

## اثربخشی بازی‌های گروهی هدفمند در زنگ ورزش بر ابعاد رشد شخصیت دانش‌آموزان مقطع متوسطه

رضا امید قنبری<sup>۱\*</sup>، موعود بنیادی فرد<sup>۲</sup>، زهرا خرم<sup>۳</sup>، رسول جریده<sup>۴</sup>، وهاب عرفانی<sup>۵</sup>

نوع مقاله: پژوهشی تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۳/۱۰ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۵/۲۰

### چکیده

**هدف:** هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی بازی‌های گروهی هدفمند در زنگ ورزش بر ابعاد رشد شخصیت دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهر تهران بود.

**روش:** پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۰ بود که از میان آنان ۶۰ دانش‌آموز به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. گروه آزمایش طی ۸ هفته در برنامه بازی‌های گروهی هدفمند در زنگ ورزش شرکت کردند، در حالی که گروه کنترل برنامه عادی مدرسه را دریافت نمودند. ابزار جمع‌آوری داده‌ها پرسشنامه رشد شخصیت نوجوانان جانسون و مک‌کری (۲۰۱۱) بود که ابعاد مسئولیت‌پذیری اجتماعی، ثبات هیجانی، اعتمادبه‌نفس، همکاری بین‌فردی و خودنظم‌دهی را ارزیابی می‌کند. داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیری و نرم‌افزار SPSS-27 تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد که بازی‌های گروهی هدفمند تأثیر معناداری بر ابعاد رشد شخصیت دانش‌آموزان داشته است ( $P < 0.001$ ). یافته‌ها نشان داد که میانگین نمرات گروه آزمایش در مؤلفه‌های مسئولیت‌پذیری اجتماعی، ثبات هیجانی، اعتمادبه‌نفس، همکاری بین‌فردی و خودنظم‌دهی در مرحله پس‌آزمون به‌طور معناداری بیشتر از گروه کنترل بود. همچنین اندازه اثر به‌دست‌آمده نشان داد که مداخله حاضر توانسته است سهم قابل‌توجهی در تبیین تغییرات رشد شخصیت دانش‌آموزان داشته باشد. بیشترین میزان تأثیر مربوط به مؤلفه اعتمادبه‌نفس و همکاری بین‌فردی بود.

**نتیجه‌گیری:** بر اساس یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که استفاده از بازی‌های گروهی هدفمند در زنگ ورزش می‌تواند راهکاری مؤثر برای ارتقای ابعاد مختلف رشد شخصیت در دانش‌آموزان مقطع متوسطه باشد. این فعالیت‌ها از طریق افزایش تعاملات اجتماعی، تقویت مسئولیت‌پذیری، بهبود مهارت‌های هیجانی و ایجاد تجربه‌های مشارکتی مثبت، زمینه رشد روان‌شناختی و اجتماعی نوجوانان را فراهم می‌سازند. بنابراین، بهره‌گیری هدفمند از بازی‌های گروهی در برنامه‌های تربیت‌بدنی مدارس توصیه می‌شود.

**کلیدواژه‌ها:** بازی‌های گروهی هدفمند، رشد شخصیت، تربیت‌بدنی، دانش‌آموزان متوسطه، مهارت‌های اجتماعی، زنگ ورزش

<sup>۱</sup> دکتری فیزیولوژی ورزش، گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم انسانی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران (نویسنده مسئول). rezaomidi90@gmail.com

<sup>۲</sup> دکتری مدیریت ورزشی، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

<sup>۳</sup> دانشجوی کارشناسی تربیت بدنی، گروه تربیت بدنی، دانشکده علوم انسانی، مرکز علمی کاربردی فرهنگی ورزشی شاهین، کرج، ایران

<sup>۴</sup> دانشجوی دکتری حقوق بین‌الملل، گروه حقوق، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

<sup>۵</sup> دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد بروجرد، دانشگاه آزاد اسلامی، بروجرد، ایران

## مقدمه

دوره نوجوانی یکی از حساس‌ترین مراحل رشد انسان محسوب می‌شود که در آن ابعاد مختلف شخصیت، هویت اجتماعی، الگوهای رفتاری و مهارت‌های ارتباطی فرد شکل می‌گیرد. در این دوره، مدرسه به‌عنوان یکی از مهم‌ترین نهادهای اجتماعی و تربیتی نقش تعیین‌کننده‌ای در رشد همه‌جانبه دانش‌آموزان ایفا می‌کند. در سال‌های اخیر، نظام‌های آموزشی در بسیاری از کشورها توجه ویژه‌ای به توسعه ابعاد شخصیتی، اخلاقی و اجتماعی دانش‌آموزان نشان داده‌اند و تلاش کرده‌اند تا فرایند آموزش را از انتقال صرف دانش فراتر برده و به سمت پرورش مهارت‌های زندگی، مسئولیت‌پذیری، تعامل اجتماعی و خودنظم‌دهی سوق دهند (Núñez, Portela-Pino, & Cunha, 2023; Yildız, Deveci, & Yildız, 2021). در این میان، درس تربیت‌بدنی و فعالیت‌های مبتنی بر بازی‌های گروهی به‌عنوان بستری پویا و تعاملی، ظرفیت قابل‌توجهی برای ارتقای رشد شخصیت نوجوانان دارد.

برخلاف رویکردهای سنتی که تربیت‌بدنی را صرفاً ابزاری برای ارتقای آمادگی جسمانی تلقی می‌کردند، دیدگاه‌های جدید بر نقش چندبعدی این حوزه در رشد شناختی، هیجانی، اجتماعی و اخلاقی دانش‌آموزان تأکید دارند (Christodoulakis et al., 2024; Shen & Shao, 2022). فعالیت‌های ورزشی گروهی به‌ویژه زمانی که به‌صورت هدفمند طراحی شوند، می‌توانند فرصت‌هایی برای یادگیری همکاری، احترام متقابل، مسئولیت‌پذیری، کنترل هیجان، حل تعارض و تعامل اجتماعی فراهم آورند. در چنین شرایطی، دانش‌آموزان نه تنها مهارت‌های حرکتی را فرا می‌گیرند، بلکه از طریق مشارکت در موقعیت‌های واقعی اجتماعی، ابعاد مختلف شخصیت خود را نیز توسعه می‌دهند (Graça, Estriga, & Batista, 2024; Lenzen, Buyck, & Bouvier, 2023).

مطالعات متعدد نشان داده‌اند که بازی‌های گروهی و فعالیت‌های مشارکتی در کلاس تربیت‌بدنی می‌توانند تأثیر چشمگیری بر شکل‌گیری رفتارهای اجتماعی مثبت در دانش‌آموزان داشته باشند. برای مثال، پژوهش Bronikowska و همکاران نشان داد که مداخلات مبتنی بر فعالیت‌های اجتماعی - اخلاقی در تربیت‌بدنی موجب ارتقای شایستگی‌های اجتماعی، اخلاقی و مهارت‌های ارتباطی دانش‌آموزان می‌شود (Bronikowska et al., 2024). همچنین مطالعه Bisa بیان کرد که آموزش ورزشی می‌تواند به‌عنوان ابزاری مؤثر در شکل‌دهی منش، تقویت ارزش‌های اخلاقی و توسعه رفتارهای مسئولانه در دانش‌آموزان عمل کند (Bisa, 2023). در همین راستا، Harfouf نیز تأکید کرد که فعالیت‌های تربیت‌بدنی نقش مهمی در رشد شخصیت کودکان و نوجوانان ایفا می‌کنند و زمینه ارتقای اعتمادبه‌نفس، استقلال فردی و تعاملات اجتماعی را فراهم می‌سازند (Harfouf, 2021).

یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های بازی‌های گروهی هدفمند، ماهیت تعاملی و مبتنی بر همکاری آن‌هاست. در این نوع فعالیت‌ها، دانش‌آموزان برای دستیابی به اهداف مشترک نیازمند برقراری ارتباط، هماهنگی، مشارکت فعال و رعایت قوانین گروهی هستند. این فرایند می‌تواند موجب تقویت مهارت‌های بین‌فردی، همدلی، خودکنترلی و مسئولیت‌پذیری شود (Moisescu et al., 2023; Pla-Pla, Franchi, Burgués, & Ocariz, 2024). پژوهش Rillo-Albert و همکاران نیز نشان داد که بازی‌های سنتی گروهی می‌توانند تعارضات میان دانش‌آموزان را کاهش داده و بهزیستی اجتماعی - هیجانی آنان را ارتقا دهند (Rillo-Albert, Ocariz, Costes, & Burgués, 2021). همچنین یافته‌های Llerena و همکاران نشان داد که مداخلات مبتنی بر فعالیت‌های تربیت‌بدنی می‌توانند ارزش‌هایی نظیر احترام، برابری و پذیرش تفاوت‌های فردی را در میان دانش‌آموزان تقویت کنند (Llerena, Pedrero, Aguilar, & Meneses, 2021).

در سال‌های اخیر، استفاده از رویکردهای نوین آموزشی در تربیت‌بدنی مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است. مدل‌های آموزشی ترکیبی، یادگیری اکتشافی، آموزش مبتنی بر بازی و گیمیفیکیشن از جمله رویکردهایی هستند که با هدف افزایش انگیزش، مشارکت و یادگیری فعال دانش‌آموزان توسعه یافته‌اند (Ferraz et al., 2024; Zhang, Soh, Bai, Anuar, & Xiao, 2024). پژوهش D'Isanto و همکاران نشان داد که یادگیری اکتشافی در تربیت‌بدنی می‌تواند مهارت‌های کار تیمی و تعاملات اجتماعی دانش‌آموزان را بهبود بخشد (D'Isanto, Aliberti, Altavilla, Esposito, & D'Elia, 2022). همچنین مطالعه Pan و همکاران نشان داد که استفاده از مدل آموزش ورزشی همراه با بازی‌های هدفمند موجب افزایش انگیزش یادگیری، مسئولیت‌پذیری و لذت ورزشی در دانش‌آموزان می‌شود (Pan, Huang, & Hsu, 2023). یافته‌های Zhang و همکاران نیز تأکید می‌کند که مدل‌های ترکیبی آموزش تربیت‌بدنی، علاوه بر بهبود عملکرد حرکتی، پیامدهای روان‌شناختی و اجتماعی مثبتی برای دانش‌آموزان دارند (Zhang et al., 2024).

ابعاد شخصیت در دوران نوجوانی به‌شدت تحت تأثیر تجربه‌های اجتماعی و محیطی قرار دارد. مدرسه و به‌ویژه کلاس تربیت‌بدنی می‌تواند محیطی مناسب برای تجربه نقش‌های اجتماعی، یادگیری هنجارها و تقویت ویژگی‌های شخصیتی باشد. پژوهش Xi و همکاران نشان داد که تعامل با همسالان در فعالیت‌های تربیت‌بدنی می‌تواند رفتارهای مثبت اجتماعی را افزایش داده و از بروز رفتارهای منفی مانند کناره‌گیری اجتماعی جلوگیری کند (Xi, Lin, Huang, & Shih, 2023). علاوه بر این، پژوهش Popescu و همکاران بیان کرد که

مشارکت در فعالیت‌های ورزشی گروهی نظیر فوتبال می‌تواند موجب رشد ویژگی‌های شخصیتی، افزایش خودباوری و تقویت تعاملات اجتماعی نوجوانان شود (Popescu, Mihăilescu, & Ciucurel, 2023).

بازی‌های گروهی همچنین می‌توانند زمینه رشد مهارت‌های زندگی را فراهم کنند. مهارت‌هایی نظیر حل مسئله، تصمیم‌گیری، مدیریت هیجان، کنترل خشم و همکاری اجتماعی اغلب در جریان تعاملات گروهی و رقابت‌های سالم شکل می‌گیرند. Lenzen و همکاران در مرور روایتی خود اشاره کردند که آموزش مهارت‌های زندگی از طریق تربیت‌بدنی، تأثیر معناداری بر رشد اجتماعی و هیجانی دانش‌آموزان دارد (Lenzen et al., 2023). در همین راستا، Martins و همکاران نشان دادند که برنامه‌های مبتنی بر مسئولیت‌پذیری فردی و اجتماعی در تربیت‌بدنی می‌تواند رشد مثبت نوجوانان را تقویت کرده و رفتارهای سازگارانه را افزایش دهد (Martins, Gonzalez, Lima, Faleiro, & Preto, 2022).

از سوی دیگر، پژوهش‌های متعددی به نقش بازی‌های سنتی و بومی در رشد شخصیت دانش‌آموزان اشاره کرده‌اند. Buhari و همکاران نشان دادند که بازی‌های سنتی بورنتو موجب بهبود رفتار اجتماعی و تقویت ویژگی‌های شخصیتی دانش‌آموزان می‌شود (Buhari, Mulawarman, Rifai, & Ismawan, 2023). همچنین Ribas و همکاران معتقدند که بازی‌های سنتی و ورزشی می‌توانند به‌عنوان ابزارهایی مؤثر برای آموزش مفاهیم اجتماعی، اخلاقی و فرهنگی در کلاس تربیت‌بدنی مورد استفاده قرار گیرند (Ribas et al., 2023). این بازی‌ها به‌دلیل ماهیت تعاملی و مبتنی بر همکاری، فرصت مناسبی برای تمرین مهارت‌های ارتباطی و رشد اجتماعی فراهم می‌کنند. یکی دیگر از ابعاد مهم بازی‌های گروهی هدفمند، تأثیر آن‌ها بر انگیزش و نگرش دانش‌آموزان نسبت به فعالیت بدنی و محیط مدرسه است. Salahuddin و همکاران نشان دادند که استفاده از بازی‌های هدفمند در تربیت‌بدنی می‌تواند مشارکت دانش‌آموزان را افزایش داده و فرایند یادگیری را جذاب‌تر سازد (Salahuddin, Panai, Said, & Djafri, 2024). همچنین مطالعه Mohammed و Baysen بیان کرد که برنامه‌های مبتنی بر بازی‌های گروهی می‌توانند محتوای درسی تربیت‌بدنی را پویاتر کرده و فرصت‌های بیشتری برای تعامل و یادگیری اجتماعی ایجاد نمایند (Mohammed & Baysen, 2022). یافته‌های Verret و همکاران نیز نشان داد که شخصی‌سازی فعالیت‌های تربیت‌بدنی می‌تواند علاقه و مشارکت دانش‌آموزان را افزایش دهد (Verret et al., 2022).

نقش معلمان تربیت‌بدنی در اجرای این برنامه‌ها نیز بسیار مهم است. نگرش و شیوه تدریس معلمان می‌تواند بر کیفیت تعاملات دانش‌آموزان و میزان تأثیرگذاری فعالیت‌های گروهی اثرگذار باشد. Curtner-Smith و همکاران تأکید کردند که معلمان تربیت‌بدنی می‌توانند از طریق ایجاد تجربه‌های مثبت حرکتی، نگرش دانش‌آموزان نسبت به فعالیت بدنی و تعاملات اجتماعی را شکل دهند (Curtner-Smith, Theodoulides, Chappell, Harris, & Kinchin, 2024). همچنین Yanar و Avşar نشان دادند که نگرش دانش‌آموزان نسبت به معلم تربیت‌بدنی و فضای کلاس می‌تواند بر میزان مشارکت و یادگیری اجتماعی آنان اثرگذار باشد (Avşar & Yanar, 2023).

علاوه بر این، برخی مطالعات به اهمیت ایجاد محیط‌های فراگیر و برابر در فعالیت‌های تربیت‌بدنی اشاره کرده‌اند. Vega-Ramírez و همکاران احترام و برابری را از مهم‌ترین ارزش‌های آموزش تربیت‌بدنی دانسته‌اند (Vega-Ramírez, Ramos, & Merma-Molina, 2021). همچنین Graça و همکاران بر ضرورت ایجاد محیط‌های مشارکتی و پایدار در ورزش‌های تیمی تأکید کرده‌اند تا تمامی دانش‌آموزان بتوانند فرصت برابر برای رشد فردی و اجتماعی داشته باشند (Graça et al., 2024). در همین راستا، Smith-Palacio و همکاران نیز نشان دادند که برنامه‌های تربیتی مبتنی بر ارزش‌ها در ورزش می‌توانند رشد اخلاقی و اجتماعی نوجوانان را تقویت کنند (Smith-Palacio, Alcalá-Recuero, & Lamonedo-Prieto, 2022).

با وجود پژوهش‌های متعدد در زمینه تربیت‌بدنی و رشد اجتماعی، همچنان خلأهایی در بررسی اثربخشی بازی‌های گروهی هدفمند بر ابعاد رشد شخصیت دانش‌آموزان مقطع متوسطه وجود دارد. بسیاری از مطالعات پیشین بیشتر بر عملکرد حرکتی، انگیزش ورزشی یا سلامت جسمانی تمرکز داشته‌اند و کمتر به ابعاد شخصیتی نوجوانان پرداخته‌اند (Putra & Sepriadi, 2022; Rubén, Castela, & López, 2023). همچنین بخش قابل‌توجهی از پژوهش‌ها در محیط‌های فرهنگی غیرایرانی انجام شده‌اند و تعمیم نتایج آن‌ها به بافت آموزشی ایران نیازمند بررسی تجربی است. از سوی دیگر، تغییرات اجتماعی و افزایش چالش‌های ارتباطی در میان نوجوانان، ضرورت استفاده از روش‌های آموزشی مبتنی بر تعامل، همکاری و تجربه‌های گروهی را بیش از پیش آشکار ساخته است. بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی بازی‌های گروهی هدفمند در زنگ ورزش بر ابعاد رشد شخصیت دانش‌آموزان مقطع متوسطه انجام شد.

پژوهش حاضر با استفاده از طرح نیمه‌آزمایشی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل انجام شد. جامعه آماری این مطالعه شامل تمامی دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۰ بود. نمونه پژوهش با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شد؛ به این صورت که ابتدا دو مدرسه متوسطه از مناطق مختلف شهر تهران انتخاب گردید و سپس از میان دانش‌آموزان واجد شرایط، تعداد ۶۰ نفر انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل رضایت آگاهانه برای شرکت در مطالعه، سلامت جسمانی برای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی، عدم ابتلا به اختلالات شدید روان‌شناختی و حضور منظم در مدرسه بود. شرکت‌کنندگان به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۳۰ نفر) و کنترل (۳۰ نفر) جایگزین شدند. گروه آزمایش در برنامه بازی‌های گروهی هدفمند در زنگ ورزش شرکت کردند، در حالی که گروه کنترل برنامه عادی زنگ ورزش مدرسه را بدون دریافت مداخله دنبال نمودند. دامنه سنی دانش‌آموزان بین ۱۳ تا ۱۶ سال بود و در تمام مراحل پژوهش، اصول اخلاقی شامل محرمانگی اطلاعات، مشارکت داوطلبانه و امکان خروج از مطالعه رعایت شد.

برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه رشد شخصیت نوجوانان جانسون و مک‌کری (۲۰۱۱) استفاده شد. این ابزار استاندارد به منظور ارزیابی ابعاد مختلف رشد شخصیت در نوجوانان طراحی شده است و شامل ۴۵ گویه می‌باشد که بر اساس طیف پنج‌درجه‌ای لیکرت از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» نمره‌گذاری می‌شود. نمرات بالاتر در این مقیاس نشان‌دهنده سطح بالاتر رشد شخصیت است. این پرسشنامه دارای پنج خرده‌مقیاس شامل مسئولیت‌پذیری اجتماعی، ثبات هیجانی، اعتمادبه‌نفس، همکاری بین‌فردی و خودنظم‌دهی است. حداقل نمره قابل کسب در این ابزار ۴۵ و حداکثر نمره ۲۲۵ می‌باشد. مطالعات پیشین روایی محتوایی، سازه‌ای و همگرایی این پرسشنامه را تأیید کرده‌اند و ضرایب پایایی آن با استفاده از آلفای کرونباخ برای کل مقیاس و خرده‌مقیاس‌ها بین ۰/۷۸ تا ۰/۹۱ گزارش شده است که بیانگر پایایی مطلوب ابزار می‌باشد. همچنین این پرسشنامه در پژوهش‌های انجام‌شده بر روی نوجوانان ایرانی از شاخص‌های روایی و پایایی مطلوبی برخوردار بوده و برای استفاده در پژوهش حاضر مناسب تشخیص داده شد.

پروتکل مداخله شامل برنامه‌ای مبتنی بر بازی‌های گروهی هدفمند بود که طی ۸ هفته در زنگ ورزش مدارس اجرا شد. گروه آزمایش هفته‌ای دو جلسه ۷۵ دقیقه‌ای در این برنامه شرکت کردند و در مجموع ۱۶ جلسه مداخله دریافت نمودند. بازی‌ها به‌گونه‌ای طراحی و انتخاب شده بودند که ابعاد مختلف رشد شخصیت از جمله همکاری، مسئولیت‌پذیری، کنترل هیجان، مهارت‌های ارتباطی، احترام به قوانین، اعتمادبه‌نفس، رهبری و همدلی را تقویت نمایند. فعالیت‌ها شامل بازی‌های تیمی با توپ، رقابت‌های گروهی هدفمند، فعالیت‌های اعتمادسازی، چالش‌های گروهی مبتنی بر حل مسئله و تمرین‌های حرکتی مشارکتی بود. هر جلسه شامل مرحله گرم‌کردن، اجرای فعالیت‌های اصلی، بحث و بازخورد گروهی درباره رفتارها و تعاملات دانش‌آموزان حین بازی و در نهایت مرحله سردکردن بود. اجرای جلسات تحت نظارت دبیر تربیت‌بدنی و مشاور مدرسه انجام شد تا انسجام برنامه و هدایت صحیح رفتارهای گروهی حفظ گردد.

تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار IBM SPSS Statistics نسخه ۲۷ انجام شد. در بخش آمار توصیفی از میانگین و انحراف معیار برای توصیف داده‌ها استفاده گردید. پیش از اجرای آزمون‌های استنباطی، مفروضه‌های نرمال بودن توزیع داده‌ها و همگنی واریانس‌ها به ترتیب با استفاده از آزمون شاپیرو-ویلک و آزمون لون بررسی شد. به‌منظور بررسی اثربخشی بازی‌های گروهی هدفمند بر ابعاد رشد شخصیت دانش‌آموزان، از تحلیل کوواریانس چندمتغیری (MANCOVA) با کنترل نمرات پیش‌آزمون استفاده شد. همچنین اندازه اثر با استفاده از مجذور اتای جزئی گزارش گردید و سطح معناداری آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

## یافته‌ها

در این پژوهش، تعداد ۶۰ دانش‌آموز مقطع متوسطه شهر تهران در دو گروه آزمایش و کنترل مورد بررسی قرار گرفتند. از این تعداد، ۳۰ نفر در گروه آزمایش و ۳۰ نفر در گروه کنترل قرار داشتند. میانگین سنی شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش ۱۴/۳۸ سال با انحراف معیار ۱/۱۲ و در گروه کنترل ۱۴/۵۱ سال با انحراف معیار ۱/۰۹ بود که نشان‌دهنده همگنی نسبی دو گروه از نظر سن می‌باشد. از لحاظ پایه تحصیلی، ۳۱ نفر (۵۱/۶۷ درصد) در پایه نهم، ۱۶ نفر (۲۶/۶۷ درصد) در پایه دهم و ۱۳ نفر (۲۱/۶۶ درصد) در پایه یازدهم مشغول به تحصیل بودند. همچنین ۳۲ نفر (۵۳/۳۳ درصد) از شرکت‌کنندگان پسر و ۲۸ نفر (۴۶/۶۷ درصد) دختر بودند. بررسی اولیه داده‌ها نشان داد که هیچ‌گونه ریزش نمونه در طول اجرای مداخله رخ نداد و تمامی شرکت‌کنندگان تا پایان پژوهش در مطالعه باقی ماندند. جدول ۱ میانگین و انحراف معیار ابعاد رشد شخصیت را در دو گروه آزمایش و کنترل در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون نشان می‌دهد.

**جدول ۱. میانگین و انحراف معیار ابعاد رشد شخصیت در گروه‌های آزمایش و کنترل در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون**

متغیر	مرحله	گروه آزمایش (n=30) میانگین ± انحراف معیار	گروه کنترل (n=30) میانگین ± انحراف معیار
مسئولیت‌پذیری اجتماعی	پیش‌آزمون	24.83 ± 3.91	25.11 ± 4.02
مسئولیت‌پذیری اجتماعی	پس‌آزمون	32.74 ± 3.28	25.48 ± 3.87
ثبات هیجانی	پیش‌آزمون	23.95 ± 4.16	24.27 ± 4.09
ثبات هیجانی	پس‌آزمون	31.46 ± 3.41	24.63 ± 4.01
اعتمادبه‌نفس	پیش‌آزمون	25.12 ± 3.85	25.36 ± 3.74
اعتمادبه‌نفس	پس‌آزمون	33.58 ± 3.19	25.74 ± 3.68
همکاری بین‌فردی	پیش‌آزمون	24.67 ± 4.11	24.95 ± 4.06
همکاری بین‌فردی	پس‌آزمون	32.93 ± 3.26	25.17 ± 3.91
خودنظم‌دهی	پیش‌آزمون	23.88 ± 3.94	24.14 ± 4.01
خودنظم‌دهی	پس‌آزمون	31.87 ± 3.22	24.41 ± 3.96
نمره کل رشد شخصیت	پیش‌آزمون	122.45 ± 11.83	123.79 ± 12.04
نمره کل رشد شخصیت	پس‌آزمون	162.58 ± 10.91	125.43 ± 11.76

بررسی داده‌های جدول ۱ نشان می‌دهد که میانگین نمرات تمامی ابعاد رشد شخصیت در گروه آزمایش پس از اجرای برنامه بازی‌های گروهی هدفمند افزایش قابل‌توجهی داشته است، در حالی که در گروه کنترل تغییر محسوسی مشاهده نمی‌شود. به‌طور مشخص، میانگین نمره کل رشد شخصیت در گروه آزمایش از ۱۲۲.۴۵ در مرحله پیش‌آزمون به ۱۶۲.۵۸ در مرحله پس‌آزمون افزایش یافته است، در حالی که این تغییر در گروه کنترل بسیار محدود بوده و از ۱۲۳.۷۹ به ۱۲۵.۴۳ رسیده است. بیشترین میزان افزایش مربوط به مؤلفه اعتمادبه‌نفس و همکاری بین‌فردی بود که نشان می‌دهد فعالیت‌های گروهی و تعاملات اجتماعی طراحی‌شده در جلسات مداخله توانسته‌اند نقش مؤثری در ارتقای این ابعاد ایفا نمایند. همچنین کاهش انحراف معیارها در مرحله پس‌آزمون گروه آزمایش بیانگر همگرایی بیشتر نمرات شرکت‌کنندگان و تأثیر نسبتاً یکسان مداخله بر دانش‌آموزان است.

پیش از اجرای آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری، مفروضه‌های لازم مورد بررسی قرار گرفت. نتایج آزمون شاپیرو-ویلک نشان داد که توزیع نمرات متغیرهای پژوهش در تمامی گروه‌ها از نرمال بودن برخوردار است ( $p > 0.05$ ). همچنین نتایج آزمون لون بیانگر همگنی واریانس‌ها در متغیرهای وابسته بود ( $p > 0.05$ ). علاوه بر این، بررسی همگنی شیب رگرسیون‌ها نشان داد که تعامل بین متغیر مستقل و نمرات پیش‌آزمون معنادار نیست و بنابراین استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیری بلامانع می‌باشد.

**جدول ۲. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای مقایسه ابعاد رشد شخصیت در گروه‌های آزمایش و کنترل**

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتای جزئی
مسئولیت‌پذیری اجتماعی	۴۸۶.۲۷	۱	۴۸۶.۲۷	۲۹.۸۴	۰.۰۰۱	۰.۳۴
ثبات هیجانی	۵۰۳.۹۱	۱	۵۰۳.۹۱	۳۱.۱۶	۰.۰۰۱	۰.۳۵
اعتمادبه‌نفس	۵۷۲.۴۴	۱	۵۷۲.۴۴	۳۶.۲۷	۰.۰۰۱	۰.۳۹
همکاری بین‌فردی	۵۴۸.۶۳	۱	۵۴۸.۶۳	۳۴.۱۵	۰.۰۰۱	۰.۳۷
خودنظم‌دهی	۵۱۹.۲۸	۱	۵۱۹.۲۸	۳۲.۴۸	۰.۰۰۱	۰.۳۶
نمره کل رشد شخصیت	۲۸۴۷.۱۶	۱	۲۸۴۷.۱۶	۴۱.۷۳	۰.۰۰۱	۰.۴۲

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که پس از کنترل اثر پیش‌آزمون، بین گروه آزمایش و کنترل در تمامی ابعاد رشد شخصیت تفاوت معناداری وجود دارد. مقدار F به‌دست‌آمده برای نمره کل رشد شخصیت برابر با ۴۱.۷۳ بود که در سطح ۰.۰۰۱ معنادار شد و بیانگر اثربخشی قابل‌توجه بازی‌های گروهی هدفمند بر رشد شخصیت دانش‌آموزان می‌باشد. همچنین اندازه اثر به‌دست‌آمده برای نمره کل رشد شخصیت برابر با ۰.۴۲ بود که نشان می‌دهد حدود ۴۲ درصد از تغییرات نمرات رشد شخصیت ناشی از اجرای مداخله بوده است. در میان مؤلفه‌ها، بیشترین اندازه اثر مربوط به اعتمادبه‌نفس (۰.۳۹) و همکاری بین‌فردی (۰.۳۷) بود که نشان می‌دهد مشارکت در فعالیت‌های گروهی ساختاریافته توانسته است نقش مهمی در تقویت تعاملات اجتماعی، احساس کارآمدی فردی و افزایش اعتماد دانش‌آموزان به توانایی‌های خود داشته باشد.

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار تعدیل‌شده ابعاد رشد شخصیت در مرحله پس‌آزمون

متغیر	گروه آزمایش میانگین تعدیل‌شده $\pm$ خطای استاندارد	گروه کنترل میانگین تعدیل‌شده $\pm$ خطای استاندارد
مسئولیت‌پذیری اجتماعی	۳۲.۴۱ $\pm$ ۰.۵۸	۲۵.۶۲ $\pm$ ۰.۶۱
ثبات هیجانی	۳۱.۱۸ $\pm$ ۰.۶۱	۲۴.۷۴ $\pm$ ۰.۶۴
اعتمادبه‌نفس	۳۳.۲۶ $\pm$ ۰.۵۵	۲۵.۸۱ $\pm$ ۰.۶۰
همکاری بین‌فردی	۳۲.۶۷ $\pm$ ۰.۵۷	۲۵.۲۶ $\pm$ ۰.۶۲
خودنظم‌دهی	۳۱.۵۳ $\pm$ ۰.۵۹	۲۴.۵۸ $\pm$ ۰.۶۳
نمره کل رشد شخصیت	۱۶۱.۹۴ $\pm$ ۲.۱۸	۱۲۵.۸۸ $\pm$ ۲.۲۶

مطابق نتایج جدول ۳، میانگین‌های تعدیل‌شده مرحله پس‌آزمون نشان می‌دهد که پس از حذف اثر نمرات پیش‌آزمون، گروه آزمایش همچنان در تمامی مؤلفه‌های رشد شخصیت عملکرد بالاتری نسبت به گروه کنترل داشته است. اختلاف قابل توجه میانگین‌های تعدیل‌شده بین دو گروه بیانگر پایداری اثر مداخله و نقش مؤثر بازی‌های گروهی هدفمند در بهبود ویژگی‌های شخصیتی دانش‌آموزان می‌باشد. در نمره کل رشد شخصیت، میانگین تعدیل‌شده گروه آزمایش برابر با ۱۶۱.۹۴ و در گروه کنترل برابر با ۱۲۵.۸۸ بود که نشان‌دهنده تفاوت چشمگیر میان دو گروه پس از اجرای مداخله است. این یافته‌ها بیانگر آن است که طراحی فعالیت‌های ورزشی مبتنی بر تعامل، همکاری، مسئولیت‌پذیری و مشارکت فعال می‌تواند زمینه مناسبی برای ارتقای ابعاد مختلف شخصیت در دانش‌آموزان دوره متوسطه فراهم سازد.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی بازی‌های گروهی هدفمند در زنگ ورزش بر ابعاد رشد شخصیت دانش‌آموزان مقطع متوسطه انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد که اجرای برنامه بازی‌های گروهی هدفمند توانسته است موجب بهبود معنادار ابعاد مختلف رشد شخصیت شامل مسئولیت‌پذیری اجتماعی، ثبات هیجانی، اعتمادبه‌نفس، همکاری بین‌فردی و خودنظم‌دهی در دانش‌آموزان شود. همچنین یافته‌ها نشان داد که میانگین نمرات رشد شخصیت در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون افزایش قابل توجهی داشته است. این نتایج بیانگر آن است که فعالیت‌های گروهی طراحی‌شده در کلاس تربیت‌بدنی می‌توانند فراتر از کارکرد جسمانی، نقش مهمی در رشد روان‌شناختی، اجتماعی و شخصیتی نوجوانان ایفا کنند.

یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج مطالعات متعددی همسو است که بر نقش تربیت‌بدنی در رشد ابعاد شخصیتی و اجتماعی دانش‌آموزان تأکید کرده‌اند. برای مثال، Harfouf نشان داد که فعالیت‌های تربیت‌بدنی در مدارس می‌توانند موجب رشد شخصیت کودکان و نوجوانان شوند و زمینه ارتقای اعتمادبه‌نفس، تعامل اجتماعی و استقلال فردی را فراهم آورند (Harfouf, 2021). همچنین پژوهش Bisa بیان کرد که آموزش ورزشی نه تنها موجب رشد مهارت‌های حرکتی می‌شود، بلکه در شکل‌گیری منش، مسئولیت‌پذیری و ارزش‌های اخلاقی دانش‌آموزان نیز نقش اساسی دارد (Bisa, 2023). یافته‌های این پژوهش نیز تأیید می‌کند که زمانی که فعالیت‌های ورزشی به صورت هدفمند و ساختاریافته اجرا شوند، می‌توانند بر ابعاد عمیق‌تر شخصیت نوجوانان اثرگذار باشند.

یکی از مهم‌ترین یافته‌های پژوهش حاضر، افزایش مسئولیت‌پذیری اجتماعی در دانش‌آموزان گروه آزمایش بود. این نتیجه را می‌توان ناشی از ماهیت تعاملی بازی‌های گروهی دانست؛ زیرا در چنین فعالیت‌هایی دانش‌آموزان ناگزیرند قوانین گروه را رعایت کرده، نقش‌های مشخصی را بپذیرند و در قبال عملکرد خود نسبت به سایر اعضای گروه پاسخگو باشند. این فرایند به تدریج حس تعهد، مسئولیت‌پذیری و پاسخگویی اجتماعی را در آنان تقویت می‌کند. پژوهش Martins و همکاران نیز نشان داد که برنامه‌های مبتنی بر آموزش مسئولیت‌پذیری فردی و اجتماعی در تربیت‌بدنی می‌تواند موجب رشد مثبت نوجوانان و افزایش رفتارهای مسئولانه شود (Martins et al., 2022). همچنین Pan و همکاران گزارش کردند که استفاده از مدل‌های آموزشی مبتنی بر بازی موجب افزایش حس مسئولیت‌پذیری در دانش‌آموزان می‌شود (Pan et al., 2023).

نتایج پژوهش همچنین نشان داد که بازی‌های گروهی هدفمند موجب افزایش ثبات هیجانی دانش‌آموزان شده است. فعالیت‌های گروهی در زنگ ورزش معمولاً با موقعیت‌هایی همراه هستند که دانش‌آموزان در آن‌ها هیجان‌هایی نظیر رقابت، شکست، پیروزی، هیجان و فشار روانی را تجربه می‌کنند. یادگیری کنترل این هیجان‌ها در محیطی امن و آموزشی می‌تواند به تقویت خودکنترلی و ثبات هیجانی منجر شود. Pla و همکاران بیان کردند که روابط اجتماعی - عاطفی در فعالیت‌های مشارکتی نقش مهمی در تنظیم هیجان‌ها و ارتقای تعاملات مثبت میان نوجوانان دارد (Pla-Pla et al., 2024). همچنین مطالعه Rillo-Albert و همکاران نشان داد که بازی‌های گروهی سنتی می‌توانند

بهبودی اجتماعی - هیجانی دانش‌آموزان را ارتقا داده و تعارضات میان آنان را کاهش دهند (Rillo-Albert et al., 2021). بنابراین، می‌توان گفت که تجربه مکرر تعاملات گروهی در فرایند بازی، بستری مناسب برای تمرین مهارت‌های هیجانی و اجتماعی فراهم می‌سازد. از دیگر یافته‌های مهم پژوهش حاضر، افزایش اعتمادبه‌نفس دانش‌آموزان در گروه آزمایش بود. در بازی‌های گروهی، دانش‌آموزان فرصت دارند توانایی‌های خود را در موقعیت‌های واقعی نشان دهند، از سوی همسالان مورد پذیرش قرار گیرند و تجربه موفقیت را کسب کنند. این تجربه‌ها به تدریج احساس کارآمدی و اعتمادبه‌نفس آنان را افزایش می‌دهد. یافته حاضر با نتایج پژوهش Popescu و همکاران همسو است که نشان دادند مشارکت در فعالیت‌های ورزشی گروهی نظیر فوتبال موجب ارتقای ویژگی‌های شخصیتی و افزایش خودباوری دانش‌آموزان می‌شود (Popescu et al., 2023). همچنین Curtner-Smith و همکاران تأکید کردند که تجربه‌های مثبت در فعالیت بدنی می‌تواند نگرش نوجوانان نسبت به خود و توانایی‌هایشان را بهبود بخشد (Curtner-Smith et al., 2024).

پژوهش حاضر همچنین نشان داد که بازی‌های گروهی هدفمند موجب تقویت همکاری بین‌فردی در دانش‌آموزان شده است. این نتیجه منطقی به نظر می‌رسد؛ زیرا موفقیت در بسیاری از بازی‌های گروهی وابسته به هماهنگی، تعامل و مشارکت اعضای گروه است. دانش‌آموزان در جریان این فعالیت‌ها یاد می‌گیرند که برای دستیابی به اهداف مشترک با دیگران همکاری کنند، به نظرات هم‌گروهی‌های خود احترام بگذارند و در حل مسائل به‌صورت گروهی عمل نمایند. یافته‌های پژوهش D'Isanto و همکاران نشان داد که یادگیری اکتشافی در تربیت‌بدنی می‌تواند مهارت‌های کار تیمی را در دانش‌آموزان بهبود بخشد (D'Isanto et al., 2022). همچنین Graça و همکاران بر اهمیت ایجاد محیط‌های مشارکتی و فراگیر در ورزش‌های تیمی تأکید کرده‌اند (Graça et al., 2024). مطالعه Moisesescu و همکاران نیز نشان داد که بازی‌های حرکتی موجب اجتماعی‌شدن دانش‌آموزان و تقویت مهارت‌های تعامل اجتماعی می‌شود (Moisesescu et al., 2023).

نتایج پژوهش حاضر در زمینه افزایش خودنظم‌دهی نیز قابل توجه بود. بازی‌های گروهی هدفمند معمولاً نیازمند رعایت قوانین، مدیریت رفتار، کنترل تکانه‌ها و توجه به چارچوب‌های گروهی هستند. در نتیجه، دانش‌آموزان به تدریج مهارت‌های خودنظم‌دهی را در محیط بازی تمرین می‌کنند. پژوهش Shao و Shen نشان داد که مدل‌های آموزشی ترکیبی در تربیت‌بدنی می‌توانند پیامدهای شناختی و رفتاری مثبتی از جمله افزایش خودکنترلی و مشارکت فعال ایجاد کنند (Shen & Shao, 2022). همچنین Zhang و همکاران گزارش کردند که استفاده از مدل‌های آموزشی نوین در تربیت‌بدنی موجب بهبود نتایج یادگیری و رشد مهارت‌های فردی و اجتماعی می‌شود (Zhang et al., 2024). یکی از نکات مهم در تبیین یافته‌های پژوهش حاضر، نقش بازی در ایجاد انگیزش و مشارکت فعال دانش‌آموزان است. بازی‌های گروهی به دلیل جذابیت، تنوع و ماهیت رقابتی - مشارکتی خود می‌توانند دانش‌آموزان را درگیر فرایند یادگیری کنند و فرصت تجربه عملی مهارت‌های اجتماعی را فراهم آورند. Ferraz و همکاران اشاره کردند که استفاده از گیمیفیکیشن در تربیت‌بدنی موجب افزایش انگیزش، تعامل و مشارکت دانش‌آموزان می‌شود (Ferraz et al., 2024). همچنین Salahuddin و همکاران نشان دادند که بازی‌های هدفمند در کلاس تربیت‌بدنی می‌توانند یادگیری و مشارکت دانش‌آموزان را بهبود بخشد (Salahuddin et al., 2024). در چنین شرایطی، یادگیری به تجربه‌ای لذت‌بخش تبدیل می‌شود و دانش‌آموزان با اشتیاق بیشتری در فعالیت‌های گروهی شرکت می‌کنند.

پژوهش حاضر همچنین اهمیت ارزش‌های اجتماعی و فرهنگی در فعالیت‌های تربیت‌بدنی را برجسته می‌کند. فعالیت‌های گروهی فرصتی برای آموزش احترام، برابری، همدلی و پذیرش تفاوت‌های فردی فراهم می‌کنند. Vega-Ramírez و همکاران احترام و برابری را از مهم‌ترین ارزش‌های قابل آموزش در تربیت‌بدنی دانسته‌اند (Vega-Ramírez et al., 2021). همچنین Smith-Palacio و همکاران بیان کردند که برنامه‌های ورزشی مبتنی بر ارزش‌ها می‌توانند موجب رشد اخلاقی و اجتماعی نوجوانان شوند (Smith-Palacio et al., 2022). در همین راستا، Llerena و همکاران نیز نشان دادند که مداخلات تربیت‌بدنی می‌توانند احترام، برابری و شمول اجتماعی را در میان دانش‌آموزان تقویت کنند (Llerena et al., 2021).

از منظر نظری، یافته‌های پژوهش حاضر را می‌توان بر اساس رویکرد یادگیری اجتماعی تبیین کرد. بر اساس این دیدگاه، نوجوانان بخش عمده‌ای از رفتارها، نگرش‌ها و مهارت‌های اجتماعی خود را از طریق مشاهده، تعامل و تجربه‌های گروهی می‌آموزند. بازی‌های گروهی محیطی فراهم می‌کنند که در آن دانش‌آموزان می‌توانند رفتارهای اجتماعی مناسب را مشاهده کرده، تمرین نمایند و بازخورد دریافت کنند. همچنین نظریه‌های یادگیری فعال تأکید دارند که یادگیری زمانی عمیق‌تر و پایدارتر می‌شود که فرد به‌صورت عملی و مشارکتی در فرایند یادگیری درگیر شود. بازی‌های گروهی هدفمند دقیقاً چنین بستری را فراهم می‌کنند و به همین دلیل می‌توانند تأثیر معناداری بر رشد شخصیت دانش‌آموزان داشته باشند.

علاوه بر این، یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که تربیت‌بدنی می‌تواند به‌عنوان بستری برای آموزش مهارت‌های زندگی مورد استفاده قرار گیرد. Lenzen و همکاران بیان کردند که آموزش مهارت‌های زندگی در کلاس تربیت‌بدنی می‌تواند رشد اجتماعی و هیجانی دانش‌آموزان

را تسهیل کند (Lenzen et al., 2023). همچنین Ribas و همکاران معتقدند که بازی‌ها و ورزش‌های سستی ظرفیت بالایی برای انتقال ارزش‌های اجتماعی و فرهنگی دارند (Ribas et al., 2023). بنابراین، بهره‌گیری هدفمند از بازی‌های گروهی در مدارس می‌تواند راهکاری مؤثر برای ارتقای رشد شخصیت و کاهش مشکلات رفتاری نوجوانان باشد.

با وجود نتایج مثبت پژوهش حاضر، این مطالعه با محدودیت‌هایی نیز همراه بود. نخست، پژوهش حاضر تنها بر روی دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهر تهران انجام شد و تعمیم نتایج به سایر گروه‌های سنی و مناطق جغرافیایی باید با احتیاط صورت گیرد. همچنین مدت زمان اجرای مداخله محدود بود و امکان بررسی آثار بلندمدت بازی‌های گروهی هدفمند وجود نداشت. علاوه بر این، استفاده از ابزارهای خودگزارشی ممکن است تحت تأثیر تمایل پاسخ‌دهندگان به ارائه پاسخ‌های مطلوب اجتماعی قرار گرفته باشد.

پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده، اثربخشی بازی‌های گروهی هدفمند در مقاطع تحصیلی مختلف و در میان گروه‌های فرهنگی متفاوت مورد بررسی قرار گیرد. همچنین انجام مطالعات طولی برای ارزیابی پایداری آثار این مداخلات در بلندمدت می‌تواند به غنای دانش موجود کمک کند. پیشنهاد می‌شود پژوهشگران آینده نقش متغیرهایی نظیر سبک فرزندپروری، جو مدرسه، جنسیت و ویژگی‌های شخصیتی اولیه دانش‌آموزان را نیز در اثربخشی این برنامه‌ها بررسی نمایند.

با توجه به نتایج پژوهش حاضر، پیشنهاد می‌شود برنامه‌ریزان آموزشی و مسئولان مدارس از بازی‌های گروهی هدفمند به‌عنوان بخشی منظم از برنامه تربیت‌بدنی مدارس استفاده کنند. همچنین برگزاری دوره‌های آموزشی برای دبیران تربیت‌بدنی به‌منظور طراحی و اجرای فعالیت‌های گروهی مبتنی بر رشد شخصیت می‌تواند اثربخشی این برنامه‌ها را افزایش دهد. مدارس می‌توانند با ایجاد محیط‌های مشارکتی، حمایتگر و مبتنی بر تعامل اجتماعی، زمینه رشد شخصیتی و اجتماعی دانش‌آموزان را بیش از پیش فراهم سازند.

## References

- Avşar, Z., & Yanar, N. (2023). Examination of Metaphorical Attitudes Towards Physical Education Teacher and Lesson. *Journal of Education and Learning (Edulearn)*, 17(4), 535-547. doi:10.11591/edulearn.v17i4.21053
- Bisa, M. (2023). Sports Education as a Means of Building Student Character: Values and Benefits. *Al-Ishlah Jurnal Pendidikan*, 15(2), 1581-1590. doi:10.35445/alishlah.v15i2.3889
- Bronikowska, M., Μουρατίδου, K., Ludwiczak, M., Karamavrou, S., McKeel, C., & Bronikowski, M. (2024). Systematic Review on Social/Moral Competence Interventions in Physical Education. *Biomedical Human Kinetics*, 16(1), 55-77. doi:10.2478/bhk-2024-0007
- Buhari, M. R., Mulawarman, M., Rifai, M., & Ismawan, H. (2023). Traditional Borneo Game in Improving Student Character : Changes in Social Behavior. *Kinestetik Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 7(2), 491-500. doi:10.33369/jk.v7i2.25745
- Christodoulakis, A., Bouloukaki, I., Aravantinou-Karlatou, A., Margetaki, K., Zografakis-Sfakianakis, M., & Tsiligianni, I. (2024). The Effectiveness of Teaching the Teacher Interventions in Improving the Physical Activity Among Adolescents in Schools: A Scoping Review. *Healthcare*, 12(2), 151. doi:10.3390/healthcare12020151
- Curtner-Smith, M. D., Theodoulides, A., Chappell, A., Harris, E., & Kinchin, G. (2024). "I Want Kids to Have the Same Feeling as I Do Towards Physical Activity": Acculturation of British Preservice Physical Education Teachers. *European Physical Education Review*, 31(1), 147-162. doi:10.1177/1356336x241254668
- D'Isanto, T., Aliberti, S., Altavilla, G., Esposito, G., & D'Elia, F. (2022). Heuristic Learning as a Method for Improving Students' Teamwork Skills in Physical Education. *International journal of environmental research and public health*, 19(19), 12596. doi:10.3390/ijerph191912596
- Ferraz, R., Ribeiro, D., Alves, A. R., Teixeira, J. E., Forte, P., & Branquinho, L. (2024). Using Gamification in Teaching Physical Education: A Survey Review. *Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine*, 13(1), 31-44. doi:10.26773/mjssm.240304
- Graça, A., Estriga, M. L. D., & Batista, P. (2024). The Problem of Nurturing Sustainable Inclusion Within Team Sports in Physical Education. *Sustainability*, 16(15), 6379. doi:10.3390/su16156379
- Harfouf, S. (2021). Physical Education in Moroccan Primary Schools: What Contributions to the Development of Children's Personalities. *International Journal of Information Technology and Applied Sciences (Ijitas)*, 3(2), 126-130. doi:10.52502/ijitas.v3i2.75
- Lenzen, B., Buyck, Y., & Bouvier, A. (2023). Teaching Life Skills in Physical Education Within Different Teaching Traditions: A Narrative Review. *Education Sciences*, 13(6), 605. doi:10.3390/educsci13060605
- Llerena, A. M., Pedrero, M. N., Aguilar, G. F., & Meneses, E. L. (2021). Design of a Methodological Intervention for Developing Respect, Inclusion and Equality in Physical Education. *Sustainability*, 14(1), 390. doi:10.3390/su14010390
- Martins, P., Gonzalez, A.-J., Lima, M. P. d., Faleiro, J., & Preto, L. (2022). Positive Development Based on the Teaching of Personal and Social Responsibility: An Intervention Program With Institutionalized Youngsters. *Frontiers in psychology*, 13. doi:10.3389/fpsyg.2022.792224
- Mohammed, S. S., & Baysen, E. (2022). Peer Assessment of Curriculum Content of Group Games in Physical Education: A Systematic Literature Review of the Last Seven Years. *Sustainability*, 14(11), 6561. doi:10.3390/su14116561
- Moisescu, P., Ciocoiu, L. D., Pârvu, C., Savu, C. V., Gheorghiu, A., & Harabagiu, N. (2023). The Socialization of Primary School Pupils Through Motor Games. *Series Ix Sciences of Human Kinetics*, 79-88. doi:10.31926/but.shk.2023.16.65.1.10
- Núñez, P. D. P., Portela-Pino, I., & Cunha, A. C. (2023). About the Values: Curricular Analysis of Physical Education at Secondary Schools in Different Countries. *Retos*, 50, 660-669. doi:10.47197/retos.v50.99701
- Pan, Y.-H., Huang, C.-H., & Hsu, W.-T. (2023). A Comparison of the Learning Effects Between TGfU-SE and TGfU on Learning Motivation, Sport Enjoyment, Responsibility, and Game Performance in Physical Education. *Frontiers in psychology*, 14. doi:10.3389/fpsyg.2023.1165064
- Pla-Pla, P., Franchi, S., Burgués, P. L., & Ocáriz, U. S. d. (2024). The Influence of Socio-Affective Relationships Between Adolescents in Educational Experiences of Cooperation–Opposition: A Systematic Review. *Children*, 12(1), 15. doi:10.3390/children12010015
- Popescu, C., Mihăilescu, L., & Ciucurel, M. (2023). Development of Physical Skills and Personality in High School Students Through Football Training as an Extracurricular Activity. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, 15(4), 308-323. doi:10.18662/rrem/15.4/795
- Putra, A. N., & Sepriadi, S. (2022). The Effect of Teaching Game Approach to Improve Football Passing. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 10(4), 709-715. doi:10.13189/saj.2022.100411

- Ribas, J. P. R., Hernández-Moreno, J., Díaz-Díaz, R., Borges-Hernández, P. J., Ruiz-Omeñaca, J. V., & Jaqueira, A. R. (2023). How to Understand Sports and Traditional Games and How to Apply It to Physical Education. On the "Goal of Game". *Frontiers in Sports and Active Living*, 5. doi:10.3389/fspor.2023.1123340
- Rillo-Albert, A., Ocariz, U. S. d., Costes, A., & Burgués, P. L. (2021). From Conflict to Socio-Emotional Well-Being. Application of the GIAM Model Through Traditional Sporting Games. *Sustainability*, 13(13), 7263. doi:10.3390/su13137263
- Rubén, Castela, A. A., & López-Gajardo, M. Á. (2023). Analysis of Ultimate Frisbee in Primary Education Through the Sports Education Model. *E-Motion Revista De Educación Motricidad E Investigación*, 66-91. doi:10.33776/remo.vi21.7700
- Salahuddin, M., Panai, A. H., Said, H., & Djafri, N. (2024). Implementation of Kalarjo Game in Learning Physical Education Sports and Health for Junior High School Students. *Jurnal Pendidikan Glasser*, 8(1), 114-122. doi:10.32529/glasser.v8i1.3188
- Shen, Y., & Shao, W. (2022). Influence of Hybrid Pedagogical Models on Learning Outcomes in Physical Education: A Systematic Literature Review. *International journal of environmental research and public health*, 19(15), 9673. doi:10.3390/ijerph19159673
- Smith-Palacio, E., Alcalá-Recuero, J., & Lamedda-Prieto, J. (2022). In Life as in Sport: Implications of a Program to Educate Spanish Youth on Values. *Frontiers in Education*, 7. doi:10.3389/educ.2022.899433
- Vega-Ramírez, L., Ramos, M. A. Á., & Merma-Molina, G. (2021). Respect and Equality as Priority Values for Teaching on Physical Education: Perspective of University Students (Respeto E Igualdad Como Valores Prioritarios Para La Enseñanza De La Educación Física: Perspectiva De Los Universitarios). *Retos*, 42, 418-425. doi:10.47197/retos.v42i0.85809
- Verret, C., Roure, C., Ouellet, C., Massé, L., Grenier, J., & Bergeron, G. (2022). Situational Interest of Students With Autism Spectrum Disorder Using Context Personalization in Physical Education. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 15, 13-13. doi:10.5507/euj.2022.008
- Xi, X.-L., Lin, X.-M., Huang, M.-Y., & Shih, K.-T. (2023). The Moderating Effects of Narcissism on the Relationship Between Motivation, Peer Interaction, and Social Loafing in Physical Education: Implications for Promoting Positive Behavior. doi:10.21203/rs.3.rs-3167408/v1
- Yıldız, Ö., Deveci, A., & Yıldız, M. (2021). Opinions of Physical Education Teachers on National and Cultural Values Gained Through Physical Education and Sports Activities. *International Journal of Recreation and Sports Science*. doi:10.46463/ijrss.1014701
- Zhang, J., Soh, K. G., Bai, X., Anuar, M. A. M., & Xiao, W. (2024). Optimizing Learning Outcomes in Physical Education: A Comprehensive Systematic Review of Hybrid Pedagogical Models Integrated With the Sport Education Model. *PLoS One*, 19(12), e0311957. doi:10.1371/journal.pone.0311957

## The Effectiveness of Purposeful Group Games During Physical Education Classes on the Dimensions of Personality Development in Secondary School Students

Reza Omid Ghanbari<sup>1\*</sup>, Mooud Bonyadifard<sup>2</sup>, Zahra Khorram<sup>3</sup>, Rasoul Jarideh<sup>4</sup>, Vahab Erfani<sup>5</sup>

### Abstract

**Purpose:** The present study aimed to investigate the effectiveness of purposeful group games during physical education classes on the dimensions of personality development among secondary school students in Tehran.

**Methodology:** This study employed a quasi-experimental design with a pretest–posttest control group structure. The statistical population consisted of secondary school students in Tehran during the 2021 academic year. A total of 60 students were selected through multistage cluster sampling and randomly assigned into experimental and control groups. The experimental group participated in an 8-week purposeful group games program during physical education classes, while the control group continued the regular school curriculum. Data were collected using the Johnson and McCrae Adolescent Personality Development Questionnaire (2011), which measures social responsibility, emotional stability, self-confidence, interpersonal cooperation, and self-regulation. Data analysis was conducted using multivariate analysis of covariance (MANCOVA) in SPSS-27.

**Findings:** The results of multivariate analysis of covariance revealed that purposeful group games had a significant effect on the dimensions of personality development among students ( $P < 0.001$ ). The experimental group demonstrated significantly higher posttest scores than the control group in social responsibility, emotional stability, self-confidence, interpersonal cooperation, and self-regulation. Effect size indices also indicated that the intervention accounted for a considerable proportion of the variance in personality development outcomes. The greatest effects were observed in self-confidence and interpersonal cooperation.

**Conclusion:** The findings suggest that purposeful group games implemented during physical education classes can serve as an effective strategy for enhancing various dimensions of personality development in secondary school students. Through increasing social interaction, strengthening responsibility, improving emotional skills, and creating positive participatory experiences, such activities contribute to adolescents' psychological and social growth. Therefore, integrating purposeful group games into school physical education programs is strongly recommended.

**Keywords:** Purposeful Group Games, Personality Development, Physical Education, Secondary School Students, Social Skills, Physical Education Classes

<sup>1</sup> PhD in Sports Physiology, Department of Sports Physiology, Faculty of Human Sciences, Borujerd Branch, Islamic Azad University, Borujerd, Iran. (rezaomidi90@gmail.com)

<sup>2</sup> PhD in Sports Management, Department of Sports Management, Faculty of Physical Education, University of Tehran, Tehran, Iran

<sup>3</sup> Undergraduate student in Physical Education, Department of Physical Education, Faculty of Humanities, Shahin Cultural and Sports Applied Science Center, Karaj, Iran

<sup>4</sup> PhD student in International Law, Department of Law, Faculty of Humanities, Payame Noor University, Tehran, Iran

<sup>5</sup> PhD in Psychology, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Borujerd Branch, Islamic Azad University, Borujerd, Iran