

نقش مصرف رسانه‌ای بر انجام فعالیت بدنی بر اساس الگوی سلامت و سواد بدنی ادراک شده در دانش آموزان ایران

غلامرضا اناری^۱، حمید قاسمی^{۲*}

۱. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

۲. دانشیار مدیریت ورزشی دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

تاریخ دریافت: (۹۹/۰۳/۱۹) تاریخ پذیرش: (۹۹/۰۹/۲۸)

The Role of Media Consumption on Physical Activity Based on Health Pattern and Perceived Physical Literacy in Iranian Students Gh. R. Anari¹, H. Ghasemi^{2*}

1. Ph.D Student in Sport Management, of Payam Noor University, Tehran, Iran.

2. Associate Professor in Sport Management, Payame Noor University, Tehran, Iran.

Received: (2020. June. 08)

Accepted: (2020. Dec. 18)

Abstract

This study investigated the the role of media consumption on physical activity based on health pattern and perceived physical literacy in Iranian students. The method of this research was descriptive correlation with Structural Equation Method. The statistical population of this study consisted of all students aged 11-19 years in the whole country that 384 students were selected as statistical sample by cluster random sampling method. Three media consumption and Perceived Physical Literacy Questionnaires (PPLI) of Raymond Sun et al. (2018) and physical activity based on health pattern were used to collect the research data. The formal and content validity of the questionnaires were confirmed and their reliability was obtained using Cronbach's alpha method 0.934, 0.970 and 0.834. For data analyzing by SPSS software and Amos software of Kolmogorov-Smirnov test, Pearson correlation coefficient and structural equation modeling were used. The results showed that media consumption had a positive and significant effect ($P=0.001$) on knowledge and understanding, communication with others and students' self-confidence. The results showed that media consumption had a positive and significant effect on Physical Activity Staging, Exercise and Exercise self efficacy and Exercise Barriers. Therefore, it can be said that media consumption improves the level of physical activity based on students' health patterns and physical literacy. So, it is recommended that the media, especially sports media, pay special attention to children in their programs.

Keywords

Media consumption, physical activity based on health pattern, Physical literacy, Students,

چکیده

هدف این تحقیق بررسی نقش مصرف رسانه‌ای بر انجام فعالیت بدنی بر اساس الگوی سلامت و سواد بدنی ادراک شده در دانش‌آموزان ایران با ارائه الگوی کاربردی بود. در این تحقیق از روش پیمایش کمی و مدل‌یابی معادله ساختاری استفاده شد. جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه دانش‌آموزان ۱۱ تا ۱۹ ساله کل کشور بود که با استفاده روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای تعداد ۳۸۴ نفر به‌عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. برای گردآوری داده‌های تحقیق از سه پرسش‌نامه مصرف رسانه‌ای، سواد بدنی ادراک‌شده (PPLI) ریمنوند سان و همکاران (۲۰۱۸) و فعالیت بدنی بر اساس الگوی سلامت پندر استفاده شد. روایی صوری و محتوی پرسش‌نامه‌ها مورد تأیید و پایایی آن‌ها با استفاده از روش آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۹۷۰ و ۰/۸۳۴ و ۰/۸۳۴ به‌دست آمد. برای تجزیه و تحلیل داده‌های تحقیق با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS و نرم‌افزار Amos از آزمون کلموگوروف اسمیرنوف، ضریب همبستگی پیرسون و مدل‌یابی معادله ساختاری استفاده شد. نتایج نشان داد که مصرف رسانه‌ای بر دانش و درک، ارتباط با دیگران و اعتماد به نفس دانش‌آموزان تأثیر مثبت و معناداری دارد ($P=0.001$). مصرف رسانه‌ای بر تغییر رفتار، فواید درک شده، خودکارآمدی دانش‌آموزان، موانع درک شده دانش‌آموزان، تأثیر معناداری دارد ($P=0.001$). بنابراین می‌توان گفت مصرف رسانه‌ها سبب ارتقاء سطح فعالیت بدنی بر اساس الگوی سلامت دانش‌آموزان و توسعه سواد حرکتی می‌شود. لذا پیشنهاد می‌شود رسانه‌ها به‌خصوص رسانه‌های ورزشی در برنامه‌های خود به برنامه‌های ورزشی مبتنی بر فعالیت‌های بدنی کودکان توجه ویژه‌ای داشته باشند.

واژه‌های کلیدی

مصرف رسانه، سواد بدنی، فعالیت بدنی بر اساس الگوی سلامت، دانش‌آموزان.

*Corresponding Author: Hamid Ghasemi

E-mail: ghasemione@yahoo.com

* نویسنده مسئول: حمید قاسمی

مقدمه

بر طبق نظر بسیاری از کارشناسان حوزه ورزش و رفتارشناسی یکی از مهم‌ترین دوره‌های سنی فرد دوران کودکی است. اهمیت تربیت فرد و آموزش وی در زمینه‌های مختلف موجب شده است تا کارشناسان از سنین کودکی به عنوان یکی از مهم‌ترین دوره‌های زندگی یاد کنند. در این دوران پایه‌های رشد جسمانی، حرکتی، شناختی و عاطفی فرد شکل خواهد گرفت و کودک با این خمیر مایه زیستی و اجتماعی گام در مسیر رشد و تعالی در حوزه‌های مختلف می‌گذارد؛ در سنین کودکی فرد در کنار علم‌آموزی موفق می‌شود با حضور در نهادها و سازمان‌های مختلف اجتماعی، فرهنگی و ورزشی، سوادبدنی و هنجارهای جامعه را نیز پذیرا باشد. سواد بدنی کودکان یکی از موضوعات مهمی است که به‌عنوان حلقه مفقود شده در ورزش دانش‌آموزی مورد غفلت واقع شده است. در کنار افزایش علاقه به استفاده از مدارس به‌عنوان وسیله‌ای برای ترویج فعالیت‌های بدنی مادام‌العمر، دولت و متخصصان پزشکی و ورزشی روش‌های نوآورانه‌ای را برای ترویج و پایدارسازی ایده‌ها در مورد زندگی سالم و فعال بررسی کرده‌اند. متخصصان سلامت عمومی و آموزش پتانسیل و ارزش را در مفهوم آموزش فعالیت‌بدنی درک می‌کنند، دقیقاً مثل اینکه ریاضی یا علوم را آموزش می‌دهند. با این حساب، در جهت ارتقاء سواد بدنی در طول آموزش اجباری و در طول عمر مورد تأکید بوده است (وایتهد و مرداک^۱، ۲۰۰۶). پتانسیل سواد بدنی را برای کمک به افزایش کیفیت زندگی و همچنین امکان مبارزه با چاقی با فراهم کردن دانش‌آموزانی با مهارت و اعتماد به‌نفس برای فعال شدن و فعال ماندن در زندگی تأیید می‌کند (مک کین^۲، ۲۰۱۳). سواد بدنی از آنجا که پتانسیل پیشرفت و غنی‌سازی کیفیت زندگی^۳ (آلموند^۴، ۲۰۱۳)، توانا ساختن افراد برای فعال ماندن^۵، سبک زندگی متنوع و با ارزش^۶، رشد عزت‌نفس^۷ و بهبود بهزیستی^۸ را دارد دارای ارزش قابل توجهی است (آلموند، ۲۰۱۳؛ وایتهد^۹، ۲۰۱۳). سواد بدنی معادل فعالیت‌بدنی نیست، بلکه یک

هوش مرتبط با کالبدی است که یک پیشینه مهم برای فعالیت‌های بدنی است (ایلپهان و گنسر^۹، ۲۰۱۲). به این معنا، افراد ممکن است بدون درک سواد بدنی در فعالیت‌های بدنی شرکت نکنند، با این وجود از طریق شرکت در فعالیت‌بدنی، آن‌ها می‌توانند به‌عنوان افراد با سواد بدنی رشد پیدا کنند. نوجوانان با سواد جسمی از طریق فعالیت‌بدنی می‌توانند در حرکت بنیادی و اساسی، هماهنگی و کنترل در محیط‌های در حال تغییر، رشد یابند. بنابراین، سواد بدنی نیز با مشارکت در فعالیت‌بدنی ایجاد می‌شود. مؤلفه‌های سواد بدنی و فعالیت‌بدنی به هم پیوسته و هم‌زمان هستند. سواد بدنی جزء لاینفک توسعه کل شخص است که از طیف گسترده‌ای از هوش ساخته شده است (مایود^{۱۰}، ۲۰۱۳). سواد بدنی یک هوش خاص است که شامل انگیزه، اعتماد به‌نفس، شایستگی جسمی و دانش و درک برای ارزش‌گذاری و مسئولیت حفظ کارآیی‌های بدنی و فعالیت‌های هدفمند در طول زندگی شخص است (وایتهد^{۱۱}، ۲۰۱۰). درک سطح سواد بدنی نوجوانان در اولویت قرار دارد، زیرا سطح مشارکت در فعالیت‌بدنی در این روش به دلیل افزایش شیوه زندگی بی‌تحرک همچنان رو به کاهش است (فخوری و همکاران، ۱۳۹۴). سواد بدنی نه تنها نوجوانان امروزی را برای زندگی با شیوه‌ای سالم‌تر آماده می‌کند، بلکه ممکن است پیامدهایی برای نسل‌های آینده برای ایجاد رفتارهای فعالیت‌بدنی مادام‌العمر باشد (لانگ مور و ترمبلی^{۱۱}، ۲۰۱۶). سواد بدنی از طریق مشارکت در فعالیت‌بدنی ایجاد می‌شود (گیبلین^{۱۲} و همکاران، ۲۰۱۴). در این ارتباط، سازمان آموزشی، علمی و فرهنگی سازمان ملل متحد (یونسکو)^{۱۳} ادعا کرده است که آموزش بدنی با کیفیت^{۱۴} باید یکی از مؤلفه‌های اصلی برنامه‌های درسی مدارس باشد زیرا پایه و اساس فعالیت‌های مادام‌العمر در فعالیت‌های بدنی و ورزش برای نوجوانان است (یونسکو، ۲۰۱۵). هنگامی که نوجوانان سواد بدنی کسب می‌کنند، با توجه به شرایط متغیر، در اجرای حرکات بنیادی، هماهنگی و کنترل اعتماد به‌نفس دارند. آن‌ها همچنین می‌توانند ارتباط متقابل کلامی و غیر کلامی را برای تعامل با افراد دیگر در یک محیط جسمی

9. Ilhan & Genser

10. Maude

11. Longmuir & Tremblay MS

12. Giblin

13. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)

14. quality physical education(QPE)

1. Whitehead, & Murdoch

2. McKean

3. enrich the quality of lives

4. Almond

5. enabling people to maintain active

6. varied and rewarding lifestyles

7. developing self-esteem

8. improving well-being

جهت ایجاد تغییر رفتار رویکرد اکولوژیکال داشته که فاکتورهای درون فردی، بین فردی، سازمانی و اجتماعی را در نظر می‌گیرد، به‌نظر می‌رسد در شناسایی عوامل مؤثر در ایجاد و حفظ این رفتار کمک کننده باشد (پندر و همکاران، ۲۰۰۲). این الگو شامل سه گروه از مفاهیم شامل تجربیات و خصوصیات فردی، احساسات و شناخت‌های اختصاصی رفتار و رفتارهای فوری محتمل‌الوقوع می‌باشد (پرز فورتیس^{۲۳} و همکاران، ۲۰۱۲). تجربیات و خصوصیات فردی در برگیرنده دو سازه رفتارهای مرتبط قبلی و فاکتورهای شخصی بوده و به‌صورت مستقیم و غیرمستقیم از طریق احساسات و شناخت‌ها، رفتار را تحت تأثیر قرار می‌دهند (سوسا^{۲۴} و همکاران، ۲۰۱۵). احساسات و شناخت‌ها شامل سازه‌های فواید درک شده، موانع درک شده عمل، خودکارآمدی درک شده، احساس مرتبط با رفتار، تأثیرگذارنده‌های بین فردی و تأثیرگذارنده‌های موقعیتی می‌باشد (پندر و همکاران، ۲۰۰۲؛ راج^{۲۵} و همکاران، ۲۰۱۳). یکی از روش‌های آموزش فعالیت‌های ورزشی و بالابردن انگیزه مشارکت در فعالیت‌های ورزشی، بالاخص برای دانش‌آموزان کمک گرفتن از رسانه‌های تصویری نظیر سینما و تلویزیون و به‌ویژه نمایش فیلم‌های آموزشی است که یکی از روش‌های مؤثر در تشویق و ترغیب افراد جامعه و گروه‌های هدف به گرایش هر چه بیشتر به سمت فعالیت‌های ورزشی و فاصله گرفتن از بی‌حرکی می‌باشد (احمد^{۲۶} و همکاران، ۲۰۱۵). رسانه‌های جمعی به عنوان یکی از عوامل جامعه‌پذیری، در کنار خانواده، محیط آموزشی و دوستان، نقش مهمی را در رشد و تربیت جنبه‌های گوناگون زندگی کودک ایفا می‌کنند. رسانه‌ها از نخستین سال‌های کودکی با انسان همراه می‌شوند؛ چنان‌که براساس پژوهش‌های صورت گرفته، نوزادان نیز در حدود نیم‌ساعت در شبانه‌روز تلویزیون تماشا می‌کنند (حافظ‌نیا، ۱۳۸۸). در تحقیق انجام گرفته توسط منوچهری‌نژاد و همکاران (۱۳۹۷) با عنوان "شناسایی و تحلیل عوامل مؤثر بر نهادینه‌سازی فرهنگ ورزش در کودکان و نوجوانان از دیدگاه معلمان تربیت‌بدنی" نشان دادند که فعالیت‌های خانواده و گروه‌های همسالان، فعالیت سازمان‌های بخش خصوصی و سازمان‌های مردم‌نهاد، فعالیت سازمان‌های ورزشی، مدرسه

نشان دهند و از کشف فعالیت‌های بدنی جدید لذت ببرند (رایموند^{۱۵} همکاران، ۲۰۱۸).

از سویی دیگر فعالیت‌بدنی منظم به‌عنوان یکی از شاخص‌های سلامت جوامع، باعث تعدیل عوامل خطر بیماری‌های قلبی عروقی شده و باعث سلامت روان و عزت نفس می‌گردد (فرار و خانی، ۲۰۱۲؛ واندر هورست^{۱۶} و همکاران، ۲۰۰۷). تخمین زده می‌شود که فعالیت‌بدنی ناکافی می‌تواند مسئول حدود ۳۰ درصد از بار بیماری‌های ایسکمی قلبی، ۲۱-۳۵ درصد از سرطان سینه و ۲۷ درصد از دیابت باشد (چان سون^{۱۷} و همکاران، ۲۰۱۳). طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی فعالیت‌بدنی ناکافی چهارمین علت مرگ و میر در جهان می‌باشد (چان سون و همکاران، ۲۰۱۳). بنابراین فعالیت‌بدنی منظم برای بهبود سلامت عمومی و به‌طور غیرمستقیم جهت کاهش بار بیماری و هزینه‌های پزشکی در جوامع توصیه می‌شود (ماک و لی^{۱۸}، ۲۰۱۳). علی‌رغم فواید فعالیت‌بدنی برای سلامت جوانان، مطالعات متعدد، شیوع کم تحرکی را در کودکان و نوجوانان نشان می‌دهد (محمدپور اهرجانی و همکاران، ۱۳۸۹). عادات و الگوی فعالیت بدنی در کودکی و نوجوانی شکل گرفته و به احتمال زیاد تا سال‌های بعدی عمر باقی می‌ماند (کلیشدی^{۱۹} و همکاران، ۲۰۱۰)، پس کودکی و نوجوانی فرصتی برای مداخله و تشویق به انجام رفتارهای سالم و مثبت مانند فعالیت‌بدنی می‌باشد (لیوی^{۲۰} و همکاران، ۲۰۰۷). جهت طراحی و اجرای مداخله در راستای افزایش فعالیت‌بدنی در نوجوانان، به تعیین فاکتورهای مؤثر بر انجام فعالیت‌بدنی که باعث ارتقاء سبک زندگی فعال و پیشگیری از بی‌حرکی در این گروه سنی می‌شود، نیاز است (لشگر گاه و همکاران، ۱۳۹۲). یکی از الگوهای جامع و پیشگویی کننده رفتارهای ارتقا دهنده سلامت که چارچوب نظری جهت کشف فاکتورها و عوامل مؤثر بر رفتارهای ارتقاء سلامت ایجاد می‌نماید، الگوی ارتقاء سلامت پندر می‌باشد (وو و پندر^{۲۱}، ۲۰۰۲). رفتار فعالیت‌بدنی رفتار پیچیده‌ای است که در انجام آن عوامل متعددی نقش بازی می‌کنند (یاماگوجی^{۲۲} و همکاران، ۲۰۰۳) و از آنجایی که این الگو

15. Raymond
16. VanderHorst
17. Chan Sun
18. Mok & Lee A.y.k
19. Kelishadi
20. Levy
21. Wu & Pender
22. Yamaguchi

23. Pérez-Fortis
24. Sousa
25. Raj
26. Ahmad

نقش مهمی در توسعه ورزش و تفکر ورزشی داشته باشند. بنابراین با توجه به نقش و اهمیت رسانه بر افراد بالاخص کودکان و با توجه به جدی‌تر شدن مسأله بی‌تحركی و اهمیت فعالیت‌های آگاهی دهنده و آموزشی در حیطه فعالیت‌بدنی و سلامت جسمی در دانش‌آموزان و با وجود تفاوت‌هایی در زمینه‌های مختلف بین گروه‌های اجتماعی جامعه ما و دیگر جوامع، بر آن شدیم تا با انجام این تحقیق به بررسی نقش مصرف رسانه‌ای بر انجام فعالیت‌بدنی براساس الگوی سلامت و سواد بدنی در دانش‌آموزان ایران پرداخته و با ارائه الگوی کاربردی، راهکارهایی جهت بهبود سواد بدنی و فعالیت‌های بدنی بیشتر، ارائه شود.

روش‌شناسی پژوهش

نوع پژوهش براساس هدف کاربردی و بر حسب روش، معادلات ساختاری است جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه دانش‌آموزان ۱۱ تا ۱۹ ساله کل کشور بود. چنانچه حجم جمعیت از ۱۰۰ هزار نفر تا ۳۰۰ میلیون نفر باشد، حجم نمونه براساس جدول مورگان برابر با ۳۸۴ نفر است (حافظ‌نیا، ۱۳۸۸). لذا برای انتخاب نمونه آماری در این تحقیق به دلیل حجم بالای جامعه آماری تحقیق، تعداد ۳۸۴ نفر را با استفاده از جدول مورگان انتخاب و پرسش‌نامه در اختیار آنها قرار گرفت. روش نمونه‌گیری در این تحقیق به دلیل گستردگی و پراکندگی جامعه آماری براساس روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای بود. به این صورت که ابتدا کشور ایران را به پنج قسمت تقسیم، از هر قسمت یک استان به صورت تصادفی انتخاب شد در مجموع ۵ استان (تهران، قم، کرمانشاه، خراسان رضوی، آذربایجان غربی) انتخاب و از هر استان دو شهر (۱۰ شهر) به صورت تصادفی انتخاب و از هر شهر ۲ مدرسه پسرانه و دخترانه (در مجموع ۲۰ مدرسه دخترانه و پسرانه) انتخاب و پرسش‌نامه‌ها در اختیار آنها قرار داده شد.

پرسش‌نامه‌های مورد استفاده در این تحقیق شامل یک پرسش‌نامه جمعیت‌شناختی و سه پرسش‌نامه استاندارد به شرح ذیل می‌باشد:

مصرف رسانه‌ای: برای سنجش مصرف رسانه‌ای دو

بعد مصرف رسانه‌های داخلی و مصرف رسانه‌های خارجی در نظر گرفته شد. در هر یک از این ابعاد از افراد خواسته شده تا میزان مصرف و نوع برنامه مورد استفاده خود را ذکر نمایند.

و رسانه بر نهادینه‌سازی فرهنگ ورزش کودکان و نوجوانان نقش دارد. همتی‌نژاد و همکاران (۱۳۹۵)، در تحقیقی با عنوان "واکاوی نقش عوامل زمینه‌ای (خانواده و همسالان، مدرسه و رسانه)، در نهادینه‌سازی فرهنگ ورزش در کودکان و نوجوانان" عنوان داشتند که خانواده و همسالان، مدرسه و رسانه بر نهادینه شدن ورزش در بین کودکان و نوجوانان نقش دارند. توماس^{۲۷} و همکاران (۲۰۱۸)، در فرا-تحلیلی "تأثیر کمپانی‌های رسانه‌های جمعی بر فعالیت‌های فیزیکی گروه‌های با وضعیت اجتماعی و اقتصادی بالا و پایین از سال ۱۹۹۰ تا ۲۰۱۶" را بررسی کردند، نتایج این فراتحلیل مبین این بود که نقش رسانه‌های جمعی اثرات ناعادلانه‌ای بر اقصاء مختلف با درآمد بالا و پایین جامعه داشته است و عمدتاً این تأثیر بر افراد با وضعیت اقتصادی اجتماعی پایین نسبت به افراد با درآمد بالا کمتر بود. گرابی^{۲۸} و همکاران (۲۰۱۷) در تحقیقی با موضوع "تأثیر آموزش سواد رسانه‌ای بر دانش و قصد رفتاری نوجوانان در برخورد با پیام‌های رسانه‌ای با توجه به مراحل تغییر" عنوان کردند که آموزش برنامه‌ریزی‌شده برنامه‌ها تأثیر معناداری بر قصد رفتاری دانش‌آموزان در برخورد با پیام‌های رسانه‌های جمعی دارد. آجوبولا^{۲۹} و همکاران (۲۰۱۳)، در تحقیقی با عنوان "آیا کمپین‌های رسانه‌های جمعی، فعالیت‌بدنی را بهبود می‌بخشد؟ به این نتیجه رسیدند که رسانه‌های جمعی تأثیر قابل توجهی بر پیاده‌روی با شدت متوسط داشت. همچنین باعث کاهش رفتارهای بی‌ثباتی در افراد می‌شود.

در شرایط امروزی برای رسیدن به تعالی و پیشرفت در زمینه‌های مختلف، نخست باید علم آموزی در دستور کار قرار گیرد و متعاقب آن نهادینه شدن هنجارها است؛ اما سبک زندگی جدید و رواج فرهنگ آپارتمان نشینی در جامعه می‌طلبد تا سواد بدنی در کنار سواد تحصیلی و آموزش یک ضرورت ویژه برای کودکان و نوجوانان به‌شمار آید. یکی از راهکارهای نهادینه کردن سواد بدنی در شرایط کنونی توجه به رسانه‌ها با مفاهیم اساسی مرتبط با این شیوه از آموزش است و در کنار والدین و مدارس رسانه‌ها نیز به-عنوان مجریان ویژه طرح سواد بدنی باید زمینه را برای ایجاد فعالیت‌های ورزشی ایجاد کنند. رسانه‌ها می‌توانند

27. Margaret M Thomas
28. Geraee
29. Ajibola

به موانع درک شده و ۲۹ سؤال مربوط به فواید درک شده نسبت به ورزش و فعالیت جسمی است. حداقل نمره منافع درک شده نسبت به ورزش ۲۹ و حداکثر آن ۱۱۶ است. همچنین در مورد موانع درک شده نسبت به ورزش حداقل نمره آن ۱۴ و حداکثر آن ۵۶ است. هر چه که این نمرات بالاتر باشند منافع و موانع درک شده نسبت به ورزش بیشتر است. ضریب آلفای کرونباخ مقیاس فواید درک شده ۰,۸۹ و موانع درک شده بوده است (اسچریت^{۳۶} و همکاران، ۱۹۸۷). بخش سوم سؤالات مربوط به خودکارآمدی بود. برای تعیین خودکارآمدی از پرسش‌نامه ۸ سؤالی (Exercise self efficacy scale) استفاده شد. مقیاس پاسخگویی به پرسش‌نامه براساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای بود که از یک (خیلی کم) تا پنج (خیلی زیاد) شماره‌گذاری شده است. حداقل نمره خودکارآمدی نسبت به ورزش ۸ و حداکثر آن ۴۰ است. نمره بالاتر خودکارآمدی بیشتر را نشان می‌دهد. روایی و پایایی این پرسش‌نامه نیز در مطالعات پیشین تأیید شده است (آقامولایی و همکاران، ۱۳۹۴).

تجزیه و تحلیل نتایج حاصل از این پژوهش با استفاده از نرم‌افزار آماری Spss نسخه ۱۹ و نرم‌افزار Amos نسخه ۱۸ در دو سطح توصیفی و استنباطی انجام گرفت. در سطح آمار توصیفی از آماره‌هایی نظیر فراوانی، درصد، میانگین و انحراف استاندارد استفاده گردید. در سطح آمار استنباطی از آزمون کلموگروف اسمیرنوف برای تعیین نرمال بودن داده‌ها، ضریب همبستگی پیرسون و مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد.

پرسش‌نامه سواد بدنی ادراک شده^{۳۰}: برای

سنجش سواد بدنی ادراک شده از پرسش‌نامه سواد بدنی ادراک شده (PPLI) ریموند^{۳۱} و همکاران (۲۰۱۸)، استفاده شد. این پرسش‌نامه اولین بار برای کودکان ۱۱ تا ۱۹ سال هنگام کنگی اعتبار سنجی شده و تا کنون در ایران اعتبار سنجی نشده است. پرسش‌نامه مذکور شامل ۹ گویه و سه بُعد: «دانش و درک^{۳۲} (۳ سؤال)»، «بیان و ارتباط با دیگران^{۳۳} (۳ سؤال)» و «اعتماد به نفس^{۳۴} (۳ سؤال)» می‌باشد. نتایج تحلیل عاملی تأییدی سه مؤلفه شناسایی شده را مورد تأیید قرار داد. نتایج تحلیل عاملی تأییدی برای سه عامل به ترتیب ۰,۹۴۰، ۰,۹۳۸ و ۰,۹۳۸ بود. همچنین پایایی ترکیبی برای سه عامل به ترتیب ۰,۷۸، ۰,۷۰ و ۰,۷۲ به دست آمد.

پرسش‌نامه فعالیت بدنی براساس الگوی

ارتقای سلامت: جهت بررسی فعالیت بدنی براساس الگوی ارتقای سلامت از پرسش‌نامه چند وجهی پندر به شرح ذیل استفاده شد: سؤالات مربوط به مراحل تغییر رفتار فعالیت جسمی از پرسش‌نامه (Physical Activity Staging) استفاده شد. براساس این پرسش‌نامه افراد در مراحل مختلف تغییر فعالیت فیزیکی که شامل مرحله پیش تفکر، تفکر، آمادگی، عمل و حفظ و نگهداری است طبقه بندی می‌شوند. این پرسش‌نامه شامل ۴ سؤال دو گزینه‌ای (بلی و خیر) می‌باشد و با توجه به پاسخ این بخش از سؤالات افراد مورد مطالعه در هر یک از مراحل تغییر رفتار فعالیت جسمی طبقه بندی می‌شوند. روایی و پایایی پرسش‌نامه بین-المللی فعالیت فیزیکی در مطالعه بشیری موسوی و همکاران با ضریب همبستگی ۰,۸۶ به دست آمد که نشانگر پایایی مطلوب پرسش‌نامه بود (بشیری و همکاران، ۱۳۹۴؛ رونیز^{۳۵} و همکاران، ۲۰۰۶). بخش دوم سؤالات مربوط به فواید درک شده و موانع درک شده نسبت به ورزش و فعالیت جسمی بود که از پرسش‌نامه (Exercise Benefits/Barriers Scale) استفاده شد. این پرسش‌نامه شامل ۴۳ سؤال چهارگزینه‌ای براساس طیف لیکرت (از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف) می‌باشد. ۱۴ سؤال آن مربوط

30. Perceived physical literacy instrument

31. Raymond & Sum

32. knowledge and understanding

33. self-expression and communication with others

34. sense of self and self-confidence³⁷

35. Ronis

یافته‌های پژوهش

جدول ۱. سیمای جمعیت شناختی پاسخ‌دهندگان

متغیر	فراوانی	درصد	متغیر	فراوانی	درصد	
جنسیت	دختر	۱۹۲	۵۰٪	آزاد	۲۲۳	۵۸/۱٪
	پسر	۱۹۲	۵۰٪	کارمند	۱۴۰	۳۶/۵٪
	بی‌سواد	۲۶	۶/۸٪	بیکار	۲۰	۵/۲٪
تحصیلات	ابتدایی	۶۱	۱۵/۹٪	خانه دار	۲۸۳	۷۳/۷٪
	دیپلم	۱۱۳	۲۹/۴٪	شاغل	۱۰۱	۲۶/۳٪
	فوق دیپلم	۱۱۷	۳۰/۵٪	ضعیف	۵۰	۱۳٪
وضعیت اقتصادی	لیسانس و بالاتر	۶۷	۱۷/۴٪	متوسط	۱۷۱	۴۴/۵٪
	بی‌سواد	۲۳	۶٪	خوب	۱۲۴	۳۲/۳٪
	ابتدایی	۸۶	۲۲/۴٪	بسیار خوب	۳۹	۱۰/۲٪
تحصیلات مادر	دیپلم	۱۲۵	۳۲/۶٪	۱۳ تا ۱۴ سال	۲۶	۶/۸٪
	فوق دیپلم	۱۰۹	۲۸/۴٪	۱۴ تا ۱۵ سال	۲۶	۶/۸٪
	لیسانس و بالاتر	۴۰	۱۰/۴٪	۱۵ تا ۱۶ سال	۵۱	۱۳/۳٪
سن	۱۰ تا ۱۱ سال	۱۵	۳/۹٪	۱۶ تا ۱۷ سال	۶۷	۱۷/۴٪
	۱۱ تا ۱۲ سال	۴۳	۱۱/۲٪	۱۷ تا ۱۸ سال	۷۹	۲۰/۶٪
	۱۲ تا ۱۳ سال	۳۵	۹/۱٪	۱۸ تا ۱۹ سال	۴۲	۱۰/۹٪
رسانه مصرفی	رادیو و تلویزیون	۱۲۹	۳۳/۶٪	فیلم	۳۹	۱۰/۲٪
	اینترنت	۱۳۲	۳۴/۴٪	کتاب	۱۷	۴/۴٪
	ماهواره	۴۱	۱۰/۷٪	روزنامه-نشریه	۲۶	۶/۸٪

نتایج جدول ۱ نشان داد که ۵۰ درصد نمونه مورد مطالعه دختر و ۵۰ درصد نمونه پسر بود. ۶/۸ درصد از پدران دانش‌آموزان بی‌سواد ۱۵/۹ درصد تحصیلات ابتدایی، ۲۹/۴ درصد دیپلم، ۳۰/۵ درصد فوق دیپلم، ۱۷/۴ درصد لیسانس و بالاتر داشتند. ۶ درصد از مادران دانش‌آموزان بی‌سواد ۲۲/۴ درصد تحصیلات ابتدایی، ۳۲/۶ درصد دیپلم، ۲۸/۴ درصد فوق دیپلم، ۱۰/۴ درصد لیسانس و بالاتر داشتند. ۳/۹ درصد از نمونه مورد مطالعه ۱۰ تا ۱۱ سال، ۱۱/۲ درصد ۱۱ تا ۱۲ سال، ۹/۱ درصد ۱۲ تا ۱۳ سال، ۶/۸ درصد ۱۳ تا ۱۴ سال، ۱۷/۴ درصد ۱۴ تا ۱۵ سال، ۱۳/۳ درصد ۱۵ تا ۱۶ سال، ۱۰/۹ درصد ۱۶ تا ۱۷ سال و ۱۰/۲ درصد ۱۷ تا ۱۸ سال و ۱۰/۹ درصد ۱۸ تا ۱۹ سال سن داشتند. شغل ۵۸/۱ درصد از پدران دانش‌آموزان آزاد، ۳۶/۵ درصد کارمند و ۵/۲ درصد از آنها نیز بیکار بودند. شغل ۷۳/۷ درصد از مادران دانش‌آموزان خانه‌دار، ۲۶/۳ درصد شاغل بودند. وضعیت اقتصادی ۱۳ درصد از خانواده‌های دانش‌آموزان ضعیف، ۴۴/۵ درصد متوسط، ۳۲/۳ درصد خوب و ۱۰/۳ درصد وضعیت اقتصادی بسیار خوب داشتند. ۳۳/۶ درصد از مصرف رسانه‌های دانش‌آموزان رادیو و تلویزیون بود، ۳۴/۴ درصد اینترنت، ۱۰/۷ درصد ماهواره، ۱۰/۲ درصد فیلم ۴/۴ درصد کتاب، ۶/۸ درصد روزنامه و نشریه‌های علمی بود.

نتایج تحلیل عاملی تأییدی (CFA) برای گویه‌های پرسش‌نامه

جدول ۲. نتایج تحلیل عاملی تأییدی (CFA) برای گویه‌های پرسش‌نامه

متغیر	گویه	کشیدگی	چولگی	وزن رگرسیون (بار عاملی)	معناداری	نتیجه
مصرف رسانه	q1	-۱/۲۱۴	-۰/۰۰۵	۰/۶۱	۰/۰۰۱	معنادار
	q2	-۰/۹۸۹	۰/۳۸۶	۰/۸۴	۰/۰۰۱	معنادار
	q3	-۰/۹۸۳	۰/۳۳۶	۰/۷۲	۰/۰۰۱	معنادار

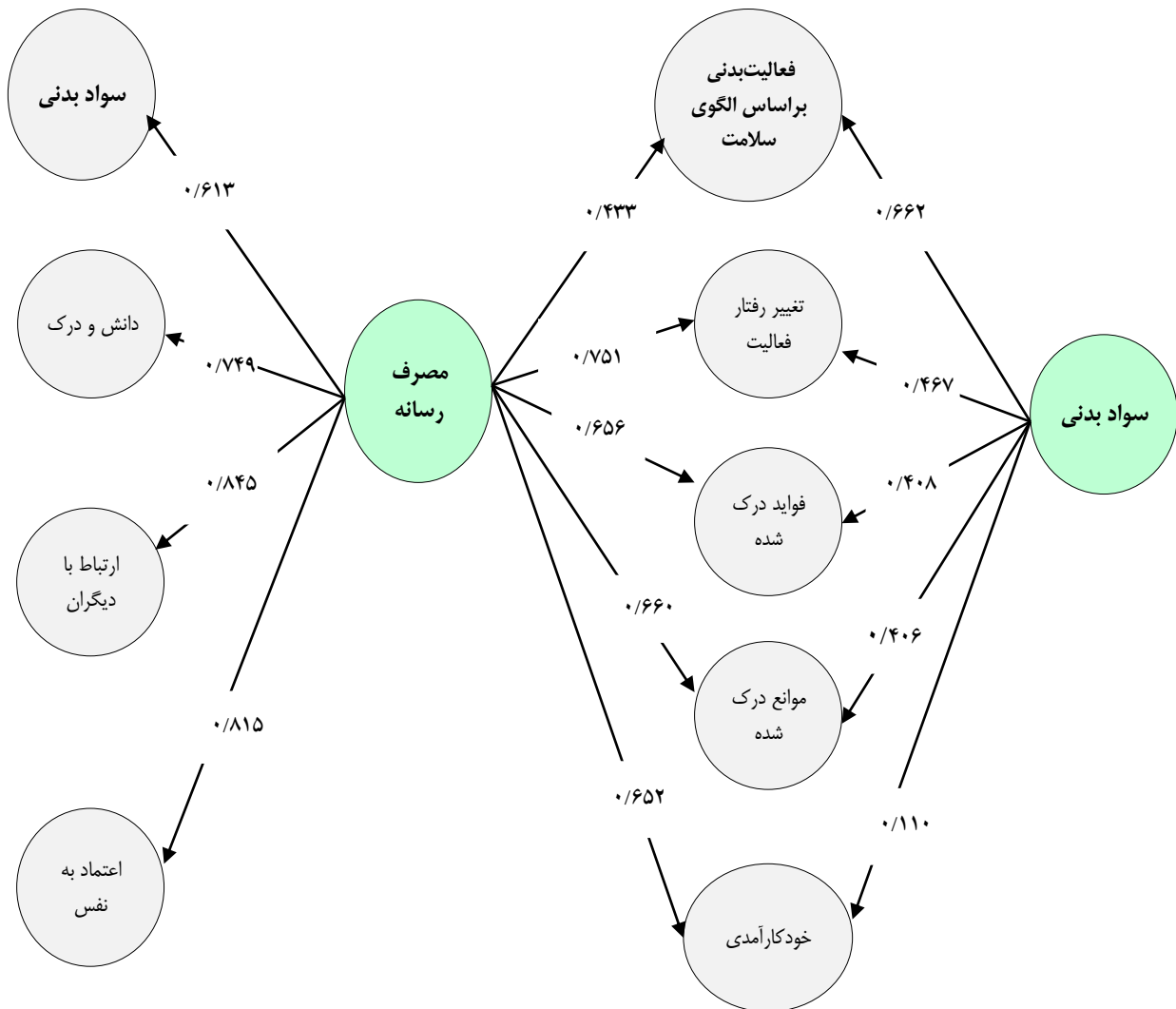
نتیجه	معداری	وزن رگرسیونی (بار عاملی)	چولگی	کشیدگی	گویه	متغیر
معدار	۰/۰۰۱	۰/۷۹	-۰/۰۵۰	-۱/۰۴۲	q4	انجام فعالیت بدنی
معدار	۰/۰۰۱	۰/۷۳	-۰/۱۲۶	-۱/۱۱۴	q5	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۸۲	-۰/۲۶۶	-۰/۷۹۷	q6	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۵۷	-۰/۳۱۹	-۱/۰۰۶	q7	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۷	-۰/۰۴۳	-۱/۱۳۰	q8	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۷۵	-۰/۲۴۰	-۱/۰۲۲	q9	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۴	-۰/۶۰۳	-۰/۷۷۳	q10	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۳۵	-۰/۰۰۳	-۱/۲۲۸	q11	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۵۸	-۰/۰۵۲	-۱/۲۰۲	q12	
معدار	۰/۰۰۱	۴۵	-۰/۲۱۵	-۰/۹۸۷	q13	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۶	-۰/۲۷۱	-۱/۰۱۰	q14	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۳	-۰/۰۵۱	-۱/۱۹۲	q15	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۸	۱/۰۵۴	۱/۲۰۱	q16	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۵	-۰/۷۶۳	-۰/۵۱۲	q17	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۲	-۰/۳۷۶	-۰/۹۱۵	q18	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۱	-۰/۴۵۲	-۰/۸۸۲	q19	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۵۸	-۰/۴۷۱	-۱/۰۴۵	q20	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۱	-۰/۰۳۱	-۱/۲۲۱	q21	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۵۸	-۰/۰۰۳	-۱/۰۰۵	q22	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۱	-۰/۴۰۸	-۰/۸۶۸	q23	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۶	-۰/۴۸۶	-۰/۵۶۱	q24	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۷	-۰/۷۸۸	-۱/۸۵۱	q25	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۶	-۰/۸۳۵	-۱/۰۸۶	q26	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۴۰	-۰/۴۴۲	-۱/۱۸۴	q27	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۵۸	-۰/۲۳۸	-۱/۲۰۶	q28	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۹	-۰/۲۵۵	-۱/۲۲۹	q29	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۸	-۰/۱۰۰	-۱/۱۸۱	q30	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۳	-۰/۱۴۹	-۱/۱۴۶	q31	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۷۰	-۰/۲۲۰	-۰/۹۷۱	q32	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۳	-۰/۱۱۱	-۱/۲۱۴	q33	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۸	-۰/۵۲۱	-۰/۹۸۹	q34	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۸	-۰/۵۲۲	-۰/۹۸۳	q35	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۵	-۰/۶۳۸	-۱/۰۴۲	q36	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۸	-۰/۲۳۰	-۱/۱۱۴	q37	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۵۷	-۰/۱۲۸	-۰/۷۹۷	q38	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۵۵	-۰/۰۳۱	-۱/۰۰۶	q39	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۴۸	-۰/۲۴۵	-۱/۱۳۰	q40	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۵۳	-۰/۲۱۸	-۱/۰۲۲	q41	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۵۶	-۰/۱۴۶	-۰/۷۷۳	q42	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۶۶	-۰/۴۶۲	-۱/۲۲۸	q43	
معدار	۰/۰۰۱	۰/۵۹	-۰/۰۲۲	-۱/۲۰۲	q44	

نتیجه	معناداری	وزن رگرسیونی (بار عاملی)	چولگی	کشیدگی	گویه	متغیر
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۵۲	۰/۲۲۲	-۰/۹۸۷	q45	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۵۶	۰/۲۲۲	-۱/۰۱۰	q46	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۵۸	۰/۴۲۷	-۱/۱۹۲	q47	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۵۰	۰/۳۲۹	۱/۲۰۱	q48	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۶۸	۰/۴۶۳	-۰/۵۱۲	q49	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۶۵	۰/۵۷۶	-۰/۹۱۵	q50	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۶۲	۰/۶۴۶	-۰/۸۸۲	q51	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۶۱	۰/۴۳۳	-۰/۸۹۸	q52	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۶۵	۰/۷۱۸	-۱/۰۴۵	q53	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۵۵	۰/۷۵۹	-۱/۲۲۱	q54	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۶۰	۰/۳۱۸	-۱/۰۰۵	q55	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۶۳	۰/۵۹۴	-۰/۸۶۸	q56	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۶۰	۰/۱۸۹	-۰/۵۶۱	q57	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۵۷	-۰/۱۲۹	-۰/۵۵۴	q58	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۶۹	۰/۲۳۱	۱/۸۵۱	q59	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۷۱	۰/۴۸۶	-۱/۰۸۶	q60	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۶۳	۰/۲۱۵	-۱/۱۸۴	q61	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۵۱	۰/۰۳۷	-۱/۲۰۶	q62	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۷۵	۰/۳۱۶	-۱/۲۲۹	q63	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۷۸	۰/۷۴۱	-۱/۱۸۱	q64	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۸۵	۰/۵۹۵	-۱/۱۴۶	q65	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۸۵	۰/۳۵۸	-۰/۹۷۱	q66	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۶۳	۰/۳۷۸	-۰/۷۵۶	q67	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۸۵	۰/۵۵۴	-۰/۷۵۹	q68	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۸۵	۰/۴۱۰	-۱/۰۷۹	q69	
معنادار	۰/۰۰۱	۰/۶۳	۰/۶۴۲	-۱/۰۸۳	q70	

سواد بدنی ادراک شده

شده، متغیر مکنون مربوطه را مورد تأیید قرار می‌دهد. با توجه به مطالب بالا و شاخص‌های کمی برازش می‌توان نتیجه گرفت که مدل نظری مربوط به پژوهش مدلی قابل قبول است، پس حال می‌توان به روابط درون مدل و مقادیر ضریب رگرسیونی بین متغیرهای پنهان پرداخت. برای آزمون فرضیه از شاخص جزئی (p-value) و عدد معناداری استفاده شده است و شرط معنادار بودن یک رابطه این است که مقدار شاخص اول (p-value) برای رابطه مورد نظر کمتر از ۰/۰۵ و یا مقدار شاخص دوم (t-value) از $\pm 1/96$ بیشتر باشد.

همان‌طور که در جدول بالا نشان داده شد میزان کشیدگی و چولگی تمامی داده‌ها بین (۲) می‌باشد که نشان دهنده نرمال بودن داده‌هاست. همان‌گونه که مشاهده می‌شود در مدل تحلیل عاملی برازش یافته بارعاملی ابعاد و متغیرها در پیش‌بینی گویه‌های مربوطه در سطح اطمینان ۰/۹۵ دارای تفاوت معنادار با صفر بود. بنابراین هیچکدام از گویه‌های پرسش‌نامه حذف نشدند. مبنای معناداری گویه‌ها این است که سطح معناداری برای آن‌ها زیر ۰/۰۵ باشد. همچنین شاخص‌های برازش مدل CFA به‌همراه مقادیر مطلوب آن‌ها در جدول ۲ ارائه شده است. این شاخص‌ها نشان از برازش مطلوب مدل‌های اندازه‌گیری داشته و معناداری بارهای عاملی هر متغیر مشاهده



شکل ۱. مدل برازش شده پژوهش

تحلیل مدل ساختاری

برای تحلیل فرضیه‌ها، ابتدا باید مدل نظری تدوین شده برای هر فرضیه مورد پردازش قرار گیرد تا مشخص شود که داده‌های جمع‌آوری شده تا چه اندازه مدل نظری را مورد حمایت قرار می‌دهد که برای پاسخ به این سؤال از شاخص‌های کمی برازش مدل (CFI, GFI, RMR...) استفاده می‌شود. در صورتی که شاخص‌های کلی قابل قبول بودند یا به عبارتی مدل نظری مورد تأیید قرار گرفت در آن صورت می‌توان به

روابط درون مدل پرداخت که این روابط متقابل ضریب رگرسیونی (ضریب تأثیر) مربوط به فرضیه و بارهای عاملی مربوط به هر گویه می‌باشند که برای آزمون قابل قبول بودن این ضرایب (ضرائب تأثیر بارهای عامل) از شاخص جزئی P استفاده می‌شود که مقدار آن برای مقادیر قابل قبول کمتر از ۰/۰۵ می‌باشد. جدول ۳ شاخص‌های برازش مدل به همراه مقادیر مطلوب را نشان می‌دهد.

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل نظری پژوهش

مدل اندازه‌گیری	مقدار مطلوب	نام شاخص
۲۳۳۲	-	درجه‌ی آزادی (df)
۶۳۸۶/۶۳۶	$2 \text{ df} \leq \chi^2 \leq 3 \text{ df}$	کای اسکوتر (χ^2)
۲/۷۴	از ۳ کم‌تر	کای اسکوتر بهینه شده (χ^2/df)
۰/۸۰۹	۰/۸ به بالا	نیکوئی برازش (GFI)
۰/۹۶۹	۰/۹	شاخص برازش تطبیقی (CFI)
۰/۰۷۲	زیر ۰/۰۸	ریشه میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA)
۰/۶۵۱	بین ۰/۶ تا ۱	شاخص نیکوئی برازش ایجازی (PGFI)
۰/۶۶۷	بین ۰/۶ تا ۱	شاخص برازش ایجازی هنجار شده (PNFI)

CFI برای مدل مذکور ۰/۹۶۹ که با توجه به اینکه بیشتر از ۰/۹۰ می‌باشد می‌توان گفت که داده‌ها به‌طور بسیار مناسبی برازش یافته‌اند یا به عبارت دیگر مدل از مدل استقلال، فاصله و یک مدل اشباع نزدیک می‌شود. شاخص ریشه دوم میانگین مربعات خطای برآورد یا RMSEA نیز همانند شاخص RMR بر مبنای تحلیل ماتریس باقیمانده قرار دارد. مدل‌های قابل قبول دارای مقدار ۰/۰۷ یا کوچک‌تر برای این شاخص هستند. برازش مدل‌هایی که دارای مقادیر بالاتر از ۰/۱ هستند ضعیف برآورد می‌شود. مقدار RMSEA برای این مدل ۰/۰۷۲ به دست آمده که نشان‌گر قابل قبول بودن مدل می‌باشد. با توجه به مطالب بالا و شاخص‌های کمی برازش می‌توان نتیجه گرفت که مدل نظری مربوط به پژوهش مدلی قابل قبول است.

یکی از شاخص‌های عمومی شاخص کای اسکوتر بهنجار یا نسبی است که از تقسیم ساده مقدار کای اسکوتر به درجه آزادی مدل محاسبه می‌شود و اغلب مقادیر بین ۱ تا ۳ را برای این شاخص قابل قبول می‌دانند. همان‌طور که در جدول مشاهده می‌شود این مقدار برای مدل مورد نظر ۲/۷۴ است که مقداری مناسب و قابل قبول است. شاخص GFI یکی از شاخص‌های تطبیقی است که مقدار بیش‌تر از ۰/۸ برای این مقدار نشان از برازش خوب مدل توسط داده‌ها دارد. مقدار GFI برای مدل ۰/۸۰۹ به دست آمد که نشان از برازش خوب مدل دارد. شاخص برازش تطبیقی یا CFI یکی از شاخص‌های تطبیقی است که مقادیر بین ۰/۹ تا ۰/۹۵ به عنوان قابل قبول بودن و مقادیر بالاتر از ۰/۹۵ برای این شاخص به عنوان برازش بسیار خوب داده‌ها به مدل تفسیر می‌شود. مقدار

جدول ۴. ضریب رگرسیونی و معناداری تأثیر مصرف رسانه‌ای بر سواد بدنی و انجام فعالیت بدنی

نتیجه	عدد معناداری	p-value	ضریب مسیر	مسیر مستقیم
معنادار	۹/۴۵۷	۰/۰۰۰	۰/۶۱۳	مصرف رسانه‌ای* سواد بدنی ادراک شده
معنادار	۱۰/۵۸۷	۰/۰۰۰	۰/۷۴۹	مصرف رسانه‌ای* دانش و درک
معنادار	۱۲/۵۲۸	۰/۰۰۰	۰/۸۴۵	مصرف رسانه‌ای* ارتباط با دیگران
معنادار	۱۲/۱۵۴	۰/۰۰۰	۰/۸۱۵	مصرف رسانه‌ای* اعتماد به نفس
معنادار	۰/۰۰۰	۸/۲۴۰	۰/۴۳۳	مصرف رسانه* انجام فعالیت بدنی براساس الگوی سلامت
معنادار	۰/۰۰۰	۱۴/۱۶۵	۰/۷۵۱	مصرف رسانه‌ای* تغییر فعالیت
معنادار	۰/۰۰۰	۱۲/۲۴۹	۰/۶۵۶	مصرف رسانه‌ای* فواید درک شده
معنادار	۰/۰۰۰	۱۲/۱۶۵	۰/۶۵۲	مصرف رسانه‌ای* خودکارآمدی
معنادار	۰/۰۰۰	۱۲/۷۸۵	۰/۶۶۰	مصرف رسانه‌ای* موانع درک شده
معنادار	۰/۰۰۵	۱۰/۳۷۴	۰/۶۲۲	سواد بدنی* انجام فعالیت بدنی براساس الگوی سلامت
معنادار	۰/۰۰۰	۸/۲۵۸	۰/۴۶۷	سواد بدنی* تغییر فعالیت
معنادار	۰/۰۰۰	۷/۱۲۹	۰/۴۰۸	سواد بدنی* فواید درک شده
معنادار	۰/۰۰۰	۸/۱۲۰	۰/۴۰۶	سواد بدنی* خودکارآمدی
غیرمعنادار	۰/۲۴۳	۱/۵۱۲	۰/۱۱۰	سواد بدنی* موانع درک شده

بحث و نتیجه گیری

هدف این تحقیق نقش مصرف رسانه‌ای بر انجام فعالیت بدنی براساس الگوی سلامت و سواد بدنی ادراک شده در دانش-آموزان ایران بود. بخشی از نتایج این تحقیق نشان داد که رسانه مصرفی می‌تواند بر تغییر رفتار فعالیت‌های بدنی دانش-آموزان تأثیر مثبت داشته باشند. در تفسیر این نتیجه می‌توان عنوان داشت که رسانه‌ها به ارائه دیدگاه‌های هم شکل و کم و بیش یکسان از واقعیت اجتماعی تمایل دارند و مخاطبان آن‌ها نیز براساس چنین سازوکاری فرهنگ‌پذیر می‌شوند. گربنر^{۳۷} معتقد است که رسانه‌ها، به‌ویژه تلویزیون، به دلیل نظم و هماهنگی در ارائه پیام در طول یک زمان مشخص، از قدرت تأثیرگذاری فراوانی برخوردارند، به طوری که باید آن‌ها را شکل‌دهنده جامعه دانست. همسو با نظریه کاشت گربنر، نتایج مطالعاتی که درباره همبستگی بین مدت تماشای آگهی‌های تلویزیون با رفتارها و نگرش‌های مخاطبان انجام شده است، نشان می‌دهد بینندگان دائمی آگهی‌های تلویزیونی در مقایسه با سایر بینندگان، غذاهایی را که در آگهی‌ها تبلیغ شده است، بیشتر دوست دارند و بیشتر از دیگران شیرینی‌ها و مواد غذایی تبلیغ شده را درخواست می‌کنند (گلابی و همکاران، ۱۳۹۵). امروزه در عصر انفجار اطلاعات دیگر این حقیقت به خوبی اثبات شده است که از نظر کارکردهای آموزشی، رسانه‌ها سهم و نقش قابل ملاحظه‌ای در انتقال میراث فرهنگی و فکری بشری در میان ملل و انسان‌ها دارا هستند. در واقع با ظهور وسایل ارتباط جمعی پیشرفته، فرآیند آموزش از انحصار مدرسه و آموزشگاه‌ها خارج شده و جهان پهناور به عرصه آموزش تبدیل گردیده است. رسانه‌ها در عین حال خود به نهادی تبدیل شده‌اند با قواعد و هنجارهای خاص خود که این نهاد را به جامعه و سایر نهادهای اجتماعی پیوند می‌دهد. پس این نهاد نیز به نوبه خود توسط جامعه تنظیم می‌شود. رسانه‌ها یکی از منابع قدرت هستند، یعنی رسانه‌ها هر جا که رشد می‌کنند دارای قدرت قابل ملاحظه‌ای برای شکل دادن به عقاید و باورها، دگرگون کردن عادات زندگی و ترویج رفتارهایی کمابیش مطابق میل کنترل‌کنندگان رسانه‌ها و محتوای آنها هستند. این دیدگاه نه براساس کاوش‌های علمی بلکه در اثر مشاهده محبوبیت بسیار زیاد مطبوعات و رسانه‌های جدیدی همچون فیلم و رادیو و نفوذ آنها در ابعاد مختلف زندگی فردی و اجتماعی به وجود آمده‌اند. رسانه‌ها در همه ابعاد

زندگی افراد تأثیرگذار هستند؛ اما نشان داده شده که هر رسانه‌ای در قالب ساختار موجود روابط اجتماعی و شرایط فرهنگی و اجتماعی معین عمل می‌کند. این عوامل اجتماعی و فرهنگی در شکل دادن به عقاید، نگرش‌ها و رفتار مورد مطالعه نقش درجه اول دارند و انتخاب، توجه و پاسخگویی به رسانه از سوی مخاطبان را تعیین می‌کنند. برینول و پتی^{۳۸} (۲۰۱۵)، همسو با نتیجه این بخش از تحقیق عنوان می‌دارد که نگرش افراد زمانی که در معرض تلویزیون قرار می‌گیرند، تغییر می‌کند. سینگ^{۳۹} و همکاران (۲۰۱۴)، نیز در همسویی با نتایج این بخش از تحقیق در پژوهش خود، تأثیر برنامه‌های ترسناک بر روان، رفتار و نگرش کودکان بیان کرد و کمال‌خان و شهریار^{۴۰} (۲۰۱۴)، نیز در جهت تأیید این یافته‌ها با مطالعه‌ای در خصوص تأثیر منفی تبلیغات تلویزیونی بر نگرش کودکان، تأکید کردند که کودکان نسبت به جنبه‌های خوب و بد تبلیغات آگاهی بیشتری دارند و به همین دلیل، باید قبل از تهیه تبلیغات، کودکان را در نظر گرفت. هان و تائو^{۴۱} (۲۰۱۶) در جهت همسویی با یافته‌های این بخش از تحقیق حاضر، در پژوهشی با عنوان "خودکنترلی و استفاده از انواع رسانه‌ها و تأثیر آن بر سبک‌های تصمیم‌گیری" نشان دادند که ارتباط معنی‌داری بین استفاده از شبکه یوتیوب و سبک کمال‌گرا وجود دارد. درخصوص تأثیر مثبت مصرف رسانه‌ای بر خودکارآمدی و درک فواید فعالیت بدنی باید گفت: آموزش نقش بسیاری مهمی در ارتقا خودکارآمدی افراد در زمینه‌های مختلف دارد. از سویی دیگر از آنجایی که فعالیت‌های بدنی باعث ایجاد خود کارآمدی در میان افراد شده و باعث می‌شود کودکان و نوجوانان بیشتر احساس اعتماد به نفس و عزت نفس کنند. شریفی (۱۳۹۴)، بیان می‌کند که بدیهی است که با افزایش عزت نفس، احساس کفایت، توانمندی و ارزشمندی در انسان به وجود می‌آید و وجود احساس کفایت موجب می‌شود تا فرد خود را توانمند بداند و احساس کند از عهده بسیاری از وظایفی که بر عهده‌اش گذاشته می‌شود، برمی‌آید. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت، رسانه‌ها با توجه به نقش آموزشی که دارند می‌توانند سبب ترویج فعالیت‌های بدنی در میان نوجوانان و جوانان شود و زمانی که نوجوانان به سمت فعالیت بدنی تمایل پیدا کنند نسبت به فعالیت‌های بدنی آگاهی بیشتری پیدا خواهند کرد. زیرا در این زمینه مطالعه خواهند کرد، با افراد ورزشکار بیشتر در ارتباط

38. Brinol & Petty

39. Singh

40. Kamal Khan & Sheheryar

41. QiongTao & Kim Hahn

37. Gerbner

وسيله بهبود مهارت‌های خودمديريتي و پشتكار برداشته و در برابر مشكلات ايستادگي (بحيرايي و همكاران، ۱۳۹۱) و بر امور كنترل بيشتري دارند و عدم اطمينان كمترى را تجربه مى‌كنند (سميعی سيبني و همكاران، ۱۳۹۳). از اين رو درك خودكارآمدى مى‌تواند باعث حفظ و نگهدارى رفتارهاى ارتقا دهنده سلامت شود (ميرغفوروند و همكاران، ۱۳۹۳). رسانه‌ها با توجه به جذابيت و گستره نفوذشان در شخصيت نوجوانان و جوانان، الگوهاى ارزنده و متعالی را به خوبى مى‌تواند ترسيم كنند تا نياز اين نسل را اقناع كنند. كه شناخت معانى نهفته در ورزش و مهم بودن ورزش در زندگي افراد مى‌تواند به آنها كمك كند تا از توانايي‌هاى ورزش براى ارتقا شخصيت اخلاقي و همچنين رفتار اخلاقي استفاده كرد و هر عمل غيراخلاقي را دريابند. رسانه‌ها عامل بسيار مؤثرى در شكل‌گيري ارزش‌هاى اجتماعي به‌شمار مى‌روند و مى‌توانند تأثير بسزايى در پيشرفت و بهبود وضعيت ورزش كشور داشته باشند (مرادى و همكاران، ۱۳۹۰)؛ انسان‌ها در معرض نهادهاى رسانه‌اى متولد مى‌شوند، مى‌اندیشند و دنيا را مى‌نگرند، به همين دليل نيز رفتارهاى خود را براساس الگوهاى برگرفته از رسانه‌هاى گروهى سامان مى‌دهند (ايرج پور و همكاران، ۱۳۹۶). با جايگاهى كه رسانه‌ها و وسايل ارتباطي از تولد تا مرگ در زندگي امروزي بشر پيدا كرده‌اند، مى‌توان آنها را در زمره نهادهاى اجتماعي و يكي از عوامل عمده مؤثر بر فرآيند پذيرش هنجارها و ارزش‌هاى اجتماعي دانست (خالديان و همكاران، ۱۳۹۳). برنامه‌هاى ورزشي به‌عنوان يك عامل تحريك‌كننده در نگرش افراد به ورزش تأثير گذارند (پايون^{۴۳}، ۲۰۰۶). طبق نتايج اين بخش از تحقيق مى‌توان گفت كه رسانه از طريق پخش برنامه و از طريق شبكه‌هاى آموزشى مى‌تواند سبب آموزش، تغيير در رفتار، درك بهتر، آشنا با فعاليت‌هاى بدني و مرتبط با سلامت، درك فوايد ورزش و فعاليت‌هاى بدني و ارتقاي سلامت نوجوانان شود.

بخش ديگر از نتايج اين تحقيق نشان داد كه مصرف رسانه بر دانش و درك، ارتباط با ديگران و اعتماد به نفس دانش آموزان تأثير مثبت و معنادارى دارد ($P < 0.05$). مطالعات نشان داده‌اند كه ميزان فعاليت بدني كم در بين نوجوانان ممكن است مربوط به تغيير در عوامل اجتماعي و محيطي باشد كه رفتارهاى كم تحرك را آغاز مى‌كنند (بورنس^{۴۴} و همكاران، ۲۰۱۳). اين تغييرات ممكن است بر شاخص‌هاى تركيب بدن كودكان و نوجوانان كه منجر به چاقى كودكان مى‌شوند و

هستند، بيشتتر شبكه‌ها و اخبار مرتب با ورزش را دنبال خواهند كرد، تغييرات فيزيولوژيكي را در بدن خود احساس مى‌كنند در نتيجه احساس خودكارآمدى بيشتري در جامعه خواهند داشت و همچنين فوايد و كاربردهاى فعاليت بدني و ورزش را بهتر درك خواهند كرد. اين نتيجه با نتيجه تحقيق لاتفيلد^{۴۲} و همكاران (۲۰۰۳)، كه نقش رسانه‌هاى تصويري را در افزايش آگاهي مخاطبان و پيشبرد اهداف آموزشى مؤثر مى‌دانند مطابقت دارد و با نتيجه تحقيق رجائيان و همكاران (۱۳۹۰) كه بيان كردند "تمرينات فعاليت بدني بر رشد اجتماعي دانش‌آموزان تأثير مثبتى دارد" و به‌طوركلي برترى و سلامت جسماني، در شخصيت افراد اثر مثبت داشته و باعث اعتماد به نفس بيشتتر براى فرد و محبوبيت بين همسالان مى‌شود و همچنين وي را از منزلت اجتماعي ويژه‌اى بهره‌مند مى‌سازد مطابقت دارد. همچنين با نتيجه تحقيق روتسندل اربطاني (۱۳۸۶)، در مورد نقش رسانه در نهادينه كردن ورزش همگاني كه بيان نمود رسانه اثرات شناختي (باورها)، هنجاري ارزش‌ها و تنظيمي (قوانين و مقررات در نهادينه سازى ورزش همگاني را برعهده دارد) و قاسمى و همكاران (۱۳۸۶)، بيان مى‌كنند كه "تلويزيون در بخش‌هاى مختلف ورزش از قبيل منابع مالي، انساني، فرهنگي، اجتماعي، آموزش و پژوهش نقش مهمي ايفا مى‌نمايد" و با نتايج پژوهش مرادى و همكاران (۱۳۹۰) كه در بررسى نقش‌هاى چهارگانه رسانه‌هاى ورزشي در توسعه ورزش همگاني بيان نمودند "رسانه‌ها به ترتيب نقش اطلاع رسانی، مشاركت اجتماعي، آموزشى و فرهنگ سازى را در حوزه ورزش بر عهده دارد"، مطابقت دارد. موارد ذكر شده نقش مهم و غير قابل انكار رسانه را در توسعه فعاليت‌هاى بدني و درك فوايد و مزايای آن در كودكان و نوجوانان بيان مى‌كند كه بايد مورد توجه مديران حوزه سلامت و خانواده‌ها قرار گيرد تا تحرك و پويايى به جامعه كودك و نوجوان برگردد.

از سوى ديگر موفقيت انسان، احتياج به پشتكار، تعهد و كاردانى دارد كه اين موارد از طريق خودكارآمدى حاصل خواهد شد. افرادی كه داراي خودكارآمدی بيشتري باشند، اهداف بالاترى را در نظر گرفته و متعهدتر گشته و در نتيجه رفتار آنها مطلوب‌تر مى‌شود. خودكارآمدی مشخص مى‌كند، افراد چگونه موانع را بررسى مى‌كنند. افرادی كه خودكارآمدی پايینی دارند، به آسانی در روبه رو شدن با مشكلات متقاعد مى‌شوند كه، رفتار آنها بی‌فايده است و سريع دست از تلاش برمی‌دارند. در حالي كه افرادی كه خودكارآمدی بالایی دارند، موانع را به

43. Pyun
44. Burns

42. Littlefield

برنامه‌های تلویزیونی می‌باشد و نتایج آنها نشان داد ۲۷ درصد از دلایل مشارکت کودکان در ورزش اسکیت یعنی تقریباً از هر چهار کودک یک نفر، تحت تأثیر برنامه تلویزیونی قصر یخ بود. سواد بدنی تنها یادگیری فعالیت‌های بدنی یا یادگیری مهارت‌های پایه و اساسی نیست بلکه یک نوع یادگیری رفتار است که از جنبه‌های مختلفی بر زندگی کودکان حال و آینده تأثیرگذار است. با افزایش سواد بدنی در دانش‌آموزان مهارت‌های اجتماعی، روانشناختی بهبود و ارتقاء خواهد یافت. رسانه‌های جمعی به مثابه بزرگراه‌های اطلاعاتی و پل ارتباطی تأثیرگذار بر افکار عمومی نقش مهمی در فرآیند تحقق کارکردهای ورزش از جمله الگوسازی از قهرمانان ورزشی، ایجاد نشاط اجتماعی و هیجان‌ات عمومی و پربارشدن اوقات فراغت، تقویت همبستگی یا تعلق اجتماعی، گسترش پیوندهای اجتماعی و ارتباطات بین فرهنگی، تقویت اخلاق عمومی، مشارکت اجتماعی و فرهنگ سازی ورزشی در جامعه و اعتلای ورزش کشورها از طریق اطلاع رسانی و آگاهی بخشی، فرهنگ سازی، عمومی سازی ورزش، آموزش، فراهم نمودن زمینه نقد و گفتگو، شفاف‌سازی نهادهای متولی ورزش، جلب مشارکت اجتماعی و... ایفا می‌نمایند. سواد بدنی پیش نیاز فعالیت بدنی است، در حالی که از طریق فعالیت بدنی نیز توسعه می‌یابد، انتظار می‌رود افراد با سواد بدنی در طول زندگی خود در فعالیت‌های بدنی شرکت کنند که به سلامتی آنها کمک می‌کند. لذا رسانه می‌تواند باعث آگاهی و دانش افراد نسبت به فعالیت‌های بدنی شود و به صورت غیرمستقیم به گسترش سواد بدنی دانش‌آموزان کمک کند. لذا پیشنهاد می‌شود رسانه‌ها بالاخص رسانه‌های ملی با همکاری اساتید و متخصصان آموزش کودکان، در کنساکتور برنامه‌های خود بخشی را به آموزش و بازی و ورزش کودکان اختصاص دهند. متأسفانه رسانه‌ها تمرکز خود را بر ورزش بالاخص ورزش قهرمانی نهاده‌اند، که این رویکرد باید تغییر کند. امروزه رویکرد مدارس و خانواده‌ها به سمت افزایش سواد بدنی تغییر پیدا کرده است ولی در این میان به نقش رسانه‌ها توجه نشده و مورد غفلت واقع شده است. نشریات و روزنامه‌ها و شبکه‌های اجتماعی، وب سایت‌ها نیز باید بخشی از صفحات خود را به ورزش و آموزش و ورزش اختصاص دهند. این وظیفه خطیر بر عهده معاون تربیت بدنی و سلامت وزارت آموزش و پرورش، وزارت ورزش و جوانان، پژوهشگاه تربیت بدنی و دانشگاه‌ها است که این مطالبه را از سازمان صدا و سیما، نشریات ورزشی، شبکه‌های اجتماعی و... داشته باشند.

همان‌طور که در بخش یافته‌های تحقیق ملاحظه گردید؛ سواد بدنی و ابعاد آن بر انجام فعالیت بدنی براساس الگوی

ممکن است در بزرگسالی با مشکلات بهداشتی ناشی از آن مانند بیماری‌های قلبی عروقی و متابولیک گسترش یابد، تأثیر بگذارد. استفاده از رسانه‌ها به شکل‌های متعدد با زندگی روزمره ما عجین شده است. رسانه‌های همگانی به‌عنوان یکی از عوامل بسیار مهم نگرش و رفتار مطرح هستند. در این میان قشر نوجوان و جوان بیشتر تحت تأثیر رسانه‌ها می‌باشند و پیام‌ها و برنامه‌های رسانه‌ای می‌توانند در شکل دهی الگوهای رفتاری مطلوب و یا نامطلوب در نزد این دسته از جمعیت کشور نقش بسزایی داشته باشند. این مسائل به ویژه در مورد تلویزیون که ملازم همیشگی زندگی خانوادگی است مصداق دارد. نتایج مطالعاتی که همسو با این تحقیق نیز بودند نیز بر نقش بی بدیل رسانه در شکل‌گیری رفتار افراد صحنه می‌گذارند. به‌طور مثال؛ غانیا بیلال^{۴۵} و همکاران (۲۰۱۴)، کنارد^{۴۶} و همکاران (۲۰۱۸)، آجوبولا و همکار (۲۰۱۳)، گرابی و همکاران (۲۰۱۷)، توماس و همکاران (۲۰۱۸) و همتی‌نژاد و همکاران (۱۳۹۵)، هر کدام در تحقیقات خود به این نتیجه رسیدند که رسانه‌ها می‌توانند بر رفتار افراد و فعالیت‌های بدنی آنها تأثیرگذار باشند. الشامی^{۴۷} و همکاران (۲۰۱۲)، به تأثیر رسانه‌های جمعی در ارتقاء ورزش به‌منظور توسعه سلامت عمومی اشاره داشتند و آن را یک ابزار بالقوه و اثرگذار در این زمینه دانستند. در همین زمینه فروغی عروجی و همکاران به نقل از گودرزی و همکاران (۱۳۹۴)، در نتایج پژوهش خود بیان می‌کنند ورزش دانش‌آموزی باید در برنامه‌ها مورد بررسی قرار گیرد و رویکردهایی را برای ایجاد تعامل بیشتر با رسانه برای خروج از این شرایط و ارتقاء جایگاه متوسطش کشف نماید. آن‌ها برای برنامه‌ریزی دقیق، شناسایی شرایط فعلی رسانه‌های ارتباط جمعی در توسعه ورزش دانش‌آموزی را ضروری دانستند. با توجه به شرایط زندگی امروز که رایانه و بازی‌های رایانه‌ای دنیای کودکان و نوجوانان را به محاصره خود در آورده و شرایط داشتن زندگی فعال را به تنگنا کشیده‌اند و از طرفی با رواج غذاهای فست فود در بین قشر نوجوان و علاقه آنها به چنین غذاهایی، پرداختن عمیق‌تر و کاربردی‌تر در رسانه به این قشر و متمایل کردن آنان به سمت ورزش و فعالیت بدنی از ضروریات به شمار می‌رود. قدر مسلم، رسانه از ابزار قدرتمند در ایجاد میل و رغبت به ورزش در کودکان می‌تواند باشد. در همین راستا ایلمهان و جنسر (۲۰۱۲)، عنوان نمودند که بعد از فاکتور والدین ورزشکار، دومین فاکتور اثرگذار بر تمایل کودکان به ورزش،

45. Bilal, Ghania

46. Kennard

47. Alshami

برای برتری در زمینه‌های حرکتی، حفظ توانایی، امکان پیشرفت، توسعه یک نگرش مثبت نسبت به فعالیت‌بدنی و ابتکار عمل برای شرکت در فعالیت‌های بدنی به‌طور منظم ضروری می‌باشد. توسعه نگرش مثبت نسبت به فعالیت‌بدنی برای القای سواد بدنی در طول زندگی، غنی‌سازی زندگی فرد در هر سنی پیشنهاد شده است (وایتهد^b، ۲۰۱۰). از سوی دیگر افرادی که از نظر حرکتی باسواد هستند حرکت را با توازن، اقتصاد و اعتماد به نفس در طیف گسترده‌ای از موقعیت‌های چالش برانگیز از نظر جسمی هماهنگ می‌کنند (وایتهد^a، ۲۰۱۰). به‌طور کلی می‌توان عنوان داشت که برای اینکه دانش بتواند فواید و موانع انجام فعالیت‌بدنی را درک کند، باید در رفتار ورزشی آنها تغییر صورت گیرد و به دانش سواد بدنی مجهز باشد. سواد بدنی نیز در بستر فعالیت‌های بدنی در مدارس و خانواده‌ها، باشگاه‌های سلامت، آموزش و پرورش و مدارس، خانواده‌ها، باشگاه‌های سلامت، آموزش و پرورش و وزارت بهداشت در یک همکاری درون بخشی به تقویت سواد بدنی دانش‌آموزان همّت ورزند. چرا که سواد بدنی باعث افزایش انگیزه، اعتماد به نفس، بهبود کیفیت زندگی، بهبود روابط اجتماعی و روابط عاطفی کودکان خواهد شد و این نیز می‌تواند بستری برای انجام فعالیت‌های بدنی باشد.

سلامت تأثیر مثبت و معناداری دارد. همان‌طور که نتایج این فرضیه نشان می‌دهد سواد بدنی باعث افزایش انجام فعالیت‌های بدنی در دانش‌آموزان خواهد شد. به این معنی که دانش‌آموزانی از سطح سواد بدنی بهتری برخوردار هستند که فعالیت‌های بدنی بیشتری دارند. در تحلیل این فرضیه می‌توان عنوان داشت که سواد بدنی از آنجا که پتانسیل پیشرفت و غنی‌سازی کیفیت زندگی (آلموند، ۲۰۱۳)، با توانا ساختن افراد برای فعال ماندن، سبک زندگی متنوع و با ارزش، رشد عزت نفس و بهبود بهزیستی را دارد دارای ارزش قابل توجهی است (آلموند، ۲۰۱۳؛ وایتهد^a، ۲۰۱۳). در واقع وایتهد^b (۲۰۱۰)، نشان می‌دهد که با ورزش و به چالش کشیدن بعد تجسم، ریشه‌های وجودمان و منبع بسیاری از قابلیت‌های دیگر را که می‌تواند یک تجربه ابراز وجود در کمک به خودشکوفایی باشد را تجلیل کنیم. سواد بدنی، بر توسعه ویژگی‌های جسمی از طریق توسعه مهارت‌های حرکتی اساسی به‌منظور شرکت در ورزش و فعالیت‌بدنی برای لذت مادام‌العمری و موفقیت ورزشی توجه می‌کند. چنین توجهی بر ویژگی‌های جسمی مرتبط با مفهوم سواد بدنی به سایر عوامل ادراکی و روانی اجازه ابراز کامل و درستی را نمی‌دهد و مالکیت کل‌نگر نهفته در معنای تصور کلی را کاهش می‌دهد (وایتهد^b، ۲۰۱۰). وایتهد^a (۲۰۱۳)، تصدیق کرد انگیزه برای ارتقاء کاربرد و تمرکز لازم

REFERENCES

- Aghamolaei T, Zare F, Ghanbarnejad A, Haji-Alizadeh K. (2014). "Relationship of Exercise Benefits/Barriers and self efficacy with stages of change for physical activity in Abu Musa Island employees, Iran". *Jpm*, 1 (1):31-38 (Persian).
- Ahmad H, AlghadirSami A. Gabr,Zaheen A. (2015). "IqbalEffects of sitting time associated with media consumption on physical activity patterns and daily energy expenditure of Saudi school students". *J Phys Ther Sci*, 27(9).
- Ajibola I Abioye1; Kaveh Hajifathalian; Goodarz Danaei. (2013). "Do mass media campaigns improve physical activity? a systematic review and meta-analysis". *Arch Public Health*, 71(1), 20.
- Almond, L. (2013). "What is the value of physical literacy and why is physical literacy valuable?" *ICSSPE Bulletin*". *Journal of Sport Science and Physical Education*, 65, 34-40.
- Alshami, A. Anazi, H. Shawqi, M. (2012). "Sport Mass Media Influence on Promoting Sports in Order to Improve Public Health". *Current Research Journal of Social Sciences*, 4(2), 153-158.
- Baheiraei A, Mirghafourvand M, Mohammadi E, Charandabi SM. (2012). "The Experiences of Women of Reproductive Age Regarding Health-Promoting Behaviours: A Qualitative Study". *BMC Public Health*, 12(1):573 (Persian).
- Bashiri Moosavi F, Farmanbar R, Taghdisi MH, Atrkar Roshan Z. (2015). "Level of physical activity among girl high school students in Tarom county and relevant factors". *Iran J Health Educ Health Prom*,3(2):133-40 (Persian).
- Bilal, Ghania, Ahmed, Mirza Ashfaq, Shahzad, Mirza Naveed (2014), "Role of Social Media and Social Networks in Consumer Decision Making: A Case of the Garment Sector, Search Results". *International Journal of Multidisciplinary Sciences and Engineering*, 5(3),1-9.
- Brinol P, Petty R.E. (2015). "Elaboration and Validation Processes: Implications for Media

- Attitude Change”. *Media Psychology*, 18: 267–291.
- Burns R, Hannon JC, Brusseau TA, et al. (2013). “Indices of abdominal adiposity and cardiorespiratory fitness test performance in middle-school students”. *Journal of Obesity*, 1–9.
 - Chan Sun M, Azmutally KB. (2013). “Leisure-time physical activity among university students in Mauritius”. *Am J Health Res*, 1(1): 1-8.
 - Fakhouri THI, Hughes JP, Burt VL, et al. (2014). “Physical activity in U.S. Youth aged 12e15 Years, 2012. In: NCHS Data Brief”. Hyattsville, MD: National Center for Health Statistics(Persian).
 - Farrar AR, Khani M, Jaberi moghadam AA, Farrokhi A, Sadri K. (2012). “Levels of physical activity in field-dependent and field independent students”. *Dev Motor Learn*, 4(9):93-110(Persian).
 - Geraee,N; Hossen Kaveh,M; Shojaeizadeh,D; Tabatabaee,H. (2017). “Impact of media literacy education on knowledge and behavioral intention of adolescents in dealing with media messages according to Stages of Change”. *Journal of Advances in Medical Education & Professionalism*, 3(1),9–14(Persian).
 - Ghasemi H, Mozafari SA, Amirtash AM. (2007). “Development of sports by TV in Iran”. *Quarterly Research on Sport Science*, 5(17): 131-48(Persian).
 - Giblin S, Collins D, Button C. (2014). “Physical literacy: importance, assessment and future directions”. *Sports Med*, 44,1177-1184.
 - Golabi F, Agayari Hir T, Sae M. (1395). “Study of the Media's Role in Feeding Behaviorand Its Social Context (Case Study: Citizens Over 15 Years in Tabriz)”. *Journal of Applied Sociology*, 27(1): 27-42(Persian).
 - Goudarzi M, Eslami A, Alidoust E. (2016). “Identifying factors affecting the development of Sport for all via the Islamic Republic of Iran Broadcastin”. *Applied Research in Sport Management*, 4(3); 2-11(Persian).
 - Hafz Nina M. R. (2009). “An introduction to the research method in the Humanities”. Tehran: Samt Publications(Persian).
 - Hemmati nezhad M, Sharifiyan E, Rahmati M M, Manocheri Nezhad M. (2016). “Exploration of the Background Factors of Family, Peers, School, and Media in the Internalization of Sports Culture in Children and Adolescents: A Qualitative Study”. *J Qual Res Health Sci*, 5 (1):83-95(Persian).
 - Ilhan, L., Genser, E., (2012). “The media as the factor of tending to sport in children: a study after a tv competition program named as “Ice dancing”. *Nigde University Journal of physical education and sport sciences*, 6(1),85-93.
 - Irajpour A, Mojarrad N, Dabbagh Rezaieh, F. (2017). “Investigating the Role of Mass Media in Cultural Development of Iran Amateur and Professional Sports”. *Journal of Sport Management and Development*,5(2): 36-52.
 - Kamal KhanS, Sheheryar S. (2014). “Impact of TV Advertisement on Children Attitude in Karachi”. *Journal of Business and Management*, 16: 40-46.
 - Kelishadi R, Khavarian N, Ghatreh-Samani SH, Beyzaee M, Pursafa P, Ramdan R. (2010). “Effect of different methods of physical activity training for overweight children and adolescents”. *Knowl Health*, 5(2-3):25-29.
 - Kennard, M.; McLellan, T.; McKinlay, A. (2018). “Sports Media Representations of Concussions in the National RugbyLeague”.*Aust. Psychol*,53, 97–102.
 - Khaledian M, Mostafaei F, Samadi M, Kia F. (2014). “The role of mass media in the development of sport”. *Communication Management in Sports Media*,1 (2):48-55(Persian).
 - Lashgarara B, Shojaezadeh D, Sadeghi R, et al. (2013). “Application of Health Belief Model in Prevention of Osteoporosis in Volunteers of Khorramabad City Health Centers, Iran”. *Health System Research*, 8(2): 183-192(Persian).
 - Levy S.S,Cardinal BJ. (2006). “Factors Associated with tarsnitional shifts in college students physical activity behavior”.*Res Q Exerc sport*,77(4):476-485
 - Littlefield JH, Damps EL, Keiser K., Chatterjeel, Yuan CH, Keiser KM. (2003). “A multimedia patient stimulation for teaching and assessing endodontic diagnosis”. *J Dent Educ*, 67 (6): 669-77.
 - Longmuir PE, Tremblay MS. (2016). “Top 10 research questions related to physical literacy”. *Res Q Exerc Sport*, 87,28- 35.
 - Manouchehri Nejad M, Hemmati Nejad M,Rahmati M, Sharifian I. (2018). “Identification and Analysis effective factors of institutionalize sport culture in children and adolescence in view of physical education teachers”. *J of Sport Management*.2018; 10(1): 163-179(Persian).
 - Maude, P. (2013). “Growing Physical Literacy in the Young Child”. *ICSSPE Bulletin - Journal of Sport Science and Physical Education*, 65, 118-103.
 - McKean, M. (2013). “Physical literacy in children—the underpinning movement

- competencies". *Journal Sports Medicine Doping Studies*, 3, 135.
- Mirghafourvand M, Sehhati F, Rahimi M. (2014). "Health-Promoting Lifestyle and Its Demographic Predictors in Infertile Couples Referred to Infertility Clinic of Tabriz Al-Zahra Hospital, 2013". *Journal of Caring Sciences*, 3(3):175-184(Persian).
 - Mohammadpour-Ahramjani B. (2011). "*The epidemiology and prevention of childhood obesity in Tehran, Iran [dissertation]*". Birmingham: University of Birmingham. 54-59(Persian).
 - Mok Wk, Lee A.y.k. (2013). "A case study on application of the theory of planned behavior: Predicting physical activity of adolescents in Hong Kong". *J Community Med Health Educ*, 3(231): 2161- 71.
 - Moradi M, Honari H, Ahmadi A. (2011). "A survey of fourfold role of sport media in development of sport for all culture". *Sport Management*, 9: 167-80(Persian).
 - Pender NJ, Murdaugh C, Parsons MA. (2002). "*Health promotion in nursing practice*". (4th ed). Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall Health Inc. PP. 58-100.
 - Pérez-Fortis, A., Díez, S., & Padilla, J. (2012). "Psychometric properties of the Spanish version of the Health-Promoting Lifestyle Profile-II". *Research in Nursing & Health*, 35(3): 301-313.
 - Pyun D. Y. (2006). "*The Proposed Model of Attitude toward Advertising through Sport*". Electronic Theses, Treatises and Dissertations; P. 637.
 - Raj S, Senjam SS, Singh A. (2013). "Assessment of health-promoting behavior and lifestyle of adolescents of a North Indian city". *Int J Prev Med*, 4(10): 1189-1193.
 - Rajaian A, Zahedi H. (2012). "*Effect of 8 weeks physical activity on physical fitness and social development of 4th and 5th grade elementary school students of district of Tehran*". Sixth National Conference of Physical Education Students in Iran; 2012 Des 15- 16; Tehran, Iran. Tehran: civilica(Persian).
 - Raymond K.W. Sum, Chih-Fu Cheng, Tristan Wallhead, Che-Chun Kuo, Fong-Jia Wang, Siu-Ming Choi. (2018). "Perceived physical literacy instrument for adolescents: A further validation of PPLI". *Journal of Exercise Science & Fitness*, 16, 26-3.
 - Ronis DL, Hong O, Lusk SL. (2006). "Comparison of the original and revised structures of the Health Promotion Model in predicting construction workers' use of hearing protection". *Res Nurs Health*, 29(1):3-17.
 - Roushandel Arbatani T. (2007). "The explanation of mass media status in institutionalization of public sports in Iran". *Quarterly Harakat*, (33): 165-77(Persian).
 - Samiei Siboni F, Alimoradi Z, Sadegi T. (2013). "Impact of Corrective Life Style Education Program on Controlling Stress Anxiety, and Depression in Hypertensive". *Journal of Birjand University of Medical Sciences*, 19(6):1-9(Persian).
 - Sharifi KH. (2015). "*Designing and Evaluation of psychometric properties of a mental Health Instrument for Middle-aged Women [dissertation]*". Iran, Tehran: Univ. Tarbait Modares(Persian).
 - Singh D. (2014). "Impacts of Scary Television Programs on Children Psychology, Attitude and Behavior". *New Media and Mass Communication*, 23: 5 - 7.
 - Sousa P, Gaspar P, Fonseca H, Hendricks C, & Murdaugh C. (2015). "Health promoting behaviours in adolescence: Psychometric properties of the Adolescent Lifestyle Profile PT Version". *J Pediatr (Rio J)*, 91(4):358-65.
 - Tao Q, Hahn, K. (2016). "*Self-Construals, Types of Social Media Usage, and Consumer Decision-Making Styles- A Study of Young Asian Americans*". International Textile and Apparel Association, 2016 ITAA Annual Conference Proceedings.
 - Thomas M. M; Phongsavan.p; McGill B; J O'Hara Adrian E Bauman,B. (2018). "A review of the impact of physical activity mass media campaigns on low compared to high socioeconomic groups". *Health Education Research*, 33(5, 1), 429-446.
 - UNESCO. (2015). "*Quality physical education: guidelines for policy makers*". In: United Nations Educational SaCO. Paris, France.
 - VanderHorst K, Paw M, Twisk J, Mechelen W. (2007). "A brief review on correlates of physical activity and sedentariness in youth". *Med Sci Sport Exer*, 39(8): 1241-1250.
 - Whitehead M. (2010a). "*Physical Literacy: Throughout the Lifecourse*". London: Routledge.
 - Whitehead M. (2010b). "*Physical Literacy throughout the Lifecourse*". London: Francis Group.
 - Whitehead, M.E. (2013a). "The History and Development of Physical Literacy". *ICSSPE Bulletin - Journal of Sport Science and Physical Education*, 65, 21-27.
 - Whitehead, M.E. (2013b). "Definition of Physical Literacy and clarification of related Issues". *ICSSPE Bulletin - Journal of Sport Science and Physical Education*, 65, 28-33.

- Whitehead, M.E. and Murdoch, E. (2006). "Physical Literacy and Physical Education – Conceptual Mapping". *Physical Education Matters*, 1(1), 6-9.
- Whitehead. (2001). "The concept of physical literacy". *Eur J Phys Educ*, 127- 138.
- Wu TY, Pender N. (2002). "Determinants of physical activity among Taiwanese adolescents: an application of the health promotion model". *Res Nurs Health*, 25:25-36.
- Yamaguchi Y, Miura S, Urata H, Himeshima Y, Yamatsu K, Otsuka N, et al. (2003). "The effectiveness of a multicomponent program for nutrition and physical activity change in clinical setting: Short-term effects of PACE+ Japan". *Int J Sport Health Sci*, 1(2): 229-237.

