموزان در برنامه‌های ورزشی آگاهی داشته باشند (فرجی و همکاران، ۱۴۰۲).

با توجه به اینکه چنین رویدادی تاکنون در گذشته صورت پذیرفته بود و دانش آموزان، والدین و حتی معلمان تجربه‌ای در این زمینه نداشتند، همچنین در دورانی که کرونا ویروس تحت کنترل در نیامده بود و ادامه این مسیر خستگی‌های ذهنی و فیزیکی را به دنبال داشت، بنابراین برای برگزاری کلاس‌های مجازی درس تربیت بدنی و زیرپوشش قرار دادن دانش آموزان در این برنامه‌ها، باید به طور اساسی اندیشیده می شد و اقدامی جدی و سریع به عمل می آمد (فرجی و همکاران، ۱۴۰۲). از این رو، گسترش موفقیت آمیز این گونه برنامه‌ها ایجاب می کند که برنامه ریزان و سیاست گذاران از انگیزه‌های مختلف معلمان و از چگونگی مشارکت و دلایل و عوامل عدم شرکت دانش آموزان در برنامه‌های ورزشی

آگاه شوند. زیرا انگیزه، کلید انجام هر کار و فعالیتی به شمار می‌رود و می‌تواند رفتارهای افراد را تحریک، تقویت و هدایت کند و یا موجب کنترل و توقف آن شود. این تحقیق می‌تواند به ما کمک کند تا در مواجهه با بحران‌های مشابه در آینده، مانند بیماری‌های همه‌گیر یا بلایای طبیعی، عملکرد بهتری داشته باشیم. درس‌های آموخته شده از دوران کووید-۱۹ می‌تواند به بهبود برنامه‌های آموزشی و تربیت‌بدنی مجازی منجر شوند. یافته‌های این تحقیق به توسعه و بهبود برنامه‌های تربیت‌بدنی آنلاین کمک خواهد کرد، که این امر می‌تواند برای مدارس به منظور ارائه برنامه‌های مجازی موثرتری که هم برای سلامت جسمانی و روانی دانش‌آموزان مفید باشد و هم انگیزش شغلی معلمان را حفظ کند، بسیار مفید باشد. نتایج این تحقیق نشان خواهد داد که چگونه فعالیت‌های تربیت‌بدنی مجازی بر سلامت جسمانی و روانی دانش‌آموزان تأثیر می‌گذارد. این اطلاعات می‌تواند به بهبود رفاه دانش‌آموزان و کاهش مشکلات روانی و جسمانی در مواقعی که آموزش حضوری ممکن نیست، کمک کند. علاوه بر این، بررسی تأثیر برنامه‌های مجازی بر انگیزش شغلی معلمان تربیت‌بدنی می‌تواند به توسعه راهکارهایی برای حفظ و افزایش انگیزش آنها کمک کند. این موضوع اهمیت ویژه‌ای دارد زیرا معلمان با انگیزه می‌توانند تأثیر مثبتی بر کیفیت آموزش داشته باشند. اشاره وزیر آموزش و پرورش به این نکته که "آموزش و مدرسه تعطیل شدنی نیست" و تأکید بر آمادگی سامانه‌های آموزش مجازی، مانند شاد، نشان‌دهنده اهمیت بالای این موضوع است. این اظهار نظر نشان می‌دهد که حتی در شرایط بحرانی، برنامه‌های آموزشی و تربیت‌بدنی باید به گونه‌ای طراحی و اجرا شوند که به طور موثر قابل دسترسی باشند. اطلاعات به دست آمده از این تحقیق می‌تواند به سیاست‌گذاران آموزشی کمک کند تا تصمیمات بهتری در مورد نحوه اجرای برنامه‌های تربیت‌بدنی در شرایط بحرانی بگیرند. این تصمیمات می‌تواند بر اساس شواهد علمی باشد و به بهبود کیفیت آموزش کمک کند. همچنین، تحقیق در این زمینه می‌تواند به ایجاد نوآوری‌ها و روش‌های جدید در آموزش و تربیت‌بدنی منجر شود. این نوآوری‌ها ممکن است شامل استفاده از فناوری‌های جدید، روش‌های آموزشی متفاوت و برنامه‌های تربیت‌بدنی متنوع باشد. در مجموع، انجام این تحقیق می‌تواند به بهبود کلی نظام آموزشی و تربیت‌بدنی کمک کرده و برای مواجهه با چالش‌های آینده آمادگی بیشتری فراهم کند. لذا در این پژوهش، پژوهشگر به دنبال پاسخگویی به این سؤال بود که برگزاری مجازی ساعات تربیت‌بدنی در مدارس چه تأثیری بر سلامت جسمانی و روانی دانش‌آموزان و انگیزش شغلی معلمان تربیت‌بدنی در دوران بیماری کووید-۱۹ داشته است؟

۲. پیشینه پژوهش

تحقیقات مختلف انجام شده در این زمینه نشان می‌دهد که چندین عامل مختلف بر وضعیت ورزش و تربیت‌بدنی در دوران شیوع ویروس کرونا تأثیرگذار بوده است. به عنوان مثال، روحی خدایار و مرادپور (۱۴۰۲) به این نتیجه رسیدند که عواملی همچون افزایش کم‌ترکی و بی‌ترکی، کاهش تعداد دانش‌آموزان ورزشکار، کاهش مهارت‌های کار گروهی، گرایش به ورزش‌های الکترونیکی، شیوع ناهنجاری‌های قامتی و کاهش تمایل به انجام فعالیت‌های ورزشی بیشترین تأثیرگذاری را داشته‌اند.

همچنین، تحقیقات میرزایی و همکاران (۱۴۰۲) نشان می‌دهند که انگیزه شغلی در معلمان مدارس ابتدایی و متوسطه به دلیل عوامل مختلفی از جمله سطح تحصیلات، جنسیت و سابقه شغلی، ناکافی و ناچیز است. در ادامه، سالاری، کشتی‌دار و حاجی‌پور (۱۴۰۲) به بررسی چالش‌ها و مشکلات موجود در آموزش مجازی تربیت‌بدنی پرداخته‌اند که از جمله آنها

می‌توان به موانع مدیریتی و زیرساختی، موانع اقتصادی، چالش‌های معلمان و والدین، و معضلات عدم برگزاری فعالیت‌های فوق برنامه اشاره کرد.

پژوهش‌های پارسایی و ترکیان تبار (۱۴۰۰) نیز نشان می‌دهد که انگیزش درونی و بیرونی در اجرای برنامه‌های درسی تأثیرگذار بر موفقیت آموزشی دانش‌آموزان است. در نهایت، حمای و همکاران (۱۳۹۹) به تأثیرات شیوع ویروس کرونا بر روانشناختی دانش‌آموزان و اثرات آن بر سیستم‌های حمایتی و انزوای اجتماعی آنها اشاره کرده‌اند، که نشان می‌دهد برنامه‌هایی برای مدیریت این تأثیرات باید اندیشیده شود.

در خارج از کشور نیز مطالعات اخیر نشان می‌دهند که در دوران شیوع بیماری کووید-۱۹، آموزش و تربیت بدنی به شکل آنلاین با چالش‌ها و مشکلاتی روبرو شده است. تحقیقات یو و جی (۲۰۲۱) نشان می‌دهد که استفاده از پروژه‌های تیمی کاربردی در آموزش تربیت بدنی آنلاین کافی نبوده و دانشجویان بدون اشتیاق و انگیزه مناسب تنها به ارسال تکالیف محدود شده‌اند. برای اجرای موفقیت‌آمیز این رده‌ها، لازم است از بازخورد به موقع استفاده شود، خطاهای فنی کاهش یابد و انگیزه دانشجویان به طور مداوم تقویت شود.

در تحقیق اوبرین و همکاران (۲۰۲۰) مشاهده می‌شود که برای ارتقاء کیفیت آموزش مجازی تربیت بدنی، لازم است از وسایل کمک آموزشی همراه با تماس فیزیکی، بازخورد و راهنمایی مربیان، تولید محتوا با توجه به امکانات دانشگاه و استفاده از روش‌های جدید و جذاب استفاده شود.

در همین راستا در پژوهش احمد و همکاران (۲۰۲۰) نیز آمده است که ترویج رده‌های مجازی و برگزاری رده‌های آنلاین می‌تواند در افزایش اثربخشی آموزش مجازی کمک کند؛ و در تحقیق ریمرز و شلیچر (۲۰۲۰) نشان داده شد که همه‌گیری ویروس کرونا برای معلمان چالش‌های بسیاری را به همراه داشته و برای مواجهه با این چالش‌ها، لازم است رهبران آموزش و پرورش پاسخ‌های لازم را با در نظر گرفتن زمینه‌های خاص، به سرعت ارائه دهند.

بطور کلی با توجه به تحقیقات داخلی و خارجی در زمینه تأثیرات شیوع ویروس کرونا بر وضعیت ورزش و تربیت بدنی، می‌توان نتیجه گرفت که این شرایط باعث ایجاد چالش‌ها و مشکلاتی در زمینه آموزش و تربیت بدنی شده بود. از جمله این چالش‌ها می‌توان به کاهش فعالیت‌های ورزشی، افزایش کم‌تحرکی و بی‌تحرکی، ناهنجاری‌های قامتی، موانع مدیریتی و زیرساختی در آموزش مجازی، انگیزه کمتر در دانش‌آموزان، و مشکلات روانشناختی اشاره کرد.

بنابراین، ارائه راهکارهای مناسب برای مدیریت این چالش‌ها و ارتقاء کیفیت آموزش و تربیت بدنی ضروری است. استفاده از وسایل کمک آموزشی مناسب، ارائه بازخورد به موقع، ایجاد روش‌های جذاب و استفاده از فناوری‌های نوین می‌تواند در این راستا مؤثر باشد. همچنین، نیاز به پاسخگویی سریع از سوی رهبران آموزش و پرورش به این دست از چالش‌ها حیاتی است. این اقدامات می‌توانند بهبودی معناداری در وضعیت آموزش و تربیت بدنی در شرایط پیش‌بینی نشده داشته باشند و از اثرات منفی آن‌ها بکاهند.

۳. روش‌شناسی پژوهش

این پژوهش به لحاظ هدف کاربردی و به لحاظ روش توصیفی بوده که به صورت پیمایشی انجام شده است. گردآوری داده‌ها از طریق نمونه‌گیری از جامعه آماری تحقیق صورت گرفته و از این رو تحقیق میدانی و تجزیه و تحلیل پاسخ‌های جامعه به سؤالات پرسشنامه از نوع پیمایشی یا زمینه‌یابی بوده است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه معلمان تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول استان آذربایجان شرقی بوده که بر اساس اطلاعات اداره کل آموزش و

پرورش استان، تعداد معلمان تربیت‌بدنی ۱۲۷۷ نفر و تعداد کل دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول ۲۱۱۷۶۳ نفر می‌باشد. حجم نمونه براساس جدول مورگان برای معلمان تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان به ترتیب ۲۹۱ نفر و ۳۸۴ نفر تعیین شد. با توجه به پیش‌بینی انجام شده و در نظر گرفتن درصدی برای عدم بازگشت پرسشنامه‌ها، تعداد بیشتری پرسشنامه توزیع گردید و در نهایت پرسشنامه‌های قابل استناد از طریق ارسال اینترنتی برای معلمان و دانش‌آموزان جمع‌آوری شد. در این پژوهش از روش نمونه‌گیری غیراحتمالی هدفدار استفاده شد.

روش‌های گردآوری اطلاعات در این تحقیق شامل:

۱. روش میدانی، که با ارسال اینترنتی پرسشنامه برای معلمان تربیت‌بدنی و دانش‌آموزان انجام شد.
 ۲. استفاده از کتاب‌ها، نشریات و مجلات علمی موجود در کتابخانه‌های مختلف برای گردآوری اطلاعات در زمینه مبانی نظری و ادبیات تحقیق.
 ۳. جستجوی مقالات در بانک‌های اطلاعاتی بین‌المللی مرتبط با موضوع تحقیق از طریق اینترنت.
- ابزار تحقیق حاضر شامل دو پرسشنامه بود:

- پرسشنامه انگیزش شغلی هرزبرگ: برای سنجش انگیزش شغلی دبیران تربیت‌بدنی مقطع متوسطه اول استان آذربایجان شرقی استفاده شد. این پرسشنامه که توسط بخشی علی‌آبادی و همکاران طراحی و اعتباریابی شده است، شامل ۴۰ گویه با پاسخ‌های بسته بر اساس طیف پنج درجه‌ای لیکرت است. پرسشنامه شامل دو دسته عوامل بیرونی (بهداشتی) و عوامل درونی (ذهنی) می‌باشد.
 - پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ: برای سنجش سلامت جسمی و روانی دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول استان آذربایجان شرقی استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۲۸ سؤال است که شامل چهار خرده‌مقیاس: سلامت عمومی، عملکرد اجتماعی، اضطراب و افسردگی می‌باشد. اعتبار و پایایی این پرسشنامه در جمعیت ایرانی مورد تأیید قرار گرفته است.
- داده‌های پرسشنامه‌ها پس از جمع‌آوری با استفاده از نرم‌افزار SPSSV25 و در سطح معناداری ۰/۰۵ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. از آمار توصیفی مانند میانگین، انحراف معیار، فراوانی‌ها، درصدها و رسم نمودار برای توصیف اطلاعات دموگرافیک آزمودنی‌ها و متغیرهای پژوهش استفاده شد. برای بررسی توزیع طبیعی متغیرها از آزمون شاپیرو-ویلک و برای آزمون فرضیه‌های پژوهش از آزمون t وابسته (زوجی) و آزمون کوهن D استفاده شد.

۴. یافته‌های پژوهش

جدول ۱. یافته‌های توصیفی آزمودنی‌های تحقیق

سن				متغیر	معلمان N=۳۰۰
بالای ۵۱ سال	۴۱ تا ۵۰ سال	۳۱ تا ۴۰ سال	۲۰ تا ۳۰ سال	طبقه	
17	50	147	86	فراوانی	
5/7	16/7	49/0	28/7	درصد	
جنسیت				متغیر	
زن		مرد		طبقه	
111		189		فراوانی	
37/0		63/0		درصد	
وضعیت تأهل				متغیر	
متأهل		مجرد		طبقه	

فراوانی		107		193	
درصد		35/7		64/3	
متغیر		میزان تحصیلات			
طبقه		لیسانس		فوق لیسانس	
فراوانی		109		175	
درصد		36/3		58/3	
متغیر		سابقه تدریس			
طبقه		کمتر از ۵ سال		۵ تا ۱۰ سال	
فراوانی		41		102	
درصد		13/7		34	
متغیر		سن			
طبقه		۱۲ سال		۱۳ سال	
فراوانی		35		139	
درصد		9/1		36/1	
متغیر		جنسیت			
طبقه		مرد		زن	
فراوانی		161		224	
درصد		41/8		58/2	
متغیر		پایه تحصیلی			
طبقه		هفتم		هشتم	
فراوانی		158		107	
درصد		41/0		27/8	

دانش آموزان N=۳۸۵	فراوانی		107		120	
	درصد		31/2		27/8	

دانش آموزان
N=۳۸۵

با توجه به جدول ۱ در گروه معلمان، در متغیر سن بیشترین فراوانی مربوط به ۳۱ تا ۴۰ سال با ۱۴۷ نفر (۴۹/۰ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به رده سنی بالای ۵۱ سال با ۱۷ نفر (۵/۷ درصد) می باشد. در متغیر جنسیت مردان ۱۸۹ نفر (۶۳ درصد) و زنان ۱۱ نفر (۳۷ درصد)، در وضعیت تأهل، ۱۹۳ نفر (۶۴/۳ درصد) متأهل و ۱۰۷ نفر (۳۵/۷ درصد) هستند. در متغیر میزان تحصیلات، بیشترین فراوانی مربوط به فوق لیسانس با ۱۷۵ نفر (۵۸/۳ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به دکتری با ۱۶ نفر (۵/۳ درصد) و در متغیر سابقه تدریس، بیشترین فراوانی مربوط به ۱۱ تا ۱۵ سال با ۱۰۲ نفر (۳۴ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به بالای ۲۱ سال با ۶ نفر (۶/۶ درصد) می باشد.

در گروه دانش آموزان در متغیر سن بیشترین فراوانی مربوط به ۱۳ سال با ۱۳۹ نفر (۳۶/۱ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به ۱۲ سال با ۳۵ نفر (۹/۱ درصد) می باشد. در متغیر جنسیت مردان ۱۶۱ نفر (۴۱/۸ درصد) و زنان ۲۲۴ نفر (۵۸/۲ درصد) هستند. در متغیر پایه تحصیلی، بیشترین فراوانی مربوط به پایه هفتم با ۱۵۸ نفر (۴۱/۰ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به پایه هشتم با ۱۰۷ نفر (۲۷/۸ درصد) می باشد.

براساس نتایج به دست آمده از آزمون توزیع داده ها، در تمامی متغیرهای تحقیق در دو گروه، توزیع داده ها نرمال بود.

جدول ۲. نتایج آزمون t وابسته انگیزش شغلی معلمان

متغیر	اختلافات			t	df	معناداری	اندازه اثر	درصد تغییرات
	میانگین	انحراف استاندارد	خطای معیار میانگین					
انگیزش شغلی	8/540	18/262	1/054	8/100	299	0/000	0/368	7/8-%
حقوق و دستمزد	0/567	1/611	0/093	6/094	299	0/000	0/216	10/2-%
خط و مشی محیط	1/950	2/443	0/141	13/826	299	0/000	0/859	22/1-%
ارتباط با اطرافیان	2/277	4/003	0/231	9/850	299	0/000	0/586	14/7-%
امنیت شغلی	1/133	2/973	0/172	6/603	299	0/000	0/344	11/33-%
شرایط محیط	0/430	1/837	0/106	4/053	299	0/000	0/161	6/1-%
سرپرستی و نظارت مسئولین	1/050	3/895	0/225	4/669	299	0/000	0/250	7/1-%
شناخت و قدردانی	0/850	3/905	0/225	3/770	299	0/000	0/240	6/9-%
پیشرفت و توسعه شغلی	1/060	2/294	0/132	5/453	299	0/000	0/292	10/7-%
ماهیت کار	0/550	2/528	0/146	3/769	299	0/000	0/212	5/0-%
مسئولیت شغلی	1/033	2/437	0/141	5/237	299	0/000	0/362	11/9-%
موفقیت و ارتقای شغلی	0/240	1/927	0/111	2/157	299	0/005	0/124	3/9-%

* معنی داری ($P \leq 0/05$)

- با توجه به جدول ۲، نتایج آزمون تی وابسته نشان می‌دهد که انگیزش شغلی در قبل و بعد از شیوع کرونا تفاوت وجود دارد ($P < 0/05$). همچنین نتایج آزمون کوهن D نشان داد که انگیزش شغلی بعد از شیوع کرونا نسبت به قبل از شیوع آن، با اندازه اثر ۰/۳۶۸، ۷/۸- درصد کاهش پیدا کرده است.
- همچنین نتایج آزمون تی وابسته نشان می‌دهد که بین تمامی عوامل بیرونی انگیزش شغلی معلمان در قبل و بعد از شیوع کرونا تفاوت وجود دارد ($P < 0/05$). همچنین نتایج آزمون کوهن D نشان داد که تمامی عوامل بیرونی انگیزش شغلی معلمان بعد از شیوع کرونا نسبت به قبل از شیوع آن، کاهش پیدا کرده‌اند که بیشترین کاهش در عامل خط و مشی محیط با ۲۲/۱- درصد و اندازه اثر ۰/۸۵۹، مشاهده شد.
- نیز نتایج آزمون تی وابسته نشان می‌دهد که بین تمامی عوامل درونی انگیزش شغلی معلمان در قبل و بعد از شیوع کرونا تفاوت وجود دارد ($P < 0/05$). همچنین نتایج آزمون کوهن D نشان داد که تمامی عوامل درونی انگیزش شغلی معلمان بعد از کرونا نسبت به قبل از کرونا کاهش پیدا کرده‌اند که بیشترین کاهش در عامل مسئولیت شغلی با ۱۱/۹- درصد و اندازه اثر ۰/۳۶۳، مشاهده شد.

جدول ۳. نتایج آزمون t وابسته سلامتی جسمانی و روانی دانش‌آموزان

متغیر	اختلافات			t	df	معناداری	اندازه اثر	درصد تغییرات
	میانگین	انحراف استاندارد	خطای معیار میانگین					
سلامتی جسمانی و روانی	۶/۱۰۹	۱۲/۴۱۳	۰/۶۳۳	۸/۴۸۷	۳۸۴	۰/۰۰۰	۰/۴۳۶	۹/۲-%
سلامتی عمومی	۲/۷۲۹	۴/۴۵۴	۰/۲۲۷	۷/۱۹۸	۳۸۴	۰/۰۰۰	۰/۵۸۶	۱۶/۱-%

متغیر	اختلافات			t	df	معناداری	اندازه اثر	درصد تغییرات
	میانگین	انحراف استاندارد	خطای معیار میانگین					
عملکرد اجتماعی	۳/۰۵۹	۵/۶۲۰	۰/۲۸۶	۳/۷۰۹	۳۸۴	۰/۰۰۰	۰/۴۹۹	٪ -۱۱/۹
اضطراب	-۲/۸۴۹	۵/۹۰۵	۰/۳۰۱	-۶/۱۷۱	۳۸۴	۰/۰۰۰	۰/۴۸۸	٪ ۲۳/۶
افسردگی	-۲/۶۷۵	۵/۲۷۹	۰/۲۶۹	-۶/۲۲۷	۳۸۴	۰/۰۰۰	۰/۴۱۶	٪ ۲۵/۱

* معنی داری ($P \leq 0/05$)

- با توجه به جدول ۳، نتایج آزمون تی وابسته نشان می‌دهد که بین سلامتی جسمانی و روانی دانش‌آموزان در قبل و بعد از شیوع کرونا تفاوت وجود دارد ($P < 0/05$). همچنین نتایج آزمون کوهن D نشان داد که سلامتی جسمانی و روانی دانش‌آموزان بعد از شیوع کرونا نسبت به قبل از شیوع آن، با اندازه اثر ۰/۴۳۶، ۹/۲- درصد کاهش پیدا کرده است.
- همچنین نتایج آزمون تی وابسته نشان می‌دهد که بین تمامی عوامل سلامتی جسمانی دانش‌آموزان در قبل و بعد از شیوع کرونا تفاوت وجود دارد ($P < 0/05$). همچنین نتایج آزمون کوهن D نشان داد که سلامتی عمومی دانش‌آموزان، با اندازه اثر ۰/۵۸۶، ۱۶/۱- درصد و عملکرد اجتماعی با اندازه اثر ۰/۴۹۹، ۱۱/۹- درصد، بعد از شیوع کرونا نسبت به قبل از شیوع آن کاهش پیدا کرده‌اند.
- نیز نتایج آزمون تی وابسته نشان می‌دهد که بین تمامی عوامل سلامتی روانی دانش‌آموزان در قبل و بعد از شیوع کرونا تفاوت وجود دارد ($P < 0/05$). همچنین نتایج آزمون کوهن D نشان داد که اضطراب دانش‌آموزان، با اندازه اثر ۰/۴۸۸، ۲۳/۶ درصد و افسردگی دانش‌آموزان با اندازه اثر ۰/۴۱۶، ۲۵/۱ درصد، بعد از شیوع کرونا نسبت به قبل از شیوع آن، افزایش پیدا کرده‌اند.

۵. بحث و نتیجه‌گیری

در دوران بیماری کووید-۱۹، جهان با چالش‌های بی‌سابقه‌ای در تمامی جنبه‌های زندگی روبرو شد که نظام آموزشی نیز از این قاعده مستثنی نبود. یکی از بخش‌های مهم آموزش که تحت تأثیر این بحران قرار گرفت، تربیت‌بدنی در مدارس بود. از زمان شیوع ویروس کرونا در جهان و درگیر شدن همه کشورها، تاثیرات و تغییرات زیادی در ابعاد سیاسی، اجتماعی، فرهنگی و آموزشی ایجاد شد. کشور ما نیز از تاثیرات این ویروس منحوس در امان نبوده است و با افزایش مبتلایان و همه‌گیری آن، در همه ابعاد اختلال‌هایی را ایجاد کرد. یکی از آنها، بعد آموزشی و به ویژه آموزش و پرورش می‌باشد. این تغییر ناگهانی، بدون آمادگی و زیرساخت‌های کافی، چالش‌های زیادی را به همراه داشت. در زمینه تربیت‌بدنی، انتقال به برنامه‌های مجازی مشکلات ویژه‌ای ایجاد کرد. عدم دسترسی به تجهیزات ورزشی مناسب در خانه، محدودیت فضای فیزیکی و کمبود تعامل مستقیم با معلمان از جمله مسائلی بود که بر کیفیت برنامه‌های تربیت‌بدنی مجازی تأثیر گذاشت (رحیمی‌زاده و همکاران، ۱۴۰۲).

نتایج تحقیق حاضر نشان داد که برگزاری مجازی ساعات تربیت‌بدنی در مدارس بر انگیزش شغلی (درونی و بیرونی) معلمان تربیت‌بدنی در دوران بیماری کووید-۱۹ تأثیر دارد. به این صورت که که انگیزش شغلی بعد از شیوع کرونا نسبت به قبل از شیوع آن، با اندازه اثر ۰/۳۶۸، ۷/۸- درصد کاهش پیدا کرده است. ($P > 0/05$)

نتایج این یافته با پژوهش‌های ایزومی، سالاری، کشتی‌دار و حاجی‌پور (۱۴۰۲) همسو می‌باشد و با پژوهش‌های ططری و همکاران (۱۳۹۰)، هاوی و همکاران (۲۰۲۰)، برا و همکاران (۲۰۱۷)، ویکر و همکاران (۲۰۰۹)، ناهمسو می‌باشد. ططری و همکاران (۱۳۹۰)، در تبیین الگوی مشارکت ورزشی منظم نشان داد که رسانه‌ها بیشترین میزان اثر را در تغییر نگرش و

ایجاد انگیزش برای فعالیت ورزشی دارند. برا و همکاران (۲۰۱۷)، در پژوهشی تأثیر کلاس‌های مجازی بر انگیزش فعالیت جسمانی معلمان را بررسی کردند و به این نتیجه رسیدند که در دنیای امروز، کلاس‌های مجازی فرصت‌هایی را نصیب جامعه کرده‌اند تا بتوانند فرهنگ‌های مثبت را به آرامی به جامعه القا کنند و فعالیت بدنی نیز می‌تواند از این قابلیت کلاس‌های مجازی بهره‌مند شود.

ویکر و همکاران (۲۰۰۹)، با بررسی نقش تعاملات اجتماعی و شبکه‌های مجازی در افزایش شرکت کنندگان در برنامه‌های جسمانی پارک‌ها نشان دادند که حضور در گروه‌های ورزشی و تماس‌های مجازی با افراد ورزشکار، یکی از انگیزه‌های حضور افراد در برنامه‌های ورزشی پارک‌ها بود.

آموزش‌های کروناپی اعم از آموزش الکترونیک و آنلاین و روش‌های مرتبط با آن‌ها بر انگیزه شغلی معلمان تأثیرات زیادی داشته است. آموزش‌های آنلاین موجب خودراهبردی دانش آموزان در یادگیری مفاهیم و دروس شده به صورتی که حضور معلمان در این نوع آموزش‌ها کمرنگ شده بود. البته اگر معلم بتواند مهارت‌های فراشناخت و خود را به کار ببندد انگیزه خود را برای یادگیری و حضور در کلاس‌ها افزایش می‌دهد ولی از طرفی دیگر هر چه این راهبردها در دانش آموزان کمتر باشد انگیزه حالت نزولی پیدا می‌کند. در این بین اگر به معلمان پاداش بیشتری داده شود انگیزه آن‌ها نیز افزایش پیدا می‌کند. البته استفاده از اینترنت و آموزش‌های آنلاین موجب دسترسی بیشتر به مطالب یادگیری شده است و در بین افرادی که از این مهارت‌ها برخوردار نیستند جو ناامیدی و بی انگیزگی را به وجود می‌آورد. یادگیری‌های الکترونیکی برای افزایش انگیزش معلمان می‌بایست تمام امکانات و زیر ساخت‌ها را فراهم کرده تا معلم فرآیند یادگیری را به صورت اثر بخش تعلیم دهد.

فضای مجازی امروزه بخشی از زندگی معلمان و دانش آموزان را تشکیل می‌دهند، همچنین شبکه‌های مجازی آموزش و پرورش به عنوان بخشی از ساختار نوین جامعه و یکی از دستگاه‌های فراگیر و گسترده در دسترس همگان در تمامی کشورها نقش حساس و مهمی را در زمینه‌های مختلف سیاسی، فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی ایفا می‌کنند. توسعه ورزش گامی در راستای توسعه کشور است و ورزش به دلیل تأثیر در زندگی فردی و اجتماعی مورد توجه مردم و دولت مردان قرار دارد. امروزه شبکه‌های مجازی از ابزارهای مهم توسعه ورزش در بین افراد است که با شناسایی انگیزه‌های صحیح و عقلانی مخاطب به اهداف خود دست می‌یابند. بنابراین ورزش و مشارکت ورزشی به عنوان یکی از مسائل فرهنگی، اجتماعی، عمومی و همگانی از اهمیت خاصی در جوامع، برخوردار بوده که شبکه‌های مجازی می‌تواند نقش مهمی در همگانی کردن وحدت و توسعه ورزش ایفا می‌کنند.

ولی به طور کلی برای معلمان تربیت بدنی کلاس‌های مجازی به دلیل کارکردهای متفاوتی که دارد، آن‌ها را از مسئولیتی که بر عهده دارند سرد کرده و انگیزه‌های لازم برای مشارکت به تحرک و ورزش را از آنها سلب کرده است. به دلیل چنین تغییر ناگهانی به وجود آمده، بسیاری از معلمان در اقصی نقاط جهان مجبور به ارائه برنامه‌های یادگیری آنلاین بدون تمرین قبلی، آموزش مناسب، حمایت و زمان کافی آماده شدند و در شرایطی که خود در اثر تحمیل ابزارهای متنوع و جدید، دچار درجاتی از سردرگمی شده بودند، مجبور به دیجیتالی کردن محتواهای آموزشی خود و تولید محتوای متناسب جدید شدند که نوعی بی انگیزگی را در آنها ایجاد می‌کرد.

اصولاً انگیزه‌های معلمان، روحیه و شخصیت آنها با یکدیگر متفاوت است و هر معلمی درک متفاوتی از انگیزه دارد و در نتیجه در اولویت بندی آنها تفاوت وجود دارد. با توجه به افزایش سنی و موقعیت‌های شغلی معلمان ورزش، بیشتر آنان به

دنبال کسب سلامتی و آمادگی جسمانی هستند و به تبع در اولویت‌بندی جامعه آماری این تحقیق با سایر تحقیقات انجام یافته تفاوت‌هایی وجود خواهد داشت ورزش یکی از عوامل بسیار مهم و اساسی تأمین سلامت و نشاط جامعه می‌باشد که می‌تواند در تمامی جهات، تأثیر مثبت داشته باشد که با همه گیری ویروس کرونا تمامی از احتمالات را زیر سؤال برده است. در طی سه دهه گذشته شعار «ورزش برای همه» به صورت اصل بنیادی و اولویت برنامه‌های ورزشی در اغلب کشورهای جهان پذیرفته شده است. هدف اصلی از این فعالیت‌ها و برنامه‌ها، افزایش انگیزه معلمان برای ادامه شغلی خود، افزایش انگیزش دانش‌آموزان برای مشارکت ورزشی، افزایش کیفیت شیوه‌های زندگی، افزایش میزان تفریح، شادابی و ارتقاء بهداشت و سلامتی دانش‌آموزان با تأکید بر برنامه‌های گوناگون مشارکت ورزشی است.

همچنین نتایج تحقیق حاضر نشان داد که برگزاری مجازی ساعات تربیت‌بدنی در مدارس بر سلامتی (جسمانی و روانی) دانش‌آموزان در دوران بیماری کووید-۱۹ تأثیر دارد. به این صورت که سلامتی دانش‌آموزان بعد از شیوع کرونا نسبت به قبل از شیوع آن، با اندازه اثر $0.436/0.29$ - درصد کاهش پیدا کرده است. ($P > 0.05$)

نتایج تحقیق حاضر با نتایج تحقیق روحی، یکتایار و خدامرادپور (۱۴۰۲)، مهدی‌زاده و همکاران (۱۳۹۸)، طهماسبی و ترک‌فر (۱۳۹۸) و گاوین و همکاران (۲۰۱۴)، همسو می‌باشد. جهان‌گیری کووید-۱۹ همه جنبه‌های فعالیت‌های دانش‌آموزان را تحت تأثیر قرار داد، اما هیچ جنبه‌ای به اندازه موضوع سلامت دانش‌آموزان از این ویروس متأثر نشده است، به‌طوری که ۹۰٪ جمعیت دانش‌آموزی جهان را تحت تأثیر قرار داد و موجب شد اکثر کشورها به موضوع فراهم‌آوری روش‌های آموزشی تربیت بدنی جایگزین فکر کنند تا اطمینان یابند که آموزش تربیت بدنی هرگز متوقف نخواهد شد.

با این شرایط دانش‌آموزان در اثر شرایط فراهم شده مجبور به کاهش میزان فعالیت بدنی خود شده بودند، که نگرانی‌های عدیده‌ای به وجود آورد: اول اینکه براساس اطلاعات و دانش قبل از کرونا، دانش‌آموزان اندکی در اقصا نقاط جهان به میزان متناسب با نیازهایشان فعالیت بدنی داشتند و کاهش همین میزان هم می‌تواند عواقب بعدی را در پی داشته باشد و با توجه به ارتباط قوی بین رفتارهای حرکتی و سلامت، فعالیت بدنی دانش‌آموزان در دوران کرونا ضروری‌تر نیز بود. دوم اینکه با محدود شدن در زندگی خانگی و برگزاری کلاس‌های آنلاین و دوری از فعالیت بدنی منظم و مستمر، خطرات جنبی متعددی از سلامت جسمانی و روانی شایع می‌شد. اگر چه یکی از محصولات و اهداف مهم ورزش و فعالیت بدنی «سلامت و تندرستی» است، اما در ایام کرونا تأکید بیشتری بر این جنبه شد، در حالی که برخی از جنبه‌های دیگر ورزش با آنلاین برگزار شدن کلاس‌ها کم‌رنگ‌تر شد.

بطور کلی در دوران همه‌گیری ویروس کرونا، وابسته شدن معلمان و دانش‌آموزان به استفاده از اینترنت و کلاس‌های آنلاین، منجر به کاهش سلامت جسمانی و روانی دانش‌آموزان شده بود. با این حال، مدیریت کلاس‌های آنلاین در چنین مواقعی می‌توانست فرصت‌های مهمی را برای افراد از طریق تشویق به انجام فعالیت‌های خاص و ایجاد انگیزه در آنها فراهم کند. برگزاری کلاس‌های آنلاین، خصوصاً در درس تربیت‌بدنی، نقش انکارناپذیری در شکل‌دهی و جهت‌دهی انگیزش، باورها، نگرش و افکار دانش‌آموزان و معلمان دارد و همچنین بستری مناسب برای توسعه ورزش را فراهم می‌آورد.

علاوه بر دوران کرونا، مدارس چندین بار دیگر نیز به دلیل شرایطی مانند آلودگی هوا و بارش برف تعطیل شده و آموزش‌ها از طریق پلتفرم شاد ادامه یافته است. اما آموزش مجازی تربیت‌بدنی، به دلیل نیاز به فعالیت‌های بدنی و فضای

مناسب، در مقایسه با آموزش سایر دروس چالش‌های بیشتری دارد و نیازمند به آمادگی و برنامه‌ریزی دقیق‌تری می‌باشد. مدیران و مسئولین رسانه‌های شبکه‌های اجتماعی ورزشی می‌توانند اساسنامه‌ای شامل ارزش‌ها، هنجارهای اخلاقی و ارزش‌های مرسوم جامعه در برنامه‌های این رسانه‌ها تهیه کنند. آن‌ها می‌توانند بدون در نظر گرفتن ترجیحات، به نیازهای واقعی مردم پرداخته و برنامه‌هایی در ژانرهای مختلف ورزشی ارائه دهند. این برنامه‌ها باید طیف کاملی از رشته‌های ورزشی را پوشش دهند و روح نقادی و انتقاد سازنده از دستگاه‌های اجرایی ورزش کشور را ترویج و تقویت کنند. همچنین، تعیین چارچوبی معین در برنامه‌های ورزشی برای پرهیز از تخطی و تجاوز به حریم خصوصی افراد، می‌تواند موجب افزایش انگیزش مشارکت ورزشی در دانش آموزان و انگیزش شغلی در معلمان شود.

مشارکت دانش آموزان در ورزش موجب رشد جسمانی، رشد عاطفی، رشد اجتماعی، رشد شناختی و بهبود شیوه زندگی آن‌ها می‌شود. تحقق چنین امری از مهم‌ترین اهداف جامعه ورزشی در کشور است. برای تحقق مشارکت ورزشی دانش آموزان در کلاس‌های آنلاین در شرایط مشابه، پس از کسب آگاهی‌های لازم، می‌توان معیار و ملاک عینی و دقیقی از کم و کیف انگیزه‌های شرکت‌کنندگان به دست آورد. شناسایی جاذبه‌هایی که موجب گرایش گروه‌های مختلف به سوی مشارکت در ورزش می‌شود و تحلیل آن‌ها، به برنامه‌ریزی دقیق و علمی کمک می‌کند. از این طریق، می‌توان با تشویق و ترغیب گروه‌های مختلف جامعه به مشارکت ورزشی، به سلامت جسمانی، روانی و عاطفی آنان کمک کرد و مشارکت ورزشی را از وضعیت موجود به وضعیت مطلوب هدایت نمود.

تشکر و قدردانی

نویسندگان این پژوهش از تمامی مشارکت‌کنندگان در این پژوهش و تمامی صاحب‌نظران این حیطه و اساتید محترم دانشگاه تبریز که قبول زحمت نموده و وقت گران‌بهای خویش را با کمال حوصله در اختیار ما گذاشتند، کمال قدردانی را دارند.

۶. منابع و مآخذ

- اسکندری، س.، و غفوری، ف. (۱۳۹۵). نقش شبکه‌های اجتماعی در توسعه ورزش همگانی. همایش ملی انجمن علمی مدیریت ورزشی؛ تهران.
- اندام، ر.، مرتضایی، ل.، و ناظمی، م. (۱۳۹۹). شناسایی و اولویت‌بندی انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های آبی تفریحی. مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی، ۱۶(۳۱)، ۲۲۳-۲۴۰.
- بخشی علی‌آبادی، ح.، نوروزی، د.، و حسینی، ز. س. (۱۳۸۳). عوامل مؤثر بر انگیزش شغلی اعضای هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان. مجله ایرانی آموزش پزشکی، ۴(۲)، ۳۳-۴۱.
- پارسایی، س.، و ترکیان تبار، م. (۱۴۰۱). بررسی رابطه بین انگیزه و اجرای موفقیت‌آمیز برنامه درسی از دیدگاه معلمان زن دبیرستانی در خرم‌آباد. توسعه حرفه‌ای معلم، ۶(۴)، ۲۹-۴۱.
- تاتاری، ا.، کوزه‌چیان، ح.، و خطیب‌زاده، م. (۱۳۹۵). بررسی نقش اخلاق کار در رضایت شغلی معلمان تربیت بدنی. مدیریت ورزشی، ۸(۱)، ۳۷-۵۰.
- حاجی‌پور آبابی، ن.، ابوالقاسمی، م.، قهرمانی، م.، و ساکی، ر. (۱۳۹۴). مدل. مجله پژوهش در علوم تربیتی، ۹(۳۰)، ۲۷-۶۲.
- حسین‌آبادی، ح.، نوروزی، د.، و حسینی، ز. س. (۱۳۸۴). عوامل مؤثر بر انگیزش شغلی اعضای هیئت علمی

- دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان. *مجله ایرانی آموزش پزشکی*، ۴(۲)، ۳۳-۴۱.
- حقدادی، ع. و خسروی زاده، ا. (۱۴۰۰). رابطه بین دوره‌های آموزش ضمن خدمت و توانمندسازی شغلی: مورد مطالعه معلمان تربیت بدنی استان مرکزی. *توسعه حرفه‌ای معلم*، ۶(۳)، ۷۱-۸۹.
- حمیدی، م. و نجفی جویباری، ل. (۱۳۹۹). مدل توسعه ورزش آموزشی در آموزش و پرورش در شرایط بحران بهداشتی، مطالعه موردی: همه‌گیری کرونا. *پژوهش در ورزش آموزشی*، ۸(۲۰)، ۱۷-۳۲.
- دهقانی، م. و عزیزیان کهن، ن. (۱۳۹۹). نقش انگیزه مشارکت در ورزش و حمایت تحصیلی در پیش‌بینی شادابی تحصیلی در دانش‌آموزان دارای ناتوانی یادگیری. *مجله ناتوانی‌های یادگیری*، ۹(۳)، ۵۲-۷۶.
- رحیمی زاده، م.، کرمی، ز. و نظریان مادوانی، ع. (۱۴۰۲). ارائه مدل برنامه درسی درس‌های تربیت بدنی در مدارس در دوران کرونا و پساکرونا. *پژوهش در آموزش علوم ورزشی*. (RISSE)
- روحی، ع.، یکتایار، م. و خدامرادپور، م. (۱۴۰۲). چالش‌های تدریس درس تربیت بدنی در مدارس پس از کرونا در افق ۱۴۰۵. *پژوهش در ورزش آموزشی*، ۱۱(۳۰)، ۲۱۹-۲۵۱. doi: 10.22089/res.2023.13330.2293251
- سالاری، م. م.، کشتی‌دار، م. و حاجی‌پور، ح. (۱۴۰۲). تحلیل کیفی آموزش دیجیتال در مدارس ایران در دوران همه‌گیری کووید-۱۹. *پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی*، ۱۲(۳)، ۸۳-۹۶.
- صفانیا، پ.، صفانیا، ا. م. و آریادست، ح. (۱۳۹۹). بررسی ساختارهای آموزشی و فیزیولوژیکی بحران کرونا در صنعت ورزش. *روان‌شناسی تربیتی*، ۱۶(۵۵)، ۹۵-۱۰۸.
- طهماسبی، ب. و ترک‌فر، ع. (۱۳۹۸). رابطه علی بین اجتماعی شدن و انگیزه با مشارکت ورزشی کارمندان زن دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت. *فصلنامه زن و جامعه*، ۱۰(۳۹)، ۶۵-۸۰.
- عباسی، ف.، حجازی، ع. و حکیم‌زاده، ر. (۱۳۹۹). تجربه زیسته معلمان ابتدایی در مورد فرصت‌ها و چالش‌های تدریس در شبکه آموزشی دانش‌آموزان (شاد): یک مطالعه پدیدارشناسانه. *پژوهش در آموزش*، ۸(۳)، ۱-۲۴.
- عبدالشاهی، م. (۱۳۹۷). پیش‌بینی انگیزه مشارکت در ورزش دختران بر اساس انگیزه معلمان تربیت بدنی با رویکرد نظریه خودتعیینی. *مطالعات روان‌شناسی ورزشی*، ۷(۲۴)، ۱۷-۳۴.
- غفوری فرد، م. (۱۳۹۹). توسعه آموزش مجازی در ایران: ظرفیتی که با کرونا به واقعیت تبدیل شد. *مجله ایرانی آموزش پزشکی*، ۲۰(۰)، ۳۳-۳۴.
- محمدی، م. ت. و شهیاد، س. (۱۳۹۹). اضطراب بهداشتی در دوران بیماری‌های ویروسی و شیوع COVID-19: مرور روایتی. *مجله طب نظامی*، ۲۲(۶)، ۶۲۳-۶۳۱.
- نصراللهی، ب.، تاتار، ا. و عباس‌زاده، ج. (۱۳۹۶). نقش و جایگاه آموزش در مدیریت بحران. *دومین همایش ملی مدیریت بحران و دفاع غیرعامل؛ علی‌آباد*.
- نیک‌سیرت، م. (۱۴۰۲). بررسی اثر آموزش مجازی بر یادگیری دانش‌آموزان. *مدیریت نوآوری و استراتژی‌های عملیاتی*، ۴(۱)، ۶۳-۷۲. doi: 10.22105/imos.2022.329542.121272
- Agency, F. N. (2020). Two dead in Qom because of coronavirus. Retrieved February 19, 2020.
- Ahmed, H., Allaf, M., & Elghazaly, H. (2020). COVID-19 and medical education. *The Lancet infectious diseases*, 20(7), 777-778.
- Berra, D. P., Zhang, J. J., Pease, D. G., & Gaa, J. P. (2017). Dimensions of spectator identification associated with women's professional basketball game attendance. *International Journal*

of Sport Management, 4(1), 59-91.

- Education IsMo. (2020). The latest statistics of user registration in the student education network (SHAD). Pana News Agency.
- Gavin, J., Keough, M., Abravanel, M., Moudrakovski, T., & McBrearty, M. (2014). Motivations for participation in physical activity across the lifespan. *International Journal of Wellbeing*, 4(1).
- Goldberg, D. P., & Hillier, V. F. (1979). A scaled version of the General Health Questionnaire. *Psychological Medicine*, 9(1), 139-145.
- Gospel, J., & Unyime-Young, M. (2020). Covid-19: Assessing the socio-economic effect of the corona virus pandemic. *International Journal of Surgery*, 78, 185-193.
- Herzberg, F., Snyderman, B. B., & Mausner, B. (1966). *The motivation to work* (2nd ed.). J. Wiley.
- Howie, E. K., Daniels, B. T., & Guagliano, J. M. (2020). Promoting physical activity through youth sports programs: It's social. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 14(1), 78-88.
- IRNA. (2020). Coronavirus in 202 countries, casualties increasing.
- Izumi, M., Yuji, T., Ryo, Y., & Yasuyuki, T. (2021). Core belief disruption amid the COVID-19 pandemic in Japanese adults. *Humanities & Social Sciences Communications*, 8(1).
- Jani, S., Mikaeili, N., & Rahimi, P. (2020). The effectiveness of internet-delivered cognitive behaviour therapy on reducing corona-related anxiety in Parsabad health care workers. *Information and Communication Technology in Educational Sciences*, 10(40), 129-145.
- Liu, N., Zhang, F., Wei, C., Jia, Y., Shang, Z., Sun, L., et al. (2020). Prevalence and predictors of PTSS during COVID-19 outbreak in China hardest-hit areas: Gender differences matter. *Psychiatry Research*, 287, 112921.
- Mian, A., & Khan, S. (2020). Medical education during pandemics: a UK perspective. *BMC Medicine*, 18(1), 1-2.
- O'Brien, W., Adamakis, M., O'Brien, N., Onofre, M., Martins, J., Dania, A., ... & Costa, J. (2020). Implications for European Physical Education Teacher Education during the COVID-19 pandemic: a cross-institutional SWOT analysis. *European Journal of Teacher Education*, 43(4), 503-522.
- Reimers, F. M., & Schleicher, A. (2020). A framework to guide an education response to the COVID-19 Pandemic of 2020. *OECD*. Retrieved April, 14(2020), 2020-04.
- Toresdahl, B. G., & Asif, I. M. (2020). Coronavirus disease 2019 (COVID-19): considerations for the competitive athlete. *SAGE Publications Sage CA: Los Angeles, CA; 2020*, 221-224.
- UNESCO. (2020). COVID-19 educational disruption and response. UNESCO.
- Wicker, P., Breuer, C., & Pawlowski, T. (2009). Promoting sport for all to age-specific target groups: the impact of sport infrastructure. *European Sport Management Quarterly*, 9(2), 103-118.
- Yu, J., & Jee, Y. (2020). Analysis of online classes in physical education during the COVID-19 pandemic. *Education Sciences*, 11(1), 3.

The effect of virtual physical education classes in schools on physical and mental health of students and job motivation of physical education teachers during Covid-19

Naser Rasoulzadeh Jeddi ^{*1}

Yaghoub Badri Azarin ²

Mohammad Rasoul Khodadadi ³

Abstract

The virtual conduct of physical education classes during the COVID-19 pandemic has brought about changes in the lifestyle of teachers and students. Such experiences necessitate policymakers to become aware of various motivators for teachers and the reasons for student participation or non-participation in classes so that they can better plan for similar circumstances. Therefore, the aim of this study is to investigate the impact of virtual physical education classes in schools on the physical and mental health of students and the job motivation of physical education teachers during the COVID-19 pandemic. This research is both practical in terms of objective and descriptive in terms of methodology, conducted in a survey format. The population consisted of all physical education teachers and students in the first cycle of secondary education in East Azerbaijan. The sample size for physical education teachers was 291, and for students, it was 384, determined based on the Morgan table. The research instruments included two standard questionnaires: Herzberg's Job Motivation (1997) and Goldberg's General Health (1972). Shapiro-Wilk test was used to assess the normal distribution of variables, and for hypothesis testing, paired t-test and Cohen's D test were employed using SPSSV25 software. The research results indicated that the virtual conduct of physical education classes during the COVID-19 pandemic led to a 7.8% decrease in the job motivation of physical education teachers and a 9.2% decrease in the physical and mental health of students ($p < 0.05$). The findings of the study suggest that the virtual conduct of physical education classes during the COVID-19 pandemic has resulted in a decline in the physical and mental health of students and the job motivation of physical education teachers. This underscores the need for reassessment and improvement in virtual educational programs for the future.

Keywords

Virtual teaching, physical education, job motivation, physical and mental health.

1. Sports management, Tabriz University, Tabriz, Iran (Naserrasoulzadeh.j@gmail.com).

2. Sports management, Tabriz University, Tabriz, Iran.

3. Sports management, Tabriz University, Tabriz, Iran.