

مطالعه شایستگی‌های مربیگری ورزش ایران^۱

علیرضا زمانی نوکآبادی^۲، شهرام عرفوف زاده^۳، رسول نظری^۴، احمدرضا موحدی^۵

چکیده

هدف: در محیط ورزش، مربی چهره اصلی و مرکزی محسوب می‌شود و مسئولیت فراهم آوردن فرصت‌هایی برای افزایش توانایی‌ها و مهارت‌های ورزشکاران در زمینه‌های گوناگون فنی، بدنی و اخلاقی را بر عهده دارد. با این وجود، اجماع روشنی در مورد ماهیت و مضامین مربیگری تاکنون به وجود نیامده است. هدف پژوهش حاضر، شناسایی مضامین مربیگری ورزش بود. روش‌شناسی: مشارکت‌کنندگان، بیست نفر از مربیان و ورزشکاران که معیارهای خاص پژوهش را داشتند به صورت هدفمند برای مصاحبه‌های عمیق انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل مضمون تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها: سه مضمون فراگیر درون‌فردی، بین‌فردی و محیطی، ۱۲ مضمون سازمان‌دهنده و ۴۱ مضمون پایه مشخص شد. مضامین درون‌فردی شامل دانش مربیگری (تئوریک، عملی)، انتقال دانش، ویژگی‌ها (شخصی، روانی، اجتماعی)، فلسفه (عشق به کار، تفکر هنرمندانه، باورها و ارزش‌های مرکزی) و تمایل به رشد و تعالی (یادگیری مداوم، کارآموزی، داشتن روحیه پژوهشگری) بود. مضامین بین‌فردی شامل روابط اجتماعی (با ورزشکاران، همکاران، رسانه‌ها، ذی‌نفعان)، مهارت‌های مربیگری (فنی-آموزشی، انسانی-ارتباطاتی، ادراکی-رهبری، سیاسی)، مدیریت (برنامه‌ریزی، به‌کارگیری، سازماندهی، هدایت، ارزیابی) و رفتار مربیگری (هدایتی-اجتماعی، حمایتی-فرهنگی، رفتارهای ویژه) بود. مضامین محیطی شامل موقعیت تمرین

^۱ تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۸/۱۲/۰۶ - تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۹/۵/۱۵

^۲ گروه مدیریت ورزش، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران، azamani.۱۳۸۱@gmail.com

^۳ گروه تربیت بدنی، دانشگاه فرهنگیان اصفهان، اصفهان، ایران

^۴ گروه مدیریت ورزش، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران

^۵ دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

(آموزش تکنیک، تاکتیک، افزایش آمادگی جسمانی)، ایفای نقش (معلمی، تخصص‌گرایی، الگو)، شرایط محیطی (شاگردان، هدف ورزش، محیط ورزش) و موقعیت مسابقه (آمادگی لجستیک برای مسابقه، راهبرد، تاکتیک، نتیجه‌گرایی) بود.

نتیجه‌گیری: علاوه بر مضامینی که به فرد مربی مرتبط است، آنها نقش‌ها، وظایف و فعالیت‌های متعدد و متفاوتی دارند پس نیاز دارند همانند یک رهبر ارکستر، از دانش و هنر خود برای بسترسازی مولفه‌های مورد نیاز برای هر موقعیت خاص استفاده نماید.

واژگان کلیدی: تحلیل مضمون، مربیگری، ورزش

فصلنامه پژوهش در آموزش علوم ورزشی

مقدمه

در محیط ورزش، مربی چهره اصلی و مرکزی محسوب می‌شود و مسئولیت فراهم‌آوردن فرصت‌هایی برای افزایش توانایی‌ها و مهارت‌های ورزشکاران در زمینه‌های گوناگون فنی، بدنی و اخلاقی را بر عهده دارد (گیلبرت و ترودل، ۲۰۰۵، ۲۲). با وجود بررسی‌هایی که از جنبه‌های مختلف به مربیگری در ورزش شده اما عقیده بر این است که مربیگری در ورزش هنوز فاقد یک مبنای مفهومی است. شاید این امر تعجب‌آور نباشد زیرا اجماع روشنی در مورد ماهیت خود مربیگری تاکنون به وجود نیامده است. این وضعیتی است که باعث فقدان مفاهیم مشخصی می‌شود که مربیگری را منعکس نماید (لیل و کاشن، ۲۰۱۰، ۵۵). مربیگری به عنوان یک مجموعه مراحل تعریف شده که مربی باید از طریق آنها به بازیکن/ورزشکار در یادگیری و بهبود مهارت‌های خاص کمک کند. به نظر می‌رسد این تعریف از مربیگری، پارامترهای حول و حوش جلسه مربیگری را مد نظر دارد. با این وجود، برای این که مربی موثر باشد باید طیفی از متغیرها که در جلسه مربیگری واقعی و ماورای آن روی می‌دهد را در نظر بگیرد (سانتوز و جونز، ۲۰۱۳، ۷).

کاسیدی، جونز و پوتراک (۲۰۰۹) کیفیت‌ها و ویژگی‌های مورد نیاز مربیان را می‌توان به دو دسته ابزاری و درونی تقسیم کردند. ویژگی‌های ابزاری را می‌توان به عنوان ویژگی‌هایی در نظر گرفت که بر جنبه‌های عملی و تکنیکی مربیگری تمرکز دارد (مثل داشتن صدای رسا، وقت‌شناسی، سازماندهی و داشتن ارتباطات قوی با ورزشکاران). ویژگی‌های درونی (ذاتی) می‌تواند به عنوان جنبه‌های ذهنی (اجتماعی، عاطفی و شناختی) مربیگری در نظر گرفته شوند و شامل حس شوخ‌طبعی، گشودگی ذهنی، شکیبایی و توانایی ایجاد انگیزه است.

در مطالعه‌ای، شایستگی‌های مربی در حوزه‌های نشان دادن سطح بالای آگاهی از رفتار بر روی خود و اطرافیان، نشان دادن فلسفه و ارزش‌های مربیگری، نشان‌دادن ارتباطات و مهارت‌های بین‌فردی مورد انتظار قابل تطابق با ورزشکاران و موقعیت، تلاش مداوم برای خود-بهبودی و رشد، به کار گرفتن دانش از علم ورزش در کار مربیگری، تحقیق و استفاده از اطلاعات از طیفی از منابع بیرونی، بهبود عملکرد ورزشکاران از طریق مشاهده، تجزیه و تحلیل و مداخله‌های صحیح، نشان‌دادن مهارت‌های رهبری و مدیریتی مناسب با دیگران، شناسایی

نیاز برای تغییر، به-کارگیری و انجام تغییر، پایه-ریزی و استفاده از رویه-های نظارت، نشان-دادن یک تاثیر مثبت بر رفتار و عملکرد شرکت-کنندگان، نشان-دادن انعطاف و سازگاری رفتاری با موقعیت، بهینه-سازی فرصت-های یادگیری فردی و جمعی بیان شده است (کریسفیلد، ۲۰۰۷، ۱۳).

کوته و همکاران (۱۹۹۵) ملاحظات سازمانی، تمرین و مسابقه را سه مولفه اصلی مربیگری ذکر کردند و در تحقیقات دیگری هم که از این مدل استفاده کردند به نتایج تقریباً مشابهی مشابهی رسیدند به جز این که مولفه بین-فردی را برجسته کردند که ویژگی-های مربی و ورزشکار را با مولفه قوی اجتماعی-فرهنگی به عنوان عوامل موثر بر مربیگری ترکیب کردند (کوته و گیلبرت، ۲۰۰۹، ۳۱۸). آبراهام، کالینز و مارتیندال (۲۰۰۶) دانش، آمادگی برای تمرین و مسابقه، و محیط عملکرد را سه مولفه اصلی مربیگری ورزش مشخص کردند. از منظر آنها مربیگری از طریق دانش مورد نیاز، مفاهیم و تصمیم-گیری به دست می-آید و نتیجه برونداد رفتاری/قابل مشاهده کلیه مربیان است. لیل و کاشن (۲۰۱۰) سعی کرد مربیگری را به نحوی معرفی کنند که یک فعالیت کل-نگرانه، وابسته به موارد مختلف و مرتبط به هم باشد. این مدل شامل دانش و مهارت-های پایه مربی، قابلیت-های ورزشکاران، تجزیه و تحلیل عملکرد، برنامه-ریزی برای مسابقه، و برنامه-ریزی برای آمادگی است.

بنی و اوکونور (۲۰۱۱) مربی، مهارت-های مربیگری و محیط را سه مضمون کلی مربیگری معرفی کردند. هر کدام از این مضامین به طور مداوم به نحوی عمل می-کنند که بازیکنان به طور اثربخشی یاد بگیرند و رشد کنند. این سه مضمون به ۸ مضمون فرعی تقسیم می-شوند که با یکدیگر همگرایی دارند. برای مثال، توانایی مربی برای ایجاد ارتباط به صورت باز و صادقانه یک کیفیت ضروری برای مربی است (مربی) که مربیان موثر برای مدیریت از آن استفاده می-کنند (مهارت-های مربیگری) و مبنایی را برای پیام-دادن شکل می-دهند (محیط). در مضمون مربی، دو طبقه (ویژگی-ها و دانش شخصی مربی، و فلسفه مربی) وجود دارد. ویژگی-های شخصی مربی، دانش تکنیکی/تاکتیکی و فلسفه یک پیش-زمینه از باورهای آنها را فراهم، و پایه-ای را برای رهبری، ارتباطات، مدیریت بازیکن، و مهارت-های برنامه-ریزی فراهم می-کند. مضمون مهارت-های مربیگری شامل چهار طبقه رهبری، ارتباطات، مدیریت افراد و

برنامه‌ریزی است. محیط تیم عبارت است از ویژگی‌هایی که با توسعه محیط تیمی مثبت و فرهنگ تیم مشخص می‌شود.

کیوسگلوس (۲۰۱۳) دانش مربیگری، نتایج ورزشی و محیط مربیگری را به عنوان مضامین مربیگری ذکر کرد. دانش مربیگری نشان دهنده قلمروهای درک از طریق دانش حرفه‌ای، بین‌فردی و درون‌فردی است. هال (۲۰۱۵) عوامل فردی مربوط به مربی، عوامل اجتماعی مربوط به همکاران و محیط مربیگری را سه مضمون بنیادین مربیگری معرفی می‌کند و علاوه بر رابطه با بازیکنان، بر رابطه با همکاران، پزشکان، مقامات و دیگران و همین‌طور بر نقش مربی تاکید کرده است.

دوچیف و گردیس (۲۰۱۵) با در نظر گرفتن کلیه تحقیقات فیزیکی، شناختی و آموزشی برای مربیان اظهار داشتند به نظر می‌رسد چیزهایی در مربیگری ورزش امروز نادیده گرفته شده است. این مولفان بعد از چند سال مشاهده، یاد دادن و مربیگری به این نتیجه رسیدند مربیان نیاز دارند مطمئن شوند ورزشکاران یک تجربه متعادل ورزشی را دریافت می‌کنند. آنها توافق، تشویق، اصالت، روابط و سرسختی را پنج مولفه ضروری برای مربیگری معرفی کردند.

کوپر و آلن (۲۰۱۷) هفت اصل زیربنایی مربیگری شامل یادگیری شراکتی، انفرادی-سازی، ساختار روشن با فرآیند تحولی، رویکرد تنظیم ارکستر، متاثر از محیط مربیگری، فرآیند کل-گرا و منعطف، و قابلیت سازگاری و پویایی، و شش مولفه بخش‌ها شامل محدودیت‌های محیطی، محیط یادگیری، آمادگی، اجرا، بازبینی و ارزش‌ها، دانش و مهارت‌ها را به عنوان مضامین مربیگری ورزش مشخص کردند.

با توجه به نقش‌هایی که مربی ایفا می‌کند تعریف مربیگری خیلی جامع‌تر از آن است که فقط او را به عنوان آموزش‌دهنده یا معلم در نظر بگیریم زیرا مربیان باید مهارت‌ها را به صورت عملی نمایش دهند، برنامه‌ریزی کنند، انگیزه بازیکنان را بالا ببرند، توصیه‌هایی به بازیکنان می‌کنند، رهبر هستند، تصمیم‌گیری می‌کنند و یک دانش متناسبی دارند. آنها جوانان را هدایت می‌کنند تا ورزشکاران و انسان‌های موفق شوند (ژابو، ۲۰۱۴، ۴۳).

نقش‌های دیگری از جمله منتور، مشاور، آموزش دهنده، معلم، تمرین‌دهنده یا رهبر ارکستر برای مربیگری ورزش معرفی شده‌اند (مارتینز، ۲۰۱۲، ۲۴۵).

در تحقیقات داخل کشور هم مطالعاتی به بررسی شایستگی‌های مربیان در رشته‌های مختلف ورزشی پرداخته‌اند. کهندل، امیرتاش و مظفری (۱۳۸۱) معیارهای انتخاب مربیان تیم‌های ملی برای چند ورزش گروهی را ویژگی‌های شخصیتی- ادراکی، ویژگی‌های اجتماعی، مهارت‌های عاطفی-انسانی، ویژگی‌های علمی-تخصصی، مهارت‌های مدیریتی، ویژگی‌های ورزشی، ویژگی‌های فردی و سوابق کاری عنوان کردند. اسماعیلی و طالب‌پور (۱۳۸۶) در بررسی اولویت‌بندی و ارزشیابی مربیان تیم‌های ورزشی دانشگاهی به این نتیجه رسیدند ارتباطات مربی-ورزشکار، توسعه مهارت‌های تکنیکی، به‌کارگیری نیروی جدید، حمایت از مدل دانشجو-ورزشکار، مهارت‌های سرمایه‌گذاری، روابط عمومی، مدل نقش، مهارت‌های مدیریتی و موفقیت برنامه به ترتیب اولویت قرار دارند. خسروی-زاده و حق‌دادی (۱۳۸۹) نشان دادند فعالیت‌های مختلفی از جمله آموزش، سازماندهی، ایفای نقش مربیگری، ارتباط با بازیکنان، دانش آمادگی جسمانی، دانش فنی ورزش مربوطه، ایجاد انگیزه در ورزشکاران، ارزیابی بازیکنان، ایمنی بازیکنان و شناخت وظایف حقوقی، ارتباط با والدین، مراقبت از صدمات، و نوتوانی و بازتوانی صدمات را انجام می‌دهند. دهقان قهفرخی (۱۳۹۰) با استفاده از روش بازخورد ۳۶۰ درجه در ارزیابی مربیان تیم ملی والیبال از منظر ورزشکاران، مربیان، سرپرستان و مدیران نشان داد بین مربیان در مهارت‌های توانایی ایجاد نظم و انضباط، ارزیابی کار خود و ورزشکاران، استفاده از قدرت شخصی، ارزیابی رضایت ورزشکاران، سیستم‌های پاداش و تنبیه مناسب، قدرت تصمیم‌گیری، توجه به نیازهای خاص ورزشکاران، احترام به ورزشکاران، سخت‌گیری به ورزشکاران، وقت‌شناسی و داشتن جایگاه مناسب در مجامع ملی و بین‌المللی، ویژگی خلاقیت و ابتکار، سخت‌کوشی و پشتکار، رازداری و امانت‌داری، علاقه شخصی به مربیگری و جذابیت ظاهری تفاوت معناداری وجود دارد. منظمی و همکاران (۱۳۹۲) نشان دادند شاخص‌های فنی، مدیریتی، شخصیتی و اجتماعی، بیشترین اهمیت را در انتخاب مربیان تیم ملی والیبال دارند. حمیدی و معماری (۱۳۹۳) چهار معیار انتخاب مربیان ملی را مهارت‌های رهبری، مهارت‌های ارتباطاتی، مهارت‌های ویژه و فنی، و سوابق فنی و توان

عملیاتی ذکر کردند. کاظمی-پور، مهدی-پور و ازمشا (۱۳۹۴) مشخص کردند مهارت‌های فنی، ویژگی‌های شخصیتی، مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی، مهارت‌های مدیریتی، ویژگی‌های فردی، مهارت‌های روان‌شناختی، دیدگاه‌های مربیگری، سوابق مربیگری و سوابق ورزشی به عنوان بازیکن به ترتیب از جمله مهم‌ترین معیارها برای انتخاب مربی تیم ملی فوتبال هستند. صاحبکاران، رضانی-نژاد، شوندی، صادقی و ریحانی (۱۳۹۵) در بررسی شاخص‌های ارزیابی عملکرد سرمربیان حرفه‌ای لیگ برتر والیبال به این نتیجه رسیدند که به ترتیب عامل مهارت‌های اجتماعی-ارتباطی، مدیریت تیم، مهارت‌های روانشناختی، مهارت‌های فنی، روابط حرفه‌ای، و سوابق و تجربه ورزشی مهم‌ترین ابعاد ارزیابی عملکرد مربیان هستند. منتظری، طالب-پور و فیضی (۱۳۹۶) هفت عامل رهبری و انگیزش، تجربه رقابتی، برقراری ارتباط، ارائه بازخورد، بازاریابی و بودجه‌بندی، و حمایت و برنامه‌ریزی را عوامل مؤثر بر شایستگی‌های مربیان ورزش ذکر کردند. خلیفه، قربانی و هنری (۱۳۹۷) در مطالعه شایستگی‌های انتخاب مربی تیم ملی تکواندو به این نتیجه رسیدند چهار شایستگی ویژگی‌های مربیگری و فنی، ویژگی‌های برنامه‌ریزی، ویژگی‌های انسانی و ویژگی‌های اجتماعی از همه مهم‌تر هستند. محمدی، مشکاتی و زیان-پور (۱۳۹۷) قدرت رهبری، حمایت اجتماعی مربی، موفقیت‌های گذشته، ایمان مربی به بازیکن، و دانش فنی و روانشناختی را از موارد مهم در مربیگری ذکر کردند. بابازاده پهلوانلو، اصلانخانی، صفانیا، درودیان و گودرزی (۱۳۹۸) به این نتیجه رسیدند عوامل مؤثر بر توسعه دانش و مهارت‌های کاربردی برای سطوح مربیگری در ایران شامل عوامل آموزشی، مدیریتی، دانش‌افزایی، ساختاری، نظارت و کنترل، تجهیزات و تکنولوژی، حقوقی، فردی، بومی‌سازی، تبلیغات و رسانه و استعدادیابی و پایه است. تحقیقات اخیر تلاش داشتند مربیگری را به عنوان یک فعالیت اجتماعی پویا معرفی کنند که مربی و ورزشکار را به شدت درگیر می‌کند و از طرفی بر نقش محیط در مربیگری تأکید دارند. این امر پیشنهاد می‌کند برای درک کامل مربیگری به تحقیق بیشتر در مورد رابطه زمینه‌ای و مبسوط بین مربی، ورزشکار و محیط نیاز است (هادسون، بات و مایراند، ۲۰۱۷، ۴۳۵). کوپر و آلن (۲۰۱۷) معتقدند یک مفهوم‌سازی روشن از مربیگری می‌تواند رشد و آموزش مربیان را شکل داده، از علاقه مربیان به بهبود حمایت کند، به مربیان کمک کند تجارب باکیفیتی برای

شرکت-کنندگان فراهم کنند و شغل مربیگری را ارتقا دهد. بر این اساس، محققان قصد دارند مضامین شایستگی-های مربیگری ورزش ایران را ارائه دهند. در این راه، استفاده از رویکرد بومی و دانش موجود مربیان و دیدگاه ورزشکاران در ورزش می-تواند مضامینی را مشخص کند که شاید در سایر تحقیقات و مطالعاتی که خارج از ایران انجام گرفته مشخص نشده-اند.

روش شناسی

پژوهش حاضر با رویکرد پدیدارشناسی انجام شد. تحقیق پدیدارشناسی پاسخ این سؤال را جستجو می-کند که ساختار و ماهیت تجربه یک پدیده توسط مردم چیست؟ تحقیق پدیدارشناسی به صورت ویژه مطالعه تجربه زیسته^۱ یا زیست جهان^۲ مردم است (وان مانن^۳، ۲۰۱۶، ۲۱۸). مشارکت-کنندگان پژوهش شامل کلیه مربیان ورزش و ورزشکاران مرد و زن کشور در سال ۱۳۹۷ بودند. این افراد در حوزه‌های مختلف مثل ورزش قهرمانی، همگانی، معلولین، تناسب اندام، آمادگی جسمانی، و ورزش‌های ماجراجویانه فعالیت دارند. برای انتخاب نمونه آماری از روش انتخاب نمونه هدفمند استفاده شد. برای مربیان مشمول در این تحقیق داشتن حداقل ۱۰ سال سابقه مربیگری، کارت مربیگری در سطح بین‌المللی، سطح عملکرد، تحصیلات مرتبط با تربیت بدنی و پیشنهادات هم‌ردیفان خبره، و برای ورزشکاران هم حداقل ۱۰ سال سابقه ورزش کردن به طور مداوم و/یا تجربه ورزش در سطوح بالا در حوزه‌های مختلف در نظر گرفته شد.

جهت تحلیل داده‌ها از روش تحلیل مضمون استفاده شد. فرایند کامل تحلیل مضمون را می‌توان به سه مرحله کلان تقسیم نمود: الف) تجزیه و توصیف متن، ب) تشریح و تفسیر متن، و ج) ادغام و یکپارچه کردن مجدد متن. در حالی که همه این مراحل با تفسیر و تحلیل همراه است اما در هر مرحله از تحلیل، سطح بالاتری از انتزاع به دست می‌آید. این روش به صورت‌های گوناگونی قابل اجرا است که از میان آنها، روش شبکه مضامین^۴ مورد استفاده قرار گرفت. شبکه مضامین براساس روندی مشخص، پایین‌ترین سطح قضایای پدیده را از متن بیرون می‌کشد

^۱ . Lived experience

^۲ . Life world

^۳ . Van Manen

^۴ . Thematic network

(مضامین پایه)، سپس با دسته‌بندی این مضامین و تلخیص آنها به اصول مجردتر و انتزاعی‌تر دست پیدا می‌کند (مضامین سازمان‌دهنده). در قدم سوم این مضامین عالی در قالب استعاره‌های اساسی گنجانده شده و به صورت مضامین حاکم بر کل متن درمی‌آیند (آتراید-استرلینگ^۱، ۲۰۰۱، ۳۸۷-۳۸۵). بر این اساس، داده‌های حاصل از مصاحبه، با استفاده از روش تحلیل مضمون و به صورت توصیفی تفسیری مورد پردازش قرار گرفت. سپس با مراجعه مجدد و مرور مصاحبه‌های صورت گرفته، چارچوب نهایی تدوین شد.

جهت ممیزی پژوهش حاضر از چهار راهبرد استفاده شد. باورپذیری^۲ به این معنی است که آیا یافته‌های تحقیق برای محقق باورپذیر است (معادل روایی درونی است)؛ برای باورپذیری محقق یکی از مصاحبه‌ها را بعد از یک ماه دوباره کدگذاری نمود، نتایج با ضریب اسکات^۳ مقایسه شد که ضریب بدست آمده ۰/۸۴ بود که نشان از نتایج قابل اتکا و باور می‌باشد. انتقال‌پذیری^۴ یعنی این که آیا انتقال استنباط از یک بستر به بستر دیگر وجود دارد (معادل روایی بیرونی)؛ جهت افزایش قابلیت انتقال داده‌ها از حضور هر دو جنس استفاده و سعی شد که حتی‌الامکان از لحاظ سن، رشته و تحصیلات متفاوت باشند برای اعتمادپذیری از روش تحلیل اعضای پژوهش^۵ استفاده شد، در این روش گزارش محقق از نظر صحت و کامل بودن مطالعه و بررسی قرار گرفت، چرا که خواندن گزارش موجب می‌گردد که مشارکت‌کنندگان حقایق تازه‌ای به‌خاطر آورند یا درک جدیدی از موقعیت به‌دست آورند، ضمن این که تحلیل افراد بیرون از محدوده یک فرد، خارج از محدوده فرد یا موقعیتی است که درگیر تحقیق نیست تا نقاط کور تحقیق مشخص شود. در این راستا اتکاپذیری^۶ به این معنی است آیا اگر فرد دیگری کدگذاری کند به همین یافته‌ها می‌رسد و آیا نتایج یکسان به‌دست می‌آید (معادل پایایی است). در نهایت تأییدپذیری^۷ میزانی است که یافته‌های پژوهش تأییدپذیر است؛ آیا واقعاً یافته‌ها از دل داده‌ها بدست آمده

^۱ . Attride-Stirling

^۲ . Ceredibility

^۳ . Scott

^۴ . Transferability

^۵ . Member Checking

^۶ . Dependability

^۷ . Confirmability

است. برای تائیدپذیری ۳ نفر صاحب نظر مضامین، یافته‌ها را بررسی کردند و تمامی مراحل به صورت جز به جز ارائه شد تا متخصصان خبره نظرشان را در مورد مدل ارائه نمایند، که مورد تائید آنها قرار گرفت.

یافته‌های تحقیق

جدول ۱، مشخصات شرکت کنندگان در تحقیق را نشان می‌دهد. با توجه به عناوین آنها می‌توان از متناسب بودن نمونه پژوهش اطمینان حاصل کرد.

جدول ۱ - مشخصات شرکت کنندگان در تحقیق

ردیف	تحصیلات	سن	سوابق	عناوین
۱ کد	کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزش	۴۱	۲۲ سال	دونده سرعت باشگاهی، مربی سرعت باشگاهی، مربی سرعت تیم ملی در المپیک ۲۰۱۲ لندن و ۲۰۱۶ ریو، مدرس دانشگاه و مدرس دوره‌های مربیگری
۲ کد	دانشجوی دکتری مدیریت ورزش	۳۸	۲۲ سال	ورزشکار جهت‌یابی، مربی تیم ملی جهت‌یابی بانوان، مربی برتر جهت‌یابی کشور در دو سال پی‌اپی، مربی کوهنوردی
۳ کد	کارشناس ارشد تربیت بدنی	۴۶	۲۷ سال	بازیکن تیم‌های ملی والیبال، مربی تیم ملی والیبال نوجوانان ایران به مدت ۸ سال و کسب چند عنوان قهرمانی در آسیا و یک عنوان قهرمانی جهان، سرمربی و مربی تیم‌های سوپرلیگ ایران، مدرس فدراسیون والیبال
۴ کد	کارشناسی ارشد آسیب شناسی	۲۵	۱۱ سال	رکورددار دو ۶۰ متر داخل سالن بانوان ایران، دارنده مدال نقره بازی‌های آسیایی در ماده ۴ در ۴۰۰ متر و مدال طلا و نقره بازی‌های غرب آسیا
۵ کد	دکترای مدیریت ورزش	۴۴	۲۴ سال	کوهنورد، مربی بازی‌های سنتی و محلی، مربی کوهنوردی، دره‌نوردی، غارنوردی و صعود، عضو هیات علمی دانشگاه و مدرس دوره‌های مربیگری
۶ کد	کارشناسی ارشد مدیریت	۳۵	۲۰ سال	بازیکن تیم‌های ملی والیبال بانوان در رده‌های مختلف، مربی تیم‌های باشگاهی و ملی در رده‌های مختلف

بازیکن فوتسال باشگاهی، سرمربی فوتسال در لیگ برتر، مربی تیم ملی فوتسال دانشجویان و قهرمان آسیا، مدرس کنفدراسیون فوتبال آسیا در رشته فوتسال	۲۵ سال	۳۸	دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزش	۷ کد
ورزشکار باشگاهی دوومیدانی، مربی آمادگی جسمانی، تناسب اندام و توان افزایی افراد دارای بیماری و قهرمانان رشته‌های مختلف ورزشی	۲۰ سال	۳۶	کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزش	۸ کد
ژیمناست، مربی درجه ۱ ژیمناستیک و مربیگری نونهالان و نوجوانان در سالهای متمادی و مدرس واحد ژیمناستیک دانشگاه به مدت ۱۵ سال	۲۶ سال	۳۸	دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی	۹ کد
قهرمان چندین دوره بازی‌های ملی، آسیایی و جهانی میل بازی در ورزش باستانی	۷ سال	۲۸	کارشناسی ارشد آسیب	۱۰ کد
چندین عنوان در لیگ والیبال ایران، بازیکن تیم ملی والیبال و حضور در لیگ جهانی والیبال	۱۶ سال	۳۰	کارشناسی تربیت بدنی	۱۱ کد
بازیکن اسبق تیم ملی هندبال، بازیکن باشگاهی هندبال و کسب چندین قهرمانی در ایران، مربی تیم باشگاه ذوب آهن، مربی تیم ملی هندبال از سطح جوانان تا بزرگسالان	۳۸ سال	۵۰	کارشناسی ارشد مدیریت ورزش	۱۲ کد
دارنده دان دو جودو، ۵ دوره قهرمان ایران در رشته بادی کلاسیک و بادی بیلدینگ، نایب قهرمان و قهرمان بادی کلاسیک جهان در سال ۲۰۱۲ و ۲۰۱۳، داور و مربی درجه ۱ فدراسیون پرورش اندام	۲۴ سال	۳۷	کارشناس تربیت بدنی	۱۳ کد
مربی و بازیکن باشگاهی بدمینتون و کسب چند عنوان کشوری و لیگ ایران، سابقه ی مربیگری در مقاطع و سطوح مختلف بدمینتون در سطح ملی، مربی مدعو در تیم ملی آذربایجان، عضو هیات علمی دانشگاه و مدرس دوره‌های مربیگری	۲۶ سال	۴۰	دکترای یادگیری حرکتی	۱۴ کد

عضو تیم ملی کاراته ایران، کسب چندین مقام کشوری و باشگاهی در سطح کشور و قهرمانی باشگاه‌های جهان، مربی تیم ملی امید و جوانان ویتنام و چندین مقام با این تیم‌ها، دارای بالاترین مدرک مربیگری کاراته بین‌المللی	۲۲ سال	۳۶	کارشناس ارشد مدیریت ورزش	کد ۱۵
قهرمان پرتاب در ورزش معلولین، کسب چندین عنوان آسیایی و جهانی در مسابقات پاراآسیایی و حضور در سه دوره پارالمپیک	۱۷ سال	۳۳	کارشناسی تربیت بدنی	کد ۱۶
بازیکن فوتبال باشگاهی، مربی تیم‌های فوتبال نوجوانان و جوانان سپاهان و قهرمانی با این تیم‌ها در لیگ ایران، مدرس دوره‌های مربیگری	۲۲ سال	۳۵	کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزش	کد ۱۷
ورزشکار و مربی ایروبیک، مربی سالمندان، مربی تی آر ایکس، زومبا	۱۸ سال	۴۰	کارشناس ارشد تربیت بدنی	کد ۱۸
شناگر، مربی آموزشی و قهرمانی شنا و واترپلو	۲۵ سال	۳۵	کارشناسی ارشد مدیریت ورزش	کد ۱۹
بازیکن و مربی کبدمی، دارای چندین مقام کشوری باشگاهی، مربی تیم ملی جوانان به مدت دو سال	۱۸ سال	۳۳	کارشناسی ارشد آسیب شناسی	کد ۲۰

سوالات پژوهش این بود که مربیگری ورزش چیست و شامل چه مضامین، ویژگی‌ها، مولفه‌ها، فعالیت‌ها و اقداماتی است. با انجام مصاحبه‌ها و پیاده‌سازی متن به مرحله استخراج مضامین (کدهای معنایی) حاصل شده در سه سطح مضامین پایه (نشانگرها)، مضامین سازمان‌دهنده (ملاک‌ها) و مضامین فراگیر (عوامل) منتهی گردید که نتیجه آن در جدول ۲ ارائه می‌شوند. برای این منظور در ابتدا تمامی مصاحبه‌ها خط به خط توسط پژوهشگر یادداشت شد و کدهای اولیه مرتبط با مضامین مربیگری مشخص شدند که در جدول ۲ نمونه‌هایی ارائه شده است.

جدول ۲: نحوه شکل‌گیری مضامین (فراگیر، سازمان‌دهنده و پایه)

مضامین فراگیر	مضامین سازمان-دهنده	مضمون پایه	کدهای نمونه
	دانش مربیگری	دانش تئوریک دانش عملی قابلیت انتقال دانش به بازیکنان	دانش فنی مربی خیلی مهمه هم از جنبه تکنیکی و هم از جنبه تاکتیکی، دانش تئوری و عملی مربی خیلی مهمه و عامل بسیار مهمی در موفقیت اونه، مربی باید دانش تئوری مربوط به رشته ورزشیشو بدونه، مربی باید علمی که مرتبط با کار مربیگری هسن رو بدونه، دانش در مورد روش تمرین و حتی مکمل‌ها و داروهای دوپینگی خیلی ضروریه، باید بتونه دانشی رو که داره رو به ورزشکارش انتقال بده، بهتره مربی زیربنایی تئوریک تمریناتش رو بدونه و بر مبنای اونا کار کنه. این کار بهش کمک می‌کنه از لحاظ عملی هم قوی بشه.
درون فردی	ویژگی‌ها	شخصی روانی اخلاقی- اجتماعی	مربی باید منظم، باحوصله و صبور باشه، مربی باید اعتماد به نفس داشته باشه و اضطراب خودشو بتونه کنترل کنه، مربی باید شنونده خوبی باشه و به دقت به حرفای ورزشکاراش گوش بده، از نظر شخصیتی در سطح بالا باشه، مربی باید با بازیکنانش همدل، صادق و دوست باشه، مربی اگه می‌خواد موفق باشه باید متواضع و افتاده باشه، مربی باید خوش اخلاق و اجتماعی باشه و با دیگران تعامل مثبت داشته باشه.

<p>مربی باید عاشق باشه، مربیگری یه عشقه همشم سواد نیست. مربیگری هم عشقه هم هنر هم سواد. داشتن تفکر هنرمندانه، مربی باید یه باورها و ارزش‌های فرهنگی پیابند باشه، خلاقیت تو کار مربی خیلی مهمه. هر مربی یه سری اصول و فلسفه برا خودش داره، من مربیایو دیدم که بیشتر عاشق بودن تا این که به درآمد فکر کنن. مربی باید برا خودشون حدود اخلاقی و ارزشی مشخص کنن.</p>	<p>عشق به کار تفکر هنرمندانه باورها و ارزش‌های محوری</p>	<p>فلسفه مربیگری</p>	
<p>مربی باید در کلاس‌های مربیگری و کارگاه‌ها و سمینارها شرکت کنن، مربی باید دائما در جستجوی مقالات جدید مرتبط با کارشون باشن، مربیای جوون بهتره برن پیش مربیای باتجربه و کارآموزی کنن، مربیای جوون باید چند سالی رو به عنوان دستیار در کنار مربیای قدیمی تر باشن، اگه مربی زبان بلد باشه خیلی بهش کمک می‌کنه فعالیت‌های علمی رو هم انجام بده و تو کار ازشون استفاده کنه، مربی باید یک پژوهشگر باشه.</p>	<p>یادگیری مداوم کارآموزی داشتن روحیه پژوهشگری</p>	<p>تمایل به رشد و تعالی</p>	
<p>مربیگری خیلی به روابط آدم‌ها بستگی داره. مربی باید آدمای دیگه رو جذب کنه پس اول باید با اونا رابطه برقرار کنه. مربی باید با بازیکنانش روابط خوبی برقرار کنه، مربی باید با همکاراش رابطه خوبی داشته باشه و بتونه از اون اطلاعات بگیره و باهاشون صلاح و مشورت کنه. مربی باید با همه افرادی که به نوعی در ورزش درگیر هستن مثل مدیرای باشگاه‌ها و سالن‌ها، خانواده بازیکنان یا تماشاچیان رابطه برقرار کنه، رسانه‌ها می‌تونن نقش زیادی در مربیگری فرد داشته</p>	<p>ورزشکاران رسانه‌ها ذینفعان همکاران</p>	<p>روابط اجتماعی</p>	

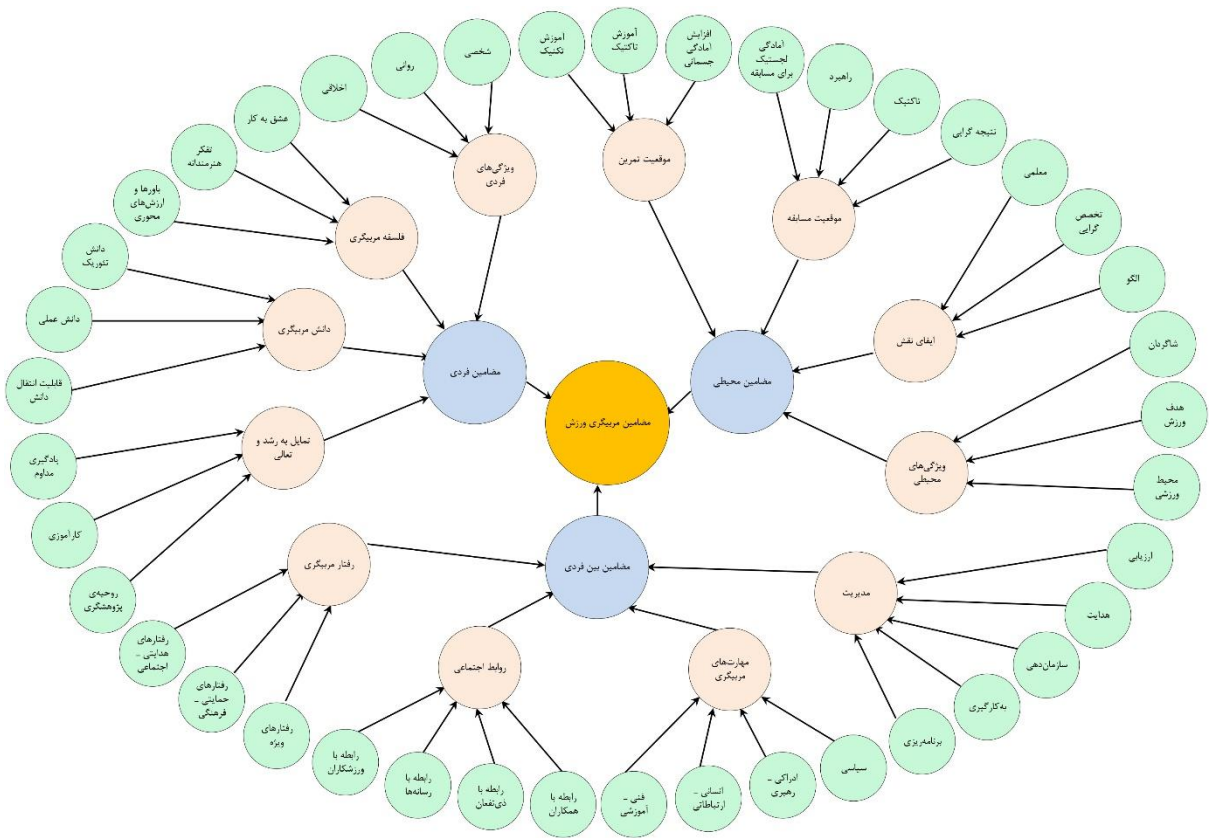
باشن، داشتن رابطه خوب با انواع رسانه‌ها ضروری.			بین فردی
<p>مربی باید بتونه حرفشو به زبونی به بازیکناش بفهمونه که برا اونا قابل درک باشه، یاددادن مهارت‌های یه ورزش اونم به طور اصولی به مهارت بالایی نیاز داره، مربی باید شیوه های تدریس و آموزش دادن را بدون، مربیا باید بتونن از زبان بدن و غیر کلامی بیشتر از زبان بدنی استفاده کنن، از امکاناتی که در دستشون هست به بهترین وجه استفاده کنن، مربیگری یه جو رهبری. یه مهارت مربیای خوب اینه که بدون چطوری ورزشکاراشونو رهبری و هدایت کنن، امروزه ورزش با سیاست خیلی نزدیک شده و افراد سیاسی نفوذ زیاد در ورزش دارن و لازمه مربیا با سیاسیون رابطه داشته باشه.</p>	<p>فنی - آموزشی انسانی - ارتباطی ادراکی - رهبری سیاسی</p>	<p>مهارت - های مربیگری</p>	
<p>مربیگری یک جور مدیریت، مربی باید برای هر روز برنامه داشته باشه، مربی باید بدون چطور بازیکناشو اداره کنه بدون این که بخواد مدام اونا رو کنترل کنه، باید بتونه در شرایط خاص تصمیم‌گیری‌های به موقع انجام بده مثلاً در انتخاب بازیکن، اعضای کادر فنی و پزشکی تیم، سازماندهی تمرینات به خصوص در کلاسای شلوغ مهمه، نظارت و بازبینی مداوم عملکرد ورزشکاران یکی از کارایه که باید همیشه انجام بشه، مربیا می‌تونن از قدرتشون برای هدایت ورزشکارا استفاده کنن، داشتن مقررات در تیم یا برای ورزشکارا به صورت انفرادی به مدیریت مربی کمک می‌کنه. ما معمولاً از ورزشکارامون</p>	<p>برنامه‌ریزی به‌کارگیری سازماندهی هدایت ارزیابی</p>	<p>مدیریت</p>	

<p>ارزیابی درستی نمی‌کنیم و این به نقطه ضعفمون محسوب می‌شه.</p>			
<p>مربی باید محرک خوب باشه و کلامش مشوق ورزشکارا باشه، مربی باید خبیل کم و به نحوی ورزشکاراشو تنبیه کنه که به شخصیتشون خدشه وارد نشه، در مقابل بی‌نظمی یا بی-انضباطی ورزشکاراش رفتار مقتضی نشون بده، در مواقعی که ورزشکاران وظایفشونو به درستی انجام نمی‌دن، یا قوانینو نقض می‌کنن یا رفتار مناسبی با بقیه ورزشکاران یا کادر تیم یا سایر افراد مرتبط با ورزش ندارند باید با اونا برخورد کرد. وقتی ورزشکاری رفتار خوبی داره باید تشویق بشه. مربی باید رفتار اخلاقی و منش ورزشی داشته باشه، هر مربی باید بتونه رفتار خودشو کنترل کنه به ویژه در شرایط پرتنش و حساس.</p>	<p>هدایتی- اجتماعی رفتار حمایتی- مربیگری فرهنگی ویژه مربی</p>		
<p>تمرین دادن به جنبه‌ایه که مربی می‌تونه شایستگی‌هاشو نشون بده، مربی در تمرینا باید با اطلاعات درستی که به اونا میده نقایص فنی ورزشکاراشو رفع کنه، تمرینات رو به نحوی طراحی کنه که باعث افزایش موفقیت تکنیکی و تاکتیکی بازیکنانش بشه، مربی باید یک متخصص تمرین در ورزشش باشه، تمرین باید هم شامل موارد تکنیکی و هم تاکتیکی باشه، تو بعضی ورزشا تاکتیک هم به اندازه تکنیک مهمه، مربی باید بررسی کنه که بازیکنانش به چه مولفه های فنی و غیرفنی نیاز دارند و تمرینات رو طراحی کنه، امروزه آمادگی جسمانی تو ورزش</p>	<p>آموزش تکنیک آموزش تاکتیک آفرایش آمادگی جسمانی</p>	<p>موقعیت تمرین</p>	<p>محیطی</p>

<p>خیلی مهمه و بعضی مربیا مجبورن خودشون این کارو تو تمرین انجام بدن. آمادگی جسمانی رکن تمرینه.</p>			
<p>مربیای قدیمی اکثرن معلم ورزشا بودن و معلمی رو بلد بودن، معلما به غیر از فنون ورزشی چیزای دیگه هم یاد میدن مته مهارتای زندگی و به کلیت فرد توجه دارن. مربی باید یک متخصص باشه هم از لحاظ فنی هم تغذیه هم روانشناسی، مربی باید خودش بدنسازی رو کاملاً بلد باشه. مربی باید برای بازیکناش از هر نظر الگو باشه مثلاً از نظر اخلاقی و حتی استایل بدنی.</p>	<p>معلمی تخصص- گرایی الگو</p>	<p>ایفای نقش</p>	
<p>باید بدونه داره با چه افرادی کار می‌کنه و شناخت خوبی از اونا داشته باشه، مربی در سطحی که کار می‌کنه مثلاً آموزشی یا پیشرفته باید اطلاعات کافی داشته باشه، مربی باید توانایی و مهارت کار با افراد مختلف رو داشته باشه، مربی باید درک کنه ورزشکارا یا اون افرادی که بهش مراجعه می‌کنن چی ازش می‌خوان یا به عبارتی چه هدفی دارن یا چه انتظاری از مربی دارن، مربیایی که با افراد دارای معلولیت کار می‌کنن باید اطلاعات خوبی در مورد این افراد داشته باشن. تغییر شرایط محیطی که باید در آن تمرین و مسابقه اجرا بشه مهمه، کیفیت محل برگزاری تمرین و مسابقه و تجهیزات هم می‌تونه روی کار مربی تاثیر بذاره.</p>	<p>شاگردان هدف ورزش محیط ورزش</p>	<p>شرایط محیطی</p>	

<p>یک چالش کلیدی برای خیلی از مربیا نتیجه-گیری در مسابقس، مربی باید بازیکناشو برای مسابقه آماده کنه هم از لحاظ بدنی و فنی و هم از لحاظ روانی، بعضی موقتا مربی مجبوره خودش همه برنامه ریزی و کارای مسافرت و این کارا رو انجام بده. مهارت بعدی مربی اینه که بازیکناشو برا مسابقه آماده کنن، عیار مربیا رو تو مسابقه و بردن مسابقه می سنجن، هر مربی بر اساس نتایجی که مربی در مسابقات به دست میاره ارزیابی میشه، شایستگی مربی به انتخاب تاکتیک مناسب در مقابل هر تیم بستگی داره، مربی باید تاکتیک یا استراتژی برای هر مسابقه را مشخص کنه، استراتژی که مربی برای هر مسابقه انتخاب می کنه موضوع مهمیه، مربیا باید جوری تمرین بدن که بازیکناش به موقع در اوج باشن و بهترین عملکرد رو در مسابقه داشته باشند.</p>	<p>آمادگی لجستیک برای مسابقه راهبرد تاکتیک نتیجه گرایی</p>	<p>موقعیت مسابقه</p>
---	--	--------------------------

بر اساس یافته‌های جدول ۲، محقق با خواندن چندبارۀ مصاحبه‌های پیاده شده و توجه به کل مباحث مطرح شده سعی کرد به فهمی کلی از مصاحبه‌ها دست یابد؛ سپس با خواندن بخش-های مختلف هر مصاحبه و تحلیل تک تک کلمات، عبارات، جملات و پاراگراف‌ها تولید گردید. کدگذاری مصاحبه‌های اجراشده به همراه یادداشت‌های محقق، انبوهی از کدها را تولید کرد که با بررسی مشابهت‌ها و دسته‌بندی آنها، ۴۱ مضمون پایه و ۱۲ مضمون سازمان‌دهنده شناسایی گردید؛ سپس شروع به دریافتن روابط بین مضامین کردیم تا بتوانیم درکی جامع از مضامین شایستگی‌های مربیگری ورزش ایران داشته باشیم. مضامین به دست آمده در سه مضمون فراگیر فردی، بین فردی و محیطی ظهور کردند (شکل شماره ۱).



شکل ۱ - مضامین شایستگی‌های مربیگری ورزش ایران

مضمون فراگیر درون فردی شامل چهار مضمون سازمان دهنده دانش مربیگری، ویژگی‌های مربی، فلسفه مربیگری و تمایل به رشد و تعالی بود. دانش مربیگری از مضامینی بود که شرکت‌کنندگان در تحقیق تاکید زیادی روی آن داشتند و شامل مضامین پایه دانش تئوریک، دانش عملی و قابلیت انتقال دانش بود. دانش تئوریک شامل مجموعه‌ای از علوم ورزشی و تربیت بدنی، دانش‌های ویژه ورزش از جمله قوانین و مقررات رشته‌های ورزشی، دانش عمومی مربیگری و دانش مرتبط با هدف شرکت‌کنندگان در ورزش و نیازهای آنها بود. دانش عملی شامل به کار بردن دانش تئوریک در تمرین، استفاده از دانش تئوریک در برخورد و رفتار با بازیکنان و به کار بردن دانش تئوریک در میدان رقابت بود. قابلیت انتقال دانش به بیان تئوریک مبنای اجرای صحیح

تکنیک‌ها و پیشگیری از آسیب‌ها به بازیکنان و همکاران، و موارد روانی مربوط به عملکرد در تمرین و مسابقه مرتبط بود.

شرکت‌کنندگان تحقیق حاضر، طیفی از ویژگی‌های مربیان را ذکر کردند که در سه مضمون پایه شخصی، روانی و اجتماعی قرار گرفتند. ویژگی‌های شخصی شامل مواردی از جمله صبور بودن، داشتن خلاقیت، متعهد بودن، داشتن انصاف و عدالت، تصمیم‌گیری خوب و منظم بودن بود. ویژگی‌های روانی شامل ثبات هیجانی و هوش هیجانی بالا، داشتن اعتماد به نفس بالا و اضطراب کم بود. ویژگی‌های اجتماعی شامل مواردی از قبیل شنونده خوب بودن، اجتماعی بودن و داشتن تعامل مثبت با دیگران بود.

تعدادی از شرکت‌کنندگان، هنر مربیگری و تفکر هنرمندانه را بخشی از فلسفه مربیگری ذکر کردند و برخی فلسفه مربیگری را هم‌ردیف با باورها و ارزش‌های محوری تلقی کردند. آنها ذکر کردند فلسفه مربیگری زیربنای همه کارهایی است که مربی انجام می‌دهد و نه تنها شامل اهداف، اقدامات و ارزش‌هاست بلکه یک رویکرد مربیگری است که زیربنای کیفیت‌ها و مهارت‌های شخصی را توصیف می‌کند.

رشد و پیگیری تعالی مربی از جمله مضامین سازمان‌دهنده‌ای بود که با هم مطرح شدند. رشد و تعالی در مربیگری شامل سه مضمون پایه یادگیری مداوم، کارآموزی و داشتن روحیه پژوهشگری بود. مشارکت‌کنندگان بیان کردند که یادگیری مداوم از طریق شرکت در کلاس‌های مربیگری، کارگاه‌ها، کنفرانس‌ها و جلسات با سایر مربیان به دست می‌آید. کارآموزی به کاروزی پیش مربیان باتجربه، شرکت در تمرینات سایر مربیان و به ویژه مربیان خبره به عنوان مشاهده کننده، و دستیار مربیان سطح بالا بودن اشاره داشت. داشتن روحیه پژوهشگری شامل تسلط به زبان انگلیسی، مطالعه مقالات روز مرتبط با حوزه مربیگری، استفاده از نتایج مقالات در کار مربیگری چه از لحاظ فنی و چه از لحاظ موارد غیرفنی مثل روانشناسی و موارد مرتبط با ویژگی‌های ورزشکاران در یک نوع ورزش خاص بود.

مضمون فراگیر بین‌فردی شامل چهار مضمون سازمان‌دهنده روابط اجتماعی، مهارت‌های مربیگری، مدیریت و رفتار مربیگری بود. مضمون سازمان‌دهنده روابط اجتماعی شامل مضامین پایه رابطه با ورزشکاران، همکاران، ذی‌نفعان و رسانه‌ها بود. رابطه مربی-بازیکن شامل توانایی

برقراری رابطه با بازیکنان، تعامل با بازیکنان، دوست‌بودن با بازیکنان، گذاشتن وقت بیرون از زمین بازی برای ورزشکاران بود. شرکت‌کنندگان اضافه کردند علاوه بر ورزشکار، افراد دیگری از جمله اعضای خانواده بازیکنان، رسانه‌ها و ذینفعان شامل دستیاران، هواداران، حامیان مالی و معنوی و مدیران هم هستند که برقراری رابطه با آنها برای مربی ضروری است. رابطه با همکاران شامل توانایی برقراری رابطه با دستیاران، سرمربی، مربیان سایر تیم‌ها، و مربیان باتجربه بود. رابطه با رسانه‌ها شامل توانایی برقراری رابطه با خبرنگاران، گزارشگران، شبکه‌های مجازی، و داشتن سواد رسانه‌ای بود. رابطه با ذینفعان شامل اعضای خانواده بازیکنان، مدیران، هواداران، حامیان مالی و افرادی بود که پتانسیل حمایت مادی و معنوی را دارند.

مضمون سازمان‌دهنده مهارت‌های مربیگری شامل مضامین پایه مهارت‌های فنی-آموزشی، انسانی-ارتباطاتی، ادراکی-رهبری و سیاسی بود. از منظر شرکت‌کنندگان در تحقیق، مهارت‌های فنی-آموزشی شامل توانایی اجرای مهارت‌های حرکتی، آشنایی با شیوه‌های مختلف آموزش مهارت‌های حرکتی، آموزش متناسب با ورزشکاران، و داشتن مهارت عملی برای ارائه آموزش بود. مهارت‌های انسانی-ارتباطاتی شامل داشتن مهارت برقراری ارتباطات متناسب با ویژگی‌ها و موقعیت ورزشکاران، فن بیان خوب، زبان کلامی، زبان غیرکلامی و بدنی، و داشتن روابط عمومی بالا بود. مهارت‌های رهبری-ادراکی شامل نفوذ در ورزشکاران، داشتن ویژگی‌های رهبری، رفتارهای متناسب با رهبر، تصمیم‌گیری‌های صحیح و مقبولیت نزد ورزشکاران بود. مهارت سیاسی به داشتن روابط نزدیک و خوب با افراد سیاسی، و استفاده از سیاست در مربیگری ورزشکاران و اتخاذ تدابیر سیاسی اشاره داشت.

مضمون سازمان‌دهنده مدیریت شامل مضامین پایه برنامه‌ریزی، سازماندهی، به‌کارگیری، هدایت و ارزیابی بود. از نظر شرکت‌کنندگان، برنامه‌ریزی شامل داشتن برنامه مدون برای هر جلسه تمرین یا مسابقه، برنامه‌ریزی ماهیانه، فصلی و سالیانه بود. سازماندهی شامل مشخص کردن وظایف و مسئولیت‌های بازیکنان و همکاران، آرایش بازیکنان در تمرین، وسایل و تجهیزات مورد استفاده در تمرین بود. به‌کارگیری شامل انتخاب بازیکنان و همکاران و دستیاران بود. هدایت شامل نظارت و بازبینی مداوم عملکرد ورزشکاران، انگیزه‌بخشی به ورزشکاران، استفاده از قدرت در هدایت ورزشکاران، و تدوین و ارائه مقررات به ورزشکاران بود. ارزیابی شامل تعیین استاندارد

برای عملکرد ورزشکاران، تعیین استانداردهای اخلاقی و رفتاری برای ورزشکاران، تعیین میزان دستیابی به استانداردهای مشخص شده، مشخص کردن نقاط قوت و ضعف و اصلاح نقاط ضعف بود.

شرکت کنندگان در تحقیق حاضر معتقد بودند رفتارهای مربیان یا مشوق و حمایتی، و یا هدایت-گر و تنبیهی است. آنها اظهار داشتند مربیان از برخی رفتارها برای افزایش یا کاهش رفتارهای ورزشکاران استفاده می کنند. رفتارهای هدایتی-اجتماعی شامل برخورد در مواقعی که ورزشکاران وظایف خود را به درستی انجام نمی دهند، قوانین را نقض می کنند یا رفتار مناسبی با بقیه ورزشکاران یا کادر تیم یا سایر افراد مرتبط با ورزش ندارند بود. رفتارهای حمایتی-فرهنگی شامل تشویق و حمایت مناسب از رفتارهای خوب بازیکنان با سایر بازیکنان در تمرین، مسابقه، در برخورد با سایر افراد حاضر در ورزش، انجام صحیح وظایف محوله و کمک به سایر افراد بود. رفتارهای ویژه مربی شامل رفتارهای معمول مربی با بازیکنان و سایر افراد حاضر در تمرین، رفتار مربی در لحظات حساس مسابقه، رفتار مربی مطابق با سن و شرایط ورزشکاران، و کنترل مربی بر رفتار خودش بود. شرکت کنندگان ذکر کردند مربیان در این گونه شرایط باید بتوانند خودشان را کنترل کنند و مراقب باشند رفتارهای ناهنجار نکنند.

مضمون فراگیر سوم، مضمون محیطی بود. مضمون محیطی شامل مضامین سازمان دهنده موقعیت تمرین، ایفای نقش، شرایط محیطی و موقعیت مسابقه بود. تقریباً همه شرکت کنندگان به تمرین به عنوان یک مولفه حیاتی مربیگری ورزش اشاره داشتند. تمرین شامل مضامین پایه آموزش تکنیک، آموزش تاکتیک و افزایش آمادگی جسمانی بود. مضمون آموزش تکنیک شامل مواردی از جمله آموزش مهارت های حرکتی پایه، آموزش تکنیک های تخصصی، اصلاح تکنیک، و ارائه بازخورد بود. آموزش تاکتیک شامل تاکتیک های پایه ویژه ورزش، تاکتیک های پیشرفته ویژه ورزش، تاکتیک های جایگزین برای موارد خاص و تاکتیک های موقعیتی بود. مضمون افزایش آمادگی جسمانی شامل رشد متناسب کلیه مولفه های آمادگی جسمانی ورزشکار، تقویت مولفه های آمادگی جسمانی که نیاز است بیشتر تقویت شوند، استفاده از روش های متناسب با ورزشکاران جهت افزایش آمادگی جسمانی ورزشکاران، و متنوع و مفرح کردن برنامه های افزایش آمادگی جسمانی بود. مربیانی که در حوزه سلامت و تندرستی کار می کردند افزایش آمادگی

جسمانی را یکی از اهداف تمرین و شاید مهم‌ترین هدف تمرین ذکر کردند و البته سایر شرکت‌کنندگان هم این مورد را در کنار دو مورد دیگر قرار دادند.

مضمون سازمان‌دهنده ایفای نقش شامل مضامین پایه نقش معلمی، تخصص‌گرایی و الگو بود. مشارکت‌کنندگان نقش‌های مختلفی را برای مربیان ورزش پیشنهاد کردند اما اکثر آنها موافق بودند مشهودترین نقش مربیان، نقش معلمی است. مضمون معلمی شامل مضامین آموزش ویژه ورزش، آموزش مهارت‌های زندگی و اجتماعی، رشد کل‌گرایانه ورزشکار یا تیم از جنبه‌های شناختی، عاطفی و روانی، و شناسایی و برآورده کردن نیازهای ورزشکار یا تیم بود. مضمون تخصص‌گرایی شامل بدنساز، فنی، و تندرستی بود. این مضمون شامل فعالیت‌هایی بود که مربیان به عنوان متخصص در افزایش مولفه‌های بدنی، تکنیکی و تاکتیکی یا بهبود وضعیت بدنی و قامتی، توانبخشی، توان‌افزایی یا درمان بیماری‌ها انجام می‌دهند. شرکت‌کنندگان اذعان داشتند مربیان فقط معلم نیستند بلکه افرادی هستند که به عنوان یک مدل یا الگوی رفتاری برای ورزشکاران عمل می‌کنند. این الگو می‌تواند اخلاقی، اجتماعی، تحصیلی، بدنی و ... باشد. مضمون الگو شامل داشتن سیما و تیپ بدنی مناسب، رفتار و اخلاق مناسب در محیط ورزش و اجتماع، عدم اشتها به موارد منفی در جامعه، شهروند خوب بودن و الگو بودن از هر نظر برای ورزشکاران بود.

مضمون سازمان‌دهنده شرایط محیطی شامل مضامین پایه شاگردان، هدف ورزش و محیط ورزش بود. مضمون شاگردان شامل ویژگی‌های سنی، ویژگی‌های فرهنگی، ویژگی‌های اجتماعی-اقتصادی، و استعدادها هر کدام از شاگردان بود. شرکت‌کنندگان اظهار داشتند هر فرد یا گروه از شاگردان خواسته‌ها و نیازهای خود را دارند و هدف خاصی را دنبال می‌کنند که مربیان باید آنها را برآورده سازند. هدف ورزش می‌تواند قهرمانی، تفریحی، درمانگری، ماجراجویی، تناسب اندام یا سلامتی باشد. محیط ورزش شامل نوع ورزش مثلاً تیمی یا انفرادی بودن ورزش، سطح رقابت، میزان تاثیرگذاری شرایط آب و هوایی بر ورزش، فرهنگ ورزش و میزان تاثیرگذاری افراد مثلاً داوران یا برگزارکنندگان ورزش بر نتایج بود.

مضمون سازمان‌دهنده موقعیت مسابقه شامل مضامین پایه آمادگی لجستیک برای مسابقه، راهبرد، تاکتیک و نتیجه‌گرایی بود. آمادگی لجستیک برای مسابقه شامل آماده‌کردن بازیکنان از

لحاظ بدنی، روحی و روانی برای مسابقه، تنظیم فهرست بازیکنان برای مسابقه، مهیا کردن محل مسابقه در شرایط میزبانی، و مهیا کردن مقدمات و ملزومات سفر برای مسابقات خارج از خانه بود. مضمون راهبرد شامل تجزیه و تحلیل ورزشکار یا تیم حریف، انتخاب تاکتیک مناسب برای هر مسابقه، و داشتن تاکتیک‌های جایگزین برای شرایطی که تاکتیک اول توسط حریف خنثی می‌شود بود. تاکتیک شامل انتخاب بازیکنان متناسب با مسابقه، استفاده از تعویض‌های مناسب، استفاده از زمان استراحت به موقع و استفاده از تاکتیک مناسب در برابر هر یک از حریفان بود. نتیجه‌گرایی شامل رسیدن به هدف مد نظر ورزشکار یا تیم، پیروزی در مسابقه، کسب مقام و دستیابی به سطوح بالاتر رقابت بود.

بحث و نتیجه‌گیری

مربیگری را می‌توان به عنوان یک سری اهداف، فعالیت‌ها و مداخله‌های هدفمند در نظر گرفت که برای بهبود عملکرد تیم‌ها و ورزشکاران طراحی می‌شوند (لیل و کاشن، ۲۰۱۰، ۵۹). مربیان برای آموزش و تعلیم ورزشکاران خود نیازمند مهارت، تکنیک و تاکتیک هستند؛ از این رو، کسب دانش ورزشی به مقدار مناسب و کافی برای مربیان ضروری می‌باشد. پیشنهاد شده مربیان ورزش می‌بایست دانش و مهارت‌های خود را به منظور غلبه بر تحولات پیچیده و محیط همیشه در حال تغییر ورزش، به طور مستمر به‌روزرسانی نمایند (کاسیدی، جونز و پوتراک، ۲۰۰۹، ۱۸۶). یک مربی موفق و شایسته باید دارای ویژگی‌های منحصر به فردی باشد. این ویژگی‌ها در زمینه‌های شخصیتی، فردی، مدیریتی، اجتماعی، ارتباطی و دانش فنی و تخصصی می‌تواند مورد توجه قرار گیرد، به طوری که نداشتن هر یک از ویژگی‌ها می‌تواند موجب عدم موفقیت مربی در رسیدن به نتایج مطلوب شود. مولفه‌های درون فردی مربیگری اشاره به مواردی دارد که نیاز است مربیان بر روی آنها بازتاب کنند. بازتاب شامل داشتن یک قابلیت خود-توسعه‌ای حرفه‌ای خودکار از طریق خود-آموزی سیستماتیک دارد (لیل و کاشن، ۲۰۱۰، ۵۶). مضمون درون فردی در چهار گروه دانش مربیگری، ویژگی‌های مربی، فلسفه مربیگری، و تمایل به رشد و تعالی قرار گرفت.

دانش مربیگری به مثابه خبرگی مربی در کار مربیگری است که مربیان از آن، جهت تمرین-دادن ورزشکاران برای رشد تکنیکی، افزایش مولفه‌های آمادگی جسمانی، و دستیابی به موفقیت

ورزشکاران استفاده می‌کنند (کاسیدی، جونز و پوتراک، ۲۰۰۹، ۱۸۸). شرکت‌کنندگان بر کسب دانش از منابع مختلف و استفاده از آن در عمل و کار مربیگری تاکید داشتند که با یافته‌های آبراهیم، کالینز و مارتیندال (۲۰۰۶)، لیل و کاشن (۲۰۱۰)، کهندل امیرتاش و مظفری (۱۳۸۱)، خسروی‌زاده و حق‌دادی (۱۳۸۹) و محمدی، مشکاتی و ژیان‌پور (۱۳۹۷) همسو می‌باشد. یک قسمت از این دانش، از طریق گذراندن دوره‌های مربیگری، تحصیلات مرتبط با ورزش و مربیگری و دانش ویژه ورزش مثل قوانین و مقررات (دانش تئوریک) و قسمتی هم با انجام دادن کار مربیگری (دانش عملی) به دست می‌آید که کریسفیلد (۲۰۰۷)، کوته و گیلبرت (۲۰۰۹) و بنی و اوکونور (۲۰۱۱) هم به آن اشاره کرده‌اند. قابلیت انتقال دانش به بیان تئوریک مبانی اجرای صحیح تکنیک‌ها و پیشگیری از آسیب‌ها به بازیکنان و همکاران، و موارد روانی مربوط به عملکرد در تمرین و مسابقه مربوط است و پیشنهاد می‌کند مربیان باید در مورد مبانی تئوریک رشته ورزشی خود از جمله علوم تربیت بدنی و قوانین و مقررات اطلاعات مکفی به دست آورند و از آنها در زمین ورزش در عمل استفاده کند و آنها را هم به صورت تئوریک و هم عملی به شاگردان خود منتقل کند تا آنها هم دلایل انجام تمرینات را بدانند (ژابو، ۲۰۱۴، ۴۲).

ویژگی‌های مربیان در سه گروه شخصی، روانی و اجتماعی قرار گرفتند. ویژگی‌های شخصی شامل مواردی است که مربی برای کار متعهدانه و دشوار مربیگری باید این ویژگی‌ها را داشته باشد که معادل ویژگی‌های ابزاری کاسیدی، جونز و پوتراک (۲۰۰۹) است. ویژگی‌های روانی شامل موارد روانی بود که مربیان باید در تمرین و مسابقه آنها را مدیریت و حفظ کنند چرا که شرایط روانی مربی تاثیر مستقیمی بر ورزشکاران دارد. ویژگی‌های اجتماعی در همه عرصه‌هایی که انسان‌ها با هم مراوده دارند یا کار می‌کنند و مربیگری ورزش هم از جمله آنها است، یک مولفه اجتناب‌ناپذیر است. ویژگی‌های مربیان موفق شباهت زیادی به گروهی از ویژگی‌های آموزش دهندگان خوب به علاوه مهارت‌های روانی مثل انگیزه کاری زیاد، انعطاف‌پذیری، خلاقیت، مهارت‌های سازمانی، موثق بودن، مهارت‌های اجتماعی، استدلال و اعتماد به نفس دارد که این دو ویژگی با ویژگی‌های درونی کاسیدی، جونز و پوتراک (۲۰۰۹) معادل هستند و همسو با مطالعات قبلی است (دهقان قهفرخی، ۱۳۹۰؛ منظمی و همکاران، ۱۳۹۲؛ حمیدی و معماری، ۱۳۹۳؛ بنی و اوکونور، ۲۰۱۱؛ هادسون، بات و مایراند، ۲۰۱۷).

فلسفه مربیگری بنیاد برنامه مربی است؛ نه تنها خطوط راهنمای مربی را مشخص می‌کند بلکه برای بازیکنان تیم، سکو (مرحله) مشخص می‌کند. این کار باعث می‌شود آنها مسئولیت اقدامات و تصمیماتشان را قبول کنند و تشویق می‌شوند به عنوان یک فرد ورزشکار و عضوی از تیم، انتظاراتی که از آنها می‌رود را برآورده کنند؛ از این رو، رفتار و فعالیت کاری هر مربی به وسیله فلسفه مربیگری‌اش شکل می‌گیرد (کلی، تلول، بارکر و هاردوود^۱، ۲۰۱۸، ۱۸۵۰). کوپر و آلن (۲۰۱۷) از ارزش‌ها به عنوان یکی مولفه اصلی مربیگری نام برده‌اند و کریسفیلد (۲۰۰۷) نشان دادن فلسفه و ارزش‌های مربیگری و بنی و اوکونور (۲۰۱۱) هم فلسفه را یکی از شایستگی‌های مربیان ذکر کرده‌اند.

رشد مداوم مربیان ورزش، کلید بقاء و بهبود کیفیت مربیگری و حرفه‌ای‌گری است که یادگیری در مرکز آن قرار دارد و یادگیری مداوم از طریق شرکت در کلاس‌های مربیگری، کارگاه‌ها، کنفرانس‌ها و جلسات با سایر مربیان به دست می‌آید و اشاره به سه روش یادگیری رسمی، غیررسمی و اختیاری دارد (هادسون، بات و مایراند، ۲۰۱۷، ۴۴۴). تغییر در ورزشکاران و ماهیت تحولی عملکرد ورزشی نیازمند آن است که مربیان در جستجوی رشد و تغییر کارشان باشند. یکی از راه‌های رشد مربیان، کارآموزی نزد مربیان باتجربه و خبره است که می‌تواند روند رشد و تعالی مربی را تسریع کند (نورمن^۲، ۲۰۱۵، ۲۱). داشتن روحیه پژوهشگری از جمله مضامینی بود که در مطالعات قبلی هم به طور ضمنی به آن اشاره شده است (کهندل، امیرتاش و مظفری ۱۳۸۱؛ بابازاده پهلوانلو و همکاران، ۱۳۹۸).

مربیگری ورزش الزاماً یک فعالیت اجتماعی است که به مهارت‌های خاصی بین فردی نیاز دارد (کوتنه و گیلبرت، ۲۰۰۹، ۳۱۵). یکی از ۵ مولفه‌ای که دوچیف و گیردیس (۲۰۱۵) به عنوان قلب مربیگری به آن اشاره کردند رابطه اجتماعی است. مربیان در محیط ورزش با افرادی زیادی تعامل دارند. بیشترین رابطه مربی با ورزشکاران است و مربی باید به عنوان یک محرک مفید برای رشد و پیشرفت ورزشکار عمل کند و این امر در سایه داشتن رابطه خوب با ورزشکاران محقق می‌شود. یک رابطه مثبت بین مربی-ورزشکار می‌تواند تا حد زیادی سطح رضایت ورزشکار،

^۱ . Kelly, Thelwell, Barker, & Harwood

^۲ . Norman

سطوح انگیزش، حالات خلقی مثبت، ایجاد حس حمایت و کاهش اضطراب را بهبود بخشد (ژاویت و شانموگان^۱، ۲۰۱۶، ۱۳۳). علاوه بر ورزشکار، افراد دیگری هم هستند (خانواده بازیکنان، رسانه‌ها و دستیاران، مدیران و ...) که برقراری رابطه با آنها برای مربیگری ضروری است و از آن به عنوان مربیگری رابطه‌ای یاد شده است که با یافته‌های اسماعیلی و طالب‌پور (۱۳۸۶)، خسروی‌زاده و حق‌دادی (۱۳۸۹)، کاظمی‌پور، مهدی‌پور و ازمشا (۱۳۹۴)، صاحبکاران، رضانی-نژاد، شونیدی، صادقی و ریحانی (۱۳۹۵)، منتظری، طالب‌پور و فیضی (۱۳۹۶)، خلیفه، قربانی و هنری (۱۳۹۷)، کیوسگلوس (۲۰۱۳)، هال (۲۰۱۵)، دوچیف و گردیس (۲۰۱۵) و نورمن (۲۰۱۵) همسو است.

مهارت‌های مربیگری تحقیق حاضر تقریباً با مهارت‌های مربیگری پیشنهادی بنی و اوکونور (۲۰۱۱) شامل رهبری، ارتباطات، مدیریت افراد و برنامه‌ریزی، تقریباً همپوشانی دارد. مهارت‌های فنی-آموزشی مربیان و معلمان با هم مشابه هستند و یاددادن مهارت‌های مرتبط با ورزش، ویژگی همهٔ مربیان است که در راستای یافته‌های صاحبکاران، رضانی‌نژاد، شونیدی، صادقی و ریحانی (۱۳۹۵) و بابازاده پهلوانلو و همکاران (۱۳۹۸) می‌باشد. برای این که مربیان ورزش بتوانند آموزش مناسبی ارائه دهند به مهارت‌های انسانی-ارتباطاتی نیاز دارند چون حتی اگر یک متخصص تکنیک و تاکتیک سطح بالا باشند اما نتوانند ارتباطات موثری با بازیکنان برقرار کنند، نمی‌توانند آموزش خوبی ارائه دهند و ارتباطات کلامی و استفاده از زبان بدنی و بیان چهره‌ای (ارتباطات غیرکلامی) می‌تواند اطلاعات مکفی به ورزشکاران ارائه دهد (موئن، گیسکی و هووارد^۲، ۲۰۱۵، ۱۸۷) و همسو با یافته‌های حمیدی و معماری (۱۳۹۳)، صاحبکاران، رضانی‌نژاد، شونیدی، صادقی و ریحانی (۱۳۹۵)، خلیفه، قربانی و هنری (۱۳۹۷) و محمدی، مشکاتی و ژیان‌پور (۱۳۹۷) است. مهارت ادراکی-رهبری به مربی کمک می‌کند دو مهارت قبلی را به بهترین نحو اجرا کند و مربیانی که در ورزش‌های رقابتی سطح بالا کار می‌کردند اذعان داشتند که رهبری یک مولفه اساسی در کار مربیگری است که در مطالعات قبلی هم این امر تایید شده است (منتظری، طالب‌پور و فیضی، ۱۳۹۶؛ کریسفیلد، ۲۰۰۷؛ موئن، گیسکی و هووارد، ۲۰۱۵؛ کلی،

^۱ . Jowett & Shanmugam

^۲ . Moen, Giske, & Hoigaard

تلول، بارکر و هاردوود (۲۰۱۸). نتایج کاشن و جونز (۲۰۱۶) نشان داد سیاسی بودن یک بخش ضروری از کار مربیگری است زیرا اثربخشی و دوام مربی ممکن است نه تنها به سوابق برد-باخت بلکه به توانایی فرد برای کسب تاییدیه کارگزاران قدرت (برای مثال، ورزشکاران، دیگر مربیان، یا مالکان) بستگی دارد و مربیانی که در تحقیق آنها شرکت کردند استفاده از چندین راهبرد آگاهانه برای دستکاری دیگر بازیگران و شرایط برای کسب مزیت را مهم تلقی می کردند.

وظایف مدیریتی و اداره کردن از وظایف ذاتی مربیگری معرفی ارائه شده است. یافته‌های کهندل، امیرتاش و مظفری (۱۳۸۱)، اسماعیلی و طالب‌پور (۱۳۸۶)، خسروی‌زاده و حق‌دادی (۱۳۸۹)، منظمی و همکاران (۱۳۹۲)، کاظمی‌پور، مهدی‌پور و ازمشا (۱۳۹۴)، و منتظری، طالب‌پور و فیضی (۱۳۹۶) نشان داد مدیریت یکی از وظایف مربیان است. مربیان نخبه‌ای که آبراهام، کالینز و مارتیندال (۲۰۰۶) با آنها مصاحبه کردند به خودشان به عنوان مدیران برنامه اشاره کردند و اهمیت توانایی مدیریت منابع انسانی و امکانات را برجسته کردند. مربیان احتمالاً در مورد سازماندهی رقابت کار می‌کنند، برنامه‌ریزی می‌کنند، اهداف کوتاه مدت و بلندمدت انتخاب می‌کنند در نتیجه، کار مربیان برنامه‌ریزی، ثبت کردن، نظارت و تجزیه و تحلیل و ارزیابی است (کریسفیلد، ۲۰۰۷). برنامه‌ریزی از جمله اولین اقداماتی است که هر مربی انجام می‌دهد و این کار می‌تواند برای یک جلسه، هفته، ماه، فصل، سال یا چند سال باشد (کریسفیلد، ۲۰۰۷؛ لیل و کاشن، ۲۰۱۰). اسماعیلی و طالب‌پور (۱۳۸۶) به کارگیری نیروی جدید را یکی از اولویت‌های مربیان تیم‌های ورزشی دانشگاهی معرفی کردند. سازماندهی شامل مشخص کردن وظایف و مسئولیت‌های بازیکنان و همکاران، آرایش بازیکنان در تمرین، وسایل و تجهیزات مورد استفاده در تمرین بود که به نظر می‌رسد با برنامه‌ریزی هم جهت است. هدایت شامل نظارت و بازبینی مداوم عملکرد ورزشکاران، انگیزه‌بخشی به ورزشکاران، استفاده از قدرت در هدایت ورزشکاران، و تدوین و ارائه مقررات به ورزشکاران بود که این دو مورد در راستای مطالعات قبلی هستند (کریسفیلد، ۲۰۰۷؛ نورمن، ۲۰۱۵؛ بابازاده پهلوانلو و همکاران، ۱۳۹۸). مربی علاوه بر داشتن زمینه خوب در مورد مدیریت باید درک پایه‌ای از مدیریت منابع انسانی هم داشته باشد. بدون در نظر گرفتن این که مربی در سطح باشگاهی کار می‌کند یا فقط دستیار یک مربی است، گروه یا گروه‌هایی که مربی با آنها کار می‌کند منابع او هستند و باید به طور موثری آنها را مدیریت

کند. سرمربی در نقشی که در برنامه‌ریزی منابع انسانی دارد باید مطمئن شود که از روش‌ها و سیاست‌های صحیح برای استخدام همکاران در راستای نیازهای سازمانی استفاده کرده است. همچنین مربی در انتخاب بازیکن برای تیم نقش مرکزی دارد که اسماعیلی و طالب‌پور (۱۳۸۶) هم به آن اشاره کرده‌اند. ارزیابی شامل تعیین میزان دستیابی به استانداردهای مشخص شده و مشخص کردن نقاط قوت و ضعف و اصلاح نقاط ضعف است که لازم است مربیان انجام دهند (سانتوز و جونز، ۲۰۱۳، ۷) که در مطالعه دهقان قهفرخی (۱۳۹۰) هم به ارزیابی خود و شاگردان اشاره شده است.

رفتار مربیگری را می‌توان به عنوان پاسخ‌های رفتاری که مربی در پاسخ به رفتار اجراکنندگان از خود بروز می‌دهد تعریف کرد (موئن، گیسکی و هووارد ۲۰۱۵، ۱۹۱). مربیان از برخی رفتارها برای افزایش یا کاهش رفتارهای ورزشکاران استفاده می‌کنند. استراتژی‌های مدیریت رفتار باید در مرکز مربیگری موفق قرار گیرد تا تضمین شود ورزشکاران مربیگری با کیفیت بالا و فرصت رسیدن به پتانسیل کامل خود را دریافت می‌کنند. رفتار نامناسب ورزشکاران دلایل زیادی دارد و مهم است مربیان این رفتارها را به حداقل برسانند و محیط مربیگری با استفاده از طیفی از استراتژی‌ها مدیریت کنند (دیو، فارین و فارین^۱، ۲۰۱۷، ۱۰۸). همچنین لازم است رفتار خوب مورد تشویق قرار گیرد تا احتمال تکرار آنها بیشتر شود که دهقان قهفرخی (۱۳۹۰) و دوچیف و گردیس (۲۰۱۵) هم این مورد را تایید کرده‌اند. از طرفی مربی باید مراقب رفتارهای خود به ویژه در لحظات پرفشار و تنش باشد تا رفتار نامناسبی از خودشان سر نزنند. نتایج نقش بحرانی هوش هیجانی مربیان در رشد رفتاری مربیان در آگاهی هیجانی و مدیریت هیجانات مربیان تایید شده است (راینی و مالیت^۲، ۲۰۱۷، ۱۱۹).

کیوسگلوس (۲۰۱۳) محیط مربیگری را یکی از مضامین اصلی مربیگری معرفی کرده و کوپر و آلن (۲۰۱۷) محدودیت‌های محیطی را یکی از مولفه‌های بخش‌های مربیگری ورزش ذکر کرده است. محیط مربیگری به عنوان درک مربی از شرایط منحصر به فردی که بر عملکرد ورزشکار تاثیر می‌گذارد و منعکس کننده شرایط منحصر به فرد برای بهبود عملکرد ورزشکار

^۱ . Dave, Farin & Farin

^۲ . Rynne & Mallett

تعریف، و به عنوان یک مجموعه شرایط احاطه کننده مربیگری توصیف می‌شود (هال، ۲۰۱۵، ۵۸). در مدل کوتاه و همکاران (۱۹۹۵) مسابقه و تمرین به عنوان دو مولفه محیطی مربیگری مشخص شده‌اند. در ورزش، مسئولیت مربی این است که عملکرد ورزشکاران را با در نظر گرفتن یک طیفی از عوامل به حد بیشینه برساند (کوته و گیلبرت، ۲۰۰۹، ۳۲۰). تقریباً همه شرکت‌کنندگان به تمرین به عنوان یک مولفه حیاتی مربیگری اشاره داشتند و با این امر موافق بودند که تمرین عبارت از رشد و بهبود افراد در هر موقعیت ورزشی است و این رشد می‌تواند مشتمل بر آموزش تکنیک‌ها و تاکتیک‌های هر ورزش و افزایش آمادگی جسمانی باشد. مربیانی که در حوزه سلامت و تندرستی کار می‌کردند افزایش آمادگی جسمانی را یکی از اهداف تمرین و شاید مهم‌ترین هدف تمرین ذکر کردند و البته سایر شرکت‌کنندگان هم این مورد را در کنار دو مورد دیگر قرار دادند. اسماعیلی و طالب‌پور (۱۳۸۶) توسعه مهارت‌های تکنیکی را یکی از اولویت‌های مربیان ذکر کردند، خسروی‌زاده و حق‌دادی افزایش آمادگی جسمانی شاگردان را یکی از فعالیت‌های مربیان نام برده‌اند و سانتوز و جونز (۲۰۱۳) بعد از تمرین بدنی به آموزش راهبردها، تاکتیک‌ها، تکنیک‌ها، حرکات نمایشی و روش‌های انجام بازی اشاره کردند.

خسروی‌زاده و حق‌دادی (۱۳۸۹) یکی از فعالیت‌های مربیان را ایفای نقش مربیگری ذکر کردند. مشارکت‌کنندگان نقش‌های مختلفی را برای مربیان ورزش پیشنهاد کردند اما اکثر آنها موافق بودند مشهودترین نقش مربیان، نقش معلمی است. نقش معلم مشخص است. مربی به ورزشکاران جنبه‌های تکنیکی، تاکتیکی یا دانش در مورد جنبه‌ی خاص از آن ورزش را آموزش می‌دهد و در کنار آن، مهارت‌های زندگی را نیز به شاگردان یاد می‌دهند (کوپر و آلن، ۲۰۱۷، ۸). مضمون تخصص‌گرایی شامل بدنساز، فنی، و متخصص تندرستی بود. معمولاً به مربیان به افرادی نگاه می‌شود که در کار خود متخصص هستند و آنها هم باید این نقش را به خوبی در حوزه‌های مختلف ایفا کنند و به نوعی حرفه‌ای محسوب می‌شوند (نورمن، ۲۰۱۵، ۲۴). مدل و الگوبودن یکی دیگر از نقش‌هایی است که مربی باید ایفا کند. یک مدل به یک شخص واقعی اشاره دارد که رفتار او محرکی برای پاسخ‌های مشاهده‌کننده است. مدل‌ها نمونه‌هایی از رفتارها برای مشاهده و تقلید هستند. به طور مشابه، ورزشکاران همیشه در حال مشاهده مربی‌شان، هم‌تیمی‌ها، حریف یا ورزشکار مورد نظرشان هستند و آماده‌اند رفتارهای مشاهده‌شده آنها را

تقلید کنند (کوپر و آلن، ۲۰۱۷، ۱۱). شرکت‌کنندگان در تحقیق، مربی به عنوان مدل را به صورت مثبت (خوب، رفتارهای بیش‌اجتماعی، منش ورزشی، بازی جوانمردانه) و منفی (ضعیف، رفتارهای ضداجتماعی، نداشتن منش ورزشی) گزارش کردند که با یافته‌های بیکر (۲۰۰۹)، مارتینز (۲۰۱۲) و اسماعیلی و طالب‌پور (۱۳۸۶) همسو است.

مضمون سازمان‌دهنده شرایط محیطی شامل مضامین پایه شاگردان، هدف ورزش و محیط ورزش بود. از نگاه جمعیت‌شناختی، محیط ممکن است بر حسب نوع ورزش، گروه سنی، سطح رقابت و سن، جنسیت و وضعیت حرفه‌ای/آماتور بودن ورزشکاران توصیف شود که مترادف با تمایز بین محیط‌های مربیگری است (پاپایلو، استرایگاس، تراولویس و کیپروس^۱، ۲۰۱۵، ۱۱۱۷). شرکت‌کنندگان اظهار داشتند هر فرد یا گروه از شاگردان خواسته‌ها و نیازهای خود را دارند و هدف خاصی را دنبال می‌کنند که مربیان باید آنها را برآورده سازند که همسو با یافته‌های دهقان قهفرخی (۱۳۹۰) است. هدف ورزش می‌تواند قهرمانی، تفریحی، درمانگری، ماجراجویی، تناسب اندام یا سلامتی باشد. مشخص شده که مربیان در سطوح مختلف، با انواع مختلفی از ورزشکاران مواجه هستند که ممکن است اهداف حرفه‌ای مختلفی داشته باشند. از یک منظر عملکردی، یک محیط منحصر به فرد با تعدادی زیادی از عوامل مقایسه می‌شود که بر هر فرد درگیر در مربیگری تاثیر دارد. برای مثال، ویژگی‌های اقلیمی محیط فیزیکی (مثل شرایط آب و هوا) ممکن است بر کار مربیگری تاثیر داشته باشد (کوته و گیلبرت، ۲۰۰۹، ۳۱۵). مربیان به طور مداوم به این کار نیاز دارد که محیط تمرین را با نیازهای شاگردان‌شان تطبیق دهند. در این میان، آن چه بر کار مربی تاثیرگذار است شرایط و افرادی است که می‌توانند بر ورزش تاثیرگذار باشند. آنها می‌توانند خارج از کنترل (مثل شرایط آب و هوایی، یا داوران) و یا قابل کنترل باشند (ایجاد محیط تیمی مثبت در برابر منفی) باشند که مربی باید آنها را هم در نظر بگیرد (پاپایلو، استرایگاس، تراولویس و کیپروس، ۲۰۱۵، ۱۱۶).

لیل و کاشن (۲۰۱۰) بیان کردند موقعیت مسابقه شامل کلیه فعالیت‌ها و اقداماتی است که مربی باید، قبل، حین و بعد از مسابقه در مورد آنها فکر و تلاش کند و یکی از مولفه‌های مهم

^۱. Papailiou, Strigas, Travlos, & Kipreos

مربیگری است. آبراهام، کالینز و مارتیندال^۱ (۲۰۰۶) هم آمادگی برای مسابقه را از جمله مولفه‌های اصلی مربیگری ورزش برشمردند. قبل از مسابقه لازم است مربی کلیه تمهیدات را آماده کند و ورزشکاران را از هر لحاظ آماده نماید. همچنین لازم است رقیب را بشناسد و آنها را تجزیه و تحلیل نماید و بر اساس این شناخت، تاکتیک و استراتژی مناسب را در سناریوهای مختلف در نظر بگیرد که در نهایت منجر به نتیجه‌گیری مطلوب می‌شود (نورمن، ۲۰۱۵، ۲۵).

در یک نگاه کلی، مطالعه حاضر نشان می‌دهد مربیان باید خودشان را برای کار مربیگری آماده کنند. این آمادگی باید جامع و همه‌جانبه باشد. مضامین درون‌فردی مقوله‌هایی را در کنار هم قرار داد که علاوه بر موارد مشهود مثل ویژگی‌های مربی یا دانش مربیگری، موارد بنیادین و ضمنی مربیگری ورزش مثل فلسفه مربیگری و تمایل به تعالی را هم شامل می‌شود. در ادبیات مربیگری ورزش، در مورد سه مضمون بین‌فردی (روابط اجتماعی، مهارت‌های مربیگری و رفتار مربیگری) مطالعات خوبی انجام شده اما مباحث مربوط به جزئیات مدیریت در مربیگری ورزش بسیار محدود است؛ موردی که توسط مشارکت‌کنندگان در تحقیق حاضر بسیار مورد تأکید قرار گرفت. مضامین محیطی نشان داد که مربیان ورزش در کار خود باید به عوامل مختلفی توجه کنند. شرایط محیطی نشان می‌دهند مربی باید با در نظر گرفتن این مقوله، بقیه کارهای خود را سازماندهی کند و متناسب با آنها اهداف کارش را انتخاب کند. آن چه در مربیگری ورزش مشهود است برونداد مطلوب شاگردان یا ورزشکاران است؛ خواه در میدان رقابت باشد خواه در فضای ورزش تفریحی و سلامتی. برای دستیابی به این مهم، مربیان نیاز دارند همانند یک رهبر ارکستر، همه احتمالات را به طور متعادل کنترل و بر آرایش تکالیف مرتبط نظارت کنند و خودشان را ارتقا دهند تا بتوانند بیشتر به ورزشکاران خدمت کنند. پیشنهاد می‌شود مطالعات دیگری با نمونه‌های دیگری در سطح کشور تکرار شود. همچنین می‌توان این مطالعه را به یک گروه از ورزش‌ها (مثلاً ورزش‌های تیمی یا انفرادی) یا یک رشته ورزشی خاصی محدود و اجرا کرد.

^۱ . Abraham, Collins, & Martindal

منابع و مأخذ

۱. Abraham, A. Collins, D. Martindale, R. (۲۰۰۶). The coaching schematic: Validation through expert coach consensus, *Journal of Sports Sciences*. ۲۴ (۶): ۵۴۹-۵۶۴.
۲. Attride-Stirling, J. (۲۰۰۱). Thematic Networks: An Analytic Tool for Qualitative Research. *Qualitative Research*. ۱ (۳): ۳۸۵-۳۸۷.
۳. Babazadeh Pahlavanlou, AK. Aslankhani, MA. Safania, AM. Droudian, AA. Goudarzi, M. (Autumn ۲۰۱۹). Developing a framework for developing behavioral characteristics for coaching levels. *Organizational Behavior Management in Sport Studies*. ۶(۲۳), ۱۳۵-۱۴۶. (Persian)
۴. Becker, A. (۲۰۰۹). It's not what they do, it's how they do it: Athlete experiences of great coaching. *International Journal of Sports Science & Coaching*. ۴(۱): ۹۳-۱۱۹.
۵. Bennie, A. O'Connor, A. (۲۰۱۱). An effective coaching model: The perceptions and strategies of professional team sport coaches and players in Australia. *International Journal of Sport and Health Science*. ۹: ۹۸-۱۰۴.
۶. Cassidy, T. Jones, RL. Potrac, P. (۲۰۰۹). *Understanding Sports Coaching: The Social, Cultural and Pedagogical Foundations of Coaching Practice* (۲nd edn). London: Routledge. ۱۸۳-۱۸۷.
۷. Cooper, D. Allen, JB. (۲۰۱۷). The coaching process of the expert coach: a coach led approach. *Sports Coaching Review*. ۱۷: ۱-۲۹.
۸. Cote, J. Gilbert, W. (۲۰۰۹). An Integrative Definition of Coaching Effectiveness and Expertise. *International Journal of Sports Sciences Coach*. ۴(۳), ۳۰۷-۳۲۳.
۹. Crisfield, P. (۲۰۰۷). UKCC Level ۴/۵ report for sports coach UK, Apollinaire Consultancy Associates Ltd. ۱۳-۱۶.
۱۰. Cushion, C. J., & Jones, R. L. (۲۰۰۶). Power, discourse, and symbolic violence in professional youth soccer: The case of

- Albion Football Club. *Sociology of Sport Journal*, ۲۳, ۱۴۲-۱۶۱.
۱۱. Dave, A. Farin, EN. Farin, AN. (۲۰۱۷). Emotional Intelligence and Coaching Behavior of Sport Coaches in the State Universities and Colleges in Region III, Philippines. *International Journal of Sports Science*. ۷(۳): ۱۰۵-۱۱۰.
 ۱۲. Docheff, DM. Gerdes, D. (۲۰۱۵). The HEART of Coaching. *Strategies*. ۲۸:۲, ۲۸-۳۲.
 ۱۳. Esmaeli, M. Talebpor, M. (۲۰۰۷). Review Periorities and eevaluation of coaching aspects in universities team sports. ۱۶: ۹۲-۱۰۶. (Persian)
 ۱۴. Ghahfarokhi Dehghan, A. (۲۰۱۱). Evaluating the performance of national team coaches' volleyball using ۳۶۰-degree feedback. Thesis Master of Physical Education and Sport Sciences. University of Tehran. (Persian)
 ۱۵. Gilbert, W. Trudel, P. (۲۰۰۴). Role of the Coach: How Model Youth Team Sport Coaches Frame their Roles. *The Sport Psychologist*. ۱۸: ۲۱-۴۳.
 ۱۶. Hall, ET. (۲۰۱۵). The coaching process in international rugby union: an ethnographic case study. Thesis of Ph.D. University of Edinburgh. ۵۸-۶۱.
 ۱۷. Hamidi, M. Memari, Z. (۲۰۱۴). Determining the explanatory model of Iranian elite sport coach selection criteria. *Sport Management Studies*. ۶(۲۴), ۳۱-۵۸. (Persian)
 ۱۸. Hodgson, L. Butt, J. Mayrand, I. (۲۰۱۷). Exploring the psychological attributes underpinning elite sports coaching, *International Journal of Sports Science and Coaching*. ۱۲ (۴): ۴۳۹-۴۵۱.
 ۱۹. Jowett, S. Shanmugam, V. (۲۰۱۶). Relational coaching in sport: Its psychological underpinnings and practical effectiveness. In R. Schinke, K.R.McGannon, B. Smith, *Routledge International Handbook of Sport Psychology*. Routledge. ۱۳۳. ۱۳۴.

۲۰. Kazemipour, A. Mehdipour. A. Azmash, T. (۲۰۱۵). Designing and establishing selection ceritries coach of national football. *Studies of Sport Management*. ۳۷: ۵۱-۷۲. (Persian)
۲۱. Kelly, S. Thelwell, RC. Barker, JB. Harwood, CG. (۲۰۱۸). Psychological Support for Sport Coaches: An Exploration of Practitioner Psychologist Perspectives. *Journal of Sports Sciences*. ۳۶(۱۶): ۱۸۵۲-۱۸۵۹.
۲۲. Khalife, SN. Honari, H. Ghorbani, MH. (۲۰۱۸). Factor analasis of career competencies national and international teakwondow coaches. *New Trends in Sport Management*. ۶ (۲۱): ۶۹-۷۹. (Persian)
۲۳. Khosravizade, E. Haghdadi, A. (۲۰۱۰). Review of coaching activities and relation to personal charastrictics of jounior coaches in Arak. *Sort management*. ۴: ۱۳۵-۱۵۳. (Persian)
۲۴. Kiosoglous, CM. (۲۰۱۳). Sports coaching through the ages with an empirical study of predictors of rowing coaching effectiveness (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses. ۱۴۶-۱۵۲.
۲۵. Kohandel, M. Amirtash, AM. Mozaffari, A. (۲۰۰۱). A Detemination and priorities ceriterias selection of national coach in team sports. *Olympic*. ۲۰۰۱. ۲۱ (۱): ۱۷-۲۸. (Persian)
۲۶. Jowett, S. Shanmugam, V. (۲۰۱۶). Relational Coaching in Sport: Its psychological underpinnings and practical effectiveness. In R. Schinke, K.R.McGannon, B. Smith, Routledge International Handbook of Sport Psychology. Routledge. ۱۷۳-۱۷۶.
۲۷. Lyle, J. Cushion, CJ. (۲۰۱۰). Sports coaching: professionalisation and practice. Edinburgh, Scotland: Churchill Livingstone. ۵۵-۶۳.
۲۸. Moen, F. Giske, R. Hoigaard, R. (۲۰۱۵). Coaches' Perceptions of how Coaching Behavior affects Athletes: An Analysis of their Position on Basic Assumptions in the Coaching Role, *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*. ۱۱ (۱): ۱۸۰-۱۹۹.

۳۹. Mohamadi, Z. Meshkati, Z. Jianpour, M. (۲۰۱۸). Identification coaches Characteristics from athlete experiences in volleyball team. *Sport Psychology*, ۱: ۳۷-۵۶. (Persian)
۳۰. Martenez, R. (۲۰۱۲). *Successful Coaching* (Fourth edn.), Wahingeon: Human Kinethics. ۲۴۵-۲۵۰.
۳۱. Monazami, AH. Soukhte Zari, S. Hadadi, F. Rostami Nejad, M. Goudarzi, M. Ashrafi Hafez, A. (۲۰۱۳). The codification of criteria for selecting national volleyball coaches. *Applied Research of Sport Management and Biology*. ۲(۶), ۱۰۹-۱۸. (Persian)
۳۲. Montazeri, A. Talebpour, M. Feizi, S. (۲۰۱۷). Construction and Validation of Sport Coaches Competencies Questionnaire. *Sport Management Studies*. ۹ (۴۱): ۱۴۷-۱۷۰. (Persian)
۳۳. Norman, L. (۲۰۱۵). The Coaching Needs of High Performance Female Athletes Within the Coach-Athlete Dyad. *International Sport Coaching Journal*. ۲: ۱۵-۲۸.
۳۴. Papailiou, D. Strigas, E. Travlos, AK. Kipreos, G. (۲۰۱۵). The influence of the social context and the coaching environment on the coaching process and performance evaluation. *Scholars Journal of Arts, Humanities and Social Sciences*. ۳(۶A): ۱۱۱۵-۱۱۱۹.
۳۵. Rynne, SB. Mallett, CJ. Rabjohns, MWO. (۲۰۱۷). High performance coaching: demands and development. In Richard Thelwell, Chris Harwood, & I. Greenlees (Eds.), *The Psychology of Sports Coaching: Research and Practice*. Abingdon, Oxon, United Kingdom: Routledge. ۱۱۴-۱۲۶.
۳۶. Sahebkar, MA. Ramezanejad, R. Shavandi, N. Sadeghi, M. Reyhani, M. (۲۰۱۶). Reseaech of Physiology and Management in Sport. ۸(۱); ۸۹-۱۰۴. (Persian)
۳۷. Santos, S. Jones, R. L. Mesquita, I. (۲۰۱۳). Do coaches orchestrate? The working practices of elite Portuguese coaches. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. ۸۴: ۱-۱۰.

۳۸. Szabo, AS. (۲۰۱۴). What is the meaning of sport coaching (Expectations, possibilities, realities)? Port Spanish. ۹ (۲), ۳۹-۴۴.
۳۹. Van Manen, M. (۲۰۱۶). Researching lived experience: Human science for an action sensitive pedagogy. Kentucky: Routledge Press. ۲۱۸.

فصلنامه پژوهش در آموزش علوم ورزشی

Study of competencies' Iran sport coaching¹

Alireza Zamani Nukaabadi¹, shahram Aroufzad², rasool nazari³, ahmadreza Movahesi⁴

Abstract

Objective: In sport environment, coach have a central facet, and responsible for providing opportunities for inhancement athletes abilities and skills in varity of technical, physical and ethical areas. However. There is no consensus about sport coaching nature and themes. Aim this study was identification of sport ciach themes use phenomenological approach. **Method:** Participants were ٧٠ coaches and athletes whom had specific criteria and selected porpuseful for deep interviews. Data analysed with theme analysis method.

Results: Thematic analysis revealed ٣ global themes of intrapersonal, interpersonal, and contextual; ١٢ organizer themes and ٤١ basic themes. Intrapersonal themes contained knowledge (theoric, practical, transfer knowledge), characteristics (personal, psychic, social), philosophy (love to coaching, artistic thinking, core believes and values), and interest to grow and excellence (continues learning, apprentice, moral of research). Intrapersonal themes contained social relations (with athletes, associates, media, stockholders), coaching skills (technical-instructional, humanistic-communicational, perceptual-leadership), management (planning, staffing, organizing, direction, evaluation) and coaching behavior (directional-social, supportive-cultural, specific behavior). Contextual themes contained practice

¹ - Received: ٢٠٢٠/March/١ Reception: ٢٠٢٠/August/٥

¹ sport managemeny department,sPORT sciences faculty, islamic azad university, Isfahan (Khorasgan) branch, Isfahan. iran

² Physical education departement, Isfahan Farhangian University, Isfahan, Iran.

Tell: ٠٩١٣١٢٨١٦١٨.

³ Sport sciences departement, Islamic azad universirty Isfahan (Khorasgan) branch, Isfahan, Iran

⁴ Physical Education and Sport Sciences Department, University of Isfahan, Isfahan, Iran

situation (instruction of technich, tactic, promot of fitness), play role (teacher, specialism, moodel), contextual situations (players, pupose of sport, sport environment), and match situation (logestic readiness for match, strategy, tactic, winning).

Conclusion: In general, it can be acknowledged, beside of components which relate to personal coach, they have variety of roles, tasks and functionals, therefore needs as a orchestration, use from their knowledge and art in order for contextualizing essential components for each specific situation.

Keywords: Coaching, Sport, Theme analysis

فصلنامه پژوهش در آموزش علوم ورزشی