


Identifying the Positive and Negative Consequences of COVID-19 Pandemic on Iranian Student Sports: A Qualitative Study

Mahmoud Jabbari¹ , Sara Kashkar², Gholamali Kargar², Farzad Ghafouri²

Original Article

Abstract

Background: The coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic has led to profound changes at various levels of society, and sports is not immune to this. It is very important to study and identify the consequences of COVID-19 in different parts of the sports in Iran. The aim of the present study was to identify the consequences of the COVID-19 pandemic on Iranian student sports with emphasis on beneficiaries.

Methods: This qualitative study was an exploratory research and in terms of purpose was considered as applied research. The statistical population of the study included sports teachers, professors of Farhangian University, managers of the General Office of Physical Education and sports experts of the Ministry of Education which were selected through purposive sampling method. In-depth and semi-structured interviews were conducted with participants to collect information and theoretical saturation was obtained with 17 interviews. To analyze the data, the thematic analysis method was used.

Findings: The consequences of COVID-19 pandemic on physical education and sports education consist of four main concepts which include “creating a passive lifestyle, behavioral and social harms, technological-digital development, and family sports”.

Conclusion: Considering the results and effects of the COVID-19 pandemic, it is necessary to develop appropriate programs to use the opportunities and manage the challenges of the post-COVID-19 era in the field of physical education and sports education for students in Iran.

Keywords: Physical education; COVID-19; Students; Health; Youth sports

Citation: Jabbari M, Kashkar S, Kargar G, Ghafouri F. **Identifying the Positive and Negative Consequences of COVID-19 Pandemic on Iranian Student Sports: A Qualitative Study.** J Health Syst Res 2022; 18(2): 127-35.

1- PhD Student, Department of Sports Management, School of Physical Education and Sports Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

2- Associate Professor, Department of Sports Management, School of Physical Education and Sports Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

Corresponding Author: Mahmoud Jabbari; PhD Student, Department of Sports Management, School of Physical Education and Sports Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran; Email: mahmoud.jabbari1356@gmail.com

شناسایی پیامدهای مثبت و منفی پاندمی کووید ۱۹ بر ورزش دانش آموزی: یک مطالعه کیفی

محمود جباری¹، سارا کشکر^۲، غلامعلی کارگر^۳، فرزاد غفوری^۴

مقاله پژوهشی

چکیده

مقدمه: پاندمی کووید ۱۹ منجر به تغییرات عمیقی در سطوح مختلف جامعه شده و ورزش نیز از این مسأله در مصونیت نمانده است. بررسی و شناسایی پیامدهای کووید ۱۹ در بخش‌های مختلف ورزش کشور از اهمیت فراوانی برخوردار می‌باشد. هدف از انجام پژوهش حاضر، شناسایی پیامدهای پاندمی کووید ۱۹ بر ورزش دانش آموزی ایران با تأکید بر ذی‌نفعان بود.

روش‌ها: این مطالعه به روش کیفی انجام شد و از نوع تحقیقات اکتشافی بود و از لحاظ هدف نیز جزء پژوهش‌های کاربردی طبقه‌بندی گردید. مشارکت‌کنندگان را معلمان ورزش، استادان دانشگاه فرهنگیان، مدیران اداره کل تربیت بدنی آموزش و پرورش و کارشناس تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش تشکیل داد که با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات، مصاحبه‌های عمیق و نیمه ساختار یافته‌ای با شرکت‌کنندگان انجام گرفت و با ۱۷ مصاحبه اشباع نظری حاصل گردید. برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل مضمون استفاده شد.

یافته‌ها: پیامدهای پاندمی کووید ۱۹ بر آموزش تربیت بدنی و ورزش از چهار مقوله اصلی تشکیل شده است که شامل «ایجاد سبک زندگی غیر فعال، آسیب‌های رفتاری و اجتماعی، توسعه فن‌آورانه-دیجیتالی و ورزش خانوادگی» می‌باشد.

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج و تأثیرات پاندمی کووید ۱۹، نیاز است برای استفاده از فرصت‌ها و مدیریت چالش‌های دوران پساکرونا، برنامه‌های مناسبی در زمینه آموزش تربیت بدنی و ورزش دانش آموزی تدوین گردد.

واژه‌های کلیدی: تربیت بدنی؛ کووید ۱۹؛ دانش‌آموزان؛ سلامتی؛ ورزش جوانان

ارجاع: جباری محمود، کشکر سارا، کارگر غلامعلی، غفوری فرزاد. شناسایی پیامدهای مثبت و منفی پاندمی کووید ۱۹ بر ورزش دانش آموزی: یک مطالعه کیفی. مجله تحقیقات نظام سلامت ۱۴۰۱؛ ۱۸ (۲): ۱۳۵-۱۲۷

تاریخ چاپ: ۱۴۰۱/۴/۱۵

پذیرش مقاله: ۱۴۰۱/۲/۲۰

دریافت مقاله: ۱۴۰۰/۱۱/۱۰

و آموزش و پرورش یکی از مهم‌ترین نهادهای آموزشی است که متأثر از این همه‌گیری می‌باشد (۶). با شروع این پدیده، آموزش‌های مدارس از حضوری به مجازی در سراسر جهان تغییر یافت و این مسأله مشکلاتی در زمینه آموزش برخی دروس مهم دانش‌آموزان ایجاد کرد. به علت ماهیت عملی درس تربیت بدنی و نبود تجربه برنامه‌ریزی و آموزشی مجازی تربیت بدنی، آموزش مجازی این درس با مشکلاتی مواجه گردید (۷). همچنین، مشاهده شده است که بسیاری از مناطق و استان‌ها از نظر اقتصادی شرایط بهره‌مندی از زیرساخت‌ها و تجهیزات کلاس مجازی را ندارند. ضمن این که مجهز بودن معلمان و دانش‌آموزان به توانمندی‌ها و صلاحیت‌های فن‌آوری، یکی از پیش‌نیازهای مهم در آموزش مجازی به شمار می‌رود (۵).

ارزیابی و تحلیل تأثیرات و ویروس کووید ۱۹ کمک می‌کند برنامه‌ریزی‌های آگاهانه و مناسب‌تری برای آموزش تربیت بدنی و ورزش دانش‌آموزان و اқشار مختلف جامعه صورت گیرد و فعالیت‌های موازی در این بخش کاهش پیدا کند (۸). در زمینه تأثیرات کووید ۱۹ بر تربیت بدنی و ورزش نیز تحقیقاتی انجام

مقدمه

یکی از موضوعات مهم دنیای امروز، بحث پاندمی کووید ۱۹ است که تأثیرات و پیامدهای بسیاری در حوزه‌های مختلف اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و آموزشی جامعه داشته است. از آن‌جا که گستره پیامدهای کووید ۱۹ می‌تواند متفاوت باشد، شناسایی و تحلیل این پیامدها در بخش‌های مختلف حایز اهمیت است (۱). پاندمی کووید ۱۹ پیامدهای منفی مانند ایجاد احساسات منفی شامل ترس، اضطراب و افسردگی را به دنبال داشته است که البته این موارد می‌تواند منجر به ایجاد فرصت‌هایی مانند افزایش آگاهی و حساسیت افراد جامعه به سلامت جسمانی و روانی شود (۲). در این راستا، پاندمی کووید ۱۹ باعث شده است که انتخاب شیوه زندگی سالم، رژیم غذایی مناسب، حفظ وزن مطلوب و ورزش در اوقات آزاد برای بسیاری از افراد مهم‌تر از قبل شود (۳)؛ چرا که برای جلوگیری از شیوع این ویروس، بدن انسان باید از ایمنی قوی برخوردار باشد که این امر با بهبود الگوهای زندگی، انجام ورزش منظم و تغذیه مناسب میسر می‌گردد (۴). حوزه آموزش یکی از بخش‌های تحت تأثیر پاندمی کووید ۱۹ می‌باشد (۵)

۱- دانشجوی دکتری تخصصی، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

۲- دانشیار، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

نویسنده مسؤول: محمود جباری؛ دانشجوی دکتری تخصصی، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

Email: mahmoud.jabari1356@gmail.com

می‌توان به عنوان ذی‌نفعان ثانویه ورزش دانش‌آموزی در نظر گرفت. بر این اساس، پاندمی کووید ۱۹ پیامدهایی را بر ورزش دانش‌آموزی به دنبال داشته است. برای مدیریت و کنترل این تأثیرات مثبت یا منفی، در گام اول نیاز به شناسایی و تحلیل مناسب می‌باشد. بنابراین، لازم است در مطالعه‌ای به صورت مدون و جامع، به تحلیل تأثیرات پاندمی کووید ۱۹ بر ورزش دانش‌آموزی با تأکید بر ذی‌نفعان پرداخته شود. نتایج تحقیق می‌تواند دیدگاه مناسبی برای مدیران و سیاست‌گذاران این حوزه ایجاد و کمک نماید برنامه‌ها و استراتژی‌های مطلوبی در این زمینه تدوین گردد. با توجه به اهمیت موضوع، پژوهش حاضر به دنبال پاسخ به این سؤال بود که پاندمی کووید ۱۹ در چه حوزه‌هایی بر ورزش دانش‌آموزی کشور به ویژه ذی‌نفعان آن تأثیرگذار بوده است؟

روش‌ها

این مطالعه با هدف شناسایی پیامدهای پاندمی کووید ۱۹ بر ورزش دانش‌آموزی ایران با تأکید بر ذی‌نفعان صورت گرفت. بر این اساس، روش تحقیق به صورت کیفی (Qualitative research) و از نوع پژوهش‌های اکتشافی بود که از روش تحلیل مضمون (Thematic analysis) جهت کسب اطلاعات استفاده گردید. به منظور تحلیل داده‌ها، از رویکرد استقرایی در تحلیل مضمون استفاده شد و این کار مطابق با مدل تحلیل مضمون شش مرحله‌ای Clarke و Braun صورت گرفت. در این روش، شش مرحله (گام اول: آشنایی با داده‌های خام، گام دوم: استخراج کدهای ابتدایی، گام سوم: جسجوی تم‌های اصلی، گام چهارم: بازنگری تم‌ها، گام پنجم: تعریف و نامگذاری تم‌ها و گام ششم: تفسیر تم‌ها بر اساس سؤال اصلی پژوهش) وجود دارد. مطالعه حاضر از لحاظ هدف، جزء تحقیقات کاربردی محسوب می‌شود. مشارکت‌کنندگان پژوهش شامل معلمان ورزش، استادان دانشگاه فرهنگیان، مدیران اداره کل تربیت بدنی در آموزش و پرورش و کارشناس تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش بود. در انتخاب مشارکت‌کنندگان، تمرکز بر روی متخصصانی بود که در خصوص مسأله و موضوع صاحب‌نظر باشند و به همین دلیل سعی شد افراد صاحب‌نظر در حوزه‌های مختلف نماینده‌ای در این بخش داشته باشند. در این راستا، افرادی انتخاب شدند که در زمینه ورزش دانش‌آموزی فعالیت و تخصص داشتند. مطالعه حاضر از منظر مکانی در کشور ایران انجام شد. اکثر شرکت‌کنندگان در شهر تهران بودند که مصاحبه با آن‌ها صورت گرفت. از نظر جمع‌آوری داده‌ها نیز محدوده زمانی تحقیق حاضر، سه ماهه آغازین سال ۱۴۰۰ بود.

انتخاب شرکت‌کنندگان برای مصاحبه، ابتدا به صورت هدفمند با ۵ نفر شروع شد و با پیش رفتن روند مصاحبه، از نمونه‌گیری نظری استفاده گردید و در نهایت، با مصاحبه با ۱۷ نفر، اشباع نظری حاصل شد. در پژوهش کیفی معیار مشخصی برای تعیین حجم نمونه وجود ندارد. حجم نمونه به این دلیل انتخاب شد که از لحاظ دسترسی به مشارکت‌کنندگان اقتصادی، زمانی و تجزیه و تحلیل داده‌ها مقرون به صرفه باشد. مفاهیم اشباع نظری و بازده نزولی که در نمونه‌گیری کیفی مد نظر می‌باشد، باید با محدودیت‌های زمان، پول و سایر عوامل در نقطه تعادل قرار گیرد (۱۴). ابزار مطالعه، مصاحبه عمیق و نیمه ساختاریافته (Semi-structured) با خبرگان بود. در این مرحله، جمع‌آوری داده‌ها به شیوه جمع‌آوری داده‌های کیفی صورت گرفت. با توجه به شیوع کووید ۱۹ و محدودیت‌های آن، از انواع روش‌های حضوری و غیر حضوری برای انجام مصاحبه‌ها استفاده شد. مصاحبه‌ها به صورت ترکیبی از مصاحبه‌های صوتی و

شده است. عبدالمهی و همکاران در پژوهش خود، عوامل مؤثر بر اثربخشی آموزش مجازی درس تربیت بدنی را بررسی کردند و به این نتیجه رسیدند که هشت عامل «شیوه ارزشیابی مختلف، طراحی و ارایه تمرینات متناسب و متنوع با توجه به ماهیت درس تربیت بدنی، استفاده از امکانات مناسب، گرفتن بازخورد از دانشجویان، توجه به زمان‌بندی تمرینات و کلاس‌ها، توجه به نحوه ارایه مطالب و محتوای الکترونیکی، بیان نکات جانبی در روش تدریس آنلاین، توجه به ماهیت اصلی درس تربیت بدنی» به عنوان عوامل مؤثر بر اثربخشی آموزش مجازی درس تربیت بدنی در نظر گرفته شد (۹). رضایور و محرمزاده مطالعه‌ای را در زمینه کارآمدی برنامه آموزش مجازی درس تربیت بدنی مدارس انجام دادند و دریافتند که با در نظر گرفتن الزامات مدیریتی (برنامه‌ریزی، خلاقیت، انگیزش، نظارت، بازخورد، ارزشیابی)، الزامات نگرشی (نگرش جامعه، نگرش خانواده‌ها، نگرش دانش‌آموزان)، الزامات حمایتی (حمایت معلمان، حمایت مدارس، حمایت خانواده‌ها، حمایت آموزش و پرورش، حمایت کارشناسان و سرگروه‌ها) و الزامات فرایند تدریس مجازی (آموزش‌های مجازی، ابزارهای آموزش مجازی، فعالیت‌های ورزشی و تغذیه مناسب در منزل، مسابقات مجازی ورزشی، مدیریت کلاس مجازی، اصول تدریس مجازی، طرح‌های ورزشی)، می‌توان الگوی کارآمدی برای برنامه آموزش مجازی درس تربیت بدنی مدارس در شرایط بحرانی مانند همه‌گیری کووید ۱۹ تدوین کرد (۷).

نتایج تحقیق So و Jeong در زمینه مشکلات و چالش‌های آموزش تربیت بدنی و ورزش در دوران پاندمی کووید ۱۹ نشان داد که یکی از مشکلات اصلی، یکنواختی کلاس‌ها می‌باشد که باعث می‌شود به دلیل محدود بودن محتوای آموزشی، ارزش‌های درس تربیت بدنی به درستی منتقل نشود. مشکل دیگر، انتخاب روش‌های اشتباه است که ناشی از کمبود مهارت در اجرای کلاس‌های آنلاین تربیت بدنی می‌باشد که توسط معلمان اجرا می‌گردد (۱۰). نتایج پژوهش Khlaifat نیز نشان داد که معلمان با مشکلات آموزشی و اجتماعی زیادی روبه‌رو هستند که این مسایل شامل مشکلات فن‌آورانه، قطع اینترنت در برخی از مناطق، نقش ضعیف خانواده در پیگیری تحصیل دانش‌آموزان، افزایش کار و خستگی ناشی از آن و افزایش اضطراب می‌باشد (۶). بر اساس نتایج مطالعه Wilke و همکاران، سطح فعالیت بدنی به طور قابل توجهی در سراسر جهان در طول همه‌گیری کووید ۱۹ کاهش یافته است. نهادها و سازمان‌های کلیدی در زمینه تربیت بدنی و ورزش، نیاز است استراتژی‌هایی را برای کاهش آسیب‌ها و مشکلات وارد شده تدوین کنند تا افراد جامعه از لحاظ سلامتی و فعالیت بدنی در شرایط مطلوبی قرار گیرند (۱۱). Khan و Kamal در تحقیق خود به موضوعاتی مانند تغییرات در زیرساخت‌های ورزشی برای به حداقل رساندن برخورد افراد اشاره کردند. به محض ورود، نیاز است افراد مورد بازرسی‌های سلامتی و بهداشتی قرار گیرند (۱۲).

تربیت بدنی و ورزش این پتانسیل را دارد که سهم قابل توجه و متمایزی در توسعه حوزه‌های جسمانی، عاطفی، اجتماعی و شناختی داشته باشد (۱۳)، اما این ظرفیت‌ها اگر بدون شناخت صحیح و آگاهانه از عوامل تأثیرگذار بر تربیت بدنی و ورزش و ذی‌نفعان آن باشد، نمی‌تواند به طور مطلوبی محقق گردد. پیشینه پژوهش نشان می‌دهد که تحقیقات بسیار محدودی در زمینه تأثیرات پاندمی کووید ۱۹ بر ورزش دانش‌آموزی و ذی‌نفعان آن انجام شده است. دانش‌آموزان و معلمان را شاید بتوان مهم‌ترین ذی‌نفعانی دانست که شرایط کووید ۱۹ بر آن‌ها بسیار تأثیرگذار بوده است. هرچند خانواده دانش‌آموزان و مدیران مدارس را نیز

زندگی غیر فعال» می‌باشد که از دو مقوله فرعی «کاهش سطح آمادگی جسمانی و مهارت‌های حرکتی و کاهش حس نشاط و سرزندگی» تشکیل شده است. در این راستا، یکی از معلمان ورزش در زمینه کاهش سطح آمادگی جسمانی اظهار داشت: «با توجه به مجازی شدن بسیاری از مدارس، ما با عدم حضور دانش‌آموزان در مکان ورزشی روبه‌رو هستیم. برای بسیاری از دانش‌آموزان اصلاح حرکت ورزشی و تمرین‌های ورزشی سخت است؛ چرا که معلمان فقط می‌توانند به صورت کلامی بازخورد دهند. زمانی که دانش‌آموزان نتوانند حرکت را درست انجام دهند، یک حس درماندگی پیدا می‌کنند و انگیزه آن‌ها برای ورزش کردن کاهش پیدا می‌کند». یکی دیگر از معلمان در این زمینه بیان کرد: «خود معلمان هم در فضای دیجیتال آن انگیزه لازم را برای آموزش حرکات ورزشی ندارند و بسیاری ترجیح می‌دهند ورزش را تئوری پیش ببرند که حاصل آن عدم تحرک دانش‌آموزان است».

یکی از کارشناسان آموزش و پرورش در زمینه کاهش حس نشاط و سرزندگی عنوان کرد: «به هر حال باید قبول کرد ایجاد فرهنگ ورزش دیجیتال سخت است و طبیعی است که بسیاری دانش‌آموزان از ورزش این شکلی لذت نبرند». یکی از استادان دانشگاه اظهار داشت: «یک دانش‌آموز در مدرسه حس رقابت با همکلاسی‌هایش را دارد. در فضای دیجیتال می‌خواهد با چه کسی رقابت کند. من در اینجا دارم از رقابت ملموس صحبت می‌کنم».

بر اساس داده‌های جدول ۲، یکی از مقوله‌های اصلی پژوهش، آسیب‌های رفتاری و اجتماعی است که از سه مقوله فرعی کاهش مهارت‌های اجتماعی، آسیب‌های آموزشی و اعتیاد به فضای مجازی تشکیل شده است. در این راستا، یکی از مدیران آموزش و پرورش در زمینه کاهش مهارت‌های اجتماعی بیان نمود: «بحث فعالیت بدنی که ورزش دارد یک موضوع است، اما شاید موضوعی که به اندازه فعالیت بدنی مهم باشد، بحث تعاملات اجتماعی است که به واسطه ورزش‌های تیمی یا تمرین‌های ورزشی مختلف است که به صورت گروهی انجام می‌شود. ورزش کردن به صورت آنلاین حتی اگر از نظر انجام حرکات بدنی بتواند به اندازه دوران قبل از کووید ۱۹ مفید باشد، اما چالش‌هایی را در روند اجتماعی شدن دانش‌آموزان ایجاد می‌کند». یکی از استادان در این زمینه گفت: «یکی از خوبی‌های ورزش مدارس این است که ورزش‌های تیمی دارد. دانش‌آموزان بودن در تیم و گروه بودن را یاد می‌گیرند». یکی از معلمان در زمینه اعتیاد به فضای مجازی ضمن ابراز نگرانی عنوان کرد: «دانش‌آموزان به صورت کلی علاقه زیادی به فضای مجازی دارند و در دوران کووید ۱۹ این مسأله تشدید شده است. شاید پس از کووید ۱۹ دل‌کنند از این فضا و حضور در مدرسه برای آن‌ها بسیار سخت باشد». یکی دیگر از معلمان در این زمینه اظهار نمود: «الآن نزدیک دو سال است که همه چیز مجازی شده است. بر فرض که کووید ۱۹ هم برود و همه چیز به روال قبل برگردد، کسی که عادت کرده دو سال کم‌تحرک باشد، می‌تواند سریع‌تر تحرک شود و حرکات ورزشی را دوست داشته باشد».

یکی از مقوله‌های اصلی مطالعه، توسعه فن‌آورانه-دیجیتالی است که از دو مقوله فرعی «افزایش مهارت‌های فن‌آورانه و ارتقای محتواهای الکترونیک» تشکیل شده است. در این راستا، یکی از استادان در زمینه افزایش مهارت‌های فن‌آورانه اظهار کرد: «در کشور ما قبل از دوران کووید ۱۹ استفاده از شیوه‌های آموزش مجازی در دانشگاه‌ها هم حتی مرسوم نبوده است. طبیعتاً معلمان ورزش نیز نباید آشنایی چندانی با فن‌آوری‌های آموزش مجازی و روش‌های آموزش مجازی داشته باشند».

تصویری از طریق فضاهای اجتماعی و حضوری انجام گرفت. مصاحبه‌ها بین ۲۵ تا ۵۰ دقیقه به طول انجامید و میانگین انجام مصاحبه‌ها به صورت کلی ۳۰ دقیقه بود. پس از اخذ مصاحبه‌ها، داده‌های خام مربوط به آن‌ها در چند مرحله مورد بررسی و بازخوانی قرار گرفت و کدگذاری اولیه داده‌های خام صورت گرفت. پس از آن، برای استخراج مقوله‌های اصلی و مقوله‌های فرعی احتمالی، جستجو آغاز شد و کدهایی که قرابت معنایی بیشتری با یکدیگر داشتند، در قابل یک مقوله قرار گرفتند. بعد از چندین مرحله بازنگری، از طبقه‌بندی و نامگذاری مقوله‌های اصلی و فرعی اطمینان حاصل گردید. در راستای اطمینان از پایایی تحلیل، دو نفر از اعضای گروه تحقیق به صورت مجزا اقدام به تحلیل داده‌ها کردند. در جهت تلاش برای بالا بردن دقت و به منظور اطمینان از روایی تحلیل در مراحل مختلف، کدها، مقوله‌های اصلی و مقوله‌های فرعی در اختیار دو نفر از خبرگان مصاحبه شونده قرار داده شد و تعدیل و تغییرات لازم متناسب با نظرات آن‌ها اعمال گردید.

یافته‌ها

ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه‌های مطالعه در جدول ۱ ارائه شده است. نتایج آمار توصیفی نشان داد که بیشتر مشارکت‌کنندگان در مقطع سنی بیش از ۴۰ سال قرار داشتند (۴۱ درصد). همچنین، بیشتر نمونه‌ها دارای تحصیلات دکتری (۵۳ درصد) و استاد دانشگاه فرهنگیان (۴۱ درصد) بودند.

جدول ۱. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی مشارکت‌کنندگان

متغیر	گویه‌ها	تعداد (درصد)
سن (سال)	۲۵ تا ۳۰	۱ (۶)
	۳۱ تا ۳۵	۴ (۲۳/۵)
	۳۶ تا ۴۰	۵ (۲۹/۵)
جنسیت	بیشتر از ۴۰	۷ (۴۱)
	مرد	۱۱ (۶۵)
میزان تحصیلات	زن	۶ (۳۵)
	کارشناسی	۱ (۶)
	کارشناسی ارشد	۷ (۴۱)
	دکتری	۹ (۵۳)
	معلم ورزش	۵ (۲۹)
شغل	استاد دانشگاه	۷ (۴۱)
	مدیر آموزش و پرورش	۳ (۱۸)
	کارشناس آموزش و پرورش	۲ (۱۲)

پس از انجام ۱۷ مصاحبه با متخصصان، نتایج پس از تجزیه و تحلیل مصاحبه‌های اخذ شده از نمونه‌ها، کدگذاری و دسته‌بندی شد. پس از تلخیص، تلفیق و ادغام کدهایی که به لحاظ معنایی و مفهومی دارای وجه اشتراک بودند، در مجموع ۵۲ (کد باز) پیامد پاندمی کووید ۱۹ بر ورزش دانش‌آموزی ایران با تأکید بر ذی‌نفعان شناسایی شد که این عوامل در ۹ مقوله فرعی و ۴ مقوله اصلی دسته‌بندی گردید (جدول ۲).

بر اساس یافته‌های به دست آمده، یکی از مقوله‌های اصلی، «ایجاد سبک

جدول ۲. کدگذاری و مقوله‌بندی مستخرج از متن مصاحبه‌ها

مقوله اصلی	مقوله فرعی	کدهای باز
ایجاد سبک زندگی غیر فعال	کاهش سطح آمادگی جسمانی و مهارت‌های حرکتی	به وجود آمدن چاقی برای دانش‌آموزان ایجاد اضافه وزن برای دانش‌آموزان کاهش تحرک در دانش‌آموزان
	کاهش حس نشاط و سرزندگی	به وجود آمدن فقر حرکتی برای دانش‌آموزان ایجاد کرحتی و سستی در دانش‌آموزان کاهش انگیزه برای انجام حرکات ورزشی کاهش رقابت‌پذیری حرکتی در دانش‌آموزان عدم مشارکت در کانون‌های درون و برون مدرسه‌ای کاهش شادابی و نشاط
آسیب‌های رفتاری و اجتماعی	کاهش مهارت‌های اجتماعی	ایجاد افسردگی برای برخی دانش‌آموزان از بین رفتن لذت ورزش آسیب زدن به اجتماعی شدن دانش‌آموزان انجام حرکات ورزشی به صورت فردی آسیب‌های روحی و روانی انجام نشدن ورزش گروهی
	آسیب‌های آموزشی	آسیب زدن به تعاملات اجتماعی دانش‌آموزان عدم آموزش حرکات اصلاحی عدم بررسی ناهنجاری‌های قامتی دانش‌آموزان فقدان مسابقات و جشنواره‌های ورزشی دانش‌آموزان عدم برگزاری المپیادهای ورزشی
	اعتیاد به فضای مجازی	کاهش زمان اختصاص یافته به ورزش به علت عدم حضور در مکان مناسب ورزشی اعتیاد بیش از حد به وسایل الکترونیکی مانند موبایل و تبلت عادت به آموزش مجازی فقدان آموزش فیزیکی مهارت‌های رشته‌های مختلف ورزشی سخت دانستن فعالیت‌های حرکتی میل به حضور در اجتماع و جامعه مجازی اعتیاد دانش‌آموزان به فضای مجازی تنبلی بیشتر در فعالیت‌ها
توسعه فن‌آورانه-دیجیتالی	افزایش مهارت‌های فن‌آورانه	مجهز شدن مدارس به آموزش مجازی به خدمت گرفتن فن‌آوری برای آموزش (به خصوص زمانی که هوای بیرون سالم نیست) بهبود به کارگیری فن‌آوری توسط معلمان آشنایی معلمان با روش‌های جدید آموزش به‌روز رسانی اطلاعات معلمان ورزش در زمینه فن‌آوری افزایش سواد فن‌آورانه معلمان تربیت بدنی و ورزش مهارت بیشتر معلمان در آموزش مجازی
	ارتقای محتواهای الکترونیک	توسعه فن‌آوری اطلاعات (IT) در تربیت بدنی و ورزش استفاده از ابزارهای واقعیت مجازی و واقعیت افزوده در آموزش آموزش از راه دور در تربیت بدنی و ورزش تسهیل اطلاع رسانی ارتباط استفاده از فیلم و تصاویر در آموزش برگزاری مسابقات مجازی رشته‌های ورزشی تولید محتوای الکترونیکی متناسب

جدول ۲. کدگذاری و مقوله‌بندی مستخرج از متن مصاحبه‌ها (ادامه)

مقوله اصلی	مقوله فرعی	کدهای باز
خانواده ورزشی	توسعه ورزش خانگی	استفاده از محیط خانه برای ورزش توجه بیشتر والدین به ورزش در خانه تغییر نگرش مثبت خانواده‌ها نسبت به انجام ورزش در خانه صرفه جویی در زمان و هزینه با توجه به ورزش در خانه ورزش دسته جمعی در بین خانواده
	آگاهی بیشتر خانواده دانش‌آموزان در مورد ورزش	پی بردن به اهمیت درس تربیت بدنی و ورزش توسط والدین مشخص شدن اهمیت ورزش برای والدین افزایش اطلاعات خانواده در زمینه ورزش آشنایی خانواده با حرکات ورزشی مختلف دستیابی به اطلاعات بیشتر در مورد تجهیزات مختلف ورزشی

IT: Information technology

یکی از مقوله‌های اصلی تحقیق، خانواده ورزشی بود که از دو مقوله فرعی «توسعه ورزش خانگی و آگاهی بیشتر خانواده دانش‌آموزان در مورد ورزش» تشکیل شده است. در زمینه آگاهی بیشتر خانواده دانش‌آموزان در مورد ورزش، یکی از معلمان اظهار داشت: «خیلی اوقات برای من معلم پیش آمده که حرکتی را برای دانش‌آموز توضیح داده‌ام و پدر یا مادر اتفاقی حرفم را شنیده‌اند. بعد از آن خود پدر و مادر خواسته‌اند در زمینه انجام برخی حرکات ورزشی با من مشورت کنند یا برای برخی ناهنجاری‌های بدنی که داشتند مشاوره می‌خواستند». یکی دیگر از معلمان در این زمینه بیان کرد: «یادم هست یک روز در کلاس داشتیم در مورد کش ورزشی صحبت می‌کردم و نحوه کار با آن را کمی توضیح دادم. یکی از دانش‌آموزان همان روز خیلی سؤال در مورد کش ورزشی پرسید و من هم خوشحال بودم که یکی از بچه‌ها اینقدر علاقمند شده است، اما بعداً متوجه شدم که مادر دانش‌آموز اتفاقی حرف‌هایم را شنیده بود و کار با کش ورزشی برایش جالب شده بود». یکی از معلمان در زمینه توسعه ورزش خانگی عنوان نمود: «برخی مادران بودند که برای انگیزه دادن به فرزند خود تمرین ورزشی را با به پای دانش‌آموز انجام می‌دادند».

در این راستا، یکی از معلمان عنوان نمود: «من خودم به شخصه معلمی را می‌شناسم که قبل از دوران کووید ۱۹ حتی روشن و خاموش کردن کامپیوتر را بلد نبود، اما الان خودش وارد سامانه می‌شود، مجازی درس می‌دهد، مجازی امتحان می‌گیرد و ترسش انگار از همین چیزهای ساده ریخته است». یکی از کارشناسان آموزش و پرورش در این زمینه گفت: «الآن در مقایسه با اوایل کووید ۱۹ شرایط بهتر شده است و هم مدارس از زیرساخت‌های آموزشی بهتری برخوردار هستند و هم معلمان در استفاده از فن‌آوری‌های آموزشی توانمندتر شده‌اند». در زمینه ارتقای محتواهای الکترونیکی، یکی از معلمان اظهار نمود: «راستش اولش من خودم خیلی اذیت شدم برای آموزش مجازی، اما الان می‌بینم بد نشده است. هر زمان اراده کنم می‌توانم با دانش‌آموزان ارتباط داشته باشم. بهشان پیام دهم و یکسری ایرادات را بگویم». در این راستا، یکی از استادان بیان کرد: «قبل از کووید ۱۹ کل آموزش ورزش به زنگ ورزش خلاصه می‌شد. معلم خودش بود و خودش، اما الان مثلاً در سامانه می‌تواند فیلم آموزشی بگذارد تا دانش‌آموز برخی حرکاتی که خود معلم نمی‌تواند انجام دهد را حتی یاد بگیرد».



شکل ۱. نقشه شماتیک پیامدهای پاندمی کووید ۱۹ بر ورزش دانش‌آموزی

باشوق در فرایند آموزشی تربیت بدنی و ورزش مشارکت فعال داشته باشند. دومین مفهوم اصلی، «آسیب‌های رفتاری و اجتماعی» نام گرفت که شامل سه کد محوری «کاهش مهارت‌های اجتماعی، آسیب‌های آموزشی و اعتیاد به فضای مجازی» بود. فرایند آموزش مجازی باعث شده است کلیه فرایندها به صورت مجازی پیگیری شود. در طول پاندمی کووید ۱۹، به طور معمول فعالیت‌هایی برای دانش‌آموزان به صورت انفرادی تعریف می‌شود و مشارکت و نظارت بر این فعالیت‌ها نیز بر عهده معلم است. انتخاب محتوا، انتخاب روش‌های یاددهی و یادگیری، انتخاب مواد آموزشی، ارزشیابی، ارزیابی نیازها و توانمندی‌های متفاوت دانش‌آموزان به صورت مجازی انجام شده است و آن‌ها تا حد زیادی به این مجازی بودن عادت کرده‌اند (۵). به دلیل این شرایط، دانش‌آموزان تعاملات اجتماعی کمتری را تجربه و به ابزارهای مجازی و آنلاین نیز عادت کرده‌اند؛ در حالی که در روش حضوری، دانش‌آموزان باید در تمامی جلسات کلاس تربیت بدنی حضور فیزیکی داشته باشند. انجمن علمی معلمان سلامت و تربیت بدنی آمریکا (Society of Health and Physical Educators) معتقد است که آموزش تربیت بدنی به صورت آنلاین و ترکیبی (آنلاین و حضوری)، از نظر کیفیت و پیامدهای آن، نمی‌تواند جایگزین آموزش حضوری باشد و اهداف برنامه درسی را محقق سازد، بلکه این موارد روش‌هایی هستند که متناسب با نیازهای دانش‌آموزان و جامعه شکل گرفته است. بنابراین، برای درس تربیت بدنی همیشه آموزش حضوری باید وجود داشته باشد. هدف تربیت بدنی، توسعه افراد با سواد جسمانی است که از دانش، مهارت و اعتماد به نفس برخوردار باشند تا از یک عمر فعالیت بدنی سالم لذت ببرند (۱۸). آموزش مجازی در دوران کووید ۱۹، علاوه بر سواد جسمانی در موارد دیگری هم تأثیرگذار بوده است. به طور مثال، در آموزش مجازی این قابلیت وجود نداشت که به دانش‌آموزان مهارت‌های تیمی یک رشته ورزشی را در قالب یک بازی دسته جمعی به صورت عملی بتوان آموزش داد (۷).

سومین مفهوم اصلی، توسعه فن‌آوران-دیجیتالی نام گرفت که شامل دو کد محوری «افزایش مهارت‌های فن‌آوران و ارتقای محتوای الکترونیکی» بود. سیستم آموزش الکترونیکی مزایایی نیز به آموزش ورزش اضافه کرد. مواردی مانند ارایه متفاوت دانش، تسهیل یادگیری و بهبود عملکرد با ابزار مجازی، استفاده و مدیریت فرایندها و استفاده از منابع مناسب فن‌آوری را می‌توان نام برد (۱۹). عزیزی و همکاران در تحقیق خود در این زمینه بیان کردند که ارتقای علمی و فنی معلمان تربیت بدنی و دانش‌بنیان کردن ورزش دانش‌آموزی، یکی از موضوعات مهم برای توسعه تربیت بدنی در مدارس است. تدریس مجازی نسبت به تدریس حضوری، به عناصر و مهارت‌های بیشتری به ویژه در زمینه فن‌آوری و دیجیتال نیاز دارد (۸).

در طول دوران پاندمی کووید ۱۹، معلمان در این زمینه تجربیات فراوانی کسب کرده و در مهارت‌های دیجیتال و فن‌آوران رشد و پیشرفت داشته‌اند. به هر حال، در آموزش‌های الکترونیکی، معلمان نیازمند صلاحیت‌های فن‌آوران برای آموزش غیر حضوری هستند. مدارس نیز در زمینه ارایه بسترهای آموزشی مجازی آگاه‌تر شده‌اند و توانمندی‌های بیشتری دارند. زیرساخت‌های فن‌آوران مدارس از کیفیت فنی و پشتیبانی بهتری برخوردار است. ابزار برقراری ارتباط (سیستم نرم‌افزاری مورد استفاده) از سرعت تبادل داده بسیار بالاتری نسبت به قبل برخوردار است. امکانات نرم‌افزاری مورد استفاده قابلیت‌های متنوع‌تری دارند. امکان حضور و غیاب، برگزاری آزمون، تعامل دو سویه، استفاده هم‌زمان

یکی از مدیران آموزش و پرورش در این راستا گفت: «شاید قبلاً دید خیلی از خانواده‌ها از ورزش، توپ بازی بود، ولی با آموزش ورزش در خانه‌ها دیدی که داشتند کمی تغییر کرده و حتی مثبت شده است. الآن یک مقدار دید بی‌خود بودن ورزش در برخی خانواده‌ها خوشبختانه عوض شده است». به صورت کلی، پیامدهای پاندمی کووید ۱۹ بر ورزش دانش‌آموزی ایران را می‌توان در دو وجه مثبت و منفی تقسیم‌بندی کرد. در وجه مثبت، دو مقوله اصلی «توسعه فن‌آوران-دیجیتالی و ورزش خانوادگی» قرار دارد که فرصت‌های جدیدی را برای بهره‌برداری پیش روی ورزش دانش‌آموزی قرار می‌دهد. در وجه منفی دو مقوله اصلی «ایجاد سبک زندگی غیر فعال و آسیب‌های رفتاری و اجتماعی» قرار می‌گیرد که برای کاهش و مدیریت اثرات آن، به برنامه‌ریزی مناسب نیاز است. این ۴ مقوله اصلی در شکل ۱ نشان داده شده است.

بحث

پاندمی کووید ۱۹ بر ورزش مانند سایر بخش‌ها تأثیراتی داشته است. هرچه اطلاعات بهتری در زمینه پیامدهای کووید ۱۹ در سطوح مختلف ورزش بررسی شود، سازمان‌ها با آمادگی بهتری می‌توانند مسایل و چالش‌های موجود را حل یا مدیریت کنند و از سوی دیگر، از فرصت‌های به دست آمده استفاده نمایند. در پژوهش حاضر، پیامدهای پاندمی کووید ۱۹ بر ورزش دانش‌آموزی ایران با تأکید بر ذی‌نفعان شناسایی گردید. اولین مفهوم اصلی، ایجاد سبک زندگی غیر فعال نام گرفت که شامل دو کد محوری «کاهش آمادگی جسمانی و کاهش حس نشاط و سرزندگی» بود. دانش‌آموزان در زمان عدم حضور در مدارس در دوران پاندمی کووید ۱۹، از نظر جسمی فعالیت کمتری دارند. آن‌ها مدت زمان طولانی‌تری به صفحه موبایل خیره می‌شوند، الگوهای خواب نامنظمی دارند و از رژیم غذایی نامناسبی پیروی می‌کنند. همه این عوامل، منجر به افزایش وزن و از بین رفتن آمادگی قلبی-تنفسی می‌شود (۱۷-۱۵). چنین تأثیرات منفی بر سلامتی دانش‌آموزان، احتمالاً زمانی که آن‌ها در زمان قرنطینه، بدون فعالیت در فضای بسته و به دور از تعامل با همسالان خود به سر می‌برند، تشدید می‌شود. البته تأثیر روانی این موضوع بر آن‌ها شاید یکی از موضوعاتی است که به راحتی نادیده گرفته می‌شود (۷).

کاهش فعالیت بدنی از لحاظ روحی و روانی نیز به ویژه بر آن دسته از شرکت‌کنندگانی که قبل از همه‌گیری کووید ۱۹ بیشتر فعال بوده‌اند، تأثیر می‌گذارد. این امر در صورت تداوم و تبدیل به عادت شدن، می‌تواند منجر به افزایش هزینه‌های پزشکی ناشی از بیماری یا عدم فعالیت شود (۱۱). برخی دانش‌آموزان در دوران کووید ۱۹ به دلیل کم‌تحرکی دچار اضافه وزن شده‌اند و این شرایط فیزیکی در انگیزه آن‌ها برای ورزش کردن تأثیر گذاشته است. بسیاری از آن‌ها شرایط خود را با دوران قبل از کووید ۱۹ مقایسه می‌کنند و از کاهش مهارت‌های ورزشی خود احساس ناامیدی دارند. فقر حرکتی، سستی عضلانی و کاهش انعطاف‌پذیری، از مواردی است که باعث می‌شود آن‌ها برای ورزش کردن از انگیزه قبل برخوردار نباشند. معلمان می‌توانند در زمینه این که دانش‌آموزان به مرور به شرایط جسمانی مناسب قبل از دوران کووید ۱۹ برگردند و از لحاظ روحی و روانی برای این موضوع آماده شوند، نقش کلیدی داشته باشند. برگزاری دوره‌های آموزشی مناسب برای معلمان، می‌تواند باعث شود آن‌ها این توانمندی را داشته باشند که فضایی فراهم کنند تا دانش‌آموزان از لحاظ جسمانی و روحی و روانی از این مرحله عبور کنند و با انگیزه، فعال و

صورت دسته جمعی را بتوان به عنوان یک فرهنگ در خانواده‌های ایرانی نهادینه‌سازی کرد.

نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که پاندمی کووید ۱۹ بر ورزش دانش آموزی کشور تأثیراتی داشته که به ویژه این موضوع بر ذی‌نفعانی مانند دانش‌آموزان، معلمان ورزش و خانواده دانش‌آموزان ملموس‌تر بوده است. پیامدهای شناسایی شده از مطالعه از دو جهت مهم است. اول این که با توجه به پیامدهای منفی کووید ۱۹ بر ورزش دانش‌آموزان، نیاز است برای حل معضله‌ها و چالش‌های به وجود آمده، برنامه‌ریزی مناسبی انجام داد. کاهش آمادگی جسمانی و مهارت‌های حرکتی موضوعی نیست که با یک یا دو کلاس قابل حل شدن باشد. در این زمینه، پیشنهاد می‌شود از رویکرد شخصی‌سازی استفاده شود. نیاز است وضعیت حرکتی و جسمانی دانش‌آموزان بررسی و ارزیابی شود و با توجه به شرایط بدنی فرد، ورزش و تمرین‌هایی برای او در نظر گرفته شود و از انجام تمرین‌های ورزشی سخت در نیمه اول سال تحصیلی به خصوص برای افراد با آمادگی جسمانی ضعیف خودداری شود. تعامل مستمر و مناسب با خانواده‌ها نیز می‌تواند در ارزیابی شرایط حرکتی و بدنی دانش‌آموزان مفید واقع گردد.

موضوع دوم نیز به پیامدهای مثبت کووید ۱۹ بر ورزش دانش‌آموزی برمی‌گردد که فرصت‌های جدیدی را برای بهره‌برداری فراهم کرده است. افزایش مهارت‌های فن‌آورانه و دیجیتال معلمان را می‌توان از پیامدهای مثبتی در نظر گرفت که در صورت عدم بهره‌برداری می‌تواند به مرور زمان از بین رود. معلمان ورزش علاوه بر حضور در مدرسه، می‌توانند دوره‌های آموزشی را به صورت مجازی برای دانش‌آموزان ارائه دهند تا اطلاعات مناسبی در مورد رشد حرکتی و آمادگی جسمانی کسب کنند و از فیلم‌های آموزشی مناسب در این زمینه استفاده نمایند.

از محدودیت‌های تحقیق حاضر می‌توان به محدودیت دسترسی فیزیکی اشاره کرد. از آن‌جا که پژوهش در زمان همه‌گیری کووید ۱۹ در کشور انجام شد، برای ملاقات حضوری در برخی اوقات محدودیت‌های بسیاری وجود داشت که باعث گردید برخی مصاحبه‌ها به صورت صوتی و تصویری از طریق شبکه‌های اجتماعی انجام شود.

تشکر و قدردانی

مطالعه حاضر برگرفته از رساله مقطع دکتری تخصصی مدیریت ورزشی با شماره ۲۷۰۳۷۲۴، مصوب دانشگاه علامه طباطبائی می‌باشد. بدین وسیله از کلیه شرکت‌کنندگان که در انجام این تحقیق همکاری نمودند، تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

چندین نفر، نظرسنجی، تشکیل گروه‌های تعاملی (برای بحث‌های گروهی)، به اشتراک‌گذاری محتواها و... از جمله ویژگی‌های مهمی است که در نرم‌افزارها به مرور اضافه شده است (۵).

در محیط آموزش الکترونیکی، ارایه محتوا از طریق فیلم، تصویر، صدا، متن با توصیف و شبیه‌سازها و پویانمایی موقعیت‌های زنده واقعی، علاوه بر ایجاد یادگیری مبتنی بر تجربه و هماهنگی با محیط‌های تدریس، باعث ارایه جذاب‌تر مطالب سخنرانی مربی و ایجاد یادگیری معنا دارتر می‌شود (۲۰). مدارس و معلمان مدارس در این زمینه‌ها در دوران کووید ۱۹ رشد و پیشرفت داشته‌اند و می‌توانند در کنار آموزش حضوری، از مهارت‌های فن‌آورانه و دیجیتالی خود استفاده کنند. علاوه بر این، در زمان‌هایی که شرایط آب و هوایی و محیطی اجازه برگزاری آموزش حضوری در دوران پساکووید ۱۹ را نمی‌دهد، آن‌ها می‌توانند از قابلیت‌های فن‌آورانه و دیجیتالی خود برای آموزش استفاده نمایند.

چهارمین مفهوم اصلی، خانواده ورزشی نام گرفت که شامل دو کد محوری «آگاهی بیشتر خانواده دانش‌آموزان در مورد ورزش و توسعه ورزش خانگی» بود. برای معلمان تربیت بدنی در دوران کووید ۱۹ فرصتی مهیا شد که با کمک اولیاء، بر فعالیت دانش‌آموزان نظارت داشته باشند. تعاملات اجتماعی فراگیر بین دانش‌آموزان و والدین آن‌ها و معلمان، یکی از مزایای آموزش مجازی مدارس بود (۲۱). در شرایط کووید ۱۹، همکاری و همراهی خانواده با مدرسه و معلم اهمیت و ضرورت بیشتری پیدا کرد. خانواده‌ها به طور مستقیم و یا غیر مستقیم لازم بود از توصیه‌ها و تأکیدات مدیران و معلمان مطلع باشند تا بتوانند فرزندان خود را در انجام حرکات ورزشی کمک کنند. در این خصوص نیاز بود معلمان تربیت بدنی ضمن آشنایی والدین با اهداف، ساختار و کارکردهای درس تربیت بدنی در دوران کووید ۱۹، آنان را درگیر فعالیت‌ها و فرایندهای یاددهی-یادگیری کنند که منجر به آگاهی بیشتر خانواده دانش‌آموزان در مورد ورزش گردید. فراهم‌سازی وسایل و تجهیزات ورزشی، همکاری و مشارکت در ساخت دست‌سازهای مناسب ورزشی، ایمن‌سازی فضا و وسایل خانه قبل از انجام فعالیت بدنی، تدارک فرصت فعالیت‌ها و بازی‌های حرکتی برای فرزندان مطابق با رهنمودهای معلم، از جمله مواردی بود که والدین در آن‌ها نقش داشتند. کمک به دانش‌آموز در جریان آموزش محتوای برنامه درسی تربیت بدنی، نظارت بر انجام فعالیت‌ها و رعایت مراحل گرم کردن، سرد کردن و ایمنی فعالیت‌های حرکتی در منزل، نظارت بر انجام تکالیف حرکتی و ایمنی فرزندان در منزل و ارایه گزارش به معلم و مشارکت در انجام فعالیت‌های بدنی همراه با فرزندان در داخل و خارج از منزل نیز از جمله تکالیفی بود که خانواده در نقش همیار معلم می‌توانست داشته باشد (۵). اعضای خانواده دانش‌آموز در دوران کووید ۱۹ با ورزش در خانه و چگونگی انجام ورزش در خانه بیشتر آشنا شدند. حتی این مسایل باعث شد والدین برخی از تمرینات ورزشی را در کنار فرزند خود انجام دهند و از حرکات ورزشی مختلف اطلاعات و آگاهی بیشتری کسب کنند. این موارد فرصت‌هایی برای دوران پساکرونا ایجاد می‌کند تا ورزش در خانه به

References

1. Eskandarian G. Assessing the impacts of coronavirus on lifestyles. Social Impact Assessment 2020; 1(2 Suppl): 65-85. [In Persian].
2. Farahati M. Psychological impacts of the spread of coronavirus in society. Social Impact Assessment 2020; 1(2 Suppl): 207-25. [In Persian].
3. Utamayasa IGD. Effect physical activity and nutrition during the COVID-19 pandemic. International Journal of

- Engineering, Science and Information Technology 2021; 1(1): 52-4.
4. Woods JA, Hutchinson NT, Powers SK, Roberts WO, Gomez-Cabrera MC, Radak Z, et al. The COVID-19 pandemic and physical activity. *Sports Med Health Sci* 2020; 2(2): 55-64.
 5. Vahdani M, Rezasoltani N, Jafari M. Designing of a pedagogical model to implementation the goals of the physical education curriculum of schools during the Covid-19 pandemic. *Research on Educational Sport* 2021; 9(22): 14-46. [In Persian].
 6. Khlaifat DAAF. Problems facing teachers of students with hearing disabilities in virtual education during the corona pandemic: A qualitative study. *Multicult Educ* 2021; 7(5): 315-21.
 7. Rezapour F, Moharramzadeh M. Developing an efficiency model for virtual educational plan of physical education in schools (Case study: COVID-19 Pandemic). *Research on Educational Sport* 2021; 9(23): 99-128. [In Persian].
 8. Azizi A, Akbariyazdi H, Elahi A. Development of strategic plan (Formulation, implementation and evaluation) of physical education in Lorestan Province by SWOT approach. *Journal of Research in Educational Science* 2020; 14(Special Issue): 293-310. [In Persian].
 9. Abdollahi MH, Gholami Torksaluye S, Abbasian M. Developing a model of effective factors in the effectiveness of virtual education in general physical education lessons in corona pandemic conditions. *Research on Educational Sport* 2022; 9(25): 89-110. [In Persian].
 10. Jeong HC, So WY. Difficulties of online physical education classes in middle and high school and an efficient operation plan to address them. *Int J Environ Res Public Health* 2020; 17(19).
 11. Wilke J, Mohr L, Tenforde AS, Edouard P, Fossati C, Gonzalez-Gross M, et al. A pandemic within the pandemic? Physical activity levels substantially decreased in countries affected by COVID-19. *Int J Environ Res Public Health* 2021; 18(5): 2235.
 12. Kamal S, Khan S. Operation of sport academies during and after corona pandemic. *International Journal of Physical Education Sport and Technologies* 2020; 1(2): 12-29.
 13. Bailey R. Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *J Sch Health* 2006; 76(8): 397-401.
 14. Borrego M, Douglas EP, Amelink CT. Quantitative, qualitative, and mixed research methods in engineering education. *J Eng Educ* 2009; 98(1): 53-66.
 15. Brazendale K, Beets MW, Weaver RG, Pate RR, Turner-McGrievy GM, Kaczynski AT, et al. Understanding differences between summer vs. school obesogenic behaviors of children: the structured days hypothesis. *Int J Behav Nutr Phys Act* 2017; 14(1): 100.
 16. Wang G, Zhang J, Lam SP, Li SX, Jiang Y, Sun W, et al. Ten-year secular trends in sleep/wake patterns in shanghai and Hong Kong school-aged children: A tale of two cities. *J Clin Sleep Med* 2019; 15(10): 1495-502.
 17. Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, Ho CS, et al. Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *Int J Environ Res Public Health* 2020; 17(5).
 18. SHAPE America- Society of Health and Physical Educators. Guidelines for K-12 online physical education. [Guidance document]. Reston, VA: SHAPE America; 2018.
 19. Murphy MPA. COVID-19 and emergency eLearning: Consequences of the securitization of higher education for post-pandemic pedagogy. *Contemp Secur Policy* 2020; 41(3): 492-505.
 20. Cakiroglu U, Cebi A, Bezir C, Akkan Y. Views of the instructors through dynamic education content design in web environment. *Procedia Soc Behav Sci* 2009; 1(1): 1012-6.
 21. Mohammadi M, Keshavarzi F, Naseri Jahromi R, Naseri Jahromi R, Hesampoor Z, Mirghafari F, et al. Analyzing the parents' experiences of first course elementary school students from the challenges of virtual education with social networks in the time of coronavirus outbreak. *Educational Research* 2020; 7(40): 74-101. [In Persian].
 22. Mohammadpour A. Anti-method qualitative research method: Practical steps and procedures in qualitative methodology. Vol 2. Tehran, Iran: Sociologists Publications; 2011. [In Persian].