

## نیازهای ورزشی در مراکز آموزشی نظامی از دیدگاه سربازان و تبیین نگرش آنان

محمدباقر سعادت طلب<sup>۱</sup>، کوروش قهرمان تبریزی<sup>۲</sup>، طهمورث نورایی<sup>۳</sup>

### چکیده

تقویت، توسعه علمی و عملی آمادگی جسمانی نیروهای مسلح که رابطه مستقیم با توان رزمی این نیروها دارد، از ضرورت‌های تربیت بدنی نیروی‌های مسلح به شمار می‌آید. پژوهش حاضر با هدف توصیف وضعیت نگرش و نیازهای ورزشی در مراکز آموزش نظامی نزاچا از دیدگاه سربازان انجام گرفت. روش تحقیق این پژوهش از نوع توصیفی و به لحاظ هدف، کاربردی بوده که به صورت میدانی اجرا گردید. جامعه آماری این پژوهش را کلیه سربازان آموزشی مراکز آموزش هفت‌گانه رزم مقدماتی و وظیفه نزاچا تشکیل دادند که با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای مرحله‌ای، تعداد ۵۱۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب گردیدند. ابزار جمع‌آوری اطلاعات، پرسشنامه محقق ساخته‌ای مشتمل بر دو عامل «نگرش نسبت به فعالیت ورزشی و نیازسنجی فعالیت‌های ورزشی» بوده که بر اساس طیف پنج ارزشی لیکرت تنظیم گردید. روایی محتوایی پرسشنامه از طریق مراجعه به نظر نخبگان دانشگاهی و مدیران ورزشی مراکز آموزش نظامی مورد بررسی و پایایی آن از طریق محاسبه آلفای کرونباخ ( $\alpha=0/92$ ) بدست آمد. همچنین برای بررسی روایی سازه از تحلیل عاملی اکتشافی استفاده شد. یافته‌های پژوهش نشان داد، نگرش سربازان آموزشی نسبت به فعالیت‌های ورزشی ( $4/32 \pm 0/60$ ) مطلوب و به ترتیب ورزش‌های اختیاری (تخصصی)، همگانی (تفریحی)، توبی، نظامی، اجباری و رزمی را به عنوان ورزش‌های مناسب و ضروری این دوران انتخاب نمودند؛ بنابراین ارزیابی کلی نشان می‌دهد، نگرش سربازان به فعالیت‌های ورزشی در این دوران مطلوب و علائق و نیازهای آنان به سمت ورزش‌های نشاط‌آور و پرهیجان و به دور از سختگیری‌های خاص محیط نظامی است.

**واژه‌های کلیدی:** فعالیت‌های ورزشی، سربازان، مراکز آموزش نظامی

<sup>۱</sup>. کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی، مدرس دانشگاه باهنر کرمان

<sup>۲</sup>. دکتری مدیریت ورزشی، دانشیار دانشگاه باهنر کرمان

<sup>۳</sup>. دکتری مدیریت ورزشی، استادیار دانشگاه باهنر کرمان

## مقدمه

تربیت بدنی و ورزش، بخش جدایی‌ناپذیر از تعلیم و تربیت، به خصوص در دوره جوانی و نوجوانی است. ورزش نه تنها به عنوان یک درون‌داد در یک نظام آموزشی مورد توجه بیشتر متخصصان تعلیم و تربیت است، بلکه یکی از عوامل مهم فرآیند عملیاتی در ارتقای سطح کیفی و کمی برون‌داد موسسات آموزشی می‌باشد؛ به همین دلیل است که کشورهای توسعه یافته و در حال توسعه، برای تحقق اهداف تعلیم و تربیت و تربیت بدنی در این فرآیند سرمایه‌گذاری کرده و تلاش می‌کنند سطح کارکردها و دستاوردهای آن را ارتقا دهند (رمضانی‌نژاد، ۱۳۸۶). پرورش جسم با مفاهیم سلامت جسم، توان جسم، مقاومت جسمی، دوری از تن پروری و تن آسایی، رشد جسم و حفاظت از جسم همراه است. بنابراین حفظ، رشد، سلامت و قدرت جسم یک نظامی موضوعی اساسی است و هر آنچه که برای جسم مانعی محسوب شود، نفی می‌گردد و هر آنچه که مایه سلامت و تقویت جسم است، کمال محسوب می‌شود (رشید زاده، ۱۳۸۹). بر این اساس هر جا نامی از نیروهای مسلح به میان می‌آید، اولین چیزی که به ذهن خطور می‌کند، آمادگی جسمانی و روحی کارکنان و به تبع آن، آمادگی رزمی این نیروهاست. ورزش و تربیت بدنی از راه‌های مؤثر افزایش سطح شاخص‌های جسمانی، روحی، رزمی و همچنین ایجاد انگیزه، روحیه بالای خدمتی، تقویت اراده، اعتماد به نفس و نشاط در نیروهای مسلح بوده و آمادگی و ورزیدگی جسمانی یکی از مهمترین عوامل حفظ آمادگی رزمی این نیروهاست. سازمان تربیت بدنی نیروهای مسلح با هدف نیل به این موارد تاسیس گردیده و در این راستا تلاش نموده است. نیروی زمینی ارتش نیز با هدف حفظ و ارتقای آمادگی جسمانی و روحی کارکنان در حوزه ورزش و تربیت بدنی برنامه‌ریزی، سازماندهی و هدایت را در مدیریت تربیت بدنی خود دارد.

خدمت وظیفه عمومی که به آن سربازی اجباری (اجباری)، فراخوان خدمت، خدمت ملی و یا به طور عام خدمت گفته می‌شود) اصطلاحی عام برای اشاره به دوره نظامی یا کار اجباری است که توسط نظام حاکم برای شهروندان برقرار می‌شود. سربازی، مقطع حساسی است و تغییرات عمده‌ای در زندگی فردی، خانوادگی و اجتماعی افراد ایجاد می‌کند. قرار گرفتن در چنین شرایطی غالباً با فشار و نگرانی توأم بوده و می‌تواند عملکرد و سلامت روانی افراد را تحت تأثیر قرار دهد (مظفری، ۱۳۸۸). با توجه به فواید و تأثیرگذاری جسمی و روانی ورزش، این فعالیت‌ها می‌تواند تأثیر بسیار مثبتی در کاهش فشارهای روحی و جسمی خدمت سربازان، به خصوص در آغاز ورود و در مراکز آموزش رزم مقدماتی، داشته باشد؛ بر این اساس لازم است فعالیت‌های

ورزشی در یگان‌های نظامی بر پایه‌ای صحیح استوار گشته و این فعالیت‌ها، به دقت مورد مطالعه و بررسی قرار گیرد تا بر اساس علایق و نیازهای سربازان برنامه‌ریزی گردد. با توجه به اینکه ورزش و فعالیت بدنی می‌تواند تأثیر بسزایی در رشد و شکوفایی انسان در تمام مراحل زندگی داشته باشد، بنابراین در این راستا می‌توان با برنامه‌ریزی و هدایت صحیح فعالیت‌های ورزشی و برگزاری مسابقات نشاط‌انگیز، هدف‌دار و شکل یافته در مراکز آموزش نظامی نتایج مهم تربیتی؛ همچون ایجاد روحیه، اجتماعی کردن، شکل‌گیری شخصیت و منش، لذت بردن از موفقیت و تلاش برای موفقیت فردی و گروهی، همکاری و همیاری، حس تعاون، حس رقابت توأم با رفاقت، دوست‌یابی، پرورش قوای ذهنی و جسمی و توانایی‌های حرکتی و مهارت‌های آن و روحیه جوانمردی را به وجود آورد. بنابراین در این پژوهش سعی گردید نگرش سربازان نسبت به فعالیت‌های ورزشی و نیازهای ورزشی آنان در این دوران ارزیابی و توصیف گردد تا در آینده برنامه‌ریزی‌ها با در نظر گرفتن علایق و نیازهای ورزشی سربازان به بهترین وجه انجام پذیرد.

### تعریف مسئله

حرکت، جنبش و پویایی، رابطه مستقیم با سلامتی و تندرستی اقشار مختلف، به ویژه جوانان، دارد. هدف نهایی ورزش، تندرستی و حفظ سلامت می‌باشد و کم‌حرکی و عدم برنامه‌ریزی صحیح، آسیب‌های جسمی و روحی را به همراه دارد؛ بنابراین در برنامه‌ریزی برای تأمین نیازهای حرکتی جوانان، تدوین یک برنامه صحیح و هدف‌دار می‌تواند جوانان را برای یک زندگی پرتحرک و سالم و عادت دادن آنها بر تداوم انجام فعالیت‌های جسمانی در طول زندگی آماده نماید. این مهم بر عهده مسئولان ورزشی است و تا ارزیابی مناسبی از وضعیت نگرش، علایق و نیازهای ورزشی آنان وجود نداشته باشد، نمی‌توان در برنامه‌ریزی مؤثر موفق بود. ارزیابی ادراک و نگرش افراد به فعالیت‌های ورزشی، جایگاه ویژه‌ای را در پژوهش‌های کاربردی به خود اختصاص داده است (کاماردین، ۲۰۰۷).

از سویی دیگر نیروی‌های مسلح رکن اصلی حراست از مرزها و امنیت کشور هستند؛ نهادی اجتماعی که در اقتدار به شکل مستقیم و غیر مستقیم و پیشرفت و ترقی دیگر نهادهای اجتماعی مؤثر است. تأمین سلامت و تندرستی جوانان در سال‌های خدمت مقدس سربازی بر عهده مسئولان پادگان‌ها می‌باشد، زیرا که این جوانان، آینده‌سازان فردای جامعه هستند و سلامتی یا عدم سلامتی آنان، در توسعه و پیشرفت مملکت اثر مثبت یا منفی خواهد داشت.

نکته دیگر اینکه موضوع تربیت از مباحث اساسی و بنیادین هر جامعه‌ای است و تربیت نظامی اساس اعتبار، ارتقای سلامت و توان رزمی نیروهای مسلح به شمار می‌آید و سرمایه گذاری و اهتمام به موضوع مهم تربیت نظامی عامل حیات، حرکت و پویایی پیکره نیروهای مسلح تلقی می‌گردد (رشیدزاده، ۱۳۸۹)؛ بر همین اساس مراکز آموزش رزم مقدماتی سربازی، مراکزی است که با هدف تربیت نظامی جوانان در بدو ورود به نیروهای مسلح طرح‌ریزی و هدایت شده است.

شغل نظامی‌گری ویژگی‌هایی دارد که یکی از مهمترین آن‌ها، سلامتی و توانایی جسمانی است. تجربیات اندوخته شده در جنگ‌های مختلف دنیا بیانگر این واقعیت علمی است که بکارگیری فعالیت‌های ورزشی، نظامیان را در اوج آمادگی و توانایی جسمانی و روانی نگه می‌دارد. تربیت بدنی و ورزش برای نیروهای مسلح یک ارزش است، پژوهش‌ها نشان می‌دهد ورزش و فعالیت ورزشی از گذشته در بین نیروهای مسلح و نظامیان بسیار با اهمیت و مورد توجه فرماندهان بوده است.

علی‌رغم اینکه ضرورت وجود یک برنامه منسجم و سازمان یافته برای اجرای فعالیت‌های ورزشی در نیروهای نظامی به اثبات رسیده است، اما هنوز ارزیابی جامعی از وضعیت نگرش، علایق و نیازهای ورزشی سربازان در مراکز آموزش نظامی در دست نیست؛ تحقیق حاضر می‌کوشد تا با ارزیابی نگرش و نیازهای ورزشی سربازان در مراکز آموزش نیروی زمینی، راهگشای مسیر رشد و تربیت جوانان باشد و حال سوال اصلی تحقیق این‌گونه مطرح است که نگرش سربازان نسبت به فعالیت‌های ورزشی و نیازهای ورزشی آنان در این دوران چگونه است؟

### اهمیت و ضرورت انجام تحقیق

ازدیرباز داشتن فعالیت بدنی منظم در اقشار مختلف مردم آرمان متعالی جوامع بوده است؛ علی‌رغم تأیید و وجود چنین یافته‌ای، هنوز بسیاری از جوامع با نبود یا کمبود فعالیت بدنی در اقشار مختلف خود مواجه‌اند. این امر در حالی است که فعالیت بدنی منظم یکی از مهمترین مؤلفه‌های اثرگذار بر سبک زندگی سالم محسوب می‌شود (دفلاندره، ۲۰۰۴). آمادگی جسمانی حرکتی مناسب، دغدغه اصلی نیروهای نظامی بوده و یکی از عوامل تعیین‌کننده در کارایی عملکرد این نیروهاست. ماهیت فعالیت‌های نظامی ایجاب می‌کند تا فرد نظامی (چه در زمان صلح و یا جنگ) از آمادگی بدنی مناسبی برخوردار باشد (واعظ موسوی، ۱۳۸۱).

کوهلر (۱۹۰۶) در کتابچه نظامی، در خصوص اهمیت تمرینات بدنی می‌نویسد که هیچ چیزی برای یک سرباز، مهمتر و حیاتی‌تر از آمادگی جسمانی و آموزش تربیت‌بدنی نیست. این حقیقت که امروزه جنگ‌ها مکانیزه‌تر از قبل شده‌اند، نه تنها اهمیت آمادگی جسمانی و تربیت بدنی را کمتر نکرده است، بلکه ضرورت آن را بیش از پیش افزایش داده است. یافته‌های اخیر نشان می‌دهند، فعالیت بدنی آثار مثبت و معناداری بر سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی افراد در تمامی دوره‌های زندگی دارد و ابزاری کارآمد در ارتقای کیفیت زندگی اقشار مختلف مردم است (دفلاندره، ۲۰۰۴). از سوی دیگر از گذشته تاکنون، آمادگی جسمانی نظامیان نقش مهمی در پیروزی یا شکست داشته است. برای هر نظامی درجه‌ای از آمادگی جسمی لازم است که آن را فقط می‌توان از طریق انجام فعالیت‌های بدنی بدست آورد. هدف برنامه‌های آمادگی جسمانی، تقویت افراد است تا بتوانند وظایف محوله و ماموریت‌های خود را در هنگام جنگ یا رزمایش، به خوبی انجام دهند. بنابراین دوره‌های آموزشی نظامی به منظور ایجاد آمادگی جسمی در نیروهای نظامی، در زمان صلح به کار می‌رود و نیروهای نظامی از هیچ طریق دیگری نمی‌توانند خود را برای شرکت در کارهای دشوار عملیاتی آماده کنند (فکوریان، ۱۳۹۱).

نیروهای مسلح همه ساله پذیرای جوانانی است که برای انجام خدمت مقدس و وظیفه عمومی مراجعه می‌نمایند. این جوانان، آینده‌سازان جامعه و سرمایه‌های اصلی کشور هستند و این برهه از زندگیشان، می‌تواند شالوده و پایه‌ای برای آینده بهتر باشد. یکی از مهمترین و حساس‌ترین دوره‌های زندگی انسان، دوره جوانی است که علائم، آثار و پیامدهای خاص خود را دارد. تحولات جسمی که در این دوره روی می‌دهد، در حالات روحی و حتی جهت‌دهی نگرش‌های افراد مؤثر است (زندى، ۱۳۸۶). تمام کسانی که جهت انجام خدمت مقدس سربازی مراجعه می‌نمایند باید در شروع خدمت، مدت دو یا سه ماه را در مرکز آموزش رزم مقدماتی، آموزش‌های لازم را طی کنند. حضور تعداد زیادی از جوانان در مراکز آموزش نظامی و با عنایت به اهمیت و ضرورت ورزش برای همگان و همچنین با توجه به اینکه محیط پادگان‌ها کمتر مورد مطالعه قرار گرفته، ضرورت پرداختن به این محیط را بیشتر و بیشتر می‌کند.

اجرای فعالیت‌های ورزشی و برگزاری مسابقات در یگان‌های نظامی، به ویژه در مراکز آموزش مقدماتی سربازی، می‌تواند در ارتقای نشاط و شادابی این جوانان بسیار مؤثر و مفید باشد. آثار متقابل حضور در فعالیت‌های حرکتی و ورزشی بر نگرش افراد، متفاوت بودن این نگرش‌ها با توجه به ویژگی‌های متفاوت فردی، همسان نبودن نیازها، تفاوت در میزان بهره‌مندی از تأثیرات حرکت و فعالیت‌های ورزشی و به طور کلی در هم آمیختگی زندگی

فردی و اجتماعی عواملی اند که بیش از پیش اهمیت پرداختن به محیط جوان موجود در پادگان‌ها را ایجاد می‌نماید؛ بدین ترتیب پژوهش حاضر می‌تواند در این حوزه مثبت و راهگشا باشد.

محیط‌های نظامی به دلیل ویژگی‌های خاص محیطی، بسیار کم مورد تحقیق و پژوهش قرار گرفته است. لزوم و اهمیتی که ورزش برای جوانان دارد و همچنین ارزیابی صحیح نگرش و نیازها می‌تواند پیامدهای مثبتی؛ همچون شناسایی قوت‌ها تدوین برنامه‌های مؤثرتر و ارائه بازخوردهای انگیزشی را به همراه داشته باشد؛ بنابراین نتایج این پژوهش می‌تواند در اختیار برنامه‌ریزان ورزشی در نیروهای مسلح قرارگیرد تا با برنامه‌های مناسب‌تر و همسوتر با دیدگاه‌های بدنه اصلی نیروهای مسلح، شاهد ارتقای همه جانبه ورزش در این نیروها باشیم.

## اهداف تحقیق

### هدف کلی

هدف کلی این پژوهش تبیین نیازهای ورزشی سربازان مراکز آموزش نزاچا و شناخت نگرش آنان در مورد نیازهای ورزشی آنان بود.

### سایر اهداف

۱. جامعه‌شناسی ورزشی سربازان مراکز آموزش نظامی نزاچا از دیدگاه ترکیب جمعیتی سربازان و میزان مشارکت آنان در فعالیت‌های ورزشی
۲. بررسی میزان علاقه‌مندی سربازان مراکز آموزش نظامی نزاچا به انجام فعالیت‌های ورزشی

### محدودیت تحقیق

- گستردگی و پراکندگی جغرافیایی جامعه آماری

## تعریف اصطلاحات تحقیق

### نیروهای مسلح

به کلیه نیروهای نظامی یک کشور اطلاق می‌گردد (رستمی، ۱۳۷۸). نیروهای مسلح در کشور ما به ستاد فرماندهی کل قوا، ارتش، سپاه پاسداران انقلاب اسلامی، نیروهای انتظامی، وزارت دفاع و سازمان‌های وابسته اطلاق می‌شود.

### خدمت سربازی

خدمت سربازی که به آن خدمت وظیفه (خدمت وظیفه ملی) نیز اطلاق می‌گردد؛ عبارتست از مدت زمانی که اتباع ذکور هر کشور پس از رسیدن به سن بلوغ برابر مقررات و قوانین آن کشور مکلف به انجام خدمت وظیفه در یکی از نیروهای مسلح آن کشور می‌باشند. مدت خدمت سربازی در کشورهای جهان متفاوت بوده و بین یک تا سه سال متغیر می‌باشد. در بعضی کشورها اتباع اناث نیز تحت ضوابطی مکلف به ادای خدمت وظیفه می‌باشند (رستمی، ۱۳۷۸). کلیه سربازان باید در ابتدای خدمت مدتی (۸ تا ۱۳ هفته) را در مراکز آموزش نظامی آموزش‌های رزم مقدماتی را فرا گیرند.

### تربیت بدنی نیروهای مسلح

تربیت بدنی نیروهای مسلح سازمانی که با هدف افزایش آمادگی و ورزیدگی جسمانی نیروهای مسلح مرتبط با آمادگی رزمی یگان‌ها ایجاد شده است (رستمی، ۱۳۷۸).

### مراکز آموزش نظامی نیروی زمینی ارتش

مرکز آموزش نظامی مکانی است که به منظور اجرای آموزش رزم مقدماتی، آموزش تکمیلی انفرادی و آموزش پشتیبانی رزمی و سایر آموزش‌های تخصصی کارکنان کادر و وظیفه تعیین شده است (رستمی، ۱۳۷۸). مراکز آموزش نظامی نیروی زمینی ارتش دارای هفت مرکز آموزش نظامی رزم مقدماتی، شامل مراکز آموزش ۰۱، ۰۲، ۰۳، ۰۴، ۰۵، ۰۷ و ۰۸ می‌باشد.

### آموزش رزم مقدماتی

آموزش موضوعات نظامی مقدماتی و اصول رزم پیاده مقدماتی است که به کارکنان تازه استخدام شده ارتش اعم از کادر وظیفه داده می‌شود (رستمی، ۱۳۷۸). هم‌اکنون کارکنان وظیفه در بدو ورود به خدمت، به مدت ۸ هفته در مراکز آموزش رزم مقدماتی آموزش می‌بینند.

## مبانی نظری تحقیق

### تعریف ورزش

ورزش از نظر لغوی اسم مصدر، به معنای «ورزیدن» است و ورزیدن مصدر آن یعنی کار کردن، عمل کردن، کوشیدن، پیاپی انجام دادن و ریاضت کشیدن است (دهخدا، ۱۳۳۵). تعریف ورزش به هدف و منظور از انجام آن بستگی دارد. برای نمونه، پیکارهای شنا که در برابر هزاران نفر در یک استخر سرپوشیده مسابقاتی انجام می‌گیرد یک گونه از ورزش به شمار می‌رود؛ در حالی که شنا در یک استخر معمولی یا در دریا یک تفریح شمرده می‌شود.

### فعالیت ورزشی

نوعی فعالیت جسمانی که در آن تمرین و حرکات به منظور تقویت قوای جسمانی و روحی و کسب مهارت انجام شده و در اصل همان ورزش محسوب می‌شود که به صورت سازمان یافته است.

### تربیت بدنی در نیروهای مسلح

#### تاریخچه تربیت بدنی در نیروهای مسلح

به روشنی نمی‌توان گفت اولین فعالیت ورزشی در کجای این کره خاکی انجام شده و یا اولین ورزش در چه محلی اجرا شده است؛ اما با مطالعه تاریخ تربیت بدنی و ورزش در تمدن‌های باستان با بازی‌های از قبیل چوگان، ارابه رانی، شکار، اسب دوانی، یوگا و غیره بر می‌خوریم که هر کدام برای برآوردن هدف خاصی اجرا شده است. آنچه مسلم است اینکه آموزش کشتی، شنا، تیراندازی، اسب دوانی، ارابه رانی با اهداف نظامی پایه‌ریزی شده است. در ایران باستان نیز ورزش‌هایی مانند کشتی، اسب سواری، شنا و دو بسیار رایج بوده است.

گودرزی (۱۳۸۳) نیز به تمرکز بر سیر تطوّر ورزش باستانی به مهارت‌های مختلفی در ایران باستان مانند تیراندازی، زوبین پرانی، فلاخن افکنی و ابزارهایی مانند سپر، کارد، تیرکمان و زره اشاره کرده که همه این موارد بیانگر تنوع ابزارها و مهارت‌های نظامی ورزش ایرانیان است.

درخشان مبارکه (۱۳۹۱) در مطالعه تاریخ و فرهنگ تعلیم و تربیت ایران باستان می‌نویسد: تربیت بدنی و ورزش در بعد نظامی، تندرستی (بهداشت و نیرومندی) و حتی تربیتی در اولویت بالا قرار داشته است، البته بعد نظامی - ورزشی در اولویت اول بوده است. حتی کسب موفقیت‌های بی‌شمار ایرانیان در جنگ و تربیت مردانی سلحشور و نیرومند با استفاده از همین



مهارت‌های نظامی بدست آمده است. گودرزی (۱۳۸۳) مهارت‌های مختلفی را در ایران باستان مانند تیراندازی، زوبین پرانی، فلاخن افکنی و... اشاره کرده که بیانگر مهارت‌های نظامی-ورزشی ایران باستان می‌باشد.

رضانی‌نژاد (۱۳۹۰) در مطالعه خود، ورزش ایران و باستان یا پهلوانی را نماد دفاع از سرزمین، حمایت از مردم و مهارت‌های نظامی، ترکیب ادوات ابزارهای رزم و توان جسمانی، عقل و خرد آنان می‌داند. همچنین او تعداد ابزار و ادوات نظامی ورزشی در ایران باستان را بیشتر از تعداد ابزارهای دیگر می‌داند.

هرودوت، مورخ مشهور یونانی، می‌نویسد: ایرانیان از پنج تا بیست سالگی سه چیز را می‌آموختند: اسب سواری، تیر و کمان و راستگویی که به نظر می‌رسد این امر بر اهمیت روش‌های نظامی در ایران قدیم تاکید دارد.

در تاریخ آمده است که مصریان، جوانان را در مدارس و سربازخانه‌ها آموزش نظامی داده و قدرت، سرعت، چالاکی و انعطاف‌پذیری آنان را افزایش می‌دادند. در چین باستان نیز تربیت بدنی بیشتر در مدارس نظامی به منظور تربیت جنگجویان رایج بوده است. همچنین در هند قدیم نظامیان برای تربیت سربازان از تعلیمات تربیت بدنی بهره می‌جستند. در روم قدیم نیز تربیت بدنی و ورزش صرفاً برای ایجاد آمادگی و تقویت قوای جسمانی و روحیه نظامی اهمیت فراوان داشت (بایا رومه، ۱۳۹۰). در بررسی تاریخ ایران باستان، انواعی از ورزش‌های نظامی و ابزارهای خاص آن ورزش‌ها؛ همچون خشت، خنجر، دشنه، کارد، گرز، تیر و کمان، کشتی، کمند و غیره را می‌بینیم که اغلب در میان نظامیان رایج بود.

### ورزش‌های نظامی ایران باستان

ورزش نظامی در اصطلاح به فعالیت‌های ورزشی اطلاق می‌شود که به دلیل ماهیت و خصوصیت نظامی، در یگان‌های نظامی مورد استفاده قرار می‌گیرد. این ورزش‌ها از زمان‌های بسیار دور در سپاهیان کاربرد داشت که در ادامه به برخی از آن‌ها اشاره می‌کنیم:

۱- **چوگان:** چوگان فقط یک مهارت تفریحی و گروهی نبوده و برای تربیت نظامی و جنگی نیز استفاده می‌شد. هنگام بازی گوی را در حالت تاخت می‌زدند و بازی‌های رسمی را به ساز آغاز می‌کردند و در ابتدای بازی نیز ساز مخصوصی نواخته می‌شد.

۲- **شکار:** از مهمترین فعالیت‌های مردم عادی، تمرین نظامی جنگجویان و فعالیت تفریحی بزرگان در ایران باستان بود.

۳- **اسب سواری و سوارکاری:** ایرانیان اسب را به عنوان حیوانی نجیب دوست می‌داشتند و از اسب برای شکار، تیراندازی، نبرد، چوگان بازی و ارابه رانی استفاده می‌کردند. مهارت اسب سواری نه فقط به کودکان آموخته می‌شد بلکه پسوند بسیاری از اسامی پسران مانند گشتاسب، ارجاسب و... مورد احترام بود.

۴- **سنگ‌گیری:** این ورزش را می‌توان شکل اولیه وزنه‌برداری دانست که زورگیران (پهلوانان معرکه‌گیر) به عنوان یکی از مهارت‌های ورزشی استفاده می‌کردند. سنگ در میان جنگ افزارها نماد سپر است.

۵- **پیاده‌روی و دویدن:** از جمله ورزش‌های رایج در آن زمان بود که اهمیت خاصی داشت. در گذشته دویدن صبحگاهی ورزش کاربردی در برنامه آمادگی سربازان، برای شرکت در بازی‌ها و دیگر فعالیت‌ها داشت.

۶- **نیزه پرانی و زوبین پرانی:** یکی از مهارت‌های آموزشی و فنون جنگی ایرانیان بود که به صورت سوار یا پیاده در جنگ و شکار استفاده می‌شد. در شاهنامه نیز مهارت ایرانیان در پرتاب نیزه، ستایش شده است.

### پیشینه تحقیق

تحقیقات در مورد ارزیابی نگرش و نیازهای ورزشی در دیگر حوزه‌ها همچون مدارس و دانشگاهها انجام گرفته است، اما علی‌رغم جستجوی فراوان، پژوهشی در ارزیابی این امر در مراکز آموزش نظامی یافت نشد. البته باید توجه داشت به خاطر ویژگی‌های خاص، محیط‌های نظامی کمتر مورد پژوهش و تحقیق قرار گرفته‌اند. همچنین اغلب این تحقیقات به دلایل امنیتی به صورت طبقه‌بندی محرمانه بوده و کمتر در دسترس قرار گرفته‌اند.

ناصری (۱۳۸۱) در پژوهش خود فعالیت‌های ورزشی را در مراکز آموزشی نظامی یک ضرورت و به عنوان خشت اول و شالوده فعالیت‌های ورزشی نظامیان بر می‌شمارد و مدیران ورزشی این مراکز را به اجرای آموزش‌های ورزشی برای عموم نظامیان صرف نظر از ماموریت‌های خاص، اجرای آموزش‌های ورزشی با توجه به رسته خدمتی و ماموریت‌های بعدی، اجرای تمرینات آمادگی جسمانی بر اساس الگوهای حرکتی رسته‌ای خدمتی، اجرای ورزش‌های عمومی، اجرای رقابت‌های ورزشی داخلی به منظور ایجاد انگیزه بیشتر و اجرای برنامه‌های فراغتی و ورزشی توصیه می‌کند.

امراالله مجدآبادی (۱۳۸۱) در پژوهش خود با عنوان «نقش مراکز فرهنگی- آموزشی در آمادگی جسمانی کارکنان پایور نیروهای مسلح» نتیجه می‌گیرد که کمیت و کیفیت ساعات اختصاص داده شده به تمرینات بدنی در مراکز آموزش- فرهنگی کم است. کیفیت امکانات و مربیان ورزشی در میزان آمادگی جسمانی کارکنان نیروهای مسلح و همچنین علاقه‌مندی و نگرش دانش‌پژوهان مراکز آموزشی- فرهنگی نیز در میزان آمادگی جسمانی آنان نقش دارد. اکبرآبادی (۱۳۸۴) نیز نتیجه می‌گیرد که فضای اماکن ورزشی فعلی در دانشگاه افسری امام علی<sup>(ع)</sup> با تعداد دانشجویان موجود تناسب ندارد؛ بنابراین در بعضی از اماکن، دو یا سه رشته ورزشی در طول هفته با زمان‌بندی مشخص باید مبادرت به تمرین نمایند که این نقص باعث تقلیل مدت زمان و جلسات تمرین بعضی از تیم‌ها می‌شود. همچنین در بررسی عوامل تأثیرگذار آمادگی جسمانی دانشجویان دانشگاه افسری امام علی<sup>(ع)</sup> به خصوص تیم‌های ورزشی، اختصاص مدت زمان مناسب برای تمرینات بدنی، کیفیت و کمیت اماکن و وسایل تجهیزات ورزشی را از عوامل مؤثر و تأثیرگذار بر آمادگی جسمانی دانشجویان معرفی می‌نماید.

صادقی‌نیا (۱۳۸۵) در مطالعه خود با عنوان «تأثیر یک دوره آموزش سربازی بر روی برخی عناصر آمادگی جسمانی و سلامت روانی سربازان در یگان‌های نیروهای زمینی سپاه» بیان می‌نماید که دوره آموزش سربازی بر سلامت روانی استقامت قلبی- تنفسی و استقامت موضعی تنه و انعطاف‌پذیری تنه به جلو تأثیر معناداری دارد. تایلر (۲۰۰۸) در تحقیق خود تأکید دارد که فعالیت‌های نظامی و ورزشی نظامیان اغلب نیازمند انجام کار در محیط‌های پویا و پیچیده می‌باشند. فکورپان (۱۳۹۱) داشتن آمادگی جسمانی و روانی مطلوب و ایده‌آل و حفظ و نگهداری آن در سطح مطلوب را از عناصر زیربنایی انجام مأموریت‌های نظامی به نحو احسن در کوتاه‌ترین زمان ممکن می‌داند.

ملکی (۱۳۹۱) در پژوهش خود می‌نویسد: شرکت منظم در تمرینات ورزشی سبب می‌شود افراد علاوه بر افزایش قدرت بدنی و آمادگی جسمانی، با فراگیری مهارت‌های مختلف و اجرای درست آنها درک بهتری از خود بدست آورند. تاج بخش (۱۳۹۱) در خصوص آمادگی جسمانی و سلامت روانی نظامیان می‌نویسد: بازدید توسط گروه‌های متخصص ورزش نظامی از مراکز آموزشی، پیگیری کمبودهای آنان، ایجاد مکان‌های فرهنگی ورزشی مناسب به همراه تجهیزات و مربیان، آموزش‌های دوره‌ای و یکنواخت نمودن ورزش صبحگاهی اثرات قابل ملاحظه‌ای در سلامت و توان کاری و رزمی نیروهای مسلح دارد. گرون و همکاران (۱۹۹۹) در مطالعه‌ای مزایای شرکت در دوره‌های آموزش نظامی را بهبود توان عضلانی آمادگی قلبی، تنفسی، دفع مواد زاید بدن، کنترل چاقی و کاهش احتمال آسیب‌پذیری بیان نمودند. مولف (۱۳۹۲) نیز

می‌نویسد که خدمت سربازی می‌تواند بر مولفه‌های افزایش آگاهی، بهبود نگرش، ایجاد عادت، نهادینه کردن (تثبیت)، بهبود وضعیت بدنی و ارتقای سطح سایر فعالیت‌ها تأثیر مطلوب داشته باشد، اما خدمت سربازی بر مولفه فراهم نمودن فرصت تأثیرگذار نیست.

برگ (۱۹۹۱) می‌نویسد: از آن‌جا که شغل نظامی، کار پردغدغه‌ای است، ضروری است برای حفظ عملکرد خوب در شغل و داشتن توانایی انجام کار و مشارکت در فعالیت‌های روزمره زندگی، فعالیت‌های منظم ورزشی در برنامه روزمره نظامیان گنجانده شوند.

بلینگ (۲۰۰۲) در پژوهش خود به این نتیجه دست می‌یابد که انجام تمرینات فیزیکی سخت، بر گسترش ظرفیت و ویژگی‌های لازم و ضروری در نیروهای نظامی کمک می‌کند، ولی دنبال کردن کورکورانه این اهداف ممکن است شرایط لازم برای آمادگی رزمی نیروهای، مانند کارایی فیزیکی و سلامتی نیروها را به خطر بیندازد. علی دوست قهفرخی (۱۳۹۲) نیز نتیجه می‌گیرد که استفاده از ایستگاه‌های تندرستی موجب افزایش کیفیت زندگی، سلامت عمومی و کاهش میزان آسیب‌های عملکردی اندام فوقانی در نظامیان می‌گردد و بر این اساس، گنجاندن تمرینات ورزش در برنامه‌های روزمره نظامیان ضروری است.

روزندل (۲۰۰۳) بیان می‌کند که آموزش‌های پایه نظامی بر «ظرفیت استقامتی» اثر مثبت اما بر «عملکرد پرش» اثر منفی دارد. علاوه بر این پایین بودن سطح آمادگی جسمانی به شدت با رشد آسیب ناشی از استفاده بیش از حد در سربازانی که تحت آموزش شدید قرار می‌گیرد مرتبط است. پلاوینا (۲۰۰۸) نیز در تحقیق خود به محبوب بودن فعالیت‌های ورزشی در میان ارتشیان تأکید می‌نماید و به این نتیجه می‌رسد که فعالیت‌های روزانه سربازان با آمادگی جسمانی مرتبط بوده و نیازمند سطح بالایی از آمادگی جسمانی است.

روپر (۲۰۱۴) به نقش و جایگاه ورزش در نیروهای نظامی پرداخته و می‌نویسد: ورزش به شش طریق شامل «افزایش حس مردانگی و جنگجویی، ارتقای آموزش، افزایش درآمد، سلطه جهانی از طریق رقابت‌های ورزشی، همبستگی بین اقشار و اقلیت‌ها و ارتقای روحیه نیروها» می‌تواند بر نیروهای مسلح اثرگذار باشد.

اغلب تحقیقات انجام گرفته، تأثیر فعالیت‌های ورزشی بر سربازان در این دوران را بررسی نموده‌اند و نتایج این پژوهش‌ها حاکی از ضرورت اجرای فعالیت‌های ورزشی نیروهای مسلح و تأثیر مثبت این فعالیت‌ها بر ارتقای آمادگی جسمانی و مهارت‌های بدنی و در پی آن ارتقای توان رزمی نیروهای مسلح است، از سویی دیگر برخی از پژوهش‌ها به آسیب‌های ناشی از فعالیت‌های بدنی و ورزشی دوران خدمت مقدس سربازی، به خصوص دوران آموزش نظامی پرداخته‌اند و همگی به ضرورت استاندارد و علمی نمودن برنامه‌ریزی و اجرای فعالیت‌ها در این

دوران توجه داده‌اند. برخی از محققان در پژوهش خود به نقش مؤثر فعالیت‌های ورزشی در کاستن فشارهای روانی خاص محیط نظامی پرداخته‌اند و پیشنهاد کرده‌اند که فعالیت‌های ورزشی بایستی در محیط نظامی به خوبی برنامه‌ریزی و مدیریت گردد تا ضمن ارتقای توان جسمانی کارکنان، شاهد کاهش فشارهای روانی گردد. به طور کلی می‌توان گفت که پژوهش‌ها نشان می‌دهد، فعالیت‌های ورزشی در مراکز آموزش نظامی جزء الزامات و ضروریات دوره رزم مقدماتی به شمار می‌آید و باعث کاهش آسیب‌های ناشی از اجرای فعالیت‌های بدنی سنگین و خاص نظامیان می‌گردد. در بین پژوهش‌ها ارائه شده، خلأ پژوهشی با موضوع ارزیابی وضعیت نگرش و نیازهای ورزشی در مراکز آموزش نظامی از دیدگاه سربازان با توجه به اهمیت این موضوع مشاهده می‌گردد.

### روش شناسی

روش تحقیق حاضر از نوع پیمایشی می‌باشد که داده‌های مورد نیاز به صورت میدانی و به روش پرسشنامه از نمونه تحقیق در شش ماهه اول سال ۱۳۹۳ جمع‌آوری شد. جامعه آماری این پژوهش، تمامی سربازان آموزشی مراکز هفت‌گانه آموزش نظامی سربازی نیروی زمینی ارتش شامل مرکز آموزش ۰۱، ۰۲، ۰۳، ۰۴، ۰۵، ۰۷ و ۰۸، قریب به ۲۰ هزار نفر و در پنج سطح تحصیلی (زیردیپلم، دیپلم، فوق دیپلم، کارشناسی، کارشناسی ارشد) مشغول آموزش بودند در نظر گرفته شد. با توجه به جامعه آماری حدود ۲۰ هزار نفری، مراکز آموزش نیروی زمینی و بر اساس روش تعیین حجم نمونه با جدول مورگان، ۵۱۰ پرسشنامه (مرکز آموزش ۰۱ تهران ۷۹، مرکز آموزش ۰۲ تهران ۱۱۴، مرکز آموزش ۰۳ عجب شیر ۶۳، مرکز آموزش ۰۴ بیرجند ۷۱، مرکز آموزش ۰۵ کرمان ۸۱، مرکز آموزش ۰۷ کازرون ۵۷ و مرکز آموزش ۰۸ خاش ۳۸ پرسشنامه) براساس درصد مشمولان ارسال گردید که پس از دریافت ۵۰۳ پرسشنامه، جهت استفاده مورد تأیید قرار گرفت. جمع آوری داده‌ها از طریق پرسشنامه به این صورت بود که پرسشنامه به مدیران ورزشی مراکز آموزش ارسال و در مورد چگونگی نمونه‌گیری و توزیع پرسشنامه‌ها توجیه شدند. مدیران ورزشی مراکز آموزش هنگام توزیع پرسشنامه‌ها، توضیحات لازم در مورد نحوه پر نمودن پرسشنامه‌ها را به افراد ارائه می‌دادند و پس از تکمیل آن‌ها را به صورت یکجا عودت می‌دادند.

روش نمونه‌گیری در این پژوهش خوشه‌ای مرحله‌ای بود. بدین صورت که مراکز با توجه تعداد گردان آموزشی فعال به صورت خوشه‌ای مرحله‌ای یک گروهان از هر گردان انتخاب و سپس از هر گروهان یک دسته و از آن دسته نمونه‌ها انتخاب شدند.

متغیرهای تحقیق شامل نگرش سربازان نسبت به فعالیت‌های ورزشی و نیازهای ورزشی سربازان آموزشی بود. ابزار گردآوری اطلاعات در این تحقیق پرسشنامه‌ای محقق ساخته بود که بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت تنظیم شد. به منظور کسب اطمینان از اعتبار پرسشنامه و تشخیص سازه‌های مناسب از نظرات استادان بخش تربیت بدنی و مدیران ورزشی مراکز آموزش نیروی زمینی استفاده گردید و جهت تأمین پایایی آن از روش تعیین آلفای کرونباخ استفاده شد.

پرسشنامه از نظر ساختاری مشتمل بر دو بخش، بخش اول با توجه به ماهیت تحقیق از سؤالات اطلاعات فردی شامل متغیرهای عینی سن، وضعیت تأهل، میزان تحصیلات، سابقه فعالیت ورزشی، رشته ورزشی، مدرک مربیگری، سابقه قهرمانی و مرکز آموزشی در قالب ۸ سؤال مورد بررسی قرار گرفت. بخش دوم پرسشنامه شامل نگرش نسبت به فعالیت‌های ورزشی و نیازهای ورزشی بود که از مقیاس پنج ارزشی لیکرت در آن استفاده شد و عدد ۵ نشانه بالاترین و عدد ۱ نشانه پایین درجه موافقت مطرح گردید. برای سنجش سازگاری درونی پرسشنامه از آزمون آلفای کرونباخ استفاده شد. ضریب آلفای کرونباخ برای کل گویه‌ها ( $\alpha=0/92$ ) بدست آمد که برای پرسشنامه‌های محقق ساخته ضریب پایایی بالای ۰/۷۰ پایایی مطلوبی می‌باشد.

در گردآوری اطلاعات این تحقیق از کتاب‌ها، نشریات و مجلات علمی موجود در کتابخانه‌های مختلف و بانک‌های مختلف بین‌المللی اطلاعات علمی جهت دریافت مقالات استفاده گردید. نظر به تعداد نمونه تحقیق (۵۰۳ نفر)، طبق قضیه حد مرکزی، توزیع داده‌ها نرمال در نظر گرفته شد. داده‌های تحقیق ابتدا از دیدگاه توصیفی جهت تعیین میانگین، انحراف معیار، فراوانی‌ها، درصدها و رسم نمودار مورد نظر بود. برای این منظور اطلاعات دموگرافیک آزمودنی‌ها از قبیل سن، جنسیت، وضعیت تأهل و غیره بررسی شد. آماره‌های توصیفی در خصوص هر یک از متغیرهای تحقیق ارزیابی شدند. به منظور حیطة‌بندی پرسشنامه (تعیین و مشخص کردن عوامل) از روش تحلیل عاملی اکتشافی استفاده گردید.

### یافته‌های تحقیق

#### سن آزمودنی‌ها

همان‌طور که در جدول ۴-۱ مشاهده می‌شود، میانگین سنی سربازان آموزشی در این پژوهش ۲۲/۰۹ سال و حداکثر و حداقل سن آنها به ترتیب ۳۲ و ۱۸ سال بود. میانگین سن افراد، نشان از جوان بودن جامعه دارد.

جدول (۱) سن آزمودنی‌ها

شاخص عامل	فراوان	حداکثر	حداقل	انحراف استاندارد $\pm$ میانگین
سن	۵۰۳	۳۲/۰۰	۱۸/۰۰	۲۲/۰۹ $\pm$ ۲/۷۸

### وضعیت تأهل

همان‌طور که در جدول (۱) مشاهده می‌شود ۸۷/۲ درصد آزمودنی‌ها مجرد و ۱۲/۸ درصد متأهل بودند.

جدول (۲) فراوانی وضعیت تأهل آزمودنی‌ها

وضعیت تأهل	شاخص آماری	فراوانی	درصد	کل
مجرد		۴۳۸	۸۷/۲	۵۰۳
متأهل		۶۵	۱۲/۸	

نتایج نشان می‌دهد که اغلب آزمودنی‌ها (۸۷/۲) مجرد هستند که در نمودار زیر به وضوح آمده است.

### میزان تحصیلات

جدول (۳) فراوانی میزان تحصیلات آزمودنی‌ها

مدرک تحصیلی	شاخص‌های آماری	فراوانی	درصد	کل
زیردیپلم		۱۶۷	۳۳/۲	۵۰۳
دیپلم		۹۰	۱۷/۹	
فوق دیپلم		۳۲	۶/۳	
کارشناسی		۲۰۲	۴۰/۱	
کارشناسی ارشد و دکتری		۱۲	۲/۴	

همان‌طور که در جدول (۳) مشاهده می‌شود، ۳۳/۲ درصد آزمودنی‌ها دارای تحصیلات زیر دیپلم، ۱۷/۹ درصد دارای تحصیلات دیپلم، ۶/۳ درصد دارای تحصیلات فوق دیپلم، ۴۰/۳

درصد دارای تحصیلات کارشناسی و ۲/۲ درصد دارای تحصیلات کارشناسی ارشد و دکتری بودند؛ به عبارت دیگر اغلب آزمودنی‌ها (۳/۴۰ درصد) دارای تحصیلات لیسانس بودند.

### سابقه قهرمانی

جدول (۴) فراوانی سابقه قهرمانی آزمودنی‌ها

کل	درصد	فراوانی	شاخص‌های آماری	
			عنوان	سابقه قهرمانی
۵۰۳	۱۹/۵	۹۸	شهرستان	سابقه قهرمانی
	۱۱/۱	۵۶	استانی	
	۳/۶	۱۸	ملی	
	۱/۸	۹	آسیایی	
	۲/۲	۱۱	جهانی	
	۰/۲	۱	المپیک	
	۶۱/۶	۳۱۰	عدم سابقه قهرمانی	

همان‌طور که در جدول (۴) مشاهده می‌شود، ۱۹/۵ درصد آزمودنی‌ها، دارای سابقه قهرمانی در سطح شهرستان، ۱۱/۱ درصد در سطح استان، ۳/۶ درصد در سطح ملی، ۱/۸ درصد در سطح آسیایی، ۲/۲ درصد در سطح جهانی و ۱ نفر در سطح المپیک و ۶۱/۶ درصد آزمودنی‌ها سابقه قهرمانی نداشتند؛ به عبارت دیگر بیشترین سابقه قهرمانی (۱۹/۵ درصد) مربوط به شهرستان گزارش شده و اغلب آزمودنی‌ها (۶۱/۶ درصد) سابقه قهرمانی نداشتند.

### رشته ورزشی

جدول (۵) فراوانی رشته ورزشی آزمودنی‌ها

کل	درصد	فراوانی	شاخص‌های آماری	
			عنوان	رشته
۵۰۳	۲۲/۹	۱۱۵	رزمی	رشته ورزشی
	۵۸/۷	۲۹۵	توپ	
	۱۸/۵	۹۳	سایر	



همان‌طور که در جدول (۵) بالا آمده است، ۲۲/۹ درصد آزمودنی‌ها رشته ورزشی رزمی، ۵۸/۷ درصد رشته‌های توپی و ۱۸/۴ درصد رشته‌های دیگر را انتخاب کردند؛ به عبارت دیگر اغلب آزمودنی‌ها (۵۵/۶ درصد) رشته‌های توپی را به عنوان رشته ورزشی خود انتخاب نمودند.

### مدرک مربیگری

جدول (۶) فراوانی مدرک مربیگری آزمودنی‌ها

عنوان	شاخص‌های آماری		
	فراوانی	درصد	کل
مدرک مربیگری	دارای مدرک مربیگری	۱۳/۹	۵۰۳
	بدون مدرک مربیگری	۸۶/۱	
		۴۳۳	

همان‌طور که در جدول (۶) مشاهده می‌شود، ۱۳/۹ درصد آزمودنی‌ها دارای مدرک مربیگری بودند و ۸۶/۱ درصد مدرک مربیگری نداشتند؛ به عبارت دیگر اغلب آزمودنی‌ها ( ۸۶/۱ درصد) مدرک مربیگری نداشتند.

### نگرش نسبت به فعالیت‌های ورزشی

جدول (۷) نگرش نسبت به فعالیت‌های ورزشی

عنوان	شاخص آماری			
	فراوانی	حداکثر	حداقل	میانگین و انحراف استاندارد
نگرش نسبت به فعالیت‌های ورزشی	۵۰۳	۵/۰۰	۱/۶۰	۴/۳۲ ± ۰/۶۰

نتایج جدول (۷) نشان می‌دهد که بالاترین نمره در نگرش به فعالیت‌های ورزشی ۵/۰۰ و پایین‌ترین نمره ۱/۶۰ بوده است. همچنین میانگین نمرات نشان می‌دهد که به طور کلی از دیدگاه سربازان نسبت به اجرای فعالیت‌های ورزشی در این دوره ضروری است.

### نیاز سنجی ورزشی در دوران آموزش نظامی

در این بخش با نظر خبرگان و مدیران ورزشی، ورزش‌های نظامی کاربردی و در حال اجرا در پادگان‌ها و مراکز آموزش نظامی، به شش دسته ورزش‌های رزمی، نظامی، توپی، اجباری،

اختیاری و همگانی تقسیم و نظرات سربازان در مورد ضرورت هر دسته ارزیابی گردید. همان طور که در جدول (۸) مشاهده می‌گردد، ورزش‌های اختیاری (تخصصی) بیشترین دیدگاه موافق و ورزش‌های رزمی بیشترین دیدگاه مخالف نسبت به ضرورت اجرای آنها در مراکز آموزش را به خود اختصاص دادند.

جدول (۸) نیازهای ورزشی از دیدگاه سربازان

دیدگاه ورزش‌ها	نگرش و	فراوانی و درصد	بسیار موافقم	موافقم	بینابین	مخالفم	بسیار مخالفم
ورزش‌های رزمی	فراوانی	۱۱۰	۱۳۶	۱۱۶	۹۱	۵۰	
	درصد	۲۱/۹۰	۲۷/۰۰	۲۳/۱۰	۱۸/۱۰	۹/۹۰	
ورزش‌های نظامی	فراوانی	۱۰۸	۱۵۲	۱۱۸	۸۲	۴۳	
	درصد	۲۱/۵	۳۰/۲	۲۳/۵	۱۶/۳	۸/۵	
ورزش‌های توبی	فراوانی	۱۰۷	۱۶۴	۱۱۶	۷۹	۳۷	
	درصد	۲۱/۳	۳۲/۶	۲۳/۱	۱۵/۷	۷/۴	
ورزش‌های اجباری (عمومی)	فراوانی	۹۶	۱۵۹	۱۲۰	۸۸	۴۰	
	درصد	۱۹/۱	۳۱/۶	۲۳/۹	۱۷/۵	۸	
ورزش‌های اختیاری (تخصصی)	فراوانی	۱۴۷	۱۷۲	۹۶	۶۵	۲۳	
	درصد	۲۹/۲	۳۴/۲	۱۹/۱	۱۲/۹	۴/۶	
ورزش‌های همگانی (تفریحی)	فراوانی	۱۴۳	۱۶۵	۱۰۴	۵۹	۳۲	
	درصد	۲۸/۴	۳۲/۸	۲۰/۷	۱۱/۷	۶/۴	

## بحث و نتیجه‌گیری

تحقیقات فراوان در مقوله تأثیرات روحی و روانی فعالیت‌های ورزشی، حاکی از آثار مثبت این فعالیت‌هاست. در همین راستا پژوهش‌هایی درباره تأثیرات روحی و روانی فعالیت‌ها ورزشی در نیروهای مسلح و به خصوص بر کارکنان وظیفه انجام شده که همه حاکی از تأثیرات مثبت روحی و روانی این فعالیت‌هاست. گفتنی است در گذشته نیز فرماندهان جهت ارتقای روحی جنگجویان خود در میدان‌های نبرد از فعالیت‌های ورزشی بهره می‌بردند تا ضمن حفظ و توسعه آمادگی جسمانی جنگجویان، آمادگی روحی و روانی آنان را حفظ و ارتقا دهند. تحقیقات بسیار موید ضرورت اجرای فعالیت‌های ورزشی جهت نیروهای مسلح است؛ اما در این پژوهش سوال این بود که نگرش کارکنان وظیفه در مورد ضرورت فعالیت‌های ورزشی در دوران آموزش نظامی چگونه است.

نتایج نگرش سنجی سربازان نسبت به ضرورت اجرای فعالیت‌های ورزشی در دوران آموزش رزم مقدماتی نشان از دیدگاه بسیار مطلوب سربازان آموزشی مبنی بر انجام فعالیت‌های ورزشی و به خصوص اجرای این فعالیت‌ها در این دوران داشت. به طور کلی مدیران در اجرای سیاست‌های کلی سازمان، زمانی که دیدگاه مثبت کارکنان زیر مجموعه را نسبت به انجام فعالیت و کاری داشته باشند، در اجرایی نمودن آن سیاست‌ها بسیار موفق و کارا تر خواهند بود و در مقابل، هرگاه دیدگاه مثبت و مطلوبی در اجرا و انجام فعالیتی از طرف کارکنان زیر مجموعه وجود نداشته باشد، مدیران و مسئولان در اجرای آن فعالیت‌ها با مشکل روبه‌رو می‌شوند. بر همین اساس این دیدگاه و نگرش مثبت سربازان آموزشی نسبت به ضرورت و اصل اجرای فعالیت‌های ورزشی، می‌تواند در برنامه‌ریزی، توسعه و رشد فعالیت‌ها در مراکز آموزشی، راهگشای فرماندهان، مسئولان و برنامه‌ریزان ورزشی باشد. بنابراین به طور کلی می‌توان نتیجه گرفت، نگرش بسیار مطلوب این جوانان می‌تواند تأثیر بسزایی در ارتقا و توسعه فعالیت‌های ورزشی در مراکز آموزشی نظامی داشته باشد. همچنین فرماندهان و مسئولان ورزش مراکز آموزشی نظامی می‌توانند با برنامه‌ریزی صحیح و همه جانبه و با عنایت به نگرش مثبت سربازان به ضرورت فعالیت‌های ورزشی، آینده بسیار مطلوبی در ارتقا و توسعه فعالیت‌های ورزشی برای این جوانان، به عنوان آینده‌سازان فردا، داشته باشند. این توسعه و گسترش زمانی حداکثر بازده را خواهد داشت که ضمن انطباق با علایق و نیازهای سربازان، با ارتقای توان رزمی نیروها هم راستا باشد. بنابراین برای برنامه‌ریزی صحیح و اصولی جهت

گسترش فعالیت‌های ورزشی در مراکز آموزشی، ابتدا به شناخت صحیح علایق و خواسته‌های ورزشی سربازان نیازمند هستیم.

نیازسنجی ورزشی از دیدگاه سربازان در این دوران نشان داد آنان به ترتیب ورزش‌های اختیاری (تخصصی)، همگانی (تفریحی)، توپی، نظامی، اجباری و ورزش‌های رزمی را به عنوان ورزش‌های مناسب و ضروری این دوران انتخاب نمودند که به نظر می‌رسد علایق و نیاز سربازان به سمت ورزش‌های نشاط آور و پرهیجان و به دور از سخت‌گیری‌های خاص محیط نظامی است. بنابراین برنامه‌ریزان ورزشی نیروهای مسلح باید ضمن مدنظر قرار دادن عوامل مؤثر در ارتقای توان رزمی در انتخاب برنامه‌های ورزشی این دوران، فعالیت‌های ورزشی را به سمتی سوق دهند که حداکثر نشاط و شادابی را برای آنان به همراه داشته باشد. همچنین فرماندهان و مدیران ورزشی این مراکز باید در توسعه و گسترش فضاها و فعالیت‌های ورزشی علایق سربازان را بیشتر مد نظر داشته و برنامه‌ریزی‌ها به گونه‌ای انجام گیرد که بتواند حداکثر رضایتمندی آنان را در پی داشته باشد. همچنین به نظر می‌رسد سربازان به دنبال اجرای این فعالیت‌ها، به فکر کاستن فشارهای ناشی از محیط و شرایط خاص این دوران می‌باشند؛ بنابراین با عنایت به تأثیرات جسمی و روحی اجرای فعالیت‌های ورزشی به خصوص فعالیت‌های نشاط آور، هیجانی و به دور از سخت‌گیری‌های خاص نظامی، فرماندهان و مدیران ورزشی می‌توانند با توسعه و گسترش همه جانبه فعالیت‌های ورزشی، علاوه بر ارتقای آمادگی جسمانی و توان رزمی سربازان، روحیه و نشاط را در بین آنان توسعه دهند.

### پیشنهاد‌های برگرفته از یافته‌های تحقیق

۱- با توجه به این یافته که اغلب سربازان ورزش‌های توپی را به عنوان فعالیت ورزشی تخصصی و گذشته خود انتخاب نمودند، پیشنهاد می‌گردد بستری مناسب جهت اجرای گسترده ورزش‌های توپی همچون فوتسال، بسکتبال، والیبال، هندبال، ... در این دوران جهت سربازان فراهم گردد تا بر این اساس و با توجه به ماهیت نشاط انگیزی که این ورزش‌ها دارند، انگیزه بیشتری برای انجام فعالیت‌های ورزشی در بین سربازان ایجاد گردد.

۲- با توجه به نگرش بسیار مثبت و مطلوب سربازان مبنی بر لزوم و ضرورت فعالیت‌های ورزشی در مراکز آموزش نظامی، پیشنهاد می‌گردد، برنامه‌ریزان و سیاست‌گذاران عالی کشور با گسترش همه جانبه تربیت بدنی و ورزش در این مراکز، پایه و اساس مناسبی را جهت گسترش ورزش در جامعه و به خصوص قشر جوان ایجاد نمایند.

۳- با توجه به یافته‌های مربوط به نیازسنجی ورزشی سربازان که ورزش‌های اختیاری و نشاط آور (تخصصی، همگانی و تفریحی) را به عنوان اولویت نیازهای ورزشی خود انتخاب نمودند، پیشنهاد می‌شود فرماندهان، برنامه‌ریزان و مدیران ورزشی مراکز آموزشی نظامی، در توسعه و ارتقای فعالیت‌ها برابر اولویت‌های ورزشی سربازان برنامه‌ریزی نمایند.

## فهرست منابع

- ۱- اکبرآبادی، رحمان، (۱۳۸۴)، نقش ورزش‌های تخصصی در ارتقای سطح آمادگی جسمانی دانشجویان دانشگاه افسری امام علی<sup>(ع)</sup>، مدیریت نظامی، بهار و تابستان، شماره ۱۷ و ۱۸.
۲. بایارومه، محبوبه، (۱۳۹۰)، تاریخ تربیت بدنی، معاونت آموزش سبک جهانی کونگ‌فو توآ.
۳. تاج بخش، محمد، (۱۳۹۱)، نقش آمادگی جسمانی در رشد و ارتقای توان رزمی نیروهای مسلح، همایش نیروی دریایی راهبردی.
۴. درخشان مبارکه، محمد، (۱۳۹۱)، تدوین هدف‌های کلان، سیاست و راهبردهای توسعه تربیت بدنی در نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران، فصلنامه راهبرد دفاعی، سال ۱۰ زمستان، شماره ۴۰ صفحات ۱۶۹ - ۱۹۸
۵. رستمی، محمد، (۱۳۷۸)، فرهنگ واژگان نظامی، انتشارات تربیت آموزش نیروی زمینی ارتش، تهران.
۶. رشیدزاده، فتح اله، (۱۳۸۹)، تربیت نظامی، انتشارات دانشگاه افسری امام علی<sup>(ع)</sup>، تهران.
۷. رضانی‌نژاد، رحیم و همکاران، (۱۳۸۶)، بررسی وضعیت کمی و کیفی ابزارهای نظامی. ورزشی در شاهنامه، همایش هم اندیشی بین‌المللی تاریخ ورزش ایران، تهران.
۸. رضانی‌نژاد، رحیم، (۱۳۹۰)، بررسی وضعیت کمی و کاربرد ابزارها و رشته‌های ورزشی در ایران باستان، مدیریت ورزشی، زمستان، شماره ۱۱، صفحات ۱۶۴ - ۱۳۹
۹. زندی، بهمن، (۱۳۸۶)، مطالعه تطبیقی وضعیت تربیت بدنی آموزش و پرورش در ایران با کشورهای آمریکا و کانادا، نشریه علوم حرکتی و ورزش، سال ششم، جلد دوم، شماره دوازده
۱۰. سعادت طلب، محمدباقر و همکاران، (۱۳۹۲)، نقش و جایگاه خدمت سربازی در توسعه سبک زندگی فعال از دیدگاه سربازان، همایش ملی خدمت سربازی، اسفند ماه، نیروی انتظامی، تهران.
۱۱. علی دوست قهفرخی، ابراهیم و همکاران، (۱۳۹۲)، مقایسه آسیب‌های عملکردی اندام فوقانی، کیفیت زندگی و سلامت عمومی نظامیان کاربر ایستگاه‌های تندرستی و نظامیان غیرورزشکار، مجله طب نظامی، دوره ۱۵، شماره ۲، تابستان، صفحات ۱۱۶-۱۱۱
۱۲. فکوریان، علی، (۱۳۹۱)، تأثیر یک دوره تمرین منتخب نظامی و آمادگی جسمانی شاخص توده بدنی، سلامت روانی، خلق و خوی دانشجویان دانشگاه افسری، مجله پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی ارتش، بهار، سال ۱۰، شماره ۱

۱۳. گودرزی، محمود، (۱۳۸۳)، سیر تطور ورزش باستانی و زورخانه در ایران، نشریه حرکت، زمستان، شماره ۲۲، صفحات ۱۷۰-۱۴۹
۱۴. امرالله مجدآبادی، اصغر، (۱۳۸۱)، نقش مراکز فرهنگی (آموزشی) در آمادگی جسمانی کارکنان پایور نیروهای مسلح، مجله مصباح، دی ماه، شماره ۴۴، صفحات ۲۲۳-۲۴۶
۱۵. مظفری، امیر احمد، (۱۳۸۸)، توصیف نگرش و گرایش مردم به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی در جمهوری اسلامی ایران.
۱۶. ملکی، بهنام، (۱۳۹۱)، تأثیر دوره آموزش نظامی به ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان نظامی، مجله طب نظامی، زمستان، دوره ۱۳، شماره ۴، صفحات ۲۰۰ - ۱۹۵
۱۷. ناصری، علیرضا، (۱۳۸۱)، راهبردهای گسترش ورزش در نیروهای مسلح، مصباح، دی ماه، شماره ۳۴ صفحات ۷ - ۱۸
۱۸. واعظ موسوی، سیدمحمدکاظم، (۱۳۸۱)، مقایسه کیفیت زندگی ورزشکاران رشته‌های انفرادی و دسته جمعی، نشریه پژوهش در علوم ورزش، پاییز، شماره ۳، صفحات ۹۳-۸۳
19. Billings, C.E, (2004). Epidemiology of injuries and illnesses during the United States Air Force academy 2002 basic cadet training program: documenting the need for revention. *Military Medicine*. 169(8):664-670.
20. Deflandre, A.; P.R. Antonini & J. Corant (2004) .“Perceived benefits and barriers to physical activity among children, adolescents and adults” , *International Journal of Psychology*, 35
21. Gruhn J, Leggat P, Muller R (1999). Injuries presenting to army physiotherapy in north Queensland, Australia. *Mil Med.*; 164(2):145-52.
22. Kamarudin, K.; & M.S. Fauzee (2007). “Attitudes toward Physical Activities among College Students”, *Pakistan Journal of Psychological Research*; summer; 22, 1/2; Academic Research Library pp. 43
23. Pļaviņa ,I (2008 ) “Preparedness And Physical Fitness Of Military Personnel” , *Papers on Anthropology XVII*, 2008, pp. 255–264
24. Roper, s(2014). *Joint operation: sport and the military, 1900-1945*
25. Taylor & Francis Group (2008), “Training Perceptual - Cognitive Skills: Can Sport Psychology Research Inform Military Decision Training? ” *Military Psychology*, 20:(Suppl. 1)S71–S102