



Analysis of the effectiveness of Islamic life skills management on the individual performance of student athletes of Imam Hossein (AS) schools in Mashhad

R. Iraj Noghondar^{*1}, M. Pourjafarian², S. Keshkar³

¹ Ph.D. in Sports Management Department, Payam Noor University, Tehran, Iran.

² Physical education teacher, Education of Khorasan Razavi, Mashhad, Iran

³ Department of Sports Management, Faculty of Physical Education and Sports Sciences, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran

ABSTRACT

Received: 28 August 2023
Reviewed: 13 October 2023
Revised: 8 November 2023
Accepted: 25 November 2023

KEYWORDS:

Life skill
individual performance
student
school
sport

Background and Objectives: Sports and physical education are considered as settings that can increase the life skills of the participants. The aim of this research was to analyze the effectiveness of Islamic life skills management on the individual performance of student athletes of Imam Hossein (AS) schools in Mashhad.

Methods: The statistical population of this research was made up of sports students of the first and second secondary levels of Imam Hossein schools in Mashhad in the number of (N=450). Using Morgan's table, the number of statistical samples was estimated to be 208 tons, which were selected by random sampling. In order to collect data, life skills questionnaires made by Lorcan and Justin (2017) and individual performance made by Kompanz (2014) were used. To check the validity of the translation of the measurement tool, the standard translation-retranslation-translation method was used. The construct validity of the questionnaires was verified using the confirmatory factor analysis method. Composite reliability (Delvin Goldstein) of the questionnaires was 0.723 and 0.768 respectively. In order to analyze the data, descriptive indices and Kolmogorov- Smirnov statistical tests, Pearson correlation coefficient, regression analysis and path analysis were used in SPSS and LISREL statistical software.

Findings: The results showed that there is a positive and significant relationship between life skills and individual performance of student athletes. Also, the dimensions of teamwork, goal setting, time management, leadership and decision-making are eligible to predict the individual performance of students. On the other hand, the results of the structural model of the research showed that life skills have a positive and significant effect on the individual performance of students.

Conclusion: By improving the level of life skills among students while influencing their efforts to achieve educational goals, it is possible to develop their individual performance.

* Corresponding author

ramin.iraji.65@gmail.com



NUMBER OF REFERENCES

33



NUMBER OF FIGURES

4



NUMBER OF TABLES

7

COPYRIGHTS



©2023 The author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, as long as the original authors and source are cited. No permission is required from the authors or the publishers.

تحلیل اثربخشی مدیریت مهارت‌های زندگی اسلامی بر عملکرد فردی دانش‌آموزان ورزشکار مدارس امام حسین^(ع) مشهد

رامین ایرجی تقندر^{۱*}، مریم پورجعفریان^۲، سارا کشکر^۳

^۱ دکتری تخصصی مدیریت ورزشی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

^۲ دبیر تربیت بدنی آموزش و پرورش خراسان رضوی، مشهد، ایران

^۳ گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران

چکیده

پیشینه و اهداف: ورزش و تربیت بدنی به عنوان تنظیماتی در نظر گرفته می‌شود که می‌تواند مهارت‌های زندگی شرکت کنندگان را افزایش دهد. هدف از انجام این پژوهش تحلیل اثربخشی مدیریت مهارت‌های زندگی اسلامی بر عملکرد فردی دانش‌آموزان ورزشکار مدارس امام حسین^(ع) مشهد بود.

روش‌ها: جامعه آماری این پژوهش را دانش‌آموزان ورزشکار مقاطع متوسطه اول و دوم مدارس امام حسین^(ع) در شهر مشهد به تعداد (N=۴۵۰) تشکیل دادند. با استفاده از جدول مورگان تعداد نمونه آماری برابر با ۲۰۸ نفر برآورد شد که به صورت نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. به منظور جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های مهارت‌های زندگی ساخته لورکان و جاستین (۲۰۱۷) و عملکرد فردی ساخته کومپانز (۲۰۱۴) استفاده شد. جهت بررسی روایی ترجمه ابزار اندازه‌گیری از روش استاندارد ترجمه- باز ترجمه- ترجمه استفاده شد. روایی سازه پرسشنامه‌ها با استفاده از روش تحلیل عاملی تأییدی مورد تأیید قرار گرفت. پایایی ترکیبی (دلویین گلد اشتاین) پرسشنامه‌ها به ترتیب ۰/۷۲۳ و ۰/۷۶۸ به دست آمد. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از شاخص‌های توصیفی و آزمون‌های آماری ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون و تحلیل مسیر در نرم افزارهای آماری SPSS و LISREL استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد بین مهارت زندگی با عملکرد فردی دانش‌آموزان ورزشکار رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. همچنین ابعاد کار گروهی، هدف‌گذاری، مدیریت زمان، رهبری و تصمیم‌گیری واجد شرایط پیش‌بینی عملکرد فردی دانش‌آموزان می‌باشند. از طرفی نتایج الگوی ساختاری پژوهش نشان داد مهارت زندگی تأثیر مثبت و معناداری بر عملکرد فردی دانش‌آموزان دارد.

نتیجه‌گیری: با ارتقاء سطح مهارت‌های زندگی در بین دانش‌آموزان ضمن تأثیرگذاری بر میزان تلاش آنها در جهت دستیابی به اهداف آموزشی، می‌توان میزان عملکرد فردی آنها را توسعه داد.

تاریخ دریافت: ۶ شهریور ۱۴۰۲
تاریخ داوری: ۲۱ مهر ۱۴۰۲
تاریخ اصلاح: ۱۷ آبان ۱۴۰۲
تاریخ پذیرش: ۴ آذر ۱۴۰۲

واژگان کلیدی:

مهارت زندگی
عملکرد فردی
دانش آموز
مدرسه
ورزش

* نویسنده مسئول

Ramin.iraji.65@gmail.com

مقدمه

عاطفی و کنترل تکانه بیشتری دارد، کمتر احتمال دارد که درگیری لفظی را به درگیری فیزیکی تبدیل کند. با این حال، کمک به کودکان و نوجوانان برای توسعه چنین مهارت‌هایی و به کارگیری آن‌ها، کار کوچکی نیست، به‌ویژه زمانی که این مهارت‌ها با هنجارها و انتظارات در محیط‌های اجتماعی‌شان ناسازگار باشد [۳]. رویکردی مبتنی بر توسعه برای حمایت از نوجوانان، به‌ویژه دانش‌آموزان مدارس از جوامع مختلف، با پرورش ارزش‌ها، نگرش‌ها و رفتارهای مثبت که بتواند به آنها کمک نماید تا چالش‌ها را پشت سر بگذارند و در نقش‌ها و مسئولیت‌های مختلف خود پیشرفت کنند بسیار ضروری است [۴]. در مورد مهارت‌های زندگی و نحوه برچسب‌گذاری آنها، سازمان‌های آموزشی و دولتی تأکید کرده‌اند که این مهارت‌ها برای سلامت، رفاه و موفقیت تحصیلی و شغلی نوجوانان مهم است و لذا تشویق سیاست‌گذاران به در نظر گرفتن آموزش مهارت‌های زندگی در برنامه درسی مدارس می‌بایست مد نظر قرار گیرد [۵]. یکی از اهداف برنامه‌های درسی در مدارس، ارائه مهارت‌های زندگی به دانش‌آموزان است. دانش‌آموزان باید دانش حرفه‌ای در مورد این مهارت‌ها را در دوران تحصیل خود کسب کنند.

محو شدن ارزش‌های انسانی و شخصیتی باعث بروز مشکلاتی مانند دعوا، نزاع و خشونت در نسل جوان شده است. از طریق اصلاح برنامه‌های آموزشی در مدارس می‌توان اخلاقیات را برای پایداری آینده نسل جوان محقق کند و برای دستیابی به این موضوع، مهارت‌های زندگی، انسان‌ها را به افراد باکیفیت تبدیل نموده و اهداف زندگی انسان را هدایت می‌کند [۱]. در حالی که نوجوانان هویت خود را شکل می‌دهند، از استقلال بیشتری برخوردار می‌شوند و عادات سبک زندگی خود را ایجاد می‌کنند، در این راستا مجموعه‌ای از مهارت‌های فردی و اجتماعی برای کمک به آنها در جهت انتخاب‌های سالم و مسئولانه ضروری است. به عنوان مثال، تحقیقات نشان داده است افرادی که دارای سطوح بالاتری از شایستگی اجتماعی و عاطفی هستند، از نظر تحصیلی بهتر عمل می‌کنند و از بروز مشکلات در مدرسه جلوگیری می‌نمایند [۲]. با توجه به همین توانایی فکری، دانش‌آموزی که پشتکار و مهارت‌های خود مدیریتی را تمرین کرده، به احتمال زیاد نمرات خوبی کسب می‌کند، زیرا آنها تکالیف را کامل کرده و برای آزمون‌ها مطالعه می‌کنند. دانش‌آموزی که آگاهی

مهارت‌های زندگی مانند حل مسئله، تنظیم هیجانی، تلاش، هدف‌گذاری، تجارب هویتی، مدیریت زمان و ارتقای هنجارهای اجتماعی رابطه مثبت و معناداری دارد [۱۲]. پیشنهاد شده است که وقتی برنامه‌های ورزشی دانش‌آموزان به صراحت برای آموزش مهارت‌های زندگی طراحی می‌شوند، می‌توانند به عنوان «گذرنامه موفقیت» برای شرکت‌کنندگان عمل کنند. مهارت‌های معمول در این برنامه‌ها شامل هدف‌گذاری، مدیریت زمان، مهارت‌های اجتماعی، مهارت‌های عاطفی، ارتباط، کار گروهی، رهبری و حل مسئله می‌باشد [۱]. اگرچه توسعه مهارت‌های زندگی عمدتاً در برنامه‌های ورزشی تفریحی و بعد از مدرسه مورد مطالعه قرار می‌گیرد، اما این مفهوم نیز به طور فزاینده‌ای در پرورش استعدادها و ورزش‌نخبگان در دوره مدارس مورد توجه قرار گرفته است [۱۴].

از سویی دیگر در طول دهه‌های گذشته، تعدادی از محققان، عمدتاً در زمینه‌های روان‌شناسی، روابط انسانی، رفتار سازمانی و مدیریت، موضوع تعامل دانش‌آموزان را همراه با پیش‌بینی‌ها و نتایج آن از نزدیک تجزیه و تحلیل کرده‌اند. تحقیقات نشان داده است که سطوح بالای عملکرد فردی، رضایتمندی، سازگاری و خلاقیت دانش‌آموزان را حفظ می‌کند [۱۵]. آراشپائور و همکاران (۲۰۲۳) بیان می‌دارند پیش‌بینی قابل اعتماد عملکرد فردی می‌تواند پشتیبانی به موقع از دانش‌آموزان را تسهیل کند و تجربه یادگیری را بهبود بخشد. به طور کلی پیش‌بینی اولیه عملکرد یادگیری فردی، ارائه حمایت لازم را تسهیل می‌کند [۱۶]. این امر به‌ویژه در محیط‌های آموزشی مدارس مهم است، جایی که طراحی مسیرهای یادگیری می‌تواند به دانش‌آموزان در افزایش عملکرد کمک کند [۱۷]. عملکرد به عنوان ارزش کلی مورد انتظار سازمان از تکه‌های مجزای رفتاری تعریف شده است که یک فرد در طول یک دوره مشخص از زمان انجام می‌دهد [۱۸]. در واقع عملکرد یکی از مهمترین متغیرهای ملاک در روانشناسی صنعتی و سازمانی است و اهمیت آن هم برای افراد و هم برای سازمان‌ها کاملاً روشن است [۱۹]. عملکرد به عنوان ارزش مورد انتظار سازمان‌ها از رویدادهای رفتاری مجزا که افراد طی یک دوره زمانی مشخص انجام می‌دهند تعریف می‌شود [۲۰]. به طور کلی، هیجان‌های مثبت نقش مهمی در بهبود عملکرد افراد دارند. در واقع عملکرد با هیجان زندگی سازمانی آمیخته شده است [۲۱]. در این زمینه وقوع رویدادهایی مانند گسترش رقابت، پیشرفت فناوری اطلاعات و تلاش همه جانبه سازمان‌ها و واحدهای اقتصادی برای کسب جایگاه بهتر، ضرورت توجه به بهبود مستمر عملکرد در سازمان‌ها را دوچندان نموده است و در چنین شرایطی سازمان‌ها ناگزیرند در جستجوی روش‌های جدیدی برای بهبود عملکرد خود باشند [۲۲].

کیوناد و همکاران (۲۰۲۳) در مطالعه‌ای بر روی دانشجویان رشته پزشکی اذعان داشت که مهارت‌های زندگی حاصل از مشارکت ورزشی می‌تواند باعث ارتقاء سطح عملکرد ذهنی دانشجویان شود [۲۳]. همچنین وینارسونو و همکاران (۲۰۲۳) در پژوهشی بر روی دانش‌آموزان دختر بیان داشتند که وجود مهارت‌های زندگی باعث کاهش اضطراب و افزایش سطح عزت نفس در بین دانش‌آموزان می‌شود [۲۴]. از طرفی

کسب دانش حرفه‌ای در زمینه مهارت‌های زندگی تنها با تجهیز خود به این مهارت‌ها امکان‌پذیر است. با این حال، بعضاً مشاهده می‌شود که دانش‌آموزان از سطح قابل قبولی از مهارت‌های زندگی برخوردار نمی‌باشند [۶]. نتایج یک مرور سیستماتیک که برنامه‌های مهارت‌های زندگی مبتنی بر مدرسه ارزیابی شده را در رابطه با مهارت‌های زندگی هدفمند تجزیه و تحلیل کرد، نشان داد که برنامه‌ها بیشتر در دوره نوجوانی و در مدارس اجرا می‌شوند و مهارت‌های زندگی هدفمند از تمرکز رفتاری-عاطفی‌تر در دوران کودکی به مجموعه گسترده‌تری از مهارت‌های زندگی تغییر می‌کنند [۷]. از آنجایی که مدیریت مهارت‌های زندگی تلاش می‌کند تا تجربیات جذاب، اجتماعی و توانمندسازی را ارائه دهد، برنامه‌های ورزشی و سایر فعالیت‌های بدنی، برنامه‌های ایده‌آلی برای انجام این کار هستند [۸]. علاقه به توسعه مهارت‌های زندگی از طریق ورزش و تربیت‌بدنی در طی سال‌های گذشته قابل درک است. مهارت‌های زندگی توسط سازمان بهداشت جهانی به عنوان «توانایی برای رفتار سازگارانه و مثبت، که افراد را قادر می‌سازد به طور مؤثر با خواسته‌ها و چالش‌های زندگی روزمره مقابله کنند» تعریف شده است. در حالی که این مفهوم طیف وسیعی از مهارت‌ها را در بر می‌گیرد و مهارت‌های فردی و اجتماعی را به واقعیت‌های زندگی روزمره مرتبط می‌کند، اما از آنجایی که تعیین اینکه کدام مهارت‌ها برای زندگی مرتبط هستند و کدام مهارت‌ها نیستند، یک مشکل بالقوه بحث برانگیز است، زیرا اگر همه مهارت‌ها واقعاً برای زندگی مرتبط باشند، پس این مفهوم کاربرد کمی دارد [۹]. همچنین مهارت‌های زندگی به عنوان مهارت‌هایی تعریف می‌شود که افراد در یک زمینه خاص مانند ورزش یا مدرسه ایجاد می‌کنند و سپس به زمینه‌های دیگر مانند خانه، اجتماع یا محل کار منتقل می‌کنند [۵]. تحقیقات نشان می‌دهد که ضرورت توجه به مهارت‌های زندگی به دلیل تأثیر مثبت آن بر سلامت، تحصیل، زندگی خانوادگی و آینده شغلی جوانان بسیار اهمیت دارد [۱۰]. ماداح و همکاران (۲۰۲۳) مهارت‌های زندگی را به عنوان پایه‌ای برای موفقیت تحصیلی و شغلی در نظر می‌گیرند [۱۱]. بنابراین، نیاز قابل توجهی به بررسی ادراکات و تجربیات دانش‌آموزان در مورد یادگیری مهارت‌های زندگی در زمینه تربیت‌بدنی و ورزش وجود دارد [۱۲]. در این راستا ورزش و تربیت‌بدنی به عنوان تنظیماتی در نظر گرفته می‌شود که می‌تواند مهارت‌های زندگی شرکت‌کنندگان را افزایش دهد. بسیاری از مهارت‌های آموخته شده در ورزش و تربیت‌بدنی را می‌توان به سایر حوزه‌های زندگی منتقل کرد. ورزش محیطی را تشکیل می‌دهد که بر تمرین و عملکرد، مشابه مدرسه و محل کار تأکید دارد. مهارت‌های ورزشی و مهارت‌های زندگی به همین روش، یعنی از طریق نمایش، الگوسازی و تمرین، آموخته می‌شوند. رویکردهای آموزشی مختلف نشان داده شده است که تربیت‌بدنی به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا کار تیمی، ارتباطات، حل مسئله و تصمیم‌گیری، رهبری و مهارت‌های اجتماعی خود را توسعه دهند [۱۳]. جاکوبس و همکاران (۲۰۲۱) بیان می‌دارد ادراک دانش‌آموزان از تجربیات درون کلاسی ورزش با

نوع پاسخ بسته بوده و مقیاس اندازه‌گیری سؤال‌ها لیکرت می‌باشد. سؤال‌ها پنج گزینه‌ای و روش امتیازگذاری به ترتیب از خیلی کم=۱ تا خیلی زیاد=۷ می‌باشد. ۲- پرسشنامه عملکرد فردی ساخته کومپانز (۲۰۱۴) که مشتمل بر ۲۷ سؤال بوده و دارای سه مؤلفه عملکرد وظیفه‌ای، عملکرد زمینه‌ای و رفتار معکوس است. مقیاس اندازه‌گیری ۵ ارزشی لیکرت شامل (کاملاً مخالف تا کاملاً موافق) و نحوه امتیازگذاری به ترتیب ۱ تا ۵ می‌باشد. جهت بررسی روایی ترجمه ابزار اندازه‌گیری از روش استاندارد ترجمه- باز ترجمه- ترجمه با استفاده از نظرات سه تن از اساتید مسلط به زبان انگلیسی تعیین گردید. بدین صورت که نخست ابزار اندازه‌گیری سواد مالی اسلامی توسط متخصصین زبان انگلیسی به فارسی ترجمه و بعد از آن دوباره به انگلیسی برگردانده و باز مجدداً به فارسی ترجمه شد. پس از آن با تطبیق پرسشنامه ترجمه شده با پرسشنامه متن اصلی، ابزار اندازه‌گیری نهایی تدوین شد. روایی سازه با استفاده از روش تحلیل عاملی تأییدی مورد تأیید قرار گرفت. پایایی ترکیبی (دلون گلد اشتاین) پرسشنامه‌ها ۰/۸۱۳ و ۰/۸۴۶ به دست آمد. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از شاخص‌های توصیفی و آزمون‌های آماری ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون و تحلیل مسیر در نرم افزارهای آماری SPSS و LISREL استفاده شد.

یافته‌ها

یافته‌های توصیفی حاصل از این پژوهش نشان داد که تعداد ۱۱۸ نفر معادل (۵۶/۷۳ درصد) پسر و ۹۰ نفر معادل (۴۳/۲۷ درصد) دختر بودند. بر اساس نتایج به دست آمده تعداد ۱۳۵ نفر معادل (۶۴/۹۰ درصد) در رشته‌های تیمی و ۷۳ نفر معادل (۳۵/۱ درصد) در رشته‌های انفرادی مشغول فعالیت ورزشی بودند.

به منظور بررسی نرمال بودن توزیع داده‌های مربوط به پرسشنامه‌ها در آزمودنی‌ها، مفروضه‌های بهنجاری تک متغیری به کمک برآورد مقادیر چولگی و کشیدگی بررسی شدند که با توجه به نتایج جدول ۱، آماره چولگی داده‌ها و آماره کشیدگی داده‌های مربوط به دو متغیر اصلی در بازه (۲ تا ۲-) بوده و لذا توزیع داده‌ها نرمال است.

جدول ۱: بررسی نرمال بودن داده‌ها

متغیر	مقدار چولگی	مقدار کشیدگی
سبک زندگی	۰/۸۷۶	-۰/۲۰۵
عملکرد فردی	۰/۷۳۴	-۰/۶۲۲

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که بین مهارت زندگی با عملکرد فردی دانش آموزان ورزشکار ($r=0/570$ ، $P=0/001$) رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد.

جدول ۲: ارتباط مهارت زندگی با عملکرد فردی

متغیر پیش‌بین	شاخص	متغیر ملاک
مهارت زندگی	سطح معناداری	عملکرد فردی
تعداد نمونه	۲۰۸	۲۰۸

دیگر نادتی و همکاران (۲۰۲۲) با بررسی ۱۸۴۸ دانش‌آموز دبستانی با تحلیل مدل مختلط خطی به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت‌های زندگی تأثیر مثبتی بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دارد [۲۵]. نتایج پژوهش کل (۲۰۲۲) حاکی از آن بود که اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر عملکرد تحصیلی دانشجویان منتخب دانشکده پرستاری مثبت و معنادار است [۲۶]. نونس و همکاران (۲۰۲۱) نشان داد که ورزشکاران قادر به یادگیری و انتقال مهارت‌های زندگی در طول زندگی حرفه‌ای خود و در مراحل بعدی زندگی از طریق رویکرد ضمنی بودند که این موضوع باعث افزایش سطح عملکرد آنها می‌شود [۲۷]. سانچز و همکاران (۲۰۲۱) با بررسی ۱۷۵۴ دانش‌آموز از ۴۳ مدرسه در پایه تحصیلی هفتم و هشتم در کشور اسپانیا دریافتند که بین مهارت‌های زندگی با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد [۲۸].

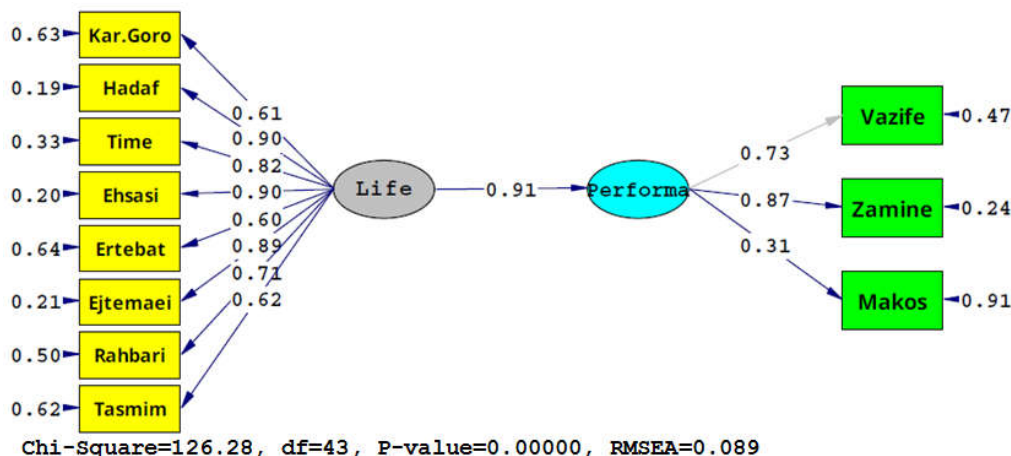
در این راستا مدارس امام حسین^(ع) در سطح شهر مقدس مشهد که جزء کلان شهرهای کشور محسوب می‌شود و دانش‌آموزان بسیاری در سطح این مدارس مشغول انجام تحصیل هستند، می‌بایست از وضعیت برنامه‌های مرتبط با زندگی دانش‌آموزان و ارائه آن از طریق برنامه‌های درسی آگاهی یابند، لذا توجه به مسائل و مشکلات موجود در حوزه تربیتی و عملکرد دانش‌آموزان بسیار ضرورت دارد. بنابراین با توجه به مطالب شده این نکته مورد توجه است که دانش‌آموزان در طی زندگی روزمره خود در مدارس از طریق برنامه‌های درسی از چه سطحی از مهارت‌های زندگی برخوردار هستند. با ذکر نکات یاد شده در این پژوهش محقق به پاسخگویی به این سؤال است که آیا مدیریت مهارت‌های زندگی تأثیری بر عملکرد فردی دانش‌آموزان ورزشکار دارد. با یافتن پاسخ سؤالات مذکور و ارائه راهکارهای عملیاتی می‌توان اطلاعات مفیدی را در اختیار مدیران آموزش و پرورش و معلمان مدارس قرار داد تا با بهره‌گیری از این پیشنهادات بتوانند گامی مهم و مؤثر در حوزه مهارت‌های زندگی و ارتقاء سطح عملکرد دانش‌آموزان بردارند.

روش

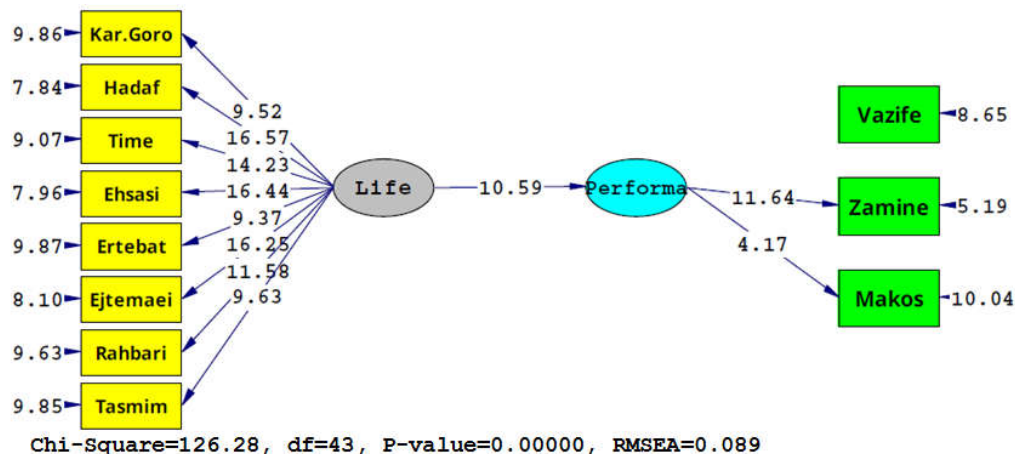
روش انجام این پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی بوده که به صورت میدانی انجام شده است. جامعه آماری این پژوهش را دانش‌آموزان ورزشکار مقاطع متوسطه اول و دوم مدارس امام حسین^(ع) در شهر مشهد به تعداد (N=۴۵۰) تشکیل دادند. با استفاده از جدول مورگان تعداد نمونه آماری برابر با ۲۰۸ تن برآورد شد که به صورت نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. به منظور جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌هایی بدین شرح استفاده شد: ۱- پرسشنامه مهارت‌های زندگی در ورزش ساخته لورکان و جاستین (۲۰۱۷) که مشتمل بر ۴۷ سؤال بوده و دارای مؤلفه‌های کار گروهی (سؤال‌های ۱ الی ۷)، تعیین هدف (سؤال‌های ۸ الی ۱۴)، مدیریت زمان (سؤال‌های ۱۵ الی ۱۸)، مهارت‌های احساسی (سؤال‌های ۱۹ الی ۲۶)، ارتباطات بین فردی (سؤال‌های ۲۷ الی ۳۰)، مهارت‌های اجتماعی (سؤال‌های ۳۱ الی ۳۵)، رهبری (سؤال‌های ۳۶ الی ۴۳) و تصمیم‌گیری (سؤال‌های ۴۴ الی ۴۷) می‌باشد. پرسشنامه از

جدول ۷: الگوی اثربخشی مهارت زندگی بر عملکرد فردی

نتیجه	T-Value	ضریب تعیین	خطای استاندارد	بار عاملی	متغیرها
تأیید	۱۰/۵۹	۰/۸۳	۰/۱۷	۰/۹۱	عملکرد فردی مهارت زندگی



شکل ۳: بار عاملی و واریانس خطای الگوی ساختاری پژوهش (حالت استاندارد)



شکل ۴: بار عاملی و واریانس خطای الگوی ساختاری پژوهش (حالت معناداری)

موجب پیشرفت در سایر حوزه‌های زندگی خواهد شد. ماداح و همکاران (۲۰۲۱) اظهار داشتند اجرای برنامه توسعه مهارت‌های زندگی باعث افزایش سلامت روان و ترویج عادات سالم و در نتیجه کیفیت بهتر زندگی و بهره‌وری بیشتر در بین دانشجویان می‌شود [۲۹]. از طرفی دیگر شک و همکاران (۲۰۲۱) اذعان دارد دانش آموزانی که از مهارت‌های زندگی بالایی برخوردار باشند، ارتباطات مستحکمی با سایر دانش آموزان و همچنین مجموعه کلاس برقرار می‌کنند [۳۰]. این موضوع موجب می‌گردد که دانش آموزان محدودیت‌ها و توانایی‌های خود را به طریقی بهتر مورد ارزشیابی قرار داده و آن را مورد پذیرش قرار دهند و در عملکردهای مختلف رتبه بهتری را از خود بروز دهند. به طور کلی مهارت‌های زندگی توانایی‌هایی می‌باشند که ارتباطات اجتماعی مفید و

همچنین وینارسونو و همکاران (۲۰۲۳) در پژوهشی بر روی دانش آموزان دختر بیان داشتند که وجود مهارت‌های زندگی باعث کاهش اضطراب و افزایش سطح عزت نفس در بین دانش آموزان می‌شود. به نظر می‌رسد که مهارت‌های زندگی موجب می‌گردد که دانش آموزان ورزشکار شایستگی‌های خود را ارتقاء داده و در درون جامعه و گروه‌های همسالان، موقعیت ویژه‌ای به دست آورده و تعاملی مثبت را در ارتباط بین خود با سایر همسالان، جامعه، معلمان و مربیان داشته باشند و دامنه‌ای از رفتارهای مورد قبول را از خودشان نشان دهند. در حوزه آموزش و پرورش، ارزشیابی‌ها عمدتاً از طریق بررسی عملکرد دانش آموزان انجام می‌شود، لذا عملکرد دانش آموزان ورزشکار از آن جهت اهمیت دارد که پیشرفت آموزشی در یادگیری تأثیرگذار بوده و یادگیری آموزشی

داشته باشد. توانایی رهبری و مدیریت امور کارهای روزانه و فعالیت‌های مختلف شخصی و گروهی همراه با مهارت تصمیم‌سازی و تصمیم‌گیری در ابعاد مختلف می‌تواند در این زمینه مثر ثمر باشد. آری و همکاران (۲۰۲۰) با بررسی دانشجویان اذعان داشتند که در بین ورزشکاران ابعاد مختلف مهارت‌های زندگی باعث افزایش رضایت از زندگی می‌شود [۳۲]. همچنین نایر (۲۰۱۹) بیان داشت که توسعه ابعاد و شاخص‌های مختلف مهارت زندگی می‌تواند موجبات افزایش سطح شایستگی‌های فردی و اجتماعی را در بین دانشجویان دانشگاه فراهم آورد [۳۳]. اساس مهارت‌های زندگی به وجود آوردن یک تعادل متناسب بین نیازها و انتظارات سایر گروه‌های جامعه است که می‌تواند بر همه ابعاد زندگی دانش‌آموزان تأثیرگذار باشد. از سویی دیگر هدف اساسی هر نظام آموزشی این می‌باشد که مهارت‌های ضروری در زندگی را به دانش‌آموزان آموزش داده و بتواند به عنوان عنصری کارآمد، نقش بسزایی را در سطح جامعه ایفا نماید. در موضوع عملکرد، دو شاخص برنامه‌ریزی و انگیزش تأثیر بسزایی دارند. برنامه‌های کلاسیک و رسمی و قراردادی تنها کنجکاوی‌های روحی و روانی و تمایلات دانش‌آموزان ورزشکار را ارضا می‌کنند و به دیگر خواسته‌ها و احتیاجات جسمانی آنها نمی‌پردازد. همچنین انگیزش به رفتارهایی اطلاق می‌شود که منجر به یادگیری و پیشرفت می‌شود. به عبارتی دیگر انگیزش افزایش عملکرد، تمایلی فراگیر است، به آنکه کاری را در قلمرو ویژه‌ای به خوبی انجام داده و عملکردش به صورت خودجوش مورد ارزشیابی قرار گیرد. می‌توان بیان داشت که آموزش مهارت‌های زندگی در ابعاد مختلف می‌تواند موجب گردد تا دانش‌آموزان ورزشکار در ارتباط با معلمان خود، شناخت بهتری از موقعیت‌های مختلف اجتماعی در درون مدرسه و کلاس درس پیدا نمایند و بدین صورت در برخورد و پشت سر گذاشتن موانع ارتباطی پیشرو بهتر بتوانند عمل نمایند. در واقع افزایش سطح توان دانش‌آموزان به منظور انتخاب رفتارهایی مناسب و یادگیری استراتژی‌های مختلف جهت نفوذ به تنگناهای عملکردی می‌تواند زمینه‌ساز بهبود عملکرد دانش‌آموزان گردد. مهارت‌های تصمیم‌گیری به عنوان توانایی ایجاد راه حل‌های متفاوت به منظور حل مشکلات و توجه به پیامدهای مختلف می‌باشد. آموزش مهارت‌هایی از قبیل حل مسئله و تصمیم‌گیری باعث پیشرفت بسزایی در توانایی انجام برنامه‌ریزی، انتخاب راه حل‌های مناسب برای زندگی، مدیریت وضعیت بهداشت روانی و افزایش مسئولیت‌پذیری و عملکرد در آینده می‌شود. دانش‌آموزان ورزشکاری که مهارت‌های تصمیم‌گیری را فرا می‌گیرند و آن را در شرایط مختلف یادگیری در مدرسه به کار می‌گیرند، با حل موفقیت‌آمیز تصمیمات صحیح و شناخت موقعیت‌ها، به راحتی دست از تلاش نمی‌کشند و امیدوارانه به فعالیت و تحصیل خود ادامه می‌دهند. در نهایت به نظر می‌رسد که توسعه و آموزش مهارت‌های زندگی در ایجاد و افزایش توانمندی‌هایی مانند کار گروهی، هدف‌گذاری، مدیریت زمان، رهبری و تصمیم‌گیری جوانان مؤثر باشد. بنابراین آموزش مهارت‌های زندگی به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا تصمیم مناسبی را در موقعیت‌های

سازنده را آغاز می‌کنند و همچنین دوستی و صمیمیت با سایر همسالان را گسترش می‌دهند که این موضوعات باعث ایجاد حس رضایت در مدرسه شده و موجب گردد تا آنها خود را با شرایط و امکانات موجود وفق داده و تقاضاهای محیط اجتماعی را بپذیرند. در این راستا پیشنهاد می‌شود که مدیران و معلمان در سطح مدارس برنامه‌های جامعی را برای ارتقاء سطح مهارت‌های زندگی دانش‌آموزان مد نظر داشته باشند، چرا که مهارت‌های زندگی، دانش‌آموزان را قادر خواهد ساخت تا علم، دانش، نگرش و ارزش‌های وجودی خویش را به توانایی‌های عینی و واقعی تبدیل نمایند و بتوانند از نیروهای وجودی در جهت شادابی و ایجاد زندگی مثبت و عملکرد اجتماعی مطلوب برای خود و سایرین بهره گیرند. در این راستا می‌بایست با بازاندیشی و بازنگری در شاخص‌ها و عناصر برنامه درسی موجود، میزان توجه به مهارت‌های زندگی را ارتقاء داده و محتوای کتاب‌های درسی به شیوه‌ای تنظیم گردد که مهارت‌های زندگی را بتوان به صورت عملی و در راستای فعالیت‌های ورزشی آموزش داد و همچنین به منظور آموزش فوق العاده آن، امکاناتی از قبیل بسته‌های آموزشی را در اختیار دانش‌آموزان قرار داد.

نتایج معادله رگرسیون در این پژوهش نشان داد که ابعاد کار گروهی ($\beta=0/281$ ، $P=0/001$)، هدف‌گذاری ($\beta=0/381$ ، $P=0/001$)، مدیریت زمان ($\beta=0/404$ ، $P=0/001$)، رهبری ($\beta=0/511$ ، $P=0/013$) و تصمیم‌گیری ($\beta=0/188$ ، $P=0/009$) واجد شرایط پیش‌بینی عملکرد فردی دانش‌آموزان می‌باشند. بنابراین با توجه به مقادیر t و سطح معنی‌داری، فرض تساوی ضرایب با صفر رد می‌شود و باید ضرایب B مذکور را در معادله رگرسیون حفظ کرد. این یافته با نتایج پژوهش‌های کیوناد و همکاران (۲۰۲۳)، نادتی و همکاران (۲۰۲۲) و نونس و همکاران (۲۰۲۱) همخوانی همخوانی دارد. در این راستا بنابر عقیده گلد و همکاران (۲۰۱۲) فعالیت‌های ورزشی به عنوان محبوب‌ترین فعالیت برای اوقات فراغت جوانان، ساختاری مناسب برای رشد مهارت‌های فردی در نظر می‌گیرد و از طریق ورزش افراد قادر به رشد مهارت‌های گروهی، مدیریت زمان، مهارت‌های اجتماعی و تصمیم‌گیری می‌باشند [۳۱]. بر اساس این پژوهش مهارت‌های زندگی شامل کار گروهی، هدف‌گذاری، مدیریت زمان، رهبری و تصمیم‌گیری بر عملکرد تأثیرگذارند و در طول زندگی روزمره دانش‌آموزان ممکن است با آنها سر و کار داشته باشند و این مهارت‌ها فرآیندی پیوسته هستند که طی آن، دانش‌آموزان رفتار خود را متناسب با هدف مورد نظر سازگار می‌نمایند. این توانایی‌ها دانش‌آموزان را قادر می‌سازند مسئولیت نقش اجتماعی خود را بپذیرند و بدون لطمه زدن به خود و دیگران، با خواسته‌ها، انتظارات و مشکلات روزانه به ویژه در روابط بین فردی، به شکل مؤثری روبرو شود. علاقه‌مندی و داشتن مهارت جهت انجام فعالیت‌ها به صورت گروهی که فعالیت‌های ورزشی تیمی به خوبی می‌تواند آن را توسعه و پرورش دهد یکی از ارکان اصلی افزایش عملکرد فردی دانش‌آموزان است. همچنین داشتن هدف در طول دوران تحصیلی همراه با مدیریت زمان در جهت چگونگی دست‌یابی به این اهداف می‌تواند نقش مؤثری بر عملکرد آنها

emotional learning interventions: A meta-analysis of follow-up effects. *Child development*, 2017; 88(4): 1156-1171.

[3] Jacobs J M, Wright P M, Richards K A R. Students' Perceptions of Learning Life Skills Through the Teaching Personal and Social Responsibility Model: An Exploratory Study. *Frontiers in Sports and Active Living*, 2022; 4: 898738.

[4] Coskuner Z, Büyükçelebi H, Kurak K, Açak M. Examining the Impact of Sports on Secondary Education Students' Life Skills. *International Journal of Progressive Education*, 2021; 17(2): 292-304.

[5] Cronin L, Greenfield R, Maher A. A Qualitative Investigation of Teachers' Experiences of Life Skills Development in Physical Education. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 2023; 12: 1-16.

[6] Bilgin A K, Kala N, İnaltekin T, Er Nas S, Akbulut H İ, Çoruhlu T Ş, Yerdelen, S. Investigation of Science Educators' Life Skills Gaining Processes and Suggestions. *Journal of Faculty of Educational Sciences*, 2023; 56(1): 142-152.

[7] Kirchoff E, Keller R. Age-specific life skills education in school: A systematic review. *In Frontiers in Education*. 2021; 6: 660-878.

[8] Newman T, Black S, Santos F, Jefka B, Brennan N. Coaching the development and transfer of life skills: A scoping review of facilitative coaching practices in youth sports. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2021; 23: 1-38.

[9] Lenzen B, Buyck Y, Bouvier A. Teaching Life Skills in Physical Education within Different Teaching Traditions: A Narrative Review. *Education Sciences*, 2023; 13(6): 605.

[10] Jenny S E, Rhodes S. Physical education professionals developing life skills in children affected by poverty. *Physical Educator*, 2017; 74(4): 653-671.

[11]. Maddah D, Hallit S, Kabbara W, Akel M, Bowen K, Hasan Z, Salameh P. Validation of the first Arabic version of the life skills scale among university students. *Cogent Education*, 2023; 10(1): 2162692.

[12] Jacobs J M, Wright P M. Thinking about the transfer of life skills: Reflections from youth in a community-based sport program in an underserved urban setting. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2021; 19(3): 380-394.

[13] Winn S, Grenier M, Newman T. Utilizing the Framework of Life Skills Development to Promote Social-Emotional Learning in Elementary Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 2022; 93(6): 42-50.

[14] Jørgensen H, Pierre-Nicolas L, Nicholas H. Multiple Learning Contexts and the Development of Life Skills among Canadian Junior National Team Biathletes. *Journal of Applied Sport Psychology*. 2020; 32 (4): 392-415.

[15] Boccoli G, Gastaldi L, Corso M. The evolution of employee engagement: Towards a social and contextual construct for balancing individual performance and wellbeing

مختلف اتخاذ نماید و از طرفی رشد مهارت‌های زندگی از طریق یادگیری را می‌توان زیر بنای پیشگیری از مشکلات روانی و اجتماعی دانش آموزان دانست و لذا آموزش مهارت‌های زندگی ضروری بوده و لزوم برنامه‌ریزی جهت اجرای آن اهمیت ویژه‌ای دارد.

نتیجه‌گیری

به عنوان نتیجه‌گیری کلی چنین بیان می‌شود که مهارت‌های زندگی در مدارس به صورت ویژه می‌تواند در دانش آموزان اثر بگذارد که این می‌تواند در میان تحصیل و یا در آینده برای دانش آموزان مفید باشد. در محیط مدرسه، معلمان بیشترین تاثیر را بر یادگیری دانش آموزان دارند. این معلمان هستند که در بیشتر ساعات روز در اطراف دانش آموز هستند و باید با مسائلی که برای دانش آموزان و در بین دانش آموزان پیش می‌آید برخورد کنند، بنابراین فرصت‌های بیشتری را برای آموزش مهارت‌های زندگی به آنها می‌دهند. با این حال، وظیفه معلم نه تنها شامل انتقال دانش و آماده‌سازی دانش آموزان برای یک محیط حرفه‌ای، بلکه توسعه شخصیت و آگاهی مهارت‌های زندگی دانش آموزان است. با وجود رویکردهای متفاوتی که به بحث لزوم گنجاندن آموزش‌های مهارت‌های زندگی در برنامه درسی دانش آموزان وجود دارد، به نظر می‌رسد توجه ویژه به امر آموزش مهارت‌های زندگی در مدارس اجتناب ناپذیر است و لازم است علاوه بر آموزش معلمان برای گنجاندن آموزش‌های مهارت‌های زندگی در رفتار در کلاس، این مقوله مهم در برنامه درسی نیز در نظر گرفته شود.

مشارکت نویسندگان

نویسنده اول در طراحی ایده پژوهش، بررسی پیشینه، تجزیه و تحلیل و نگارش مقاله نقش داشته است. نویسنده دوم در مطالعه پیشینه و جمع آوری داده‌ها مشارکت داشته است. نویسنده سوم در ویراستاری و نگارش متن مقاله مشارکت نمودند.

تشکر و قدردانی

بدینوسیله از کلیه دانش‌آموزانی که به عنوان شرکت کننده در مراحل اجرایی این پژوهش مشارکت داشتند و همچنین مؤسسه فرهنگی آموزشی امام حسین (ع) در شهر مشهد تشکر و قدردانی می‌شود.

تعارض منافع

نویسندگان مقاله هیچگونه تعارض منافی را گزارش نکرده‌اند.

منابع و مآخذ

[1] Ronkainen N, Aggerholm K, Allen-Collinson J, Ryba T V. Beyond life-skills: talented athletes, existential learning and (Un) learning the life of an athlete. *Qualitative research in sport, exercise and health*, 2023; 15(1): 35-49.

[2] Taylor R D, Oberle E, Durlak J A, Weissberg R P. Promoting positive youth development through school-based social and

- [25] Ndetei D M, Mutiso V N, Musyimi C W, Alietsi R K, Shanley J R, Bhui K S. The feasibility of using life skills training in primary schools to improve mental health and academic performance: a pilot study in Kenya. *BMC psychiatry*, 2022; 22(1): 131.
- [26] CL S I K, KM R. Effectiveness of Life Skill Training on Academic Performance among Adolescents in selected College of Nursing at Kollam. *International Journal of Early Childhood Special Education*, 2022; 14(5): 32-43.
- [27] Nunes E L G, Ciampolini V, Santos F, Palheta C E, Nascimento J V D, Milistetd M. Composite vignettes of former Brazilian high-performance volleyball athletes' perspective on life skills learning and transfer. *Journal of Sports Sciences*, 2021; 39(23): 2674-2682.
- [28] Sánchez-Hernando B, Juárez-Vela R, Antón-Solanas I, Gasch-Gallén Á, Melo P, Nguyen T H, Gea-Caballero V. Association between life skills and academic performance in adolescents in the autonomous community of Aragon (Spain). *International journal of environmental research and public health*, 2021; 18(8): 4288.
- [29] Maddah D, Saab Y, Safadi H, Abi Farraj N, Hassan Z, Turner S, Salameh P. The first life skills intervention to enhance well-being amongst university students in the Arab world: 'Khotwa' pilot study. *Health Psychology Open*, 2021; 8(1): 69-55.
- [30] Shek D T, Lin L, Ma C M, Yu L, Leung J T, Wu F K, Dou D. Perceptions of adolescents, teachers and parents of life skills education and life skills in high school students in Hong Kong. *Applied Research in Quality of Life*, 2021; 16: 1847-1860.
- [31] Gould D, Flett R, Lauer L. The relationship between psychosocial developmental and the sports climate experienced by underserved youth. *Psychology of Sport and Exercise*, 2012; 13(1): 80-87.
- [32] Nair P K, Fahimirad M. A Qualitative Research Study on the Importance of Life Skills on Undergraduate Students' Personal and Social Competencies. *International Journal of Higher Education*, 2019; 8(5): 71-83.
- [33] Arı Ç, Ulun C, Yarayan Y E, Dursun M, Mutlu T, Üstün Ü D. Mindfulness, healthy life skills and life satisfaction in varsity athletes and university students. *Progress in Nutrition*, 2020; 22(2): 1-8.
- dynamically. *International Journal of Management Reviews*, 2023; 25(1): 75-98.
- [16] Arashpour M, Golafshani E M, Parthiban R, Lamborn J, Kashani A, Li H, Farzanehfard P. Predicting individual learning performance using machine-learning hybridized with the teaching-learning-based optimization. *Computer Applications in Engineering Education*, 2023; 31(1): 83-99.
- [17] Liu K, Yao J, Tao D, Yang T. Influence of individual-technology-task-environment fit on university student online learning performance: The mediating role of behavioral, emotional, and cognitive engagement. *Education and Information Technologies*, 2023; 12: 1-20.
- [18] Lobone K L, Morrow S, Winand M. An institutional work perspective to performance management: The case of Botswana National Sport Organizations. *Journal of Global Sport Management*, 2020; 8: 1-22.
- [19] Brian P M, Jamee P, Sylvia T. An Exploratory Analysis of the Environmental Sustainability Performance Signaling Communications among North American Sport Organizations. *Sustainability*. 2021; 12(5): 1950.
- [20] Aksoy Y, Ayranci E, Gozukara E. A research on the relationship between knowledge sharing and employee performance: The moderating role of unethical behaviors in organizational level. *European Scientific Journal*, 2016; 12(4): 335-352.
- [21] Arief T H. Demographic Factors and Employee Performance: The Mediating Effect of Employee Empowerment. *Hendrawijaya*. 2019; 34(2): 45-56.
- [22] Zaki N A B M, Norazman I. The Relationship between Employee Motivation towards Green HRM Mediates by Green Employee Empowerment: A Systematic Review and Conceptual Analysis. *Journal of Research in Psychology*, 2019; 1(2): 6-9.
- [23] Quinaud R T, Possamai K, Nascimento Júnior J R A D, Gonçalves C E, Carvalho H M. The positive impact of sports participation on life skills' development: a qualitative study with medical students. *Sport in Society*, 2023; 26(4): 687-702.
- [24] Winarsunu T, Azizaha B S I, Fasikha S S, Anwar Z. Life skills training: Can it increase self-esteem and reduce student anxiety? *Heliyon*, 2023; 9(4): 78-91.

Citation (Vancouver): Iraj Noghondar R., Pourjafarian M., Keshkar S., [Analysis of the effectiveness of Islamic life skills management on the individual performance of student athletes of Imam Hossein (AS) schools in Mashhad]. *Res. Sport Sci. Edu.* 1(2): 31-40