

مطالعه تاثیر مسابقات ورزشی بر توسعه سلامت روان دانش آموزان شرکت

کننده در المپiad ورزشی دانش آموزی

این تحقیق به منظور بررسی تأثیر مسابقات ورزشی بر توسعه سلامت روان دانش آموزان شرکت کننده در المپiad ورزشی دانش آموزی انجام گرفته است. برای نمونه گیری از روش خوشه ای استفاده شد و تعداد ۳۳۶ نفر از دانش آموزان (۱۶۸ نفر دانش آموز ورزشکار، شرکت کننده در المپiad ورزشی دانش آموزی سال تحصیلی ۱۳۹۴ - ۱۳۹۵ در شهر شیراز و ۱۶۸ نفر دانش آموز غیر ورزشکار) بر حسب جدول حجم نمونه مورگان به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. برای جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه سلامت روان (GHQ) (گلدبرگ و هیلر، ۱۹۷۹)، برای تعیین نوع و میزان ورزش در میان دانش آموزان استفاده شد. به منظور محاسبه روایی، از روش اعتبار محتوایی استفاده گردید و پایایی این پرسش نامه را پالاهنگ، ۰/۹۱ محاسبه کرده است. به منظور تجزیه و تحلیل اطلاعات از آمار توصیفی و همچنین آمار استنباطی شامل آزمون کالموگروف - اسمیرنوف و آزمون t مستقل استفاده شد، که با استفاده از نرم افزار spss تحلیل گردید. نتایج آزمون تی مستقل نشان داد که بین سلامت روانی و زیر مجموعه های آن در دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود دارد ($p < 0/001$). نتایج تحقیق نشان داد که دانش آموزان دختر ورزشکار از سلامت روانی بالا و شکایات جسمانی، اضطراب، حساسیت بین فردی و افسردگی کمتری برخوردارند. که این نتایج با نتایج اکثر مطالعات همسوست.

واژه های کلیدی: مسابقات، توسعه، سلامت روان، المپiad ورزشی، دانش آموزان