

Research Paper

**Designing a Framework for Physical Literacy  
Competencies Required by Students: Meta Synthesis  
Approach**

**M. Mohammadi<sup>1</sup>, R. Naseri Jahromi<sup>2</sup>, Kh. Mohammad Jafari<sup>3</sup>,  
P. Nabiee<sup>4</sup>, P. Maaref<sup>5</sup>, F. Mirghafari<sup>6</sup>, R. Naseri Jahromi<sup>7</sup>,  
Z. Hesampoor<sup>8</sup>**

1. Associate Professor of Curriculum Development, Shiraz University, (Corresponding Author)
2. Ph. D of Curriculum Development, Shiraz University
3. Ph. D of Curriculum Development, Shiraz University
4. Ph. D Student of Educational Administration, Shahid Chamran University
5. M.A of Urban Management, Shiraz Azad University
6. M. A Student of Curriculum Development, Shiraz University
7. M.A of General Psychology, Firooz Abad Azad University
8. M. A of Educational Researches, Shiraz Payame Noor University

Received: 2020/08/15

Accepted: 2020/12/22

---

**Abstract**

The aim of this study was to design a framework for physical literacy competencies required by students. This qualitative study was conducted using the six-step method of Sandlowski and Barroso (2007). The Meta-synthesis team consisted of three curriculum planning specialists, one physical education specialist and one meta-research expert. Moreover, 27 related research sources were used as the basis for the analysis, which resulted in extracting 11 students' physical literacy competencies and classifying them into three main themes: individual competencies (cognitive ability, practical ability, emotional ability and participation in physical activities), academic competencies (Educational facilities, characteristics of faculties, educational environment, family and peer group) and social competencies (cultural context of society, policies and mass media). Data validation was confirmed using data validation, transferability and data

- 
1. Email: m48r52@gmail.com
  2. Email: dr\_naseri@hotmail.com
  3. Email: khaterejafari95@gmail.com
  4. Email: parastoo\_nabeei@yahoo.com
  5. Email: parisa\_maaref@yahoo.com
  6. Email: fateme.mirqafari@gmail.com
  7. Email: rahil.naseri@gmail.com
  8. Email: zahra.hsm95@gmail.com

alignment and data reliability techniques with precise guidance of researchers' data collection and alignment. The present study, by providing a framework of physical literacy competencies required by students, has shown the importance and necessity of physical literacy education in the higher education system and has introduced it as an important and necessary factor for active participation in communities, development and health protection.

**Keywords:** Health, Physical Activities, Motor Skills, Athletic Development

---

### **Extended Abstract**

#### **Background and Purpose**

Physical activity plays an essential role in the health and well-being of teenagers and youth. This contributes to their short-term and long-term physical, social, emotional and psychological development. This promotes independence and healthy growth and helps develop basic motor skills (1). Young people need daily physical activity for healthy growth and development. In addition, worldwide researches show that teenagers and young people who engage in regular physical activities have more improvement in their academic performance (2).

Physical literacy is different from exercise. Exercise and physical literacy are both subsets of physical education activities. Exercise should be done to improve or maintain a level of fitness and should be structured, planned, repetitive and purposeful (3). Everyone should be able to be physically literate, regardless of age, ability or gender (4). Physical literacy is necessary not only for professional athletes and for adults, but also for people who participate in sports activities throughout their lives and also children. Everyone should engage in physical activity with confidence and competence to be active throughout their lives and increase their health at any age (5, 6).

Most research done so far has focused on the conceptualization of physical literacy and its components; As a result, researches have been conducted focusing on the role of theoretical knowledge, the effect of motor competence, the importance of motivation, the role of educators, family and peers in the development of physical literacy. Due to the lack of a comprehensive model that includes the features of a favorable curriculum for physical education, the present study aims to design the framework of physical literacy competencies required by students and designed the physical literacy competencies required by students to be a desirable basis for providing physical literacy training in higher education curricula.

## Methods

This qualitative study was conducted using the six-step method of Sandelowski and Barroso (7). The meta-synthesis team consisted of three curriculum planning specialists, one physical education specialist and one meta-synthesis expert. 27 related research sources were used as the basis for the analysis. Data validation was verified using data validation, transferability, and data alignment and data reliability techniques by precisely guiding the data collection and alignment process of the researchers.

## Results

Findings included extracting 11 students' physical literacy competencies and classifying them into three main themes of individual competencies (cognitive ability, practical ability, emotional ability and participation in physical activities), academic competencies (educational facilities, characteristics of teachers, educational environment, family and peer group) and social competencies (cultural context of society, policies and mass media).

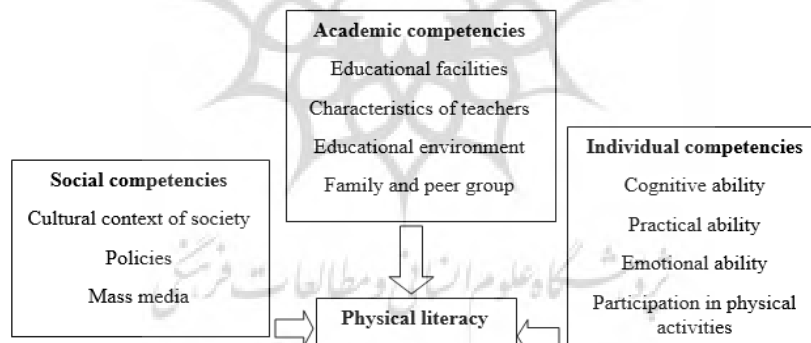


Figure1. Model of Physical Literacy Competencies Required by Students

## Discussion

Examination of students' physical literacy characteristics showed that some of these characteristics play a prerequisite role. Students' competencies play a key role in achieving physical literacy. In other words, students experience different levels of physical literacy based on cognitive ability, practical ability, emotional ability and participation in physical activities. The present study has shown the importance and necessity of physical literacy education in the higher education system and has introduced it as an important and necessary factor for active participation in communities, development and maintenance of health.

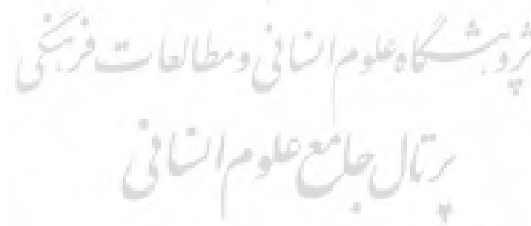
**Keywords:** Health, Physical activities, Motor skills, Athletic development



پروپوزیشن کاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

## References

1. World Health Organization. (2012). Young and physically active: a blueprint for making physical activity appealing to youth
2. Balyi, I., Way, R., & Higgs, C. (2020). Physical Literacy. In Long-Term Athlete Development (pp. 33–48). Champaign, IL: Human Kinetics. Retrieved July 9, 2020, from <http://dx.doi.org/10.5040/9781492596318.ch003>
3. Whitehead, M. (2001). The concept of physical literacy. *European Journal of Physical Education*, 6 (2), 127-138.
4. Whitehead, M. (2007). Physical literacy: Philosophical considerations in relation to developing a sense of self, universality and propositional knowledge. *Sport, Ethics and Philosophy*, 1 (3), 281-298.
5. Edwards, L. C., Bryant, A. S., Keegan, R. J., Morgan, K., & Jones, A. M. (2017). Definitions, foundations and associations of physical literacy: a systematic review. *Sports medicine*, 47(1), 113-126.
6. Stoddart, A. L. (2018). *Physical Literacy: A Journey of Understanding and Development* (Doctoral dissertation, University of Saskatchewan).
7. Sandelowski, M., & Barroso. J. (2007). *Handbook for synthesizing qualitative research*, New York, NY: Springer.





پروپوزیشن کاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

## طراحی چارچوب شایستگی‌های سواد بدنی مورد نیاز دانشجویان: رویکرد

### فرا ترکیب

مهدی محمدی<sup>۱</sup>، رضا ناصری جهرمی<sup>۲</sup>، خاطره محمد جعفری<sup>۳</sup>، پرستو نبیئی<sup>۴</sup>، پرینا

معارف<sup>۵</sup>، فاطمه میرغفاری<sup>۶</sup>، راحیل ناصری جهرمی<sup>۷</sup>، زهرا حسامپور<sup>۸</sup>

۱. دانشیار بخش مدیریت و برنامه‌ریزی آموزشی دانشگاه شیراز (نویسنده مسئول)

۲ و ۳. دکتری برنامه‌ریزی درسی، دانشگاه شیراز

۴. دانشجوی دکتری مدیریت آموزشی دانشگاه شهید چمران اهواز

۵. کارشناس ارشد مدیریت شهری، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز

۶. دانشجوی دکتری برنامه‌ریزی درسی دانشگاه شیراز

۷. کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد فیروزآباد

۸. کارشناس ارشد تحقیقات آموزشی، دانشگاه پیام نور واحد شیراز

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۱۰/۰۲

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۵/۲۵

### چکیده

هدف پژوهش حاضر، طراحی چارچوب شایستگی‌های سواد بدنی مورد نیاز دانشجویان بود. این پژوهش کیفی با استفاده از روش شش مرحله‌ای ساندلوسکی و باروسو (۲۰۰۷) انجام شده است. تیم فرا ترکیب متشکل از سه نفر متخصص برنامه‌ریزی درسی، یک نفر متخصص در حوزه تربیت بدنی و یک نفر متخصص در روش پژوهش فرا ترکیب بود. ۲۷ منبع پژوهشی مرتبط، مبنای تحلیل قرار گرفت که نتیجه آن استخراج ۱۱ شایستگی سواد بدنی دانشجویان و دسته‌بندی آنها در سه مضمون اصلی شایستگی‌های فردی (توانایی شناختی، توانایی عملی، توانایی عاطفی و مشارکت در فعالیت‌های بدنی)، شایستگی‌های دانشگاهی (امکانات آموزشی، ویژگی‌های اساتید، محیط آموزشی، خانواده و گروه همسالان) و شایستگی‌های اجتماعی (بافت فرهنگی جامعه، سیاست‌ها و رسانه‌های جمعی) است. اعتبار داده‌ها با استفاده از تکنیک‌های

1. Email: m48r52@gmail.com
2. Email: dr\_rnaseri@hotmail.com
3. Email: khaterejafari95@gmail.com
4. Email: parastoo\_nabeei@yahoo.com
5. Email: parisa\_maaref@yahoo.com
6. Email: fateme.mirqafari@gmail.com
7. Email: rahil.naseri@gmail.com
8. Email: zahra.hsm95@gmail.com

اعتبارپذیری، انتقال‌پذیری و هم‌سوسازی داده‌ها و اعتمادپذیری به داده‌ها نیز با هدایت دقیق جریان جمع‌آوری اطلاعات و هم‌سوسازی پژوهشگران تأیید شد. پژوهش حاضر با ارائه چارچوب شایستگی‌های سواد بدنی مورد نیاز دانشجویان، اهمیت و ضرورت آموزش سواد بدنی را در نظام آموزش عالی نشان داده و آن را به عنوان عاملی مهم و ضروری برای مشارکت فعال در جوامع، توسعه و حفظ سلامت معرفی نموده است.

### واژگان کلیدی: سلامت، فعالیت‌های بدنی، مهارت‌های حرکتی، پیشرفت ورزشی

#### مقدمه

فعالیت بدنی نقش اساسی در سلامت و رفاه نوجوانان و جوانان دارد. این امر به رشد کوتاه مدت و بلند مدت جسمی، اجتماعی، عاطفی و روانی آنها کمک می‌کند؛ استقلال و رشد سالم را ارتقاء می‌بخشد و به پیشرفت مهارت‌های اساسی حرکت کمک می‌کند (سازمان بهداشت جهانی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰). جوانان برای رشد و پیشرفت سالم به فعالیت بدنی روزانه نیاز دارند. علاوه بر این، تحقیقات در سراسر جهان نشان می‌دهد که نوجوانان و جوانانی که به طور منظم فعالیت بدنی انجام می‌دهند، عملکرد تحصیلی و دانشگاهی خود را بهبود بخشیده‌اند (بالی، وای و هیگز<sup>۲</sup>، ۲۰۲۰).

در این راستا، دانشگاه‌ها در موقعیت منحصر به فردی قرار دارند که می‌توانند بر سلامت جوانان و خانواده‌های آنان تأثیر مثبتی گذارند. به طور ویژه برنامه‌های ورزشی می‌تواند جوانان را برای فعالیت بدنی فراهم کند، که به نوبه خود می‌تواند منجر به بهبود سلامت جسمی شود (باسوگلا<sup>۳</sup>، ۲۰۱۸). برنامه‌های ورزشی جوانان مدتهاست که برای رشد روانی اجتماعی جوانان مهم بوده و فرصتی برای یادگیری مهارت‌های مهم زندگی مانند همکاری، نظم و انضباط، رهبری و خودکنترلی فراهم می‌کند ضمن این‌که برای یادگیری مهارت‌های حرکتی بسیار مهم است. مهارت‌های حرکتی به عنوان پایه‌ای برای ستاره‌های آینده ورزشی ملی و شرکت‌کنندگان در ورزش تفریحی بزرگسالان نقش اساسی ایفا می‌کند (فراسر<sup>۴</sup>، ۲۰۰۶).

در واقع، از نظر سازمان آموزشی، علمی و فرهنگی سازمان ملل متحد<sup>۵</sup>، این نکته حائز اهمیت است که آموزش بدنی با کیفیت یک بخش اساسی از برنامه درسی دانشگاه است و برای دانشجویان و تصمیم‌گیرندگان مسئول آموزش بسیار حیاتی است. به طور خاص، برنامه‌های تربیت بدنی بر توسعه

1. World Health Organization
2. Balyi, Way & Higgs
3. Basoglu
4. Fraser
5. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO)



مهارت‌های خاص توسط دانش‌آموزان، درک راهبردهای عملی مبتنی بر محیط و ارزیابی اثرات تربیت بدنی بر سلامتی متمرکز است. همان‌طور که از این گفته مشخص است، هدف اصلی برنامه‌های تربیت بدنی بهبود سواد دانشجویان است (سام، والهدها، ها و سیت<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶).

از طرفی سوادآموزی برای کسب مهارت‌های اساسی در زندگی برای کودکان و نوجوانان و بزرگسالان بسیار مهم است که به آنها امکان می‌دهد چالش‌هایی را که در زندگی با آنها روبرو هستند، برطرف سازد و نشان دهنده یک گام اساسی در آموزش پایه است که وسیله‌ای ضروری برای مشارکت مؤثر در جوامع و اقتصادهای قرن بیست و یکم است. بر اساس این تعریف، سواد محدود به خواندن و نوشتن نیست. بر اساس اعلام سازمان آموزش، علمی و فرهنگی سازمان ملل متحد (یونسکو، ۲۰۰۳) سواد مربوط به چگونگی ارتباط افراد در جامعه و شیوه‌ها و روابط اجتماعی، درباره دانش، زبان و فرهنگ است (باسوگلا، ۲۰۱۸). سواد به طور کلی در چهار مؤلفه اصلی دانش و درک کردن و فهم محتوا و درک مطالب، تفکر و استفاده از مهارت‌های تفکر انتقادی و خلاق در کارها و فرآیندها، ارتباطات و انتقال اطلاعات از طریق راه‌ها و اشکال مختلف و کاربرد مهارت‌ها و استفاده از دانش و مهارت‌ها برای برقراری ارتباط درون و بین فردی در زمینه‌های مختلف معنا پیدا می‌کند (مندیگو، فرانسیس و لودیوک<sup>۲</sup>، ۲۰۰۷؛ مندیگو، فرانسیس، لودیوک و لویز<sup>۳</sup>، ۲۰۰۹).

سواد در حوزه فعالیت‌های بدنی، ورزشی و تربیت بدنی نیز معنای خاص خود را دارد. در تربیت بدنی کلمه سواد بدنی<sup>۴</sup> بخشی از گفتمان در بین مربیان و تا حدی نیز در بین کسانی است که با پیشرفت ورزشی همکاری می‌کنند. ورزش بخشی از زندگی کودکان و نوجوانان است. سواد بدنی رویکردی عملی برای مشارکت و توسعه ورزش در طول زندگی جوانان دارد (لوندوال<sup>۵</sup>، ۲۰۱۵). سواد بدنی اصطلاحی نسبتاً جدید است که در سال‌های اخیر محبوبیت زیادی در سراسر دنیا پیدا کرده و توجه تحقیقاتی زیادی را به خود جلب کرده است. از نیمه‌های قرن ۲۰ میلادی بحث‌های زیادی در مورد تعاریف و اهداف سواد بدنی صورت گرفته است (دادلی<sup>۶</sup>، ۲۰۱۵؛ لانگ مویر و ترمبلی<sup>۷</sup>، ۲۰۱۶؛ کوربین<sup>۸</sup>، ۲۰۱۶؛ ادوارد، بریانت، کیگان، مورگان و جونز<sup>۹</sup>، ۲۰۱۷). مرکز ورزش کانادا در سال

1. Sum, Wallhead, Ha & Sit
2. Mandigo, Francis & Lodewyk
3. Mandigo, Francis, Lodewyk & Lopez
4. Physical Literacy
5. Lundvall
6. Dudley
7. Longmuir & Tremblay
8. Corbin
9. Edwards, Bryant, Keegan, Morgan & Jones

۲۰۰۶، در برنامه توسعه بلند مدت ورزشکاران، سواد بدنی را پایه و اساس رشد مهارت‌ها، دانش و نگرش‌های موردنیاز برای زندگی سالم و فعال دانشجویان دانسته است (مندیکو و همکاران، ۲۰۰۹). سواد بدنی بر اساس نظر وایت‌هد<sup>۱</sup> (۲۰۰۷) مربوط به هدف نهایی یک برنامه تربیت بدنی با کیفیت، اساس و معنای انگیزه، اعتماد به نفس، صلاحیت بدنی، دانش و درک برای ارزش‌گذاری و مسئولیت حفظ فعالیت بدنی هدفمند در طول دوران زندگی است. به طور کلی سواد بدنی راهبردی نوظهور برای بازگ کردن چگونگی افزایش مشارکت در فعالیت‌های بدنی در طول عمر است (وایت‌هد، ۲۰۱۳؛ ترمبالی و لیاد<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰؛ شیریر<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۸؛ جونز<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). سواد بدنی باید همانند مفهومی چتر مانند در نظر گرفته شود که دانش، مهارت‌ها، درک و ارزش‌های مربوط به مسئولیت انجام فعالیت‌های بدنی هدفمند و حرکت انسان در طول زندگی را بدون در نظر گرفتن محدودیت‌های جسمی یا روانی به خود جذب می‌کند. به همین سبب دادلی (۲۰۱۵) مدلی را ارائه می‌دهد که چهار عنصر مذکور را برای سواد بدنی در نظر گرفته است. این عناصر اصلی شامل صلاحیت‌های حرکتی، قواعد، تاکتیک‌ها و راهبردهای حرکتی، مهارت‌های انگیزشی و رفتاری حرکت و ویژگی شخصی و اجتماعی حرکت هستند. جونز و همکاران (۲۰۱۸) مدلی از سواد بدنی مشتمل بر پنج بعد درون فردی، برون فردی، سازمانی، اجتماعی و سیاسی را ارائه نموده‌اند. این مدل نشان می‌دهد که عناصر ذکر شده در ارتقاء و اتخاذ سواد بدنی تأثیرگذار هستند.

سواد بدنی با ورزش تفاوت دارد. ورزش و سواد بدنی هر دو زیرمجموعه فعالیت‌های تربیت بدنی هستند. ورزش به منظور بهبود یا حفظ سطح تناسب اندام انجام می‌شود و بایستی ساختاریافته، برنامه‌ریزی شده، تکراری و هدفمند باشد (کاسپرسن، پوول و کریستسنسون<sup>۵</sup>، ۱۹۸۵؛ وایت‌هد، ۲۰۰۱). سواد بدنی بسیار گسترده‌تر از تربیت بدنی است، در واقع سواد بدنی یکی از اهداف اساسی و تمرکز اصلی تربیت بدنی و آموزش بدنی است و ارتباط تنگاتنگی بین فعالیت بدنی، تربیت بدنی و سواد بدنی وجود دارد (وایت‌هد، ۲۰۱۰؛ وایت‌هد، ۲۰۱۳؛ گیبلین، کولینز و باتن<sup>۶</sup>، ۲۰۱۴). لوندال<sup>۷</sup> (۲۰۱۵) سواد بدنی را به عنوان اولویتی توصیف می‌کند که هم آموزش و هم ورزش می‌تواند در آن سهیم باشد و به عنوان پلی است که فاصله بین آموزش و ورزش را از بین می‌برد. به زعم استودارت<sup>۸</sup> (۲۰۱۸) آموزش بدنی با کیفیت می‌تواند به افراد کمک کند تا در مسیر سواد بدنی خود به جلو

1. Whitehead
2. Tremblay & Llyod
3. Shearer
4. Jones
5. Caspersen, Powell & Christenson
6. Giblin, Collins & Button
7. Lundvall
8. Stoddart

حرکت کرده و پیشرفت کنند. همه افراد بدون توجه به سن، توانایی و جنسیت از این توانایی برخوردار هستند که دارای سواد بدنی باشند (وایت هد، ۲۰۱۰). سواد بدنی نه تنها برای ورزشکاران حرفه‌ای و بزرگسالان، بلکه برای افرادی که در طول زندگی خود در فعالیتهای ورزشی شرکت می‌کنند و کودکان نیز لازم است. همه این افراد بایستی با اعتماد به نفس و با شایستگی درگیر فعالیتهای جسمانی شوند تا در طول زندگی خود فعال باشند و سلامتی آنها در هر سنی افزایش یابد (ادوارد و همکاران، ۲۰۱۷؛ استودارت، ۲۰۱۸).

افرادی که سواد بدنی دارند با مهارت و اطمینان در طیف گسترده‌ای از فعالیتهای بدنی در محیط‌های مختلف حرکت می‌کنند که از رشد و پیشرفت سالم کل افراد سود می‌برند. بدون پیشرفت سواد بدنی، بسیاری از کودکان و نوجوانان از فعالیتهای بدنی و ورزش کناره‌گیری می‌کنند و در اوقات فراغت خود به انتخاب‌های غیرفعال و ناسالم روی می‌آورند؛ لذا سواد بدنی عاملی مهم و ضروری برای مشارکت فعال در جوامع، توسعه و حفظ سلامت است (فراسر، ۲۰۰۶). بالی و همکاران (۲۰۱۰) ویژگی‌های افرادی که از لحاظ سواد بدنی رشد یافته‌اند را به شرح زیر ذکر نموده‌اند:

- ۱) برخوردار از انگیزه و اعتماد به نفس برای سرمایه‌گذاری در پتانسیل‌های جسمی
- ۲) انجام طیف گسترده‌ای از فعالیتهای بدنی چالش برانگیز
- ۳) توانایی شناخت تمام جوانب محیط فیزیکی، پیش‌بینی نیازها یا امکانات حرکتی و پاسخ‌گویی مناسب به آنها

۴) تعامل مناسب با محیط و ایجاد حس عزت نفس و اعتماد به نفس در افراد

۵) توانایی شناسایی و بیان ویژگی‌های اساسی تأثیرگذار بر اثربخشی حرکات

۶) درک جنبه‌های اساسی اصول سلامت مانند ورزش، خواب و تغذیه

سواد بدنی دارای فواید پیش‌بینی شده زیادی از جمله افزایش میزان مراقبت‌های بهداشتی افراد، بهبود جسمی و روانی، افزایش بهره‌وری در فعالیتهای، رشد سطح مهارت و مشارکت بیشتر در فعالیتهای ورزشی است (گیلین و همکاران، ۲۰۱۴). پرورش این جنبه موجب غنی‌سازی تجربه و کمک به تحقق کل پتانسیل‌های انسان می‌شود (وایت هد، ۲۰۰۷). همچنین فرد در درک جوانب محیط فیزیکی، پیش‌بینی نیازهای حرکتی و پاسخ‌گویی مناسب به آنها با هوش و تمرکز بالا فعالیت می‌کند. بنابراین فرد به سمت سلامتی حرکت می‌نماید که موجب ارتقاء و بهبود سبک زندگی فرد در طول زندگی خواهد شد (وایت هد، ۲۰۰۱؛ وایت هد، ۲۰۰۷؛ وایت هد، ۲۰۱۰؛ روارت و جفریز، ۲۰۱۴؛ استودارت، ۲۰۱۸؛ تاش<sup>۲</sup>، ۲۰۱۹). علاوه بر این فرد قادر به شناسایی و بیان ویژگی‌های

تأثیرگذار بر عملکرد حرکتی خود و همچنین درک اصول سلامت خود خواهد بود. در سطح حرفه‌ای نیز سواد بدنی به معلم و مربیان این قابلیت را می‌دهد که دید آگاهانه‌تر و بهتری نسبت به نتیجه تربیت بدنی به دست آورند و نسبت به آنچه که باید در ارتقاء اهداف فیزیکی هدفمند و چگونگی تعامل با کودکان و بزرگسالان مورد توجه قرار دهند، درک بهتری داشته باشند. معلمان آگاه به سواد بدنی و ماهر می‌توانند به ترویج و پرورش سرزندگی، پویایی، توانایی، تندرستی کمک کنند و دانش‌آموزان را به حرکت در این زمینه دعوت نمایند (آلموند<sup>۱</sup>، ۲۰۱۳).

پژوهش‌های زیادی در زمینه سواد بدنی صورت نگرفته است، مخصوصاً این کمبود در زمینه پژوهش‌های فارسی بیشتر به چشم می‌خورد. تاش (۲۰۱۹) در پژوهشی با نام «ارزیابی سواد بدنی کودکان مدارس متوسطه» به نقش معلمان و والدین اشاره کرده و والدین دانش‌آموزان و معلمان را به حضور در انواع فعالیت‌های بدنی در محیط‌های مختلف تشویق نموده است. تلفورد<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۹) در پژوهش خود با عنوان «رویکرد تربیت بدنی و سواد بدنی» با تأکید بر نقش آموزش حرفه‌ای معلمان نشان دادند که آموزش حرفه‌ای معلمان موجب تغییر در رویکرد تربیت بدنی و سواد بدنی آنها و همچنین منجر به توسعه سواد بدنی دانش‌آموزان و افزایش انگیزه آنان برای فعالیت‌های بدنی شده است. سام<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۸) در پژوهشی با عنوان «تأثیر توسعه حرفه‌ای آموزش تربیت بدنی بر سواد بدنی معلمان و خودکارآمدی آنان و نتایج یادگیری دانش‌آموزان» بر نقش آموزش‌های مداوم حرفه‌ای معلمان توجه کرده و بیان نموده‌اند که این آموزش‌ها نه تنها می‌توانند موجب بهبود شایستگی‌های حرفه‌ای آنان گردند، بلکه به نفع دانش‌آموزان نیز خواهد بود، چرا که سواد بدنی معلمان به عنوان مهم‌ترین عامل تعلیم و تربیت بدنی بر انگیزه و سواد بدنی دانش‌آموزان و مشارکت آنها در فعالیت‌های بدنی تأثیرگذار است.

هالتین<sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۱۷) در پژوهش خود با نام «نقش صلاحیت در مهارت‌های حرکتی در دستیابی به سواد بدنی» بر نقش کسب مهارت‌های اساسی اشاره کرده و با ارائه مدلی مفهومی، نشان داده‌اند که برخورداری از مهارت‌های اساسی فعالیت‌های بدنی، از یک سو به فرد اجازه فعال بودن می‌دهد و از سوی دیگر زمینه‌ساز سواد بدنی است. چن<sup>۵</sup> (۲۰۱۵) در پژوهش خود با عنوان «عملی کردن سواد بدنی برای یادگیرندگان: ایجاد انگیزه برای حرکت» بر اهمیت انگیزه تأکید و بیان داشته است که از مشخصه‌های شخصیتی افراد دارای سواد بدنی، انگیزه قوی برای فعالیت بدنی است. از

- 
1. Almond
  2. Telfor
  3. Sum
  4. Hulteen
  5. Chen

نظر وی، این انگیزه باید همراه با دانش، مهارت، علاقه، محیط و هدف عمل باشد. لاندوال<sup>۱</sup> (۲۰۱۵) نیز در پژوهشی با عنوان «سواد بدنی در زمینه تربیت بدنی» بر نقش مربیان تأکید و عنوان نموده است که حرفه‌ای شدن فرد در یادگیری حرکتی مادام‌العمر به برنامه‌ریزی دقیق معلمان تربیت بدنی بستگی دارد.

سیلورمن و مرسیر<sup>۲</sup> (۲۰۱۵) بر اهمیت نقش تصمیمات معلمان در توسعه مهارت‌های حرکتی، یادگیری دانش‌آموزان و برآورده شدن اهداف سواد بدنی اشاره و بیان داشته‌اند که تحقق اهداف سواد بدنی در یک جامعه به طراحی آموزشی خوب و مناسب بستگی دارد. هاستی و وال‌هد<sup>۳</sup> (۲۰۱۵) نیز در پژوهشی با عنوان «عملی کردن سواد بدنی از طریق آموزش ورزش» بر نقش مثبت آموزش ورزش در بسیاری از ابعاد سواد بدنی تأکید نموده‌اند. مک‌دانالد و انرایت<sup>۴</sup> (۲۰۱۳) بر ارتباط و هماهنگی بین سواد بدنی و برنامه درسی تربیت بدنی تأکید می‌کند و سواد بدنی را توانایی عمومی برای انسان قرن بیست و یکم می‌داند. وایت‌هد (۲۰۱۳) با تأکید بر نقش معلمان معتقد است که معلمان، همسالان و خانواده‌ها بازیگران اصلی پشتیبانی از رشد سواد بدنی فرد هستند. در پژوهشی دیگر مندیگو و همکاران (۲۰۰۹) تعریفی عملی از سواد بدنی را ارائه داده‌اند که به معلمان برای اجرای برنامه‌های با کیفیت تربیت بدنی و رشد دانش‌آموزان دارای سواد بدنی کمک نموده است. از نظر آنان، سواد بدنی نه تنها موجب پیشرفت دانش‌آموزان با سواد بدنی در برنامه‌های ورزشی می‌گردد، بلکه موجب توسعه افراد با سواد بدنی در زندگی نیز خواهد شد. پژوهش میرعالی، بهرام و قدیری (۲۰۱۹) بر نقش دانش نظری و مهارت حرکتی اشاره کرده و نتیجه گرفته است که برای افزایش میزان فعالیت بدنی و رشد سواد بدنی دانش‌آموزان بایستی به همان اندازه که بر فعالیت عملی تأکید می‌شود، به دانش نظری آنان نیز توجه شود.

دنیا با گسترش فن‌آوری‌های نوین، پیشرفت سواد رسانه‌ای و عدم تحرک کافی افراد، به سمت کم سواد حرکتی پیش می‌رود و این موضوع زنگ خطری است که اندیشمندان جهان و سازمان‌های بین‌المللی را نسبت به این موضوع حساس نموده است. از سوی دیگر، اگر سواد بدنی به سطح مطلوبی ارتقاء یابد، می‌تواند تضمین‌کننده مشارکت مطلوب در ورزش و فعالیت بدنی در طول عمر افراد شود، پس ضرورت دارد تربیت بدنی، هویت و جایگاه خود را در نظام تعلیم و تربیت و متعاقباً آموزش عالی به دست آورد. لذا برنامه‌های درسی تربیت بدنی باید مبتنی بر چشم‌اندازی باشند تا دانش، مهارت و نگرش فارغ‌التحصیلان دانشگاهی به ارتقاء سلامتی و یادگیری سواد بدنی را ارتقاء

## 6. Lundvall

1. Silverman & Mercier

2. Hastie & Wallhead

3. Macdonald & Enright

بخشند و آنان را قادر سازد تا با انگیزه، اعتماد به نفس و کنترل، در طیف وسیعی از فعالیت‌های بدنی و موزون و شرایط ورزشی حرکت کنند. بیشتر پژوهش‌های انجام شده تاکنون بر مفهوم‌پردازی سواد بدنی و مؤلفه‌های آن توجه نموده‌اند، در نتیجه پژوهش‌هایی با محوریت نقش دانش نظری، تأثیر صلاحیت حرکتی، اهمیت انگیزه، نقش مربیان، خانواده و همسالان در رشد سواد بدنی انجام شده است. با توجه به فقدان الگویی جامع و دربرگیرنده ویژگی‌های برنامه درسی مطلوب آموزش سواد بدنی، پژوهش حاضر به طراحی شایستگی سواد بدنی مورد نیاز دانشجویان پرداخته است تا به عنوان مبنایی مطلوب برای ارائه آموزش‌های سواد بدنی در برنامه‌های درسی آموزش عالی قرار گیرد.

### روش پژوهش

این پژوهش از نوع کاربردی، در زمره پژوهش‌های کیفی و از نوع فراترکیب<sup>۱</sup> بوده که با استفاده از روش شش مرحله‌ای ساندلوسکی و باروسو<sup>۲</sup> (۲۰۰۷) انجام شده است. تیم فراترکیب از سه نفر متخصص برنامه‌ریزی درسی، یک نفر متخصص در حوزه تربیت بدنی و یک نفر متخصص در روش پژوهش فراترکیب با همراهی کارشناس ارشد پایگاه‌های اطلاعاتی و رشته علوم دانش‌شناسی و اطلاع‌رسانی تشکیل شده است. حضور کارشناس پایگاه‌های اطلاعاتی به منظور اطمینان و اعتباربخشی به جستجوی جامع و نظام‌مند پیشینه مرتبط با موضوع و یافتن منابع مورد نیاز بوده است. گام‌های فراترکیب عبارتند از:

مرحله اول) تنظیم سؤال پژوهش

سؤال اصلی پژوهش این بود که چارچوب سواد بدنی مورد نیاز دانشجویان شامل چه مؤلفه‌هایی است؟

مرحله دوم) جستجوی نظام‌مند ادبیات

در این پژوهش پنج پایگاه داده به زبان انگلیسی شامل «اسکوپوس<sup>۳</sup>»، «امرالدا<sup>۴</sup>»، «ساینس دایرکت<sup>۵</sup>»، «اشپرینگر<sup>۶</sup>» و «پروکوئست<sup>۷</sup>» برای مطالعات خارجی و دو پایگاه داده به زبان فارسی شامل «پایگاه نشریات کشور<sup>۸</sup>» و «پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی<sup>۹</sup>» انتخاب شدند. برای

1. Meta-Synthesis
2. Sandelowski & Barroso
3. Scopus
4. Emerald
5. Science Direct
6. Springer
7. ProQuest
8. <http://www.magiran.com/>
9. <https://www.sid.ir/fa/journal/>

جست‌وجوی مقالات در این پایگاه‌ها از واژه‌های کلیدی «سواد<sup>۱</sup>»، «سواد بدنی<sup>۲</sup>»، «چارچوب سواد بدنی<sup>۳</sup>»، «شایستگی سواد بدنی<sup>۴</sup>» و «مؤلفه‌های سواد بدنی<sup>۵</sup>» استفاده و مقالات مرتبط در بازه زمانی سال‌های ۲۰۱۰ تا ۲۰۱۹ جمع‌آوری گردید.

مرحله سوم: ارزیابی کیفیت

پس از جستجو اولیه پایگاه داده‌های مذکور، در مجموع تعداد ۶۰ منبع با کلید واژه‌های اشاره شده به دست آمد. فرآیند بازبینی شامل بررسی عنوان منابع، چکیده و محتوای آنها بود و در هر مرحله متناسب با معیارهای پذیرش (زبان پژوهش‌ها فارسی و انگلیسی، زمان انجام پژوهش‌ها از سال ۲۰۱۰ تا سال ۲۰۱۹، پژوهش‌های ترکیبی یا کیفی) مورد بررسی قرار گرفت. پژوهش‌های زیر از فرآیند تجزیه و تحلیل کنار گذاشته شدند:

- موضوع یا محتوای آنها متناسب با موضوع پژوهش حاضر (سواد بدنی) نبودند.
  - با روش تحقیق کمی انجام شده بودند. از آن‌جا که پژوهش‌های کیفی (از جمله فراترکیب) با هدف کشف<sup>۶</sup> و پژوهش‌های کمی با هدف توضیح<sup>۷</sup> یا تبیین انجام می‌شوند، مطابق نظر ساندلوسکی و باروسو (۲۰۰۷) پژوهش‌های استفاده شده در فراترکیب باید با روش تحقیق کیفی (یا ترکیبی) انجام شده باشد.
  - مقاله‌هایی که در یافته‌ها یا بحث و نتیجه‌گیری آنها، به سودمندی هیچ یک از مؤلفه‌های سواد بدنی نپرداخته باشند.
- در این مرحله ۷ منبع به دلیل عدم ارتباط با سؤال پژوهش، ۹ پژوهش کمی و ۳ مقاله که دارای بحث و نتیجه‌گیری نامرتب بودند کنار گذاشته شدند و ۴۱ منبع برای بررسی بیشتر وارد مرحله بعد شدند.
- در این مرحله، از منابعی که مربوط به نویسندگان مشترک یا دارای یافته‌های تکراری بودند یکی از آنها حذف و پژوهش کامل‌تر باقی ماند. به این ترتیب ۵ منبع دیگر نیز حذف و در نهایت تعداد ۳۶ منبع برای ورود به مرحله بعدی باقی ماند.
- در قدم بعدی، باید کیفیت روش‌شناختی مطالعات، مورد ارزیابی قرار گیرد. هدف از این گام، حذف منابعی است که پژوهشگر به یافته‌های آنها اعتمادی نداشته باشد. بنابراین ممکن است مطالعه‌ای که

- 
10. Literacy
  11. Physical Literacy
  12. Physical Literacy Framework
  1. Physical Literacy Competence
  2. Physical Literacy Components
  3. Explore
  4. Explain

باید در تلفیق وجود داشته باشد رد شود. به همین دلیل ابزار ارزیابی حیاتی<sup>۱</sup> مورد استفاده قرار گرفت که لیست کامل و جامعی از سئوالات را ارائه می‌دهد و برای تعیین اعتبار، کاربردی بودن و تناسب پژوهش به کار برده می‌شود (چنایل<sup>۲</sup>، ۲۰۱۱). به این منظور، چک لیستی ۱۰ سئوالی جهت بررسی دقت، اعتبار و اهمیت مطالعات کیفی تهیه شد. سئوالات شامل بررسی اهداف پژوهش، منطق روش، طرح پژوهش، روش نمونه‌گیری، روش جمع‌آوری داده‌ها، رابطه پژوهشگر و مشارکت‌کنندگان، ملاحظات اخلاقی، اعتبار تجزیه و تحلیل داده‌ها، بیان واضح یافته‌ها و ارزش پژوهش بود. هنگام استفاده از این ابزار، منابع مطالعه شد و برای هر منبع به لحاظ دارا بودن ویژگی‌های بالا امتیازی بین ۱ تا ۵ در نظر گرفته شد. بر اساس مقیاس ۵۰ امتیازی این روش، هر منبع بر اساس درجه کیفی و مطابق طیف: خیلی خوب «۵۰-۴۱»، خوب «۴۰-۳۱»، متوسط «۳۰-۲۱»، ضعیف «۲۰-۱۱» و خیلی ضعیف «۱۰-۰» دسته‌بندی شدند.

بر این اساس، ۹ منبع به دلیل کسب امتیاز ضعیف و خیلی ضعیف حذف شدند و ۲۷ منبع در فرآیند ارزیابی پذیرفته شدند که از این تعداد ۱۴ منبع امتیاز متوسط، ۷ مقاله امتیاز خیلی خوب و ۶ مقاله امتیاز خوب را کسب کردند.

جدول ۱- مقالات انتخاب شده نهایی برای جمع‌آوری اطلاعات

ردیف	نویسنده	عنوان پژوهش
۱	میرعالی و همکاران (۱۳۹۸)	ساختار یابی مدل سواد بدنی در دختران ده ساله ناحیه یک
۲	تلفورد، الیو، کیگان و بارت (۲۰۱۹)	رویکرد تربیت بدنی و سواد بدنی
۳	انجمن ورزش استرالیا <sup>۳</sup> (۲۰۱۹)	چارچوب سواد بدنی استرالیا
۴	تاش (۲۰۱۹)	ارزیابی سواد بدنی کودکان مدارس متوسطه
۵	پیلار، رافائل، فلیکس و گابریل <sup>۴</sup> (۲۰۱۹)	تأثیر رسانه‌های جمعی ورزشی بر رفتار و سلامت جامعه
۶	کومار و پرتی <sup>۵</sup> (۲۰۱۸)	تأثیرات رسانه بر ورزش
۷	جونز و همکاران (۲۰۱۸)	تدوین الگوی سواد بدنی برای بزرگسالان مسن
۸	سام و همکاران (۲۰۱۸)	تأثیر توسعه حرفه‌ای آموزش تربیت بدنی بر سواد بدنی معلمان و خود کارآمدی آنان و نتایج یادگیری دانش‌آموزان

## 5. CASP (Critical Appraisal Skills Program)

1. Chenail

2. Sport Australia<sup>23</sup>3. Pilar, Rafael, Feli<sup>24</sup>x & Gabriel4. Kumar & Priti<sup>25</sup>



دادلی، کیرنی، وین رایت، کریلارس و میچل <sup>۱</sup> (۲۰۱۷)	ملاحظات انتقادی برای سیاست سواد بدنی در بهداشت عمومی، تفریح، ورزش و آموزش
------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------

جدول ۱- مقالات انتخاب شده نهایی برای جمع آوری اطلاعات

ردیف	نویسنده	عنوان پژوهش
۱۰	ادوارد و همکاران (۲۰۱۷)	تعاریف، میانی و مشارکت در سواد بدنی
۱۱	هالتین و همکاران (۲۰۱۷)	نقش صلاحیت در مهارت‌های حرکتی در دستیابی به سواد
۱۲	چن (۲۰۱۵)	عملی کردن سواد بدنی برای یادگیرندگان: ایجاد انگیزه برای حرکت
۱۳	هاستی و وال هد (۲۰۱۵)	عملی کردن سواد بدنی از طریق آموزش ورزش
۱۴	لاندوال (۲۰۱۵)	سواد بدنی در زمینه تربیت بدنی
۱۵	سیلورمن و مرسیر (۲۰۱۵)	آموزش سواد بدنی
۱۶	دادلی (۲۰۱۵)	مدل مفهومی سواد بدنی
۱۷	انجمن بین‌المللی سواد بدنی <sup>۲</sup> (۲۰۱۴)	بیانیه اجماع سواد بدنی کانادا
۱۸	کاستلی، سنتیو، بیل، کارسون و نیکسیک <sup>۳</sup> (۲۰۱۴)	برنامه‌های جامع سواد بدنی مدرسه
۱۹	تامپست، بورکت و مک کین <sup>۴</sup> (۲۰۱۴)	مرور پیشنهادهای توسعه سواد بدنی و صلاحیت‌های حرکتی
۲۰	صادقیان، حسینی و فرزانه (۱۳۹۳)	بررسی نقش رسانه‌های جمعی در گرایش مردم شهر همدان به ورزش همگانی
۲۱	یزدانی (۱۳۹۲)	تأثیر رسانه بر همگانی شدن ورزش
۲۲	توکلی، نجفی و نوبخت رضانی <sup>۵</sup> (۲۰۱۳)	بررسی نقش رسانه‌های جمعی در توسعه ورزش
۲۳	مکدانالد و اثرایت (۲۰۱۳)	سواد بدنی و سلامت و برنامه درسی تربیت بدنی استرالیا
۲۴	وایت هد (۲۰۱۳)	تعریف سواد بدنی و شفاف‌سازی موضوعات مرتبط
۲۵	الشملی، الانازی و احمد شوقی <sup>۶</sup> (۲۰۱۲)	تأثیر رسانه‌های جمعی ورزشی بر ارتقای ورزش به منظور بهبود سلامت عمومی
۲۶	نظری و قاسمی <sup>۷</sup> (۲۰۱۱)	نقش رسانه‌های جمعی بر توسعه پایدار ورزش

5. Dudley, Cairney, 26 Wainwright, Kriellaars & Mitchell

1. International Physical Literacy Association

2. Castelli, Centeio, Beighle, Carson & Nicksic

3. Tompsett, Burkett & McKean

4. Tavakolli, Najafi & Nobakht Ramezani

5. Alshamli, Al Anazi & Ahmed Shawqi

6. Nazari & Ghasemi

مرحله چهارم: تجزیه و تحلیل داده‌های کیفی  
در این مرحله، پژوهشگران به طور پیوسته، ۲۷ مقاله منتخب و نهایی شده را به منظور دستیابی به یافته‌ها درون محتوایی مجزایی که در آنها مطالعات اصلی انجام شده‌اند، چندبار مرور کردند و به استخراج کدها از متون انتخابی اقدام شد. برای استخراج کدها سؤال اصلی پژوهش ملاک عمل قرار گرفت. مراحل پنجم (ترکیب یافته‌های کیفی) و ششم (اعتباریابی یافته‌های کیفی) در بخش یافته‌ها ارائه شده است.

## یافته‌ها

مرحله پنجم: ترکیب یافته‌های کیفی  
ابتدا تمام عوامل استخراج شده از پژوهش‌ها به عنوان کد در نظر گرفته شد و سپس طبق قاعده‌های تقلیل با در نظر گرفتن مفهوم هر یک از کدها، کدها خلاصه شد. سپس این کدها بر اساس مفاهیم مرتبط با مفهوم سواد بدنی، در سه مضمون اصلی (۱) شایستگی‌های فردی مشتمل بر چهار مضمون فرعی توانایی شناختی، توانایی عملی، توانایی عاطفی و مشارکت در فعالیت‌های بدنی؛ (۲) شایستگی‌های دانشگاهی مشتمل بر چهار مضمون فرعی امکانات آموزشی، ویژگی‌های اساتید، محیط آموزشی، خانواده و گروه همسالان و (۳) شایستگی‌های اجتماعی مشتمل بر سه مضمون فرعی بافت فرهنگی جامعه، سیاست‌ها و رسانه‌های جمعی طبقه‌بندی شدند. نتایج در جدول ۲ ارائه شده است:

جدول ۲- مضامین اصلی و فرعی مستخرج از پژوهش

مضمون اصلی	مضامین فرعی	منبع
شایستگی‌های فردی	توانایی شناختی	مک‌دانالد و انزایت (۲۰۱۳)، انجمن بین‌المللی سواد بدنی (۲۰۱۴)، هاستی و وال هد (۲۰۱۵)، جونز و همکاران (۲۰۱۸)، میرعالی و همکاران (۱۳۹۸)
	توانایی عملی	تامپست و همکاران (۲۰۱۴)، انجمن بین‌المللی سواد بدنی (۲۰۱۴)، سیلورمن و مرسیر (۲۰۱۵)، هالتین و همکاران (۲۰۱۷)، جونز و همکاران (۲۰۱۸)، انجمن ورزش استرالیا (۲۰۱۹)، میرعالی و همکاران (۱۳۹۸)
	توانایی عاطفی	انجمن بین‌المللی سواد بدنی (۲۰۱۴)، چن (۲۰۱۵)، دادلی

مشارکت در فعالیت‌های بدنی	مکدانالد و انزایت (۲۰۱۳)، انجمن بین‌المللی سواد بدنی (۲۰۱۴)، ادوارد و همکاران (۲۰۱۷)
---------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------

### ادامه جدول ۲- مضامین اصلی و فرعی مستخرج از پژوهش

مضمون اصلی	مضامین فرعی	منبع
شایستگی‌های دانشگاهی	امکانات آموزشی	کاستلی و همکاران (۲۰۱۴)
	ویژگی‌های اساتید	مندیکو و همکاران (۲۰۰۹)، لاندوال (۲۰۱۵)، سیلورمن و مرسیر (۲۰۱۵)، سام و همکاران (۲۰۱۸)، جونز و همکاران (۲۰۱۸)
	محیط آموزشی	تلفورد و همکاران (۲۰۱۹) جونز و همکاران (۲۰۱۸)
	خانواده و همسالان	وایت هد (۲۰۱۳)، ادوارد و همکاران (۲۰۱۷)، جونز و همکاران (۲۰۱۸)، تاش (۲۰۱۹)
شایستگی‌های اجتماعی	بافت فرهنگی جامعه	دادلی و همکاران (۲۰۱۷)، جونز و همکاران (۲۰۱۸)
	سیاست‌ها	جونز و همکاران (۲۰۱۸)
	رسانه‌های جمعی	پیلار و همکاران (۲۰۱۹)، کومار و پرتی (۲۰۱۸)، صادقیان و همکاران (۱۳۹۳)، یزدانی (۱۳۹۲)، توکلی و همکاران (۲۰۱۳)، الشاملی و همکاران (۲۰۱۲)، نظری و قاسمی (۲۰۱۱)

### مرحله ششم: اعتباریابی یافته‌های کیفی

در سراسر فرآیند این پژوهش تلاش گردید تا با فراهم کردن توضیحات و توصیف واضح و روشن برای گزینه‌های موجود، مراحل پژوهش به دقت طی شود و در زمان لازم از ابزارهای مناسب جهت ارزیابی پژوهش‌ها استفاده شود. اعتبار داده‌ها با استفاده از تکنیک‌های اعتبارپذیری<sup>۱</sup> و انتقال‌پذیری<sup>۲</sup> از طریق خودبازبینی پژوهشگران<sup>۳</sup> و هم‌سوسازی داده‌ها<sup>۴</sup> و اعتمادپذیری<sup>۵</sup> با هدایت دقیق جریان جمع‌آوری اطلاعات و هم‌سوسازی پژوهشگران<sup>۶</sup> (لینکلن و گوبا<sup>۷</sup>، ۱۹۸۵) تعیین شد. همچنین برای

1. Credibility
2. Transferability
3. Nvestigator self-monitoring
4. Data Triangulation
5. Dependability
6. Investigator Triangulation
7. Lincoln & Guba

اطمینان بیشتر از روش توافق بین دو کدگذار<sup>۱</sup> و ضریب کاپا استفاده شده است. بدین صورت که پژوهشگر دیگری در حوزه تعلیم و تربیت- بدون اطلاع از نحوه ادغام کدها و مفاهیم ایجاد شده توسط پژوهشگران حاضر- اقدام به دسته‌بندی کدها و مفاهیم نموده سپس با مفاهیم ارائه شده توسط پژوهشگران مقایسه شده است. در نهایت با توجه به تعداد مفاهیم ایجاد شده مشابه و متفاوت، ضریب کاپا برابر با ۰/۸۸ محاسبه شده است که نشان می‌دهد نتایج پژوهش، از قابلیت اطمینان زیادی برخوردارند. همچنین، در طول فرآیند پژوهش، منابع استفاده شده توسط دو نفر از پژوهشگران به صورت مستقل جستجو شده و مورد ارزیابی قرار گرفته است. جلسه‌های هفتگی تیم پژوهشی به منظور بحث درباره نتایج جستجوها، شکل‌دهی و اصلاح راهبردهای جستجوی منابع، بحث درباره نتایج ارزیابی‌ها و تصمیم‌گیری درباره راهبردهای ارزیابی مطالعات، تثبیت حوزه‌های مورد توافق و مذاکره درباره حوزه‌ها و موارد شامل اختلاف نظر تا رسیدن به اجماع برگزار گردید. همچنین مستندسازی از تمام فرایندها، رویه‌ها و تغییرات در روند کار و نتایج صورت پذیرفت لذا از اعتبار توصیفی<sup>۲</sup>، تفسیری<sup>۳</sup>، نظری<sup>۴</sup> و پراگماتیک<sup>۵</sup> (ساندلوسکی و باروسو، ۲۰۰۷) برخوردار است. همچنین از نظریات خبرگان موضوعی در خصوص کدگذاری‌های انجام شده بهره گرفته شد. در این راستا گروه کانونی<sup>۶</sup> با شرکت ۸ نفر از اعضای هیئت علمی و متخصص در حوزه تعلیم و تربیت برگزار شد. مشخصات اعضای گروه کانونی در جدول ۳ ارائه شده است:

جدول ۳- مشخصات اعضای گروه کانونی

استاد	دانشیار	استادیار	
---	---	۲	کمتر از ۱۰ سال سابقه
---	۲	۱	بین ۱۰ تا ۲۰ سال سابقه
۱	۲	---	بیش از ۲۰ سال سابقه

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر، طراحی چارچوب شایستگی‌های سواد بدنی مورد نیاز دانشجویان بود. همه دانشجویان بدون توجه به سن، توانایی و جنسیت از این توانایی برخوردارند که دارای سواد بدنی

#### 8. Interceder Reliability (ICR)

1. Descriptive
2. Interpretive
3. Theoreticall
4. Pragmatic
5. Focus Group

باشند (وایت هد، ۲۰۱۰). سواد بدنی نه تنها برای ورزشکاران حرفه‌ای و بزرگسالان بلکه برای دانشجویانی که در طول زندگی خود در فعالیتهای ورزشی شرکت می‌کنند و کودکان نیز، لازم است.

همه این دانشجویان بایستی با اعتماد به نفس و شایستگی درگیر فعالیتهای جسمانی شوند تا در طول زندگی خود فعال باشند و سلامتی آنها در هر سنی افزایش یابد (ادوارد و همکاران، ۲۰۱۷؛ استودارت، ۲۰۱۸). آموزش سواد بدنی با کیفیت می‌تواند به دانشجویان کمک کند تا در مسیر سواد بدنی خود به جلو حرکت کرده و پیشرفت کنند (استودارت، ۲۰۱۸). دانشجویانی که سواد بدنی دارند با مهارت و اطمینان در طیف گسترده‌ای از فعالیتهای بدنی و در محیطهای مختلف حرکت می‌کنند که از رشد و پیشرفت سالم کل دانشجویان سود می‌برند. بدون پیشرفت سواد بدنی، بسیاری از کودکان و نوجوانان از فعالیت بدنی و ورزش کنار می‌روند و در اوقات فراغت خود به انتخاب‌های غیرفعال و ناسالم تر می‌روند. سواد جسمی وسیله‌ای ضروری برای مشارکت فعال در جوامع و توسعه و حفظ سلامت است (فراسر، ۲۰۰۶). سواد بدنی دارای فواید پیش بینی شده زیادی از جمله افزایش میزان مراقبت‌های بهداشتی دانشجویان، بهبود جسمی و روانی، افزایش بهره‌وری در فعالیت‌ها، رشد سطح مهارت و مشارکت بیشتر در فعالیتهای ورزشی است (گیبیلین و همکاران، ۲۰۱۴). پرورش این جنبه موجب غنی‌سازی تجربه و کمک به تحقق کل پتانسیل‌های انسان می‌شود (وایت هد، ۲۰۰۷).

بر این اساس، هدف پژوهش حاضر، طراحی چارچوب سواد بدنی دانشجویان تربیت بدنی بود که با توجه به یافته‌های پژوهش سه شایستگی سواد بدنی شامل شایستگی‌های فردی دانشجویان، شایستگی محیطی دانشگاه و شایستگی اجتماعی بود.

شایستگی‌های فردی دانشجویان شامل چهار حوزه استعدادی است: توانایی شناختی، توانایی عملی، توانایی عاطفی و مشارکت در فعالیتهای بدنی. استعداد و تسلط برتر بر توانایی‌ها (یا مهارت‌ها) و فردی که حداقل در یک زمینه از فعالیتهای انسانی به‌طور منظم توسعه یافته‌اند اشاره دارد به حدی که فرد را حداقل در ۱۰٪ بالای همسالان خود قرار دهد. اگر توسعه ورزش یا ورزشکار مورد توجه باشد، نتیجه می‌گیریم که ممکن است دانشجویی در حوزه حرکتی استعداد و هوش داشته باشد که در هر فرد متفاوت و بالقوه است. باید توانایی هر دانشجو را در برنامه‌ها در نظر گرفت (کیگن و همکاران، ۲۰۱۷). یکی از مؤلفه‌های شایستگی‌های فردی، داشتن توانایی شناختی برای دانشجو است. وقتی در مورد بعد شناختی دانشجویان بحث می‌شود، دامنه دانش و مهارت وسیع است و شامل چندین زمینه فراتر از حیطه جسمی است. برای حضور فعال در محیط‌های طبیعی، دانشجویان باید، درباره آنها آگاهی داشته باشند و انتخاب‌های بی‌خطری انجام دهند. چشم انداز و

توانایی‌ها را درک کرده و بدانند که چگونه بر جسم خود غالب شوند. همچنین باید قادر به تعبیر این مسئله باشند که مهارت‌هایشان متناسب با موقعیت پیش‌روست یا خیر و از خود آگاهی داشته باشند (توسعه سواد بدنی، ۲۰۱۹). میرعالی و همکاران (۱۳۹۸) نیز در پژوهش خود بر نقش دانش نظری و مهارت حرکتی توجه داشتند و بیان می‌دارند که میان شایستگی‌های مهارت حرکتی و میزان فعالیت بدنی ارتباط معناداری وجود دارد و همچنین میان دانش تربیت بدنی با فعالیت بدنی نیز رابطه معناداری یافت شده است. به همین سبب برای افزایش میزان فعالیت بدنی و رشد سواد بدنی دانشجویان بایستی به همان اندازه که بر فعالیت عملی تأکید می‌شود، به دانش نظری و شناختی آنان نیز توجه شود. از دیگر مؤلفه‌های شایستگی‌های فردی، توانایی عملی دانشجویان است که در این مؤلفه به نقش صلاحیت بدنی دانشجویان دارای سواد بدنی در شرکت در فعالیت‌های بدنی تأکید شده است. هالتین و همکاران (۲۰۱۷) در پژوهش خود بر نقش کسب مهارت‌های اساسی اشاره کردند و نشان دادند که داشتن مهارت‌های اساسی در فعالیت‌های بدنی به دانشجویان اجازه فعال بودن می‌دهد و زمینه‌ساز سواد بدنی است. مؤلفه بعدی شایستگی‌های فردی دانشجویان، توانایی عاطفی است. فعالیت‌های طبیعی به کودکان و بزرگسالان اجازه می‌دهد تا خود را به چالش بکشند. غلبه بر این چالش‌ها اعتماد به نفس یک دانشجوی را افزایش می‌دهد. آشنایی با یک کار و تداوم آن باعث افزایش اعتماد به نفس می‌شود و بیشتر منجر به این خواهد شد که دانشجویان خود را به سمت جهش‌های پیشرفته‌تر، تعادل و صعود به چالش بکشند. فرصتی برای تنها بودن و یا وابستگی به مهارت‌های شخصی خود، مانند یافتن مسیر، اعتماد به نفس را نیز افزایش و سواد بدنی را توسعه می‌دهد (توسعه سواد بدنی، ۲۰۱۹). در این مؤلفه بر تأثیر انگیزه در سواد بدنی و انجام فعالیت‌های بدنی تأکید شده است. چن (۲۰۱۵) در پژوهش خود، بر اهمیت انگیزه تأکید داشته و بیان می‌دارد که یکی از مشخصه‌های شخصیتی دانشجویان دارای سواد بدنی، انگیزه‌ای قوی برای فعالیت بدنی است و همچنین اذعان داشته است که این انگیزه باید همراه با دانش، مهارت، علاقه، محیط و هدف عمل باشد. فعالیت‌های عملی آنان نقش اساسی دارد. آخرین مؤلفه شایستگی‌های فردی می‌تواند به مشارکت در فعالیت‌های بدنی دانشجویان اشاره کنیم. فعالیت بدنی همواره جزء مکملی از زندگی افراد است و موقعیتی را به وجود می‌آورد که در آن شرایط افراد، از مشکلات زندگی دور شده و در فاصله‌های متناوب فرصتی پیدا می‌کنند تا تجارب شاد و خوشایندی را به‌دست آورند (پارسامهر و همکاران، ۱۳۹۶). طبق نتایج پژوهش قره و همکاران (۱۳۸۸) تداوم مشارکت ورزشی دانشجویان به یک سری عوامل مرتبط است. برخی از عوامل انگیزه مشارکت ورزشی دانشجویان دارای فعالیت بدنی منظم، مانند همراهی با گروه، آمادگی، رهایی انرژی، عوامل موقعیتی، توسعه مهارت و تفریح است.

دومین شایستگی کشف شده در این پژوهش شایستگی دانشگاهی است. دسترسی به طیف وسیعی از امکانات و تجهیزات فراهم کننده فعالیت های بدنی قبل، حین و بعد از محیط های ورزشی باید فراهم شود. همچنین کلاس هایی طراحی شود که حرکت و فعالیت بدنی را تشویق می کنند. امکانات کافی برای کارکنان و دانشجویان فراهم شود تا از فعالیت های متنوع و فعالانه استفاده کنند. دسترسی به کلیه فضاهای باز، از جمله فضای ورزشی داخلی. اطمینان حاصل شود که محیط ورزشی از نظر بهداشتی، ایمنی کنترل شده است. مربیان نیز تشویق شوند تا از فعالیت های فعال و بدنی در حین انجام وظیفه در محیط حمایت کنند (توسعه سواد بدنی، ۲۰۱۹). یکی از مؤلفه های شایستگی محیطی دانشگاه، ویژگی های اساتید است. اساتید باید اطمینان حاصل کنند که تربیت بدنی به عنوان یکی از مؤلفه های اصلی برنامه درسی ارزش دارد و باید از منابع برای حمایت از پیشرفت سواد بدنی در کلاس تربیت بدنی خود برای طیف وسیعی از ابزارهای عالی بیشتر استفاده نمایند. همچنین برنامه های تربیت بدنی را سرگرم کننده، برنامه ریزی کنند تا دانش و مهارت های متناسب، ایجاد و فعالیت های متنوعی ارائه داده شود. همچنین به مربیان چند ورزشی آموزش داده شود تا قبل از حرکت به مرحله بعدی، کنترل، قوام و اطمینان را در اولویت قرار دهند. پیشرفت تدریجی مبتنی بر پایه محکم مهارت های حرکتی بهترین راه برای پیشرفت است. این کار از قبل با پیشرفت تعادل، چابکی، انعطاف پذیری و هماهنگی شروع می شود، در نهایت با اضافه کردن پیچیدگی یا حرکت به ارتفاعات بیشتر همان طور که صلاحیت دانشجو اجازه می دهد ادامه پیدا می کند (مراکز ورزشی کانادا، ۲۰۰۸). در این مؤلفه بر نقش معلمان و برنامه های با کیفیت تربیت بدنی در رشد دانشجویان با سواد بدنی تأکید شده است. لاندوال (۲۰۱۵) نیز در پژوهش خود بر نقش مربیان تأکید کرده و بیان می دارد که حرفه ای شدن دانشجو در یادگیری حرکتی مادام العمر به برنامه ریزی دقیق معلمان تربیت بدنی توجه به سواد بدنی و نتایج یادگیری وابسته است. همچنین سیلورمن و مرسیر (۲۰۱۵) در پژوهش خود بر نقش مهم تصمیمات معلمان اشاره کرده اند و با نام "آموزش سواد بدنی" بر اهمیت نقش تصمیمات معلمان در توسعه مهارت های حرکتی، یادگیری دانشجویان و برآورده شدن اهداف سواد بدنی تأکید می کنند و بیان می دارند که هدف سواد بدنی در یک جامعه با یک طراحی آموزشی خوب توسط معلمان آغاز می گردد. مؤلفه محیط آموزشی و امکانات آن از دیگر مؤلفه های شایستگی محیطی دانشگاه است. با توجه به این مؤلفه باید انواع فعالیت های ورزشی و بدنی فراگیر، رقابتی، غیر رقابتی، تیمی و دانشجویی برای دانشجویان فراهم شوند. از دانشجویان برای هدایت ابتکارات ورزشی و فعالیت های بدنی در دانشگاه حمایت شود. دانشجویان برای مشارکت و موفقیت به رسمیت شناخته شوند و پاداش داده شوند. ارتقاء

نگرش مثبت به توسعه سواد جسمی در نظر گرفته شود و از دانشجویان برای شناسایی فرصت های حرکتی در محیط آموزشی و در جامعه محلی خود پشتیبانی شود (توسعه سواد بدنی، ۲۰۱۹). هاستی و وال هد (۲۰۱۵) نیز در پژوهش خود بر نقش مثبت آموزش ورزش در بسیاری از ابعاد سواد بدنی تأکید کرده اند. در نهایت خانواده و گروه همسالان سومین مؤلفه شایستگی محیطی دانشگاه است. مربیان، والدین و همسالان بر انگیزه و رویکردهای تلاش و ریسک تأثیر می گذارند. یادگیری مشاهده ای، تقلید و تجربه در بهبود خودکارآمدی نقش دارند. تعامل و مشاهده همسالان و همچنین تشویق کلامی و اجتماعی، رشد سواد بدنی را در محیط های متنوع تقویت می کند. مشارکت در تجربیات سواد جسمی با کیفیت، نتایج مثبتی را در تجربه، درک و کاربرد هر یک از شرکت کنندگان در تنظیمات مختلف ایجاد می کند. این مشارکت منجر به پیشرفت در سلامت جسمی و روحی، افزایش تناسب اندام و افزایش عملکرد از طریق مؤلفه های مبتنی بر اتصال و شایستگی طراحی برنامه می شود که موجب تقویت بیشتر اعتماد به نفس، انگیزه لذت، درک اجتماعی، جنبشی و آگاهی مکانی از اصطلاحات حرکتی تقویت شده می گردد. از دیگر مزایای می توان به ارتقاء اهمیت تربیت بدنی، ورزش و فعالیت بدنی بر مزایای تحصیلی، بهداشتی و درمانی، ارائه اطلاعات منظم و راهکارهای عملی برای ارتقاء سواد بدنی و کاهش رفتارهای کم تحرک در خانه اشاره کرد. با توجه به این مطالب نقش والدین به عنوان الگو در فعالیت بدنی باید ارتقاء داده شود و والدین ترغیب شوند که در ورزش و فعالیت بدنی فرزندشان شرکت کنند. همچنین بر مزایای شرکت در انواع فعالیت های فراگیر، رقابتی، غیر رقابتی، تیمی، دانشجویی و تفریحی توصیه می شود. مشارکت دانشجویان با سوابق فرهنگی متنوع برای مشارکت در ورزش و فعالیت های بدنی تشویق شود و والدین ترغیب شوند تا فرهنگ و تجربیات خود را در صورت لزوم به اشتراک بگذارند. خانواده ها ترغیب شوند تا با مربیان در مورد رشد سواد جسمی فرزندشان ارتباط برقرار کنند (توسعه سواد بدنی، ۲۰۱۹). تاش (۲۰۱۹) نیز در پژوهش خود به نقش معلمان و والدین اشاره کرده و اعلام می کند که به منظور رشد سواد بدنی، والدین و معلمان دانشجویان را به حضور در فعالیت های بدنی مختلف در محیط های مختلف تشویق می کنند و دانش کافی را در رابطه با سواد بدنی به دانشجویان ارائه می دهند. همچنین وایت هد (۲۰۱۳) در پژوهش خود با تأکید بر نقش معلمان اعلام داشت که معلمان، همسالان و خانواده ها بازیگران اصلی پشتیبانی از رشد سواد بدنی دانشجویان هستند.

و سومین مورد، شایستگی اجتماعی است. در حالی که کاوش در محیط طبیعی می تواند یک فعالیت انفرادی باشد، غالباً یک مؤلفه اجتماعی برای فعالیت های مبتنی بر طبیعت وجود دارد. در هنگام پیاده روی، کمپینگ یا کوهنوردی، دانشجویان فرصتی برای تصمیم گیری با هم خواهند



داشت و اغلب اوقات برای موفقیت در وظیفه خود به حمایت دیگری نیاز دارند. کنار هم بودن (شبکه) به مردم این امکان را می‌دهد تا با یکدیگر معاشرت کنند، پیوند برقرار کنند و یکدیگر را به روش‌های مختلف درک کنند و سواد بدنی در گرده‌هایی‌های باهم بودن شکل گرفته و توسعه می‌یابد. با توجه به اهمیت این مؤلفه مشارکت در فعالیت‌های بدنی جامعه باید ارتقا یابد. برای تقویت فرصت‌های فعالیت بدنی با مراکز تفریحی، باید ورزش در جامعه برقرار شود. همچنین ارتباطات با آژانس‌های بهداشتی محلی، سازمان‌ها و مشاغل محلی برای حمایت از ابتکارات سواد بدنی، مشارکت در زمینه مناطق امن و زیرساخت‌های فعالیت‌ها و دسترسی به امکانات ورزشی محیط آموزشی باید تشویق و فعال شود. و ابتکارات و پیام‌های سلامتی و رفاه جامعه محلی نیز ترویج داده شوند (توسعه سواد بدنی، ۲۰۱۹). از جمله مؤلفه‌های شایستگی اجتماعی، بافت جامعه است. جوامع با سواد بدنی محیطی از فعالیت‌های بدنی متنوع، غنی و عاری از تعصبات و متناسب را در طول زندگی برای دانشجویان فراهم می‌کنند که در آنها سواد بدنی مورد تشویق، دستیابی، توسعه و پایداری است. آمادگی فرهنگی و ویژگی‌های آن شامل ارتباطات اجتماعی، هنجارها و انتظارات اجتماعی فرهنگی، می‌توانند مشارکت در فعالیت‌های بدنی و سواد بدنی دانشجو را به طور مثبت یا منفی تحت تأثیر قرار دهند (جونز و همکاران، ۲۰۱۸؛ دادلی و همکاران، ۲۰۱۷). دومین مؤلفه شایستگی اجتماعی، سیاست است. پشتیبانی از تمام جنبه‌های سواد جسمی از جمله رشد جسمی، روانی، اجتماعی و شناختی، جامعه گسترده مدرسه و دانشگاه را در ایجاد، بررسی و به اشتراک گذاری این سیاست باید درگیر نمود. توجه به نیازهای فردی دانشجویان با استفاده از یک رویکرد مبتنی بر قدرت و دانش محور را بایستی در اولویت قرار داد. بایستی هشت مؤلفه اصلی سواد جسمی در نظر گرفته شود و راهنمای مدارس، اصول ایمنی و فراگیر و بهترین اقدامات ادغام شوند. همچنین فرصت‌هایی را برای دانشجویان برای بهبود سواد بدنی خود به عنوان بخشی از یک برنامه بهزیستی در نظر گرفته شود. اطمینان حاصل شود که دانشجویان هر روز از لحاظ جسمی فعال هستند و از سلامت، ورزش، شکاف و هرگونه فعالیت بدنی مستثنا نیستند. سواد بدنی در سایر سیاست‌های مربوطه باید گنجانده شوند (اندرسون<sup>۱</sup>، ۱۹۸۶). در این راستا جونز و همکاران (۲۰۱۸) در پژوهش خود نشان دادند که سیاست از دیگر مؤلفه‌های سواد بدنی پشتیبانی می‌کند و قبول فعالیت‌های ورزشی مادام‌العمر را تسهیل می‌کند و می‌تواند با اینکار در بهبود کیفیت زندگی و بهبود وضعیت سلامتی جامعه هم در سطح خرد و هم در سطح کلان موثر باشد.

مؤلفه‌هایی شایستگی اجتماعی، رسانه‌های جمعی هستند. رسانه‌های ورزشی با ارتقا عادات سالم تأثیرات مثبتی بر انگیزه دانشجویان برای ایجاد تغییر در سبک زندگی را برجسته می‌کنند و

1. Aronson

ظرفیت قابل توجهی برای تأثیرگذاری بر سرشت و پیشرفت ورزش دارند. همچنین رسانه‌ها با نقش مشارکت اجتماعی خود بر گرایش مردم به ورزش و تربیت نیروی انسانی سالم تأثیر می‌گذارند. و با مهم‌ترین نقش خود یعنی آگاه‌سازی مردم از فواید ورزش همگانی و تبلیغ و اطلاع‌رسانی در مورد آن بر گرایش مردم به ورزش همگانی و توسعه ورزش تأثیر می‌گذارند. رسانه‌های جمعی وسیله مهمی برای توسعه ورزش هستند که بر تحقق بیشتر اهداف توسعه ورزش تأثیر می‌گذارند. و در ارتقای یک سبک زندگی فعال بدنی مؤثر هستند (پیلار و همکاران، ۲۰۱۹؛ کومار و پریتی، ۲۰۱۸)، بنابراین، سواد بدنی نقش اصلی در توسعه آمادگی جسمانی دانشجویان دارد که می‌تواند با داشتن یک تمرین بدنی خوب، منظم، برنامه‌ریزی شده و از نظر فنی با تحمل تمرینات به حداکثر حجم اکسیژن، استفاده از کالری برای تناسب اندام منجر گردد. آمادگی بدنی و سلامتی مادام‌العمر می‌تواند با فعالیت بدنی منظم دانشجویان و تمرین خودتنظیمی و تحت انگیزه فعالیت بدنی برای تناسب اندام و شیوه زندگی سالم موفق باشد. در گسترش سلامت تحت آموزش بهداشت عمومی، فعالیت بدنی عامل اصلی است. فعالیت بدنی می‌تواند به عنوان حرکت انسانی تعریف شود که توسط سیستم‌های اسکلتی عضلانی انجام شود و می‌تواند سلامت فیزیولوژیکی و روانی را که از اهمیت بالایی برای سلامتی کامل دانشجویان برخوردار است، بهبود بخشد. با توجه به اهمیت و کارایی داشتن و کاربردی بودن فعالیت‌های فیزیکی، توجه و تشخیص لازم برای آموزش و یادگیری در دانشکده‌ها برای ارتقاء سطح سواد فعالیت بدنی دانشجویان مورد تأکید قرار می‌گیرد (توکر<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۸؛ لاگو<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۷؛ ببلی<sup>۳</sup>، ۲۰۱۶).

همچنین، انگیزه فعالیت بدنی و خودتنظیمی دانشجویان (لذت، شایستگی، ظاهر، تناسب اندام) زیر مجموعه آموزش سلامت جسمی آنان در مورد آمادگی جسمی و سلامتی آنان در طول زندگی است. مطالعه فعالیت‌های بدنی دانشجویان نشان داد که اکثر آنان تحت انگیزه حفظ ظاهر خود، فعالیت بدنی انجام می‌دهند، که این مورد مربوط به حفظ مهارت‌های جسمی (انگیزه ظاهری) به عنوان یک عامل انگیزشی برای فعالیت بدنی و تمرکز بر حفظ تناسب اندام بدن در طول زندگی (انگیزه تناسب اندام) است. برخی از دانشجویان نیز به طور حرفه‌ای فعالیت‌های بدنی انجام می‌دهند. این مقوله شامل حفظ مهارت‌های حرفه‌ای (انگیزه شایستگی) است که عامل انگیزشی برای فعالیت بدنی محسوب می‌گردد. همچنین، علاقه نیز یک عامل اصلی در حفظ و تحریک مشارکت (انگیزه لذت) و بنابراین محرکی برای فعالیت بدنی است (ببلی، ۲۰۱۷).

- 
1. Tucker
  2. Laggao
  3. Bebeley

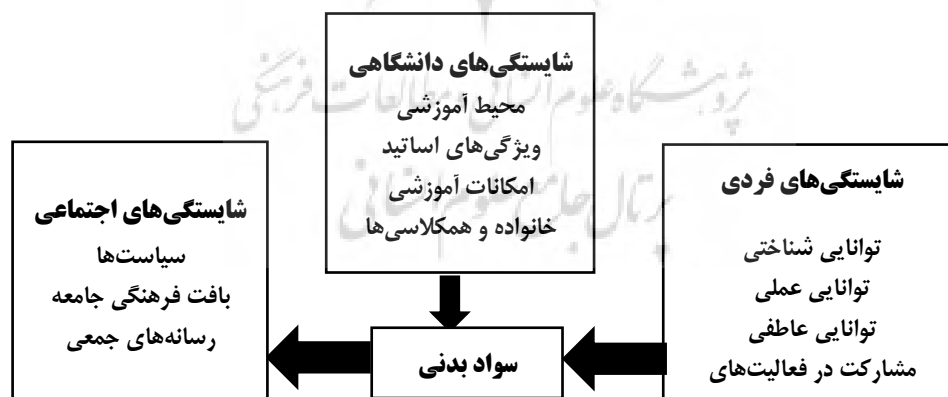
انگیزه دانشجویان به عنوان یک عامل اصلی در سواد فعالیت بدنی، می‌تواند با فرآیند درونی (انگیزه ذاتی) و فرآیند بیرونی (انگیزش بیرونی)، با فاکتورهای طبیعت یعنی گرایش‌های ذاتی به دست آمده توسط دانشجویان قبل از تولد، مرتبط باشد. توانایی‌ها و تغذیه یعنی گرایش‌های محیطی به دست آمده توسط دانشجویان پس از تولد که می‌توانند توانایی، قدرت، تمرکز، تعقل و پتانسیل برای شروع، ادامه و حفظ فعالیت بدنی هدفمند را توضیح داده و توجیه‌کننده رفتارهایی عاطفی، اجتماعی و شناختی دانشجویان باشد که جهت‌گیری رفتاری، خواسته‌ها، نیازها و اقدامات دانشجویان از جمله یادگیری روان‌شناختی (بدنی یعنی فعالیت بدنی)، یادگیری عاطفی (اخلاقی یعنی خودداری) و یادگیری شناختی (ذهنی هوش یعنی کسب دانش) را فعال می‌کند (بیلی و همکاران، ۲۰۱۷؛ توکر و همکاران، ۲۰۱۷). درک دانشجویان از علائم حیاتی (ضربان قلب، فشار خون و شاخص توده بدنی)، جلوگیری از صدمات ورزشی (تاندونیت آشیل، سندرم درد زانو)، سطح سواد سلامتی آسم (به دلیل شرایط محیطی، جسمی و پزشکی)، سواد سلامتی سطح آتروفی ماهیچه‌ها (به دلیل عوامل جسمی، پزشکی و ورزشی)، موارد منع مصرف ضعف عضلانی (ناشی از خستگی مرکزی، خستگی محیطی و اسید لاکتیک)، سطح سواد آموزش بهداشتی استرس (به دلیل عوامل شناختی، عاطفی و جسمی)، سطح سواد آمادگی بدنی (به دلیل فاکتورهای رشدی، انسانی و تناسب اندام)، سطح اندازه‌گیری (حداکثر حجم مصرف اکسیژن)، تأثیرات آموزش‌ها (برنامه تربیت بدنی بر آمادگی حرکتی)، سطح سواد جسمی (حرکتی بدنی، مهارت‌های ارسال و دریافت) و میزان آگاهی در مورد منع مصرف بیماری‌های قلبی عروقی قلب (ضربان قلب، فشار خون بالا و بیماری قلبی ریوی)، نه تنها باعث افزایش جوانب مثبت، انگیزه، تنظیم رفتار، خودکارآمدی و اوقات فراغت هفتگی در فعالیت‌های بدنی می‌شود، بلکه به دانشجویان، جوامع، محیط زیست و عموم مردم کمک می‌کند تا با کنترل و چاقی، بیماری‌های مرتبط با سبک زندگی و مرگ و میر را کاهش دهد (توکر و همکاران، ۲۰۱۷؛ بیلی و همکاران، ۲۰۱۶).

سواد بدنی آرمان و وسیله‌ای برای تربیت بدنی محسوب می‌شود که می‌تواند تربیت بدنی را از نقش مرسوم و نسبتاً محدود در جهت توسعه ورزش‌ها کند و هم‌زمان اثربخشی آن را به‌عنوان یکی از عوامل مشارکت دائمی در فعالیت‌های بدنی سالم، لذت‌بخش و هدفمند، تجربه جسمانی و یادگیری، بهبود بخشد. از این رو، توجه همه جانبه سیاست‌گذاران و برنامه‌ریزان نظام آموزشی در تهیه این مهم را بیش‌ازپیش طلب می‌نماید.

بررسی ویژگی‌های مربوط به سواد بدنی دانشجویان نشان داد که برخی از این ویژگی‌های نقش پیش‌نیاز را ایفا می‌کنند. یعنی شایستگی‌های فردی دانشجویان در میزان کسب سواد بدنی نقش اساسی را ایفا می‌کنند. به عبارتی دانشجویان بر اساس توانایی شناختی، توانایی عملی، توانایی

عاطفی و مشارکت در فعالیت‌های بدنی، میزان متفاوتی از سواد بدنی را تجربه می‌کنند. دانشجویانی که شناخت کامل‌تری از ویژگی‌های فیزیولوژیکی بدن خود داشته باشند، با بهترین فعالیت‌های عملی قادر هستند بهترین شرایط سلامت بدنی را در خود ایجاد نمایند و نهایتاً با مشارکت در فعالیت‌های بدنی که با انگیزش و احساس مثبت و علاقه بالاست می‌تواند سواد بدنی خود را به طور قابل ملاحظه‌ای بالا ببرد.

اما در کنار ویژگی‌های فردی حضور در محیط دانشگاهی می‌تواند شرایط تسهیل‌کننده‌ای برای توسعه سواد بدنی دانشجویان ایجاد نماید. وجود محیط آموزشی مساعد و غنی از نظر انجام فعالیت‌های ورزشی، اساتید علاقه‌مند به ورزش و همراه و همگام و مشوق دانشجویان، امکانات ورزشی به روز و مجهز به آخرین فناوری‌های دنیا و خانواده و همکلاسی‌های مشوق و حمایت‌کننده می‌تواند به توسعه سواد بدنی، عمق و کیفیت آن کمک قابل توجهی نماید و در نهایت دانشجویانی که دارای این سواد بدنی توسعه یافته باشند می‌توانند شایستگی‌های خود را در سطح جامعه نشان دهند. این چنین دانشجویانی می‌توانند به عنوان مدیران آشنا به تربیت بدنی، نقش اساسی در تدوین سیاست‌های تربیت بدنی در سطح جامعه داشته باشند. ضمن آن که با توجه به این که این دانشجویان از بافت فرهنگی خود جامعه برخاسته‌اند می‌توانند به آسانی تأثیرگذاری خود را در توسعه این سواد بدنی در اجتماع محلی و نهایتاً جامعه بزرگ‌تر نشان دهند و در نهایت به دلیل آگاهی و دانش و مهارت و نگرش اندیشمندانه به سواد بدنی می‌توانند از طریق رسانه‌های جمعی این سواد بدنی را در سطح اجتماعی گسترده‌تر نموده و رشد و توسعه دهند.



شکل ۱- مدل سواد بدنی دانشجویان

در نهایت با توجه به نتایج پژوهش پیشنهادات زیر مطرح می‌شود:

- طراحی کلاس‌هایی که حرکت و فعالیت بدنی را تشویق می‌کنند
- فراهم‌سازی دسترسی دانشجویان به طیف وسیعی از امکانات و تجهیزات فراهم‌کننده فعالیت‌های بدنی
- تهیه برنامه‌های تربیت بدنی دقیق و جامع توسط اساتید، جهت ارائه دانش، مهارت‌های متناسب و ایجاد فعالیت‌های متنوع

### منابع

1. Almond, L. (2013). What is the value of physical literacy and why is physical literacy valuable? *Presidents Message*, 12.
2. Alshamli, A., Al Anazi, H. M., Shawqi, M. A. (2012). Sport mass media influence on promoting sports in order to improve public health. *Current Research Journal of Social Sciences*, 4(2): 153-158.
3. Aronson, RM. (1986). What is the relationship between Physical Education and Physical Literacy? In *Journal of Physical Education, Recreation & Dance* (Vol. 57, Issue 6, pp. 29-32). <https://doi.org/10.1080/07303084.1986.10606159>
4. Balyi, I; Way, R; Higgs, C. (2020). Physical literacy in long-term athlete development (pp. 33-48). Champaign, IL: Human Kinetics. Retrieved July 9, 2020, from <http://dx.doi.org/10.5040/9781492596318.ch003>
5. Basoglu, U. D. (2018). The Importance of Physical Literacy for Physical Education and Recreation. *Journal of Education and Training Studies*, 6(4): 139-142.
6. Bebeley, S. J., Wu, Y., & Liu, Y. (2016). Athletes' knowledge about preventing sports injuries as prime prevention strategies in slowing ageing process. *Journal of Exercise Science and Physiotherapy*, 12(1): 25-37.
7. Canadian Sport Centres (2008). *Canadian Sport for Life: Long Term Athlete Development resource paper v2*. Canadian Sport Centres, Vancouver, BC
8. Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public health rep*, 100(2): 126-31.
9. Castelli, D. M., Centeio, E. E., Beighle, A. E., Carson, R. L., & Nicksic, H. M. (2014). Physical literacy and comprehensive school physical activity programs. *Preventive medicine*, 66: 95-100.
10. Chenail, R. J. (2011). Learning to Appraise the Quality of Qualitative Research Articles: A Contextualized Learning Object for Constructing Knowledge. *The Qualitative Report*, 16(1): 236-248. Retrieved from <https://nsuworks.nova.edu/tqr/vol16/iss1/14>
11. Chen, A. (2015). Operationalizing physical literacy for learners: Embodying the motivation to move. *Journal of Sport and Health Science*, 4(2): 125-131.
12. Corbin, C. B. (2016). Implications of physical literacy for research and practice: A commentary. *Research quarterly for exercise and sport*, 87(1): 14-27.
13. DPL-2\_EN\_web\_November\_2019-1.pdf. (n.d.).

14. Dudley, D. A. (2015). A conceptual model of observed physical literacy. *The Physical Educator*, 72(5).
15. Dudley, D., Cairney, J., Wainwright, N., Kriellaars, D., & Mitchell, D. (2017). Critical considerations for physical literacy policy in public health, recreation, sport, and education agencies. *Quest*, 69(4): 436-452.
16. Edwards, L. C., Bryant, A. S., Keegan, R. J., Morgan, K., & Jones, A. M. (2017). Definitions, foundations and associations of physical literacy: a systematic review. *Sports medicine*, 47(1): 113-126.
17. Fraser-Thomas, J., & Côté, J. (2006). Youth sports: Implementing findings and moving forward with research. *Athletic Insight*, 8(3): 12-27.
18. Ghare, M., Tavakoli, J., Mohammadi, Z. & Arab Nermi, Z. (2009). Comparison of motivational factors of regular participation of students in physical activities (by gender and self-efficacy). *Sports Management Studies (Institute of Physical Education)*, 4(25): 151-163. (Persian)
19. Giblin, S., Collins, D., & Button, C. (2014). Physical literacy: importance, assessment and future directions. *Sports Medicine*, 44(9): 1177-1184.
20. Hastie, P. A., & Wallhead, T. L. (2015). Operationalizing physical literacy through sport education. *Journal of Sport and Health Science*, 4(2): 132-138.
21. Hulteen, R., Morgan, P., Barnett, L., Stodden, D., & Lubans, D. (2017). The role of movement skill competency in the pursuit of physical literacy: Are fundamental movement skills the only pathway? *Journal of Science and Medicine in Sport*, 20, e77.
22. International Physical Literacy Association. (2014). Canada's physical literacy consensus statement.
23. Jones, G. R., Stathokostas, L., Young, B. W., Wister, A. V., Chau, S., Clark, P., ... & Nordland, P. (2018). Development of a physical literacy model for older adults—a consensus process by the collaborative working group on physical literacy for older Canadians. *BMC geriatrics*, 18(1): 13.
24. Keegan, R., Barnett, L., & Dudley, D. (2017). Physical literacy: Informing a definition and standard for australia. Australian Sports Commission.
25. Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills, CA: Sage.
26. Longmuir, P. E., & Tremblay, M. S. (2016). Top 10 research questions related to physical literacy. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 87(1):28-35.
27. Lundvall, S. (2015). Physical literacy in the field of physical education—A challenge and a possibility. *Journal of Sport and Health Science*, 4(2): 113-118.
28. Macdonald, D., & Enright, E. (2013). Physical literacy and the Australian health and physical education curriculum. *ICSSPE Bull J Sport Sci Phys Educ*, 65: 351-59.
29. Mandigo, J., Francis, N., & Lodewyk, K. (2007). Physical literacy concept paper. Canadian Sport for Life.
30. Mandigo, J., Francis, N., Lodewyk, K., & Lopez, R. (2009). Position paper: Physical literacy for educators. Ottawa, Canada: Physical and Health Education Canada.

31. Mir Ali, M., Bahram, A., & Ghadiri, F. (2019). Structuring the physical literacy model in 10-year-old girls in district one of Ahvaz city. *Journal of Sports Psychology Studies*, 28: 1- 12. (Persian)
32. Nazari, R., & Ghasemi, H. (2011). The Role of Mass Media on sustainable Sport Development. *Revista Pedagógica ADAL*, (23): 17-20.
33. Parsamehr, M., Mirzaeian Monfared, H., Niknejad, M. & Rasouli Nejad, S. (2017). The relationship between cultural capital and participation in physical activities of women in Yazd. *Journal of Sports Management and Motor Behavior*, 13(25): 83-99. (Persian)
34. Pilar, P. M., Rafael, M. C., Félix, Z. O., & Gabriel, G. V. (2019). Impact of sports mass media on the behavior and health of society. A systematic review. *International journal of environmental research and public health*, 16(3): 486.
35. Rajesh Kumar, Priti (2018). Effects of media on sports. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 5(2): 338-339.
36. Roetert, E. P., & Jefferies, S. C. (2014). Embracing physical literacy. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 85(8): 38-40.
37. Sadeghian, Z., Hosseini, E., & Farzan, F. (2014). Investigating the role of mass media in the tendency of the people of Hamedan to public sports. *Journal of Sport Management and Motor Behavior*, 10 (20): 44- 25. (Persian)
38. Sandelowski, M., & Barroso. J. (2007). *Handbook for synthesizing qualitative research*, New York: Springer.
39. SHAPE America. (2014). *National standards & grade-level outcomes for K-12 physical education*. Champaign, IL: Human Kinetics
40. Shearer, C., Goss, H. R., Edwards, L. C., Keegan, R. J., Knowles, Z. R., Boddy, L. M., Durden-Myers, E. J., & Fowweather, L. (2018). How is physical literacy defined? A contemporary update. *Journal of Teaching in Physical Education*, 37(3): 237-245.
41. Silverman, S., & Mercier, K. (2015). Teaching for physical literacy: Implications for instructional design and PETE. *Journal of Sport and Health Science*, 4(2): 150-155.
42. Sport Australia Association. (2019). *The Australian Physical Literacy Framework*.
43. Stoddart, A. L. (2018). *Physical Literacy: A Journey of Understanding and Development* (Doctoral dissertation, University of Saskatchewan).
44. Sum, K. W. R., Wallhead, T., Ha, S. C. A., & Sit, H. P. C. (2018). Effects of physical education continuing professional development on teachers' physical literacy and self-efficacy and students' learning outcomes. *International Journal of Educational Research*, 88: 1-8.
45. Sum, R. K. W., Ha, A. S. C., Cheng, C. F., Chung, P. K., Yiu, K. T. C., Kuo, C. C. (2016). Construction and Validation of a Perceived Physical Literacy Instrument for Physical Education Teachers. *PLoS ONE*, 11(5), e0155610. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0155610>
46. TAŞ, H. (2019). *EVALUATION OF PHYSICAL LITERACY OF SECONDARY SCHOOL CHILDREN* (Doctoral dissertation, MIDDLE EAST TECHNICAL UNIVERSITY).
47. Tavakolli, M., Najafi, A., & Ramezani, Z. N. (2013). Studying role of mass media in sport development. *Advances in Applied Science Research*, 4(4): 49-54.

48. Telford, R., Olive, L., Keegan, R., & Barnett, L. (2019). The physical education and physical literacy (pepl) approach: a multicomponent primary school intervention targeting physical literacy. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 22: S21.
49. Tompsett, C., Burkett, B. J., & McKean, M. (2014). Development of physical literacy and movement competency: A literature review. *Journal of Fitness Research*, 3(2): 53-74.
50. Tremblay, M., & Llyod, M. (2010). Physical Literacy Measurement The Missing Piece. *Physical & Health Education Journal*, 76(1): 13-25
51. Tucker, H. J., Bebeley, S. J., & Laggao, S. A. (2017). Children and adolescents' fitness skill level in physical activity: a motivational concern for public health education. *International Journal of Science and Research*, 6(11): 18-22.
52. Tucker, H. J., Bebeley, S. J., & Conteh, M. (2018). Physical activity and motor fitness skill level of children and adolescents: a motivational factor for health and physical education. *International Journal of Science and Research*, 7(1): 895-899.
53. Whitehead 1, M. (2001). The concept of physical literacy. *European Journal of Physical Education*, 6(2): 127-138.
54. Whitehead, M. (2007). Physical literacy: Philosophical considerations in relation to developing a sense of self, universality and propositional knowledge. *Sport, Ethics and Philosophy*, 1(3): 281-298.
55. Whitehead, M. (2013). Definition of physical literacy and clarification of related issues. *ICSSPE Bulletin*, 65(1.2).
56. Whitehead, M. (Ed.). (2010). *Physical literacy: Throughout the lifecourse*. Routledge.
57. World Health Organization. (2012). *Young and physically active: a blueprint for making physical activity appealing to youth*
58. Yazdani, M. (2013). *The impact of media on the popularization of sport*. Congress of Pioneers of Progress, Tehran. (Persian)

## ارجاع دهی

محمدی، مهدی؛ ناصری جهرمی، رضا؛ محمد جعفری، خاطره؛ نبیئی، پرستو؛ معارف، پریسا؛ میرغفاری، فاطمه؛ ناصری جهرمی، راحیل؛ حسامپور، زهرا. (۱۴۰۰). طراحی چارچوب شایستگی‌های سواد بدنی مورد نیاز دانشجویان: رویکرد فراترکیب. پژوهش در ورزش تربیتی، ۹ (۲۴): ۷۷-۱۰۶. شناسه دیجیتال: 10.22089/RES.2020.9253.1932

Mohammadi, M; Naseri Jahromi, R; Mohammad Jafari, Kh; Nabie, P; Maaref, P; Naseri Jahromi, R; Hesampoor, Z. (2021). Evaluating the Governing Pattern in Physical Education in Schools from the Teacher's Viewpoint Based on the Criteria National Association for Sport and Physical Education. *Research on Educational Sport*, 9 (24): 77-106. (Persian). DOI: 10.22089/RES.2020.9253.1932