www.edcbmj.ir e-ISSN: 2345-5284

Education Strategies in Medical Sciences (ESMS)

Journal homepage: www.edcbmj.ir/en e-ISSN: 2345-5284

Baqiyatallah University of Medical Sciences

Development of a Health-Oriented Academic Lifestyle Model Based on Sport Motivation with the Moderating Role of Social Networks

Rezvan Yazdi [1], Masoumeh Majidiparast [2*], Sajad Moemeni [3]

[1] *Department of Sports Management, Bu-Ali Sina University, Hamedan, Iran*
[2] *Department of Sports Management, Faculty of Sport Sciences, Bu-Ali Sina University, Hamedan, Iran*
[3] *Department of Sports Management, Faculty of Sport Sciences, Bu-Ali Sina University, Hamedan, Iran*

**Corresponding author: Masoumeh Majidiparast, Department of Sports Management and Movement Behavior Bu-Ali Sina University, Hamedan, Iran, E-mail: m.majidiparast@basu.ac.ir*

Article Info

Keywords: Health-oriented academic lifestyle, sports motivation, social networks

Abstract

Introduction: One of the emerging ideas in the field of academic health psychology is the health-oriented academic lifestyle, which provides a valuable framework for knowing the motivational/emotional/behavioral conditions of learners. The current research was conducted with the aim of developing a health-oriented academic lifestyle model based on sports motivation with the moderating role of social networks.

Methods: The current research was descriptive-correlational and of structural equation modeling type. people, and the sample size was calculated as 373 people based on Morgan's table. The data collection tool was the health-oriented academic lifestyle behavior questionnaire of Salehzadeh et al, David Markland's sports activities motivation questionnaire and the questionnaire of using social networks by Khodayari, Daneshvar Hosseini and Saeedi

Results: The research findings showed that social networks do not have a moderating role in explaining the relationship between sports motivation and health-oriented academic lifestyle of students. Also, the results showed that the motivation to participate in sports activities has a positive and significant effect on health-oriented academic lifestyle. Also, social networks do not have a significant effect on the health-oriented academic lifestyle

Conclusions: Based on the results of the present research, it can be said that the motivation to participate in sports activities is a valuable solution to achieve behaviors that promote health-oriented academic lifestyles, and today social networks are a strong and effective media for the development of sports motivation.

Copyright © 2020, Education Strategies in Medical Sciences (ESMS). This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits copy and redistribute the material just in noncommercial usages, provided the original work is properly cited.

مجله راهبردهای آموزش در علوم پزشکی
دوره ۱۸، شماره ۲، ۱۴۰۴
صفحات: ۱۰۰-۸۹

تدوین الگوی سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور بر اساس انگیزش ورزشی با نقش تعدیل‌گری شبکه‌های اجتماعی

رضوان یزدی[۱]، معصومه مجیدی پرست[۲]*، سجاد مومنی[۳]

۱ گروه مدیریت ورزشی دانشگاه بوعلی سینا ، همدان، ایران
۲ گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران
۳ اگروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران

* نویسنده مسوول: معصومه مجیدی پرست، گروه مدیریت ورزشی دانشگاه بوعلی سینا
ایمیل: m.majidiparast@basu.ac.ir شماره تماس: ۰۹۱۸۳۱۵۱۶۰۱

چکیده

مقدمه: یکی از ایده‌های نوظهور و نوپا در حیطه روانشناسی سلامت تحصیلی، سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور است که چارچوب ارزشمندی جهت اطلاع از شرایط انگیزشی/ هیجانی/ رفتاری یادگیرندگان فراهم می‌آورد. پژوهش حاضر با هدف تدوین مدل سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور بر اساس انگیزش ورزشی با نقش تعدیل‌کنندگی شبکه‌های اجتماعی انجام شد.

روش‌ها: پژوهش حاضر توصیفی ـ همبستگی و از نوع مدل‌سازی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش شامل کارشناسی تعداد ۱۰۸۵۵ نفر بود که حجم نمونه بر اساس جدول مورگان ۳۷۳ نفر محاسبه گردید. ابزار گردآوری داده‌ها، پرسشنامه رفتارهای سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور صالح زاده و همکاران، پرسشنامه انگیزش شرکت در فعالیت‌های ورزشی دیوید مارکلند و پرسشنامه استفاده از شبکه‌های اجتماعی خدایاری، دانشور حسینی و سعیدی بود.

یافته‌ها: یافته‌های پژوهش نشان داد که انگیزش ورزشی بر سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور تأثیر مثبت و معنی‌داری دارد. همچنین شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور تأثیر معناداری ندارد و شبکه‌های اجتماعی در تبیین رابطه بین انگیزش ورزشی و سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور دانشجویان نقش تعدیل‌کنندگی ندارد.

نتیجه‌گیری: بر اساس نتایج پژوهش حاضر می‌توان بیان کرد که انگیزش ورزشی راهکار ارزشمندی برای دستیابی به رفتارهای ارتقاء دهنده سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور و قابل تعمیم به محیط تحصیلی جهت انطباق و سازگاری با چالش های تحصیلی است.

واژگان کلیدی: سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور، انگیزش ورزشی، شبکه‌های اجتماعی

مقدمه

دوره تحصیلی زمانی از زندگی است که در آن تغییرات اجتماعی و شـناختی سـریع رخ می‌دهد، همان‌طور که تحقیقات نشـان می‌دهد چالش‌های تحصیلی و فشارهای ناشی از آن یک واقعیت انکارناپذیر در محیط آموزشـی ازجمله دانشـگاه‌ها اسـت [۱]. دانشجویان با ورود به دانشگاه فصل جدیدی از زندگی تحصیلی خود را آغاز می‌کنند و جنبه‌ها و زمینه‌های مختلف زندگی را تجربه می‌کنند؛ بنابراین ترسـیم الگوی زندگی مطلوب می‌تواند به بهبود شیوه زندگی دانشجو در رسیدن به اهداف کمک کند و مدیران و برنامه‌ریزان دانشـگاه را در تدوین سـیاسـت‌ها و برنامه‌های دانشگاه یاری رساند [۲]. توجه به‌سلامت تحصیلی، افزایش بهزیسـتی و رشـد و بالندگی دانشـجویان از مهم‌ترین اهداف آموزش‌وپرورش مثبت نگر است که امروزه نقش بسزایی در محیط‌های پیشرفت و زندگی دانشجویان ایفا می‌کند. یکی از مفاهیم برخاسـته از آموزش‌وپرورش مثبت نگر، سـبک زندگی تحصـیلی سـلامت‌محور (Health-Oriented Academic Lifestyle) اسـت که توسـعه آن، چارچوبی جهت شـناسـایی مختصـات انگیزشـی فراگیران و امکان تبیین، پیش‌بینی و کنترل سلامت تحصیلی آن‌ها را فراهم می‌آورد [۳]. در پژوهش‌های مختلف در قلمرو انگیزش پیشـرفت، الگوهای رفتاری فراگیران به پشتوانهٔ نظریه‌های شناختی معاصر از سوی محققان تربیتی واکاوی شده است [۴]. بر این اساس رایج‌ترین الگوهای رفتاری اتخاذشده از سوی دانشجویان، الگوهای رفتاری بازدارنده سلامت تحصیلی (اجتناب از کمک طلبی، اهمال‌کاری تحصـیلی، کمال‌گرایی غیر انطباقی) و الگوهـای رفتـاری ارتقاءدهنده سلامت تحصیلی (خوش‌بینی تحصیلی، سرزندگی تحصیلی، مشغولیت (درگیری) تحصیلی و تاب‌آوری تحصیلی) شناخته شده است [۵]. به‌طورکلی، فراگیرانی که دارای سبک زندگی تحصـیلی سـلامت‌محور هسـتند به احتمال بیشـتر در محیط‌ها و موقعیت‌های تحصـیلی، هیجان‌های مثبت را تجربه می‌کنند [۶]. نظرسنجی‌های متعدد حاکی از آن است که میزان خستگی، اضطراب، نا امیدی و فرسودگی تحصیلی فراگیران در سـطح بالایی قرار دارد [۷]؛ که این ویژگی‌ها به عدم مشـارکت در یادگیری‌های اساسی و ضعف در رشد اجتماعی منجر می‌شود؛ بنابراین توجه به الگوی‌های رفتاری فراگیران به‌ویژه دانشجویان در محیط یادگیری از اهمیت ویژه‌ای برخوردار اسـت. رفتارهای سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور اهمیت بسیاری در میزان موفقیت و عملکرد تحصیلی دارند و هرکدام از ابعاد آن پیش‌بین مهمی برای آینده تحصیلی و شغلی هر فردی محسوب می‌شوند و بر این اسـاس شـناسـایی متغیرهای مرتبط با آن و عوامل تأثیرگذار بر آن برای جهت‌دهی به برنامه‌ریزی‌های بعدی حائز اهمیت اسـت [۸]. ازجمله عواملی که می‌تواند رفتارهای ارتقاءدهنده زندگی تحصیلی آن‌ها ازجمله سرزندگی تحصیلی را تحت تأثیر قرار دهد انگیزه مشارکت ورزشی است [۹]. انگیزش مشـارکت ورزشـی به تفاوت‌های فردی برای شـرکت در فعالیت‌های ورزشی اشاره دارد، زیرا با توجه به تفاوت‌های فردی و رشـته‌های مختلف ورزشـی نوع و میزان انگیزش افراد در دستیابی به اهداف، متفاوت خواهد بود [۱۰]. این مفهوم می‌تواند تعیین‌کننده میزان مشـارکت ورزشـی افراد باشـد و اثرات آن بر موفقیت تحصـیلی بررسـی شـده اسـت. برای تحلیل مشـارکت ورزشی دانشجویان، بررسی سه عامل ویژگی‌ها و عقاید، اهداف و انگیزه‌های افراد، محیط و رفتار فردی و گروهی ضروری است [۱۱]. بر اسـاس دیدگاه پنترویک و شـاروبن، از بین این سـه عامل، شناخت انگیزه‌ها از اجزای ضروری و پیش‌نیاز فعالیت‌های ورزشـی [۱۲]؛ و یکی از محورهای اساسـی در توجیه رفتار افراد برای شـرکت در فعالیت‌های مختلف اسـت [۱۳]. طبق پژوهش فرجی، لطیفی و صـادقی، افراد بـاانگیزه‌هـای متفـاوتی بـه فعالیت‌بدنی می‌پردازند؛ اما آنچه مسلم است این است که ادراک و نگرش افراد به موانع و مزایای مشارکت در فعالیت بدنی عاملی اثرگذار بر تصـمیم‌گیری‌های آنان برای مشـارکت در فعالیت‌های بدنی منظم است [۱۴]. در همین راسـتا یافته برخی از مطالعات بیانگر رابطه مستقیم مشارکت در ورزش و سرزندگی تحصیلی، انگیزش و موفقیت تحصیلی و پیشرفت تحصیلی هستند [۱۵-۱۶].

یکی دیگر از عوامل مؤثر در سبک زندگی تحصیلی، شبکه‌های اجتماعی است. استفاده از شبکه‌های اجتماعی جزء جدایی‌ناپذیری از زندگی بسیاری از دانشجویان شده است که بر روی تمامی ابعاد زندگی دانشجویی، ازجمله میزان مطالعه و عملکرد تحصیلی آن‌ها، تأثیر مستقیم داشته است [۱۷]. از زمان ظهور شبکه‌های اجتماعی تاکنون پژوهشگران بسیاری در زمینهٔ استفاده از شبکه‌های اجتماعی در امور آموزشی به پژوهش پرداخته‌اند. این محققان نشان دادند که شبکه‌های اجتماعی از طریق ابزارهای اینترنتی، تفکّر انتقادی گروهی، حل مسئله گروهی را تقویت می‌کنند و قدرت آن‌ها تنها به دلیل تولید و به اشتراک گذاشتن دانش بین اعضای آن نیست، بلکه امکان بازتاب دادن و تولید دانش جدید را نیز فراهم می آورد. در این شبکه‌ها ایده‌ها تولید می‌شوند، به چالش کشیده می‌شوند و به‌وسیلهٔ شبکهٔ بسیار بزرگی نقد و ارزیابی می‌شوند [۱۸-۱۹-۲۰]. امروزه شبکه‌ها و رسانه‌های اجتماعی از جایگاه ویژه‌ای برای ترغیب افراد برای انجام حرکات ورزشی و فرهنگ‌سازی در این حوزه برخوردار است [۲۱]. به این صورت که با حذف محدودیت رسانه‌های کهن، گزینه‌های مختلفی را برای ورزش امروز فراهم می‌آورند [۲۲].

این شبکه‌ها با تائید و تشویق، توصیه، راهنمایی و یا با فراهم‌سازی امکانات و فرصت‌های مناسب می‌توانند زمینه را برای مشارکت آن‌ها در فعالیت‌های ورزشی ارائه نمایند [۲۳]. به طوری که از میان صفحات پربازدید اینستاگرام، صفحات ورزشی با محتواهای مختلف ازجمله صفحات شخصی ورزشکاران، صفحه باشگاه‌های ورزشی، حاشیه‌های ورزشی، صفحات علمی ـ ورزشی ازجمله تناسب‌اندام و تغذیه، به‌خوبی توانسته‌اند موردتوجه کاربران قرار بگیرند [۲۴]. لذا از جایگاه ویژه‌ای که شبکه‌های اجتماعی و اینترنت میان دانشگاهیان دارد می‌توان به‌عنوان ظرفیتی برای ارتقای رفتارهای سلامت‌محور همچون ورزش و حرکات بدنی بهره برد [۳۱]. پژوهش‌های انجام‌شده نقش مهم شبکه‌های اجتماعی را در تشویق مستقیم، مساعدت و کمک عملی برای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی مورد تائید قرار داده است [۲۵]. براین اساس به نظر می‌رسد که شبکه‌های اجتماعی در رابطه بین رفتارهای سبک زندگی تحصیلی و انگیزش مشارکت ورزشی نقش تعدیل‌گری دارد چراکه از یک‌سو پاره‌ای از مطالعات گویای نقش مؤثر انگیزش شرکت در ورزش در سرزندگی تحصیلی و موفقیت تحصیلی است [۱۵-۱۶] و یافته برخی از مطالعات نشان‌دهنده زمینه‌ساز بودن شبکه‌های اجتماعی در مشارکت در فعالیت ورزشی هستند [۲۵]. طبق یافته مطالعات موجود، فراگیرانی که از سلامت تحصیلی برخوردارند به‌صورت مطلوب با نیازهای تحصیلی خود انطباق یافته و با مسائل و چالش‌های دوران تحصیل خود به‌خوبی کنار می‌آیند. از طرفی فقدان سلامت تحصیلی، علاوه بر اینکه موجب آسیب به‌سلامت روانی یادگیرندگان می‌شود، آن‌ها را با ناکامی‌های مختلفی در دوران تحصیلی و حتی پس‌ازآن در زندگی شخصی و حرفه‌ای روبه‌رو می‌کند [۲۶]. درنتیجه برای اینکه دانشجویان در محیط دانشگاه عملکرد بهتری داشته باشند، متولیان و سیاست‌گذاران حیطه آموزش و دانشگاهیان باید شرایط لازم را برای سلامت تحصیلی آنان فراهم کنند بر این اساس، با توجه به این‌که تاکنون پژوهشی با چنین ترکیبی از متغیرها صورت نگرفته است، نتایج این پژوهش اطلاعات ارزشمندی را در اختیار مسئولین و متولیان وزارت علوم قرار داده و پشتوانه پژوهشی مناسبی برای الگوهای روانشناسی در زمینه چگونگی ارتقای سطح سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور فراهم خواهد آورد. در این پژوهش این سؤال مطرح می‌شود که آیا انگیزش مشارکت ورزشی می‌تواند با نقش کاربردی شبکه‌های اجتماعی به بهبود وضعیت سبک زندگی تحصیلی در دانشجویان کمک کند. بر همین اساس مطالعه حاضر باهدف الگویابی سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور بر اساس انگیزش ورزشی با نقش تعدیلگری شبکه‌های اجتماعی انجام شد.

روش‌ها

پژوهش حاضر از نوع مطالعات توصیفی- همبستگی بود که به روش مدل‌سازی معادلات ساختاری صورت گرفت. داده‌های پژوهش به‌صورت میدانی گردآوری شد. جامعه آماری پژوهش شامل دانشجویان مشغول به تحصیل دوره کارشناسی دانشگاه بوعلی سینا همدان به تعداد ۱۰۸۵۵ نفر بود که حجم نمونه بر اساس جدول مورگان ۳۷۳ نفر محاسبه گردید. با توجه به هدف تحقیق، برای سنجش متغیر سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور، از پرسشنامه رفتارهای سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور صالحی و همکاران (۱۳۹۶) که به‌صورت طیف پنج ارزشی لیکرت (۵=کاملا موافقم تا ۱=کاملا مخالفم) ارزش‌گذاری شده بود استفاده گردید، این پرسشنامه که مشتمل بر ۱۲۴ گویه به تفکیک ۱۳ الگوی رفتاری طراحی‌شده بود، ۴۸ ماده مربوط به رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت تحصیلی و ۷۶ ماده مربوط به رفتارهای بازدارنده سلامت تحصیلی اختصاص داده‌شده بود. در مطالعه حاضر پژوهشگر تصمیم گرفت به دلیل تعدد سؤالات پرسشنامه رفتارهای ارتقاء دهنده و بازدارنده سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور و پیش‌بینی خستگی و متعاقب آن عدم دقت لازم در پاسخ، ماده‌های مربوط به رفتارهای ارتقاء دهنده را موردسنجش قرار دهد.

برای سنجش انگیزش مشارکت در فعالیت ورزشی از پرسشنامه ۱۸ سوالی انگیزش شرکت در فعالیت‌های ورزشی دیوید مارکلند (۲۰۰۴) که به‌صورت طیف پنج ارزشی لیکرت (۵=کاملا موافقم تا ۱=کاملا مخالفم) ارزش‌گذاری شده بود استفاده گردید این پرسشنامه چهار بعد: تنظیم بیرونی، تنظیم متمایل به درون، تنظیم بیرونی و فقدان انگیزه را می‌سنجد. به‌منظور سنجش شبکه‌های اجتماعی از پرسشنامه ۲۷ سؤالی استفاده از شبکه‌های اجتماعی خدایاری، دانشور حسینی و سعیدی (۱۳۹۳) که مؤلفه‌های پنج‌گانه: میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی، نوع استفاده از شبکه‌های اجتماعی، تنوع و گستردگی شبکه‌های اجتماعی، اعتماد داشتن به شبکه‌های اجتماعی و اطلاع‌رسانی و ارتباط آسان را می‌سنجید استفاده گردید.

به‌منظور بررسی اعتبار صوری پرسشنامه‌ها پس از تدوین اولیه از نظرات ۱۵ نفر از متخصصان تربیت‌بدنی استفاده گردید. جهت بررسی پایایی نیز از شاخص پایایی آلفای کرونباخ استفاده شد. به‌منظور آزمون مدل جامع پژوهش از روش معادلات ساختاری استفاده‌شده است. تجزیه‌وتحلیل داده‌ها به‌وسیله *نرم‌افزارهای آماری SPSS نسخه ۲۶ و نرم‌افزار Smart PLS* نسخه سه انجام شد.

معیارهای ورود و خروج پژوهش:

معیارهای ورود:

دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه بوعلی سیناهمدان

دانشجویان مشغول به تحصیل در سال ۱۳۹۹-۱۴۰۰
دانشجویانی که به شبکه های اجتماعی و فضای مجازی دسترسی داشتند
معیارهای خروج:
دانشجویان فارغ التحصیل
دانشجویان دارای مرخصی تحصیلی

یافته‌ها

نتایج جمعیت شناختی نمونه‌های پژوهش بیانگر این بود که آزمودنی‌های پژوهش ۳۱۳ نفر دختر و ۱۸۷ نفر پسر بودند. بیشتر افراد نمونه ۲۱/۴ درصد در ترم دوم مشغول به تحصیل بودند و میانگین سنی آزمودنی‌ها حدود ۲۱/۴۲ سال بود.

برازش مدل اندازه‌گیری

در ارزیابی برازش مدل اندازه‌گیری پایایی آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی و روایی همگرا (جدول ۱)، روایی واگرا (جدول ۲) و به‌طورکلی شاخص‌های برازش مدل مفهومی (جدول ۳) موردبررسی قرار گرفت و در بخش آمار استنباطی برازش مدل و سپس نتایج فرضیه‌های پژوهش آورده شده است.

جدول ۱. آلفای کرونباخ، پایایی ترکیبی و روایی همگرا

متغیرها		آلفای کرونباخ	پایایی ترکیبی	AVE
	سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور	۰/۹۶۰	۰/۹۶۳	۰/۵۵۱
سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور	خوش‌بینی تحصیلی	۰/۸۹۳	۰/۹۱۳	۰/۵۱۳
	مشغولیت تحصیلی	۰/۸۷۸	۰/۹۰۴	۰/۵۴۲
	جهت‌گیری هدف تسلطی	۰/۹۲۹	۰/۹۴۰	۰/۶۱۰
	سرزندگی تحصیلی	۰/۹۲۱	۰/۹۳۴	۰/۵۸۶
	تاب‌آوری تحصیلی	۰/۹۲۸	۰/۹۴۰	۰/۶۱۱
انگیزش ورزشی	انگیزش ورزشی	۰/۸۷۶	۰/۸۹۲	۰/۵۳۱
	تنظیم بیرونی	۰/۸۶۸	۰/۹۱۰	۰/۷۱۷
	تنظیم متمایل به درون	۰/۸۳۵	۰/۸۸۳	۰/۶۰۲
	تنظیم درونی	۰/۸۶۰	۰/۸۹۹	۰/۶۴۲
	فقدان انگیزه	۰/۹۲۴	۰/۹۴۶	۰/۸۱۵
شبکه‌های اجتماعی مجازی	شبکه‌های اجتماعی مجازی	۰/۸۳۳	۰/۸۶۳	۰/۵۳۷
	میزان استفاده از شبکه‌ها	۰/۷۱۲	۰/۷۴۷	۰/۵۰۱
	تنوع و گستردگی شبکه‌ها	۰/۷۰۸	۰/۸۳۷	۰/۶۳۱
	اعتماد به شبکه‌ها	۰/۷۰۹	۰/۷۹۹	۰/۵۶۶
	اطلاع رسانی و ارتباط آسان	۰/۷۹۳	۰/۸۴۹	۰/۵۴۸

نتایج جدول فوق نشان می‌دهد، آلفای کرونباخ متغیر سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور برابر ۰/۹۶ =α و میزان آلفای کرونباخ متغیر انگیزش ورزشی برابر ۰/۸۷۶ =α و آلفای کرونباخ متغیر شبکه‌های اجتماعی برابر ۰/۸۳۳ =α می‌باشد؛ بنابراین

میزان آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی کلیه بالاتر از ۰/۷ می‌باشد که نشان‌دهنده پایایی مناسب آن‌ها است. همچنین همه مؤلفه‌ها شاخص متوسط واریانس استخراج شده خوبی دارند و از این طریق روایی همگرا تأیید شد.

روایی واگرا

آزمون فورنل- لارکر روایی را در سطح عامل (سازه) ارزیابی می‌کند. این معیار ادعا می‌کند که یک متغیر باید در مقایسه با گویه های سایر متغیرهای مکنون، پراکندگی بیشتری را در بین گویه های خودش داشته باشد. از نظر آماری، هر متغیر مکنون باید بیشتر از بالاترین توان دوم همبستگی آن متغیر با سایر متغیرهای مکنون باشد. جدول ۲ آزمون فورنل-لارکر را گزارش می‌دهد

جدول ۲. آزمون فورنل و لارکر (Fornell - Larker test)

متغیر	سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور	انگیزش ورزشی	شبکه‌های اجتماعی
سبک‌زندگی‌تحصیلی سلامت‌محور	۰/۵۹۳		
انگیزش ورزشی	۰/۳۲۵	۰/۵۷۶	
شبکه‌های اجتماعی	۰/۱۳۵	۰/۲۳۵	۰/۴۸۶

بررسی روایی واگرا به روش فورنل و لاکر (۱۹۸۱) نشان می‌دهد. ریشه دوم مقدار AVE هر سازه باید بیشتر از بالاترین همبستگی سازه با سایر سازه‌ها در مدل باشد. جذرAVE متغیرها در قطر اصلی قرار دارد. یافته‌های تحقیق حاکی از آن است که همبستگی هر سازه با نشانگرهای خود بیشتر از همبستگی‌اش با سازه‌های دیگر است. به‌عبارتی‌دیگر روایی واگرای متغیرهای مدل در حد قابل‌قبولی است.

جدول ۳ مقادیر مهم‌ترین شاخص‌های برازش مدل را نشان می‌دهد که بر اساس آن همه شاخص‌ها در این مرحله حد مطلوب و موردنیاز را برآورده ساخته‌اند و این به معنای پشتیبانی داده‌ها از مدل پژوهش است. لذا می‌توان به ارزیابی فرضیهٔ پژوهش پرداخت.

جدول ۳. مقادیر آلفای کرونباخ، پایایی ترکیبی، مقادیر واریانس استخراج‌شده، مقادیر R^2، شاخص‌های افزونگی با روایی متقاطع و اشتراک با روایی متقاطع مؤلفه‌ها

متغیرها		AVE	آلفای کرونباخ	پایایی ترکیبی	مقادیر R^2	افزونگی با روایی متقاطع	اشتراک با روایی متقاطع
سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور	سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور	۰/۵۵۱	۰/۹۶۰	۰/۹۶۳	۰/۱۱۱	۰/۰۳۶	۰/۳۰۹
	خوش‌بینی تحصیلی	۰/۵۱۳	۰/۸۹۳	۰/۹۱۳	۰/۶۸۰	۰/۳۲۱	۰/۳۸۹
	مشغولیت تحصیلی	۰/۵۴۲	۰/۸۷۸	۰/۹۰۴	۰/۶۰۶	۰/۳۰۵	۰/۴۰۷
	جهت‌گیری هدف تسلطی	۰/۶۱۰	۰/۹۲۹	۰/۹۴۰	۰/۶۱۴	۰/۳۴۲	۰/۵۰۳
	سرزندگی تحصیلی	۰/۵۸۶	۰/۹۲۱	۰/۹۳۴	۰/۵۶۳	۰/۳۰۶	۰/۴۷۰
	تاب‌آوری تحصیلی	۰/۶۱۱	۰/۹۲۸	۰/۹۴۰	۰/۶۲۱	۰/۳۵۲	۰/۴۹۷

انگیزش ورزشی	انگیزش ورزشی	۰/۵۳۱	۰/۸۷۶	۰/۸۹۲		–	۰/۲۶۸
	تنظیم بیرونی	۰/۷۱۷	۰/۸۶۸	۰/۹۱۰	۰/۶۹۷	۰/۴۷۰	۰/۴۹۹
	تنظیم متمایل به درون	۰/۶۰۲	۰/۸۳۵	۰/۸۸۳	۰/۴۴۷	۰/۲۴۸	۰/۳۹۹
	تنظیم درونی	۰/۶۴۲	۰/۸۶۰	۰/۸۹۹	۰/۱۹۷	۰/۱۱۵	۰/۴۵۰
	فقدان انگیزه	۰/۸۱۵	۰/۹۲۴	۰/۹۴۶	۰/۶۱۵	۰/۴۷۱	۰/۶۳۲
شبکه‌های اجتماعی مجازی	شبکه‌های اجتماعی مجازی	۰/۵۳۷	۰/۸۳۳	۰/۸۶۳	–	–	۰/۱۷۱
	میزان استفاده از شبکه‌ها	۰/۵۰۱	۰/۷۱۲	۰/۷۴۷	۰/۳۰۴	۰/۱۱۱	۰/۱۵۲
	تنوع و گستردگی شبکه‌ها	۰/۶۳۱	۰/۷۰۸	۰/۸۳۷	۰/۵۴۲	۰/۳۲۳	۰/۲۷۶
	اعتماد به شبکه‌ها	۰/۵۶۶	۰/۷۰۹	۰/۷۹۹	۰/۶۳۳	۰/۲۱۲	۰/۱۷۶
	اطلاع رسانی و ارتباط آسان	۰/۵۴۸	۰/۷۹۳	۰/۸۴۹	۰/۷۸۸	۰/۳۲۸	۰/۲۷۳

نتایج جدول فوق نشان می‌دهد که شاخص اشتراک با روایی متقاطع نشان‌دهنده کیفیت مدل پژوهش می‌باشند. شاخص‌های ارتباط پیش‌بین برای متغیرهای مدل گزارش شده است که با توجه به مقدار مثبت آن‌ها مدل موردنظر را تأیید می‌نمایند.

ارزیابی کیفیت مدل از طریق شاخص GOF

نتایج به‌دست‌آمده از شاخص GOF که به‌منظور ارزیابی کیفیت الگوی ساختاری سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور بر اساس انگیزش ورزشی با نقش تعدیل‌کنندگی شبکه‌های اجتماعی نشان می‌دهد که مقدارGOF مدل حاضر برابر ۰/۴۴۱ می‌باشد، با توجه به اینکه حدود این شاخص بین صفر و یک بوده و تزلس و همکاران (۲۰۰۹) سه مقدار ۰/۰،۳۶/۰،۲۵/۰۱ را به ترتیب به‌عنوان مقادیر ضعیف، متوسط و قوی برای GOF معرفی نموده‌اند، لذا نتایج بررسی حاضر که حاکی از کیفیت قوی مدل پژوهش می‌باشد.

$$GOF=\sqrt{Communalities \times r^2}=\sqrt{0.367 \times 0.53}=o.441$$

با توجه به محاسبات انجام شده برای روایی، پایایی و برازش مدل اندازه‌گیری، اکنون به بررسی فرضیه پژوهش با روش معادلات ساختاری از طریق نرم‌افزار اسمارت پی.ال.اس نسخه ۳ می‌پردازیم.

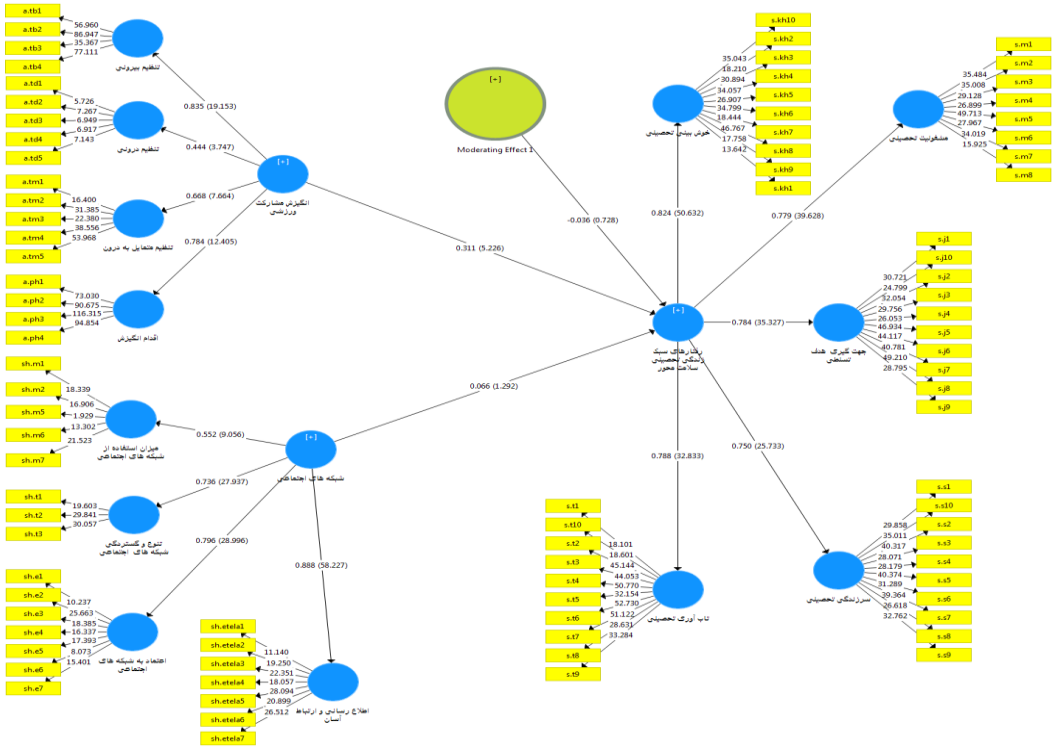
ضرایب معناداری مسیرهای مدل یا آماره **T** نشان می‌دهند که آیا فرضیه‌های پژوهش معنادار هستند یا خیر. اگر ضریب معناداری مسیر میان دو مؤلفه از ۱/۹۶ بیشتر باشد حاکی از معنادار بودن رابطه آن دو مؤلفه است و باعث تأیید آن فرضیه می‌شود. از طرفی برای تأیید سطح معناداری باید عدد مورد نظر از ۰/۰۵ کمتر باشد، در غیر این صورت رابطهٔ بین دو مؤلفه مورد تأیید قرار نمی‌گیرد. شکل ۱ نشان‌دهنده مسیرهای مدل نقش تعدیلگری شبکه‌های اجتماعی در رابطه بین سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور و انگیزش ورزشی است.

نتایج حاصل از ارزیابی فرضیه پژوهش

	رابطه موردبررسی	بار عاملی	t-value	سطح معناداری
کلی	انگیزش ورزشی← سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور	۰/۳۱۱	۵/۲۲۶	۰/۰۱
	شبکه‌های اجتماعی← سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور	۰/۰۶۶	۰/۲۹۲	P>۰/۰۵
	متغیر تعدیل گر (شبکه‌های اجتماعی انگیزش ورزشی)	-۰/۰۳۶	۰/۷۲۸	P>۰/۰۵
	خوش‌بینی تحصیلی← سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور	۰/۸۲۴	۵۰/۶۳۲	۰/۰۱

سبک‌زندگی تحصیلی سلامت محور	مشغولیت‌تحصیلی←سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور	۰/۷۷۹	۳۹/۶۷۸	۰/۰۱
	جهت‌گیری هدف تسلطی←سبک‌زندگی-تحصیلی سلامت‌محور	۰/۷۸۴	۳۵/۳۲۷	۰/۰۱
	سرزندگی‌تحصیلی←سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور	۰/۷۵۰	۲۵/۷۳۳	۰/۰۱
	تاب‌آوری‌تحصیلی←سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور	۰/۷۸۸	۳۲/۸۳۳	۰/۰۱
انگیزش ورزشی	تنظیم بیرونی←انگیزش ورزشی	۰/۸۳۵	۱۹/۱۵۳	۰/۰۱
	تنظیم متمایل به درون←انگیزش ورزشی	۰/۶۶۸	۷/۶۶۴	۰/۰۱
	تنظیم درونی ←انگیزش ورزشی	۰/۴۴۴	۳/۷۴۷	۰/۰۱
	فقدان انگیزه←انگیزش ورزشی	۰/۷۸۴	۱۲/۴۰۵	۰/۰۱
شبکه‌های اجتماعی	میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی←شبکه‌های اجتماعی	۰/۵۵۲	۹/۰۵۶	۰/۰۱
	تنوع و گستردگی← شبکه‌های اجتماعی	۰/۷۳۶	۲۷/۹۳۷	۰/۰۱
	اعتماد به شبکه‌های اجتماعی← شبکه‌های اجتماعی	۰/۷۶۹	۲۸/۹۹۶	۰/۰۱
	اطلاع‌رسانی و ارتباط آسان← شبکه‌های اجتماعی	۰/۸۸۸	۵۸/۲۲۷	۰/۰۱

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد انگیزش مشارکت در فعالیت‌های ورزشی بر سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور تأثیر مثبت و معنادار داشته است($P<۰/۰۱$, $t=۵/۲۲۶$, $\beta=۰/۳۱۱$). شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور تأثیر معناداری ندارند($P>۰/۰۱$, $t=۱/۲۹۲$, $\beta=۰/۰۶۶$). شبکه‌های اجتماعی در رابطه بین سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور و انگیزش مشارکت ورزشی نقش تعدیلگری ندارد ($P>۰/۰۱$, $t=۰/۷۲۸$, $\beta=۰/۰۳۶$). الگوریتم کلی مدل پس از حذف دو سؤال از مؤلفه میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی به دلیل معنادار نبودن ($t<۱/۹۶$ ،$\beta<۰/۴$)، تدوین شد که در شکل ۱ آمده است.



شکل ۱. الگوریتم کلی الگو

بحث

این پژوهش باهدف تدوین مدل ساختاری سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور بر اساس انگیزش ورزشی با نقش تعدیل‌کنندگی شبکه‌های اجتماعی انجام شد.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد، انگیزش ورزشی اثر معناداری بر سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور دارد. این یافته‌ها با نتایج مطالعات [۹-۱۵-۲۸-۲۹] مبنی بر تأثیر انگیزش مشارکت ورزشی بر مؤلفه‌های سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور ازجمله سرزندگی تحصیلی همسو است. دهقانی و عزیزیان کهن [۱۵] در پژوهشی با بررسی نقش انگیزش مشارکت ورزشی و حمایت تحصیلی در پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی دانش آموزان نشان دادند که بین انگیزش مشارکت ورزشی و سرزندگی تحصیلی در دانش آموزان رابطه وجود دارد و همه ابعاد انگیزش مشارکت ورزشی پیش‌بینی کننده سرزندگی تحصیلی استهمچنین این نتایج با نتایج پژوهش توبیک و همکاران [۲۸] و یونس خان و همکاران [۲۹] که طی مطالعه ای به ارتباط بین مشارکت در ورزش و پیشرفت تحصیلی پرداختند هم راستاست،آن ها دریافتند که افراد شرکت‌کننده در ورزش از پیشرفت تحصیلی بالاتری برخوردارند. یازیکی و همکاران [۳۶] نیز در پژهش خود به این نتیجه رسیدند که دانش آموزان هنرستان ورزش و دانش آموزانی که در باشگاه هافعالیت ورزشی دارند سطح سرزندگی و نشاط آنها از حدمتوسط بالاتراست. چرا که ورزش در حالات روانی افراد تأثیرگذار است و ارتباط معناداری با کاهش افسردگی، اضطراب و تنش دارد و افزایش در رضایت از زندگی، اعتمادبه‌نفس و بهبود حالات خلق‌وخو را باعث می‌گردد بنابراین دانشجویان با مشارکت در فعالیت ورزشی ازلحاظ روحی و روانی در سطح مطلوبی قرار می‌گیرند که بر وضعیت تحصیلی و سرزندگی تحصیلی آن‌ها تأثیرگذار است. از طرفی بر اساس نظریه خودمختاری در حوزه انگیزش، با توجه به این‌که انگیزه مشارکت در فعالیت ورزشی قابل‌تعمیم به سایر فعالیت‌ها است دانشجویان دارای انگیزه بالای ورزشی می‌توانند این انگیزه را به حوزه تحصیلی خود نیز انتقال دهند تا بتوانند تلاش کرده تا محیط تحصیلی خود را درک و در آن نقش فعالی داشته باشند و بتوانند با چالش‌های پیش رو در زمان تحصیل سازگار شده و آن‌ها را حل کنند. همان‌طور که [۱۵] نشان دادند که انگیزش مشارکت ورزش در بین دانشجویان، اعتمادبه‌نفس آن‌ها را بالابرده و توانایی حل مسئله آن‌ها را پرورش می‌دهد که می‌تواند در حل مسائل و چالش‌های تحصیلی مؤثر بوده و رفتارهای ارتقاءدهنده زندگی تحصیلی سلامت‌محور را در آن‌ها ارتقا دهد، چنانچه این انگیزه به حوزه تحصیلی تعمیم داده شود می‌تواند تمایل دانشجویان برای تحصیل و مقابله با مسائل و مشکلات تحصیلی را بیشتر کرده و افزایش رفتارهای ارتقاءدهنده سلامت تحصیلی را به دنبال داشته باشد.

بر اساس نتایجی دیگر از پژوهش، شبکه‌های اجتماعی اثر معناداری بر سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور ندارد همچنین شبکه‌های اجتماعی در رابطه بین انگیزش ورزشی و سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور نقش تعدیل‌کنندگی ندارد. این نتایج با نتایج پژوهش [۳۲-۳۱-۳۰] همسو و موافق است همچنین با نتایج مطالعه رضوانی و همکاران [۱۷] بامطالعه بر روی دانشجویان نشان دادند بین مدت عضویت در شبکه‌های اجتماعی و زمان اختصاص داده‌شده به شبکه‌ها با سرزندگی تحصیلی رابطه معناداری وجود ندارد هم‌راستا است. دلشادی و همکاران [۲۷] نیز در پژوهشی با عنوان بررسی وضعیت استفاده از شبکه‌های اجتماعی و ارتباط آن با وضعیت تحصیلی در دانشجویان به این نتیجه دست یافتند که بین میزان استفاده از شبکه‌های اجتماعی و وضعیت تحصیلی دانشجویان ارتباط معنی‌داری وجود ندارد.در راستای این نتایج موری و آرشاد [۳۲] طی مطالعه در بنگلادش به این نتیجه رسیدند که سطح درگیری دانش آموزان با زندگی تحصیلی از طریق فیس بوک بر نتایج تحصیلی آنها تأثیری ندارد. از سوی دیگر این نتایج با نتایج مطالعات قبلی [۳۵-۳۴-۳۳] ناهم‌سو است. همچنین با نتایج پژوهش کریووا و همکاران [۳۵]که نشان دادند شبکه‌های اجتماعی در جهت پیشرفت و یادگیری دانش آموزان و نظارت بر عملکرد آنها موثر و قابل استفاده است، مخالف و ناهمسو است. این نتیجه می‌تواند به دلیل فواید شبکه‌های اجتماعی مثل حضور در گروه‌های علمی و آموزشی یا اثرات منفی آن در اثر اعتیاد به شبکه‌ها و اهمال‌کاری تحصیلی باشد چراکه شبکه‌های اجتماعی مجازی با توجه به ویژگی‌ها و قابلیت‌های اشتراک اطلاعات، تعاملی بودن، سرگرم‌کننده و جذاب بودن می‌تواند تأثیرات متفاوتی را بر دانشجویان داشته باشد. دانشجویان زمان نسبتاً زیادی را در شبکه‌های اجتماعی مجازی می‌گذرانند و به دنبال آن صرف زمان طولانی در آن‌ها موجب خستگی جسمانی و روانی دانشجویان می‌شود، که درنتیجه باعث رسیدگی کمتر به امور تحصیلی می‌شود که درواقع افزایش اهمال‌کاری و شکست در زمینه تحصیلی را در پی خواهد داشت. درنتیجه به دنبال کسب نتایج ضعیف درزمینه تحصیلی، رفتارهای سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور ازجمله سرزندگی و مشغولیت تحصیلی کاهش می‌یابد که موجب شکل‌گیری یک چرخه معیوب و منفی می‌گردد. شناخت رفتار و گرایش‌های دانشجویان در به‌کارگیری از شبکه‌های اجتماعی مجازی حائز اهمیت است و با کمک نتایج آن، می‌توان دید و شناخت بهتری نسبت به این شبکه‌ها پیدا کرد و بستر مناسب‌تری را برای بهره‌گیری بهتر از این شبکه‌ها فراهم آورد؛ بنابراین بررسی نقش استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی بر ابعاد مختلف تحصیلی

دانشجویان ازجمله الگوهای رفتاری سلامت تحصیلی ضروری به نظر می‌رسد.

محدودیت مطالعه :یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر نمونه موردبررسی محدود به دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه بوعلی بود. بنابراین تعمیم‌یافته‌ها به سایر دانشجویان را با محدودیت مواجه می‌سازد و لازم است تحقیق با نمونه‌های دیگر نیز انجام شود. محدودیت دیگر پژوهش این است که اطلاعات جمع‌آوری‌شده صرفاً از طریق خودگزارشی شرکت‌کنندگان از طریق پرسشنامه به دست آمده است و استفاده از منابع چندگانه اخذ اطلاعات می‌تواند به نتایج معتبرتر کمک کند. براین اساس پیشنهاد می‌شود به‌منظور افزایش اعتبار تعمیم یافته‌ها، مطالعات بعدی بر روی جمعیت وسیع‌تر دانشجویان انجام شود و همچنین به‌منظور دستیابی به نتایج معتبرتر، مطالعات بعدی می‌توانند داده‌ها را از طریقی غیر از خودگزارشی، مثلاً از طریق مصاحبه دست آورند.

نتیجه گیری

در نهایت با توجه به نتایج مطالعه حاضر که نشان داده شد انگیزش ورزشی بر الگوهای رفتاری ارتقاء دهنده سلامت تحصیلی اثرگذاراست، مطلوب است برنامه‌ریزان و سیاست‌گذاران دانشگاهی در خصوص شناخت نیازهای ورزشی جوانان و دانشجویان و هم‌چنین تدوین یک الگوی مؤثر و مطلوب در زمینه‌ی سبک‌زندگی تحصیلی برنامه‌ریزی نمایند؛ تا بتوانند ضمن شناسایی مختصات انگیزشی ورزشی و تحصیلی دانشجویان در محیط‌های پیشرفت، سلامت تحصیلی آنان را ارتقاء دهند. داشتن سبک زندگی تحصیلی سلامت محور می تواند به فراگیران کمک کند تا به سطح بالاتری از ایفای تکالیف تحصیلی و پیشرفت در تحصیل دست یابند و با افزایش سطح پیشرفت به میزان کمتری هیجانات منفی را تجربه می‌کنند. همچنین در دانشگاه‌ها اقداماتی برای آشناسازی و فرهنگ‌سازی جهت استفاده مفید و علمی از شبکه‌های اجتماعی مجازی، در بین دانشجویان صورت گیرد؛ و اثرات مختلف استفاده از شبکه‌های اجتماعی مجازی را بر قابلیت‌ها و عملکردهای تحصیلی دانشجویان در ابعاد مختلف آن مشخص نمایند. لذا باید در محیط دانشگاه برای توسعه ورزش، تشکیل شبکه‌های ارتباطی ورزشی در فضای مجازی بیشتر مدنظر قرار گیرد تا نفوذ فعالیت‌های ورزشی از طریق این شبکه‌های ارتباطی در جامعه دانشجویان فراگیرتر شود و از این طریق زندگی تحصیلی سلامت‌محور آن‌ها ارتقاء یابد.

سپاسگزاری

در پایان لازم می‌دانم از کلیه‌ی دانشجویان دانشگاه بوعلی سینا که در پژوهش حاضر شرکت نمودند، مراتب قدردانی و سپاسگزاری خود را اعلام نماییم.

ملاحظات اخلاقی

این مقاله مستخرج از پایان نامه کارشناسی ارشد با کد رهگیری ۲۸۰۳۳۲۶ است.

تضاد منافع

هیچ گونه تعارض منافعی بین نویسندگان مقاله وجود ندارد.

هزینه‌های انجام پژوهش حاضر توسط نویسندگان تأمین شده است.

منابع

1. Martin,A.J.&Marsh,H.W. Workplace and academic buoyancy:Psychometric assessment and construct validity amongst school personnel and students. J PSYCHOEDUC ASSESS, 2008; 26,168-184.

2. Shatri, Rouha, Mirdehghan, Seyyed Abolfazl. Investigating the factors and barriers affecting the promotion of sports in student lifestyle. Epistemological studies in Islamic University. 2019 Jun 22;79(23):229-46 [Persian] .

3. Soufi S, Shokri O, Fathabadi J, Ghanbari S. [Causal Structure of Antecedents and Consequences of Health-Oriented Academic Lifestyle in Gifted Girl Students]. Psychology of Exceptional Individuals. 2019;9(35):35-71 [Persian].

4. Gareau, A., Gaudreau, P., & Boileau, L. Past academic achievement contributes to university students' autonomous motivation (AM) which is later moderated by implicit motivation and working memory: A Bayesian replication of the explicit-implicit model of AM. LEARN INDIVID DIFFER, 2019; 73, 30-41.

5. Salehzadeh P, Shokri O, Fathabadi J. [Health-Oriented Academic Lifestyle: The Newly Emerging Idea in the Field of Academic Health Psychology]. Educational Psychology. 2018;13(46):1-30 [Persian].

6. Heidaryani, Kadampour, Dr. Ezzatoleh, Abbasi, Dr. Mohammad.[Causal relationship between school climate and behaviors that facilitate health-oriented academic lifestyle with the mediator of

academic conflict in students]. DEV PSYCHOL . 2022 Mar 24;70(11):92-101 [Persian].

7. Hafazinia, Donya and Khalouti, Zahra and Hemtipour, Akram,[research on stress, anxiety and depression in undergraduate students of the operating room of Shoshtar Faculty of Medical Sciences in 2017], the second annual research conference of operating room students of the country, Gonabad, 2018 [Persian].

8. Jafary Nadrabady M, Bagheri F, Ghorban Jahromi R. Providing a Model for a Health-Oriented Academic Lifestyle: The Effect of Basic Psychological Needs on the Mediating Role of Self-Esteem. Educ Strategy Med Sci 2023; 16 (3) :302-311 [Persian].

9. Khan MY, Jamil A, Khan UA, Kareem U. Association between participation in sports and academic achievement of college students. International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences. 2012 Aug 1;2(8):419.

10. Peiffer, K.A., & Pate, R. R. Motivational factors associated with sports program participation in middle school students. Department of Exercise Science, University of South Carolina, USA.2007; [DOI:10.1016/ S0162-0908(08)70236-8].

11. Azizian Kohn, Dehghani, Maherkh, Momenifar. The effect of academic self-concept on academic enthusiasm with the mediating role of sports participation motivation among students. School psychology. 2021 Mar 21;10(1):116-31 [Persian].

12. Ramzani Nejad, Rahmani Nia, Tagvi Takyar, Seyed Amir. Investigating the motivations of participants in public sports in open spaces. Journal of sports management. 2009 Sep 23;1(2):5-23 [Persian].

13. Welford.A.T.Motives for starting and competing in full and half marathon events IN Proceedings of the sport.Health, psychology and exercise symposium London:sports council Health Education Authority.2001

14. Faraji, Latifi, Mansour Sadeghi. Studying the motivations for physical activity in the academic community of Iran. Research in educational sports. 2015 Jun 22;3(7):99-115 [Persian].

15. Dehghani M, Azizian Kohan N. [The role of sport participation motivation and academic support in predicting academic vitality in students with learning disabilities]. J LEAR DISABIL . 2020;9(3):52-76 [Persian].

16. Hillman, C. H. Erickson, K. I. & Kramer, A. F. Be smart, exercise your heart: exercise effects on brain and cognition. Nat Rev Neurosci,2008; 9(1), 58-65

17. Rezvani, Ajam, Panahi Shahri, Mahmoud, Mohammadpour, Hadi, Ramezani.[Investigating the role of virtual social networks and attitudes towards them on the academic vitality of Birjand University of Medical Sciences students]. Shahid Sadoughi Yazd Center for Studies and Development of Medical Sciences Education. 2019 Dec 10;14(3):196-82 [Persian].

18. Pasek, J., More, E., & Hargittai, E. Facebook and Academic Performance: Reconciling a Media Sensation with Data.FirstMonday,2009;14(4)

19. Roblyer M.D, McDaniel M, Webb M ,Herman J, & Vince Witty J. Findings on Facebook in higher education: A comparison of college faculty and student uses and perceptions of social networking site. INTERNET HIGH EDUC, Issue 3, June 2010, Pages 134140.

20. Cheragh Melai, Kadivar, Parvin, Sarami. Using virtual social networks in education - opportunities and challenges. New educational ideas. Nov 22;2014;10(3):29-51. [Persian]

21. Davoodzadeh, Kamelia, Barjali, Safania. [The priority of the components of using the Internet for the development of university sports]. Journal of School of Public Health & Institute of Public Health Research. 2015; Dec 1;13(4.) [Persian].

22. Bieber, C. and Hebecker, E.You'll never surf alone: Online-Inszenierungen des Sports. In J. Schwier (Ed.), Sport als populäre Kultur. Sport, Median und Cultural Studies.2000 (pp. 211-232). Hamburg: Feldhaus/Czwalina

23. Parsamehr M, Mehraban, Niknejad, Mohammadreza. [The role of social networks in attracting female students to participate in sports (case study: Yazd city]). Sports management and movement behavior research paper. 2011; Dec 22;7(14):73-86 [Persian].

24. Khalili, Koze Chian, Hashem, Safari, Marjan. [Analysis of the gender factor in the effectiveness of advertising using sports in social networks (case study: Instagram)] . Sports marketing studies. 2022 Sep 23;3(3):156-29 [Persian].

25. Wangberg, S.C. Sørensen, T. and Andreassen, H.K. Using the Internet to Support Exercise and Diet: A Stratified Norwegian Survey. Medicine 2.0,2015; 4(2), e3

26. Marzouqi, Rahmat Elah, Heydari, Keshavarz, Heydari. Examining the role of trust and organizational silence of students towards managers in predicting their commitment to the university. Ahvaz Soldier Education Development Journal. 2016 Jan 21;6(4):313-22 [Persian].

27. Delshadi, Delshadi, Mohammad, Shafiian, Mansourian. Investigating the use of social networks and its relationship with the academic status of university students in Ilam in 2013. Rahevard Salamat magazine. 2016 Sep 10;2(2):41-9 [Persian].
28. Tubic, T., Djordjic, V., Milic, M. & Protic-Gava, B. (2015). Relationship between Academic Achievement And Sports Engagement: Are Athletes Better Than NonAthletes in Terms of Academic Achievement. Proceedings of Adved15 International Conference on Advances in Education and Social Sciences, 12-14 October 2015- Istanbul, Turkey.

29. Younis Khan, M., Jamil, A., Ali Khan, U. & Kareem, U. (2012): Association between Participation in Sports and Academic Achievement of College Students. International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences, 2(8), 1-14

30. Henderson,K. A. Ainsworth,B. E (2000). The connection between social support and womens physical activity involvement: The cultural activity participation study. women in sport and physical Activity Journal, 9,1.13

31. Nixon, H. L. (2010). Social network analysis of sport: Emphasizing social structure in sport sociology. Sociology of Sport Journal, 10, 321 31532. Mouri D, Arshad CA. Social networking in Bangladesh: Boon or curse for academic engagement?. Management & Marketing. Challenges for the Knowledge Society. 2016 Apr 1;11(1):380-93

33. Yan Yu, A. Wen Tian, S. Vogel, D. & Kwok, R. C. Can learning be virtually boosted? An investigation of online social networking impacts. Computers & Education,2010; 55, 1494-1503

34. Rezvani, Ajam. Investigating the relationship between the use of virtual social networks and academic engagement and academic performance in students of Birjand University of Medical Sciences. Ahvaz Soldier Education Development Journal. 2019 Dec 22;10(4):347-62 [Persian].35. Krivova AL, Kalliopin AK, Korotaeva IE, Shafazhinskaya NE, Ermilova DY. Social Networks as a Means of Monitoring Students' Progress. Propósitos y Representaciones. 2021 May 4:e1264-.36. Yazici ÖF, Somoglu MB. A Study on Vitality and Happiness Levels of Sports High School Students. Journal of Educational Issues. 2021;7(3):214-29.