شیوه استناددهی: نوروزی، شیما.، قزوینه، محمدحسین.، چارباغی، زهرا.، قطنیان، سپیده.، و اسحقی گهزار، سید اکبر. (۱۴۰۶). ارائه الگوی علّی فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی بر پایه سلامت عمومی و با تأکید بر نقش میانجی فعالیت‌های فراغتی و خودکارآمدی شغلی. *آموزش، تربیت و توسعه پایدار*، ۵(۵)، ۱۹-۱.



© ۱۴۰۶ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

ارائه الگوی علّی فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی بر پایه سلامت عمومی و با تأکید بر نقش میانجی فعالیت‌های فراغتی و خودکارآمدی شغلی

شیما نوروزی[۱]، محمدحسین قزوینه[۲*]، زهرا چارباغی[۱]، سپیده قطنیان[۱]، سید اکبر اسحقی گهزار[۱]

۱. گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد اسلام شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، اسلام شهر، ایران

۲. گروه تربیت بدنی، واحد یادگار امام خمینی(ره) شهرری، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

* ایمیل نویسنده مسئول: Mh.ghazvineh@iau.ac.ir

چکیده

هدف پژوهش حاضر، ارائه و آزمون الگوی علّی فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی بر پایه سلامت عمومی با تأکید بر نقش میانجی فعالیت‌های فراغتی و خودکارآمدی شغلی بود. پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و از نظر روش، کمی، همبستگی و مبتنی بر مدل‌سازی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل تمامی معلمان تربیت بدنی استان تهران بود که از میان آنان ۳۶۰ نفر با توجه به سطح معناداری ۰۵/۰ و توان آماری ۸۰ درصد به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ (GHQ-۲۸)، پرسشنامه فرهنگ ورزشی آدامز و همکاران (۲۰۱۰)، پرسشنامه فعالیت‌های فراغتی گودین و شفر (۱۹۸۹) و پرسشنامه خودکارآمدی موریس (۲۰۰۱) گردآوری شد. روایی صوری و محتوایی ابزارها توسط ۱۰ نفر از متخصصان مدیریت ورزشی تأیید گردید و پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ، ضریب Rho_A و پایایی ترکیبی بررسی شد که تمامی مقادیر در دامنه مطلوب قرار داشتند. روایی همگرا و واگرا نیز به‌ترتیب با شاخص‌های AVE و HTMT تأیید شد. داده‌ها با نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۵ و SmartPLS نسخه ۳.۲.۹ و با رویکرد حداقل مربعات جزئی تحلیل شدند. نتایج مدل ساختاری نشان داد سلامت عمومی اثر مثبت و معناداری بر فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی داشت (β=۰.۱۸۸، t=۴.۵۱۲، p=۰.۰۰۱). همچنین، اثر غیرمستقیم سلامت عمومی بر فرهنگ ورزشی از طریق فعالیت‌های فراغتی مثبت و معنادار بود (β=۰.۲۸۹، t=۷.۹۵۸، p=۰.۰۰۱). افزون بر این، اثر غیرمستقیم سلامت عمومی بر فرهنگ ورزشی با میانجی‌گری خودکارآمدی شغلی نیز مثبت و معنادار به دست آمد (β=۰.۲۲۳، t=۷.۷۰۷، p<۰.۰۱). بنابراین، هر سه فرضیه پژوهش مورد تأیید قرار گرفتند. یافته‌ها نشان می‌دهد سلامت عمومی، هم به‌صورت مستقیم و هم از طریق افزایش مشارکت در فعالیت‌های فراغتی و تقویت خودکارآمدی شغلی، می‌تواند فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی را ارتقا دهد؛ بنابراین، سیاست‌های آموزشی و مدیریتی معطوف به ارتقای سلامت جسمانی و روان‌شناختی معلمان، ایجاد فرصت‌های فراغتی فعال و تقویت احساس شایستگی حرفه‌ای آنان می‌تواند به نهادینه‌شدن فرهنگ ورزش در محیط‌های آموزشی کمک کند.

کلیدواژگان: *سلامت عمومی؛ فرهنگ ورزشی؛ فعالیت‌های فراغتی؛ خودکارآمدی شغلی؛ معلمان تربیت بدنی؛ مدل‌سازی معادلات ساختاری.*

تاریخ ارسال: ۱۷ فروردین ۱۴۰۵

تاریخ بازنگری: ۱۷ شهریور ۱۴۰۵

تاریخ پذیرش: ۲۴ شهریور ۱۴۰۵

تاریخ چاپ اولیه: ۱۶ آبان ۱۴۰۵

تاریخ چاپ نهایی: ۱ دی ۱۴۰۶



How to cite: Norozi, S., Ghazvineh, M., Charbaghi, Z., Ghotnian, S., & Eshaghi Gaharaz, S. A. (2027). A Causal Model of Physical Education Teachers' Sports Culture Based on General Health: The Mediating Roles of Leisure Activities and Job Self-Efficacy. *Training, Education, and Sustainable Development, 5*(5), 1-19.

© 2027 the authors. This is an open access article under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

A Causal Model of Physical Education Teachers' Sports Culture Based on General Health: The Mediating Roles of Leisure Activities and Job Self-Efficacy

Shima Norozi[1], MohamadHosein Ghazvineh[2]*, Zahra Charbaghi[1], Sepideh Ghotnian[1], Seyed Akbar Eshaghi Gaharaz[1]

1. Department of Physical Education and Sport Sciences, Isl.C., Islamic Azad University, Islamshahr, Iran
2. Departent of Physical Education, YI.C., Islamic Azad University, Tehran, Iran

*Corresponding Author's Email: Mh.ghazvineh@iau.ac.ir

Abstract

This study aimed to develop and test a causal model of physical education teachers' sports culture based on general health, emphasizing the mediating roles of leisure activities and job self-efficacy. This applied, quantitative, correlational study employed partial least squares structural equation modeling. The statistical population comprised all physical education teachers in Tehran Province, from whom 360 participants were selected based on a significance level of 0.05 and statistical power of 80%. Data were collected using the Goldberg General Health Questionnaire (GHQ-28), Adams et al.'s Sports Culture Questionnaire (2010), the Godin and Shephard Leisure-Time Physical Activity Questionnaire (1989), and Morris's Self-Efficacy Questionnaire (2001). Face and content validity were confirmed by 10 experts in sport management. Reliability was assessed using Cronbach's alpha, Rho_A, and composite reliability, with all coefficients meeting the recommended thresholds. Convergent and discriminant validity were also supported using average variance extracted (AVE) and the heterotrait-monotrait ratio (HTMT), respectively. Data were analyzed using SPSS version 25 and SmartPLS version 3.2.9. Structural model analysis indicated that general health had a positive and statistically significant direct effect on physical education teachers' sports culture (β=0.188, t=4.512, p=0.001). General health also exerted a significant positive indirect effect on sports culture through leisure activities (β=0.289, t=7.958, p=0.001). Furthermore, the indirect effect of general health on sports culture through job self-efficacy was positive and statistically significant (β=0.223, t=7.707, p<0.01). Accordingly, all three proposed research hypotheses were supported. General health appears to promote physical education teachers' sports culture both directly and indirectly by facilitating greater engagement in leisure activities and strengthening job self-efficacy. Accordingly, educational and organizational policies designed to improve teachers' physical and psychological health, expand opportunities for active leisure participation, and enhance professional self-efficacy may contribute substantially to strengthening and institutionalizing sports culture within educational settings.

Keywords: *General health; Sports culture; Leisure activities; Job self-efficacy; Physical education teachers; Structural equation modeling.*

Submit Date: 06 April 2026
Revise Date: 08 September 2026
Accept Date: 15 September 2026
Initial Publish: 07 November 2026
Final Publish: 22 December 2027

مقدمه

ورزش و فعالیت بدنی در دهه‌های اخیر از یک فعالیت صرفاً جسمانی یا تفریحی فراتر رفته و به یکی از مؤلفه‌های مهم سلامت فردی، سرمایه اجتماعی، کیفیت زندگی و توسعه انسانی تبدیل شده است. گسترش سبک زندگی کم‌تحرک، افزایش وابستگی به فناوری‌های دیجیتال، تغییر الگوهای کار و فراغت و کاهش فرصت‌های فعالیت بدنی منظم، ضرورت توجه نظام‌های آموزشی و اجتماعی به ترویج ورزش را بیش از گذشته آشکار ساخته است. شواهد نشان می‌دهد فعالیت بدنی منظم نه‌تنها در پیشگیری از بیماری‌های جسمانی نقش دارد، بلکه با بهبود سلامت روان‌شناختی، کاهش فشارهای روانی و ارتقای احساس بهزیستی همراه است (Biddle & Asare, 2020). همچنین، فعالیت بدنی به‌عنوان یکی از عناصر اساسی حفظ سلامت و پیشگیری از بیماری‌ها شناخته شده و توسعه فرصت‌های مشارکت در آن می‌تواند آثار گسترده‌ای در سطح فردی و اجتماعی داشته باشد (Trost, 2022). در چنین شرایطی، توجه به «فرهنگ ورزشی» اهمیت خاصی پیدا می‌کند؛ زیرا تداوم فعالیت بدنی صرفاً تابع وجود امکانات ورزشی نیست، بلکه به مجموعه‌ای از ارزش‌ها، نگرش‌ها، باورها، هنجارها و الگوهای رفتاری بستگی دارد که ورزش را به بخشی پایدار از زندگی فردی و اجتماعی تبدیل می‌کنند.

فرهنگ ورزشی را می‌توان نظامی از نگرش‌ها، ارزش‌ها، ترجیحات و رفتارهای مرتبط با ورزش دانست که میزان پذیرش، استمرار و اهمیت فعالیت جسمانی را در زندگی افراد تعیین می‌کند. در محیط‌های آموزشی، فرهنگ ورزشی اهمیت دوچندانی دارد؛ زیرا مدرسه یکی از نخستین بسترهایی است که در آن نگرش کودکان و نوجوانان نسبت به ورزش، سلامت و سبک زندگی فعال شکل می‌گیرد. یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند که فرهنگ ورزشی می‌تواند با میزان مشارکت معلمان در فعالیت بدنی و نحوه نگرش آنان به ورزش ارتباط داشته باشد و از طریق رفتار و عملکرد حرفه‌ای آنان به محیط آموزشی منتقل شود (Mohammed, 2023). همچنین، در میان معلمان تربیت بدنی، برخورداری از نگرش مثبت نسبت به فرهنگ ورزش می‌تواند با عملکرد حرفه‌ای و نحوه ایفای نقش آموزشی آنان ارتباط داشته باشد (Ghaffari & Nikookar, 2024). بنابراین، فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی صرفاً یک ویژگی فردی نیست، بلکه می‌تواند به‌عنوان عاملی اثرگذار بر فضای ورزشی مدرسه، نگرش دانش‌آموزان و در نهایت نهادینه‌شدن فعالیت بدنی در جامعه تلقی شود.

در این میان، معلمان تربیت بدنی جایگاهی ویژه دارند. آنان علاوه بر آموزش مهارت‌های حرکتی و ورزشی، نقش مهمی در الگوسازی رفتاری، انتقال ارزش‌های سلامت‌محور و ایجاد انگیزش برای مشارکت دانش‌آموزان در فعالیت بدنی ایفا می‌کنند. نقش معلم تربیت بدنی به آموزش تکنیک‌های ورزشی محدود نمی‌شود، بلکه رفتار، نگرش، میزان مشارکت و کیفیت تعامل او با دانش‌آموزان می‌تواند برداشت آنان از ورزش و سبک زندگی سالم را شکل دهد. بر همین اساس، بر اهمیت نقش معلمان تربیت بدنی در رشد جسمانی و روان‌شناختی دانش‌آموزان و توسعه نگرش مثبت آنان نسبت به فعالیت بدنی تأکید شده است (Moraei, 2024). از این منظر، هر عاملی که سلامت، انگیزش، احساس توانمندی و مشارکت فعال معلمان تربیت بدنی را افزایش یا کاهش دهد، می‌تواند به‌طور بالقوه بر فرهنگ ورزشی آنان و حتی فضای فرهنگی مرتبط با ورزش در مدرسه اثرگذار باشد.

یکی از مهم‌ترین عوامل قابل‌توجه در این زمینه، سلامت عمومی معلمان تربیت بدنی است. سلامت عمومی مفهومی چندبعدی است که سلامت جسمانی، روان‌شناختی و اجتماعی را در بر می‌گیرد و با توانایی فرد برای ایفای مؤثر نقش‌های فردی و حرفه‌ای ارتباط دارد. معلمانی که از سلامت عمومی مطلوب‌تری برخوردارند، احتمالاً انرژی جسمانی، ثبات روانی، انگیزش، تعامل اجتماعی و آمادگی بیشتری برای ایفای وظایف آموزشی دارند. در مقابل، مشکلات جسمانی، اضطراب، خستگی، اختلال در عملکرد اجتماعی و سایر نشانه‌های ضعف سلامت می‌توانند عملکرد حرفه‌ای و میزان مشارکت فرد در فعالیت‌های اجتماعی و ورزشی را محدود کنند. یافته‌های حوزه سلامت و فعالیت بدنی نیز نشان می‌دهد مشارکت منظم در فعالیت‌های جسمانی با شاخص‌های مطلوب‌تر سلامت روان ارتباط دارد (Biddle & Asare, 2020). این ارتباط متقابل

میان سلامت و فعالیت بدنی نشان می‌دهد که سلامت عمومی می‌تواند هم زمینه مشارکت ورزشی را فراهم کند و هم از طریق تعامل با الگوهای فعالیت بدنی و سبک زندگی تقویت شود.

اهمیت سلامت عمومی در حرفه معلمی از آن جهت بیشتر است که معلمان در معرض مجموعه‌ای از فشارهای روان‌شناختی و سازمانی قرار دارند. حجم کار، انتظارات آموزشی، مدیریت کلاس، تعامل مداوم با دانش‌آموزان و والدین، محدودیت منابع و مسئولیت‌های سازمانی می‌توانند زمینه ایجاد استرس شغلی را فراهم سازند. در مورد معلمان تربیت بدنی، علاوه بر این عوامل، ماهیت عملی کلاس‌ها، مسئولیت تأمین ایمنی دانش‌آموزان و ضرورت حفظ آمادگی جسمانی نیز می‌تواند فشار مضاعفی ایجاد کند. بررسی راهبردهای مدیریت استرس در این گروه نشان می‌دهد کنترل مناسب فشارهای شغلی برای حفظ کارآمدی و کیفیت عملکرد حرفه‌ای ضروری است (Hosseini & Taheri, 2023). همچنین مرور مداخلات مرتبط با مدیریت استرس در معلمان نشان داده است که توجه سازمان‌یافته به منابع تنیدگی و به‌کارگیری مداخلات مناسب می‌تواند پیامدهای روان‌شناختی و حرفه‌ای مطلوبی ایجاد کند (Coulson & McGregor, 2022). ازاین‌رو، سلامت عمومی می‌تواند یکی از پیش‌نیازهای اساسی مشارکت فعال و مؤثر معلمان در ترویج ارزش‌ها و رفتارهای ورزشی باشد.

مدیریت استرس و حفظ منابع روان‌شناختی معلمان همچنین می‌تواند از افت عملکرد، فرسودگی و کاهش انگیزه شغلی جلوگیری کند. پژوهش‌ها بر ضرورت استفاده از راهبردهای فردی و سازمانی برای مقابله با فشارهای شغلی معلمان تأکید کرده‌اند و نشان داده‌اند که سلامت روان‌شناختی و مدیریت مناسب استرس باید بخشی از سیاست‌های حمایت از کارکنان آموزشی باشد (Ratten, 2022). چنین دیدگاهی با این فرض سازگار است که معلم برخوردار از سلامت عمومی مطلوب، ظرفیت بیشتری برای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی، ایجاد تعاملات سازنده و انتقال نگرش مثبت نسبت به ورزش دارد. بنابراین، می‌توان انتظار داشت که سلامت عمومی با فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی رابطه داشته باشد؛ بااین‌حال، این رابطه الزاماً فقط مستقیم نیست و احتمال دارد از طریق برخی سازوکارهای رفتاری و روان‌شناختی نیز شکل گیرد.

یکی از سازوکارهای مهم در این زمینه، نحوه گذران اوقات فراغت و میزان مشارکت در فعالیت‌های فراغتی است. اوقات فراغت بخش مهمی از زندگی روزمره افراد است و نوع فعالیت‌هایی که فرد در این دوره انتخاب می‌کند می‌تواند با سلامت، هویت، روابط اجتماعی و سبک زندگی او ارتباط داشته باشد. پژوهش‌های مربوط به تجربه فراغت نشان داده‌اند که فعالیت‌های فراغتی می‌توانند از یک رفتار ساده برای پر کردن زمان آزاد فراتر روند و به بستری برای بازسازی روانی، تعامل اجتماعی و شکل‌گیری یا بازتعریف هویت تبدیل شوند (Mai & Hao, 2020). حتی در موقعیت‌هایی که شرایط اجتماعی، محدودیت‌های محیطی یا بحران‌های عمومی الگوی عادی زندگی را مختل می‌کنند، نحوه استفاده افراد از اوقات فراغت می‌تواند نقش مهمی در سازگاری آنان و حفظ کیفیت زندگی داشته باشد (Giles & Oncescu, 2020). بنابراین، کیفیت و ماهیت فعالیت‌های فراغتی را می‌توان یکی از مؤلفه‌های مهم سبک زندگی دانست که احتمالاً در رابطه میان سلامت عمومی و نگرش‌های مرتبط با ورزش نقش ایفا می‌کند.

در میان معلمان تربیت بدنی، اهمیت فعالیت‌های فراغتی بیشتر است؛ زیرا مشارکت آنان در فعالیت‌های بدنی و ورزشی خارج از الزامات رسمی شغلی می‌تواند نشان‌دهنده درونی‌شدن ارزش‌های ورزش در زندگی شخصی باشد. زمانی که معلم تربیت بدنی فعالیت ورزشی را صرفاً یک وظیفه حرفه‌ای تلقی نکند و آن را در اوقات فراغت خود نیز دنبال کند، احتمال بیشتری وجود دارد که ارزش‌ها و باورهای مربوط به ورزش به بخشی پایدار از سبک زندگی او تبدیل شود. شواهد تجربی نیز وجود رابطه میان فعالیت‌های فراغتی و سلامت عمومی معلمان تربیت بدنی را نشان داده‌اند و بر این نکته تأکید کرده‌اند که نحوه گذران فراغت می‌تواند با وضعیت جسمانی و روان‌شناختی آنان ارتباط داشته باشد (Jafari & Kermani, 2023). از این منظر، سلامت عمومی مطلوب ممکن است انرژی، انگیزه و آمادگی لازم برای مشارکت در فعالیت‌های فراغتی فعال را فراهم سازد و این مشارکت نیز به نوبه خود ارزش‌ها و رفتارهای مرتبط با فرهنگ ورزشی را تقویت کند. در نتیجه، فعالیت‌های فراغتی می‌تواند یکی از حلقه‌های واسط میان سلامت عمومی و فرهنگ ورزشی باشد.

متغیر دیگری که می‌تواند سازوکار اثرگذاری سلامت عمومی بر فرهنگ ورزشی را توضیح دهد، خودکارآمدی شغلی است. خودکارآمدی به باور فرد درباره توانایی خود برای سازمان‌دهی و اجرای موفقیت‌آمیز رفتارهای مورد نیاز جهت دستیابی به اهداف اشاره دارد. در زمینه حرفه‌ای، خودکارآمدی شغلی بیانگر میزان اطمینان فرد به توانایی خود برای مدیریت وظایف، حل مسائل، مقابله با دشواری‌ها و دستیابی به نتایج مطلوب است. برای معلمان تربیت بدنی، خودکارآمدی می‌تواند در توانایی مدیریت کلاس، آموزش مهارت‌ها، برنامه‌ریزی فعالیت‌ها، ایجاد انگیزش در دانش‌آموزان، مدیریت چالش‌های محیطی و اجرای موفق برنامه‌های ورزشی نمود پیدا کند. شواهد داخلی نشان داده‌اند که خودکارآمدی شغلی با عملکرد معلمان تربیت بدنی و بهبود کیفیت آموزشی ارتباط دارد (Rajabi & Heydari, 2024). بنابراین، احساس توانمندی حرفه‌ای می‌تواند عاملی کلیدی در تبدیل ظرفیت‌های فردی معلم به عملکرد مؤثر و رفتارهای سازنده در محیط آموزشی باشد.

مطالعات جدیدتر نیز اهمیت خودکارآمدی را در بافت‌های آموزشی تأیید کرده‌اند. شواهد نشان می‌دهد حمایت معلم می‌تواند از طریق تقویت خودکارآمدی، فرایندهای یادگیری و پیامدهای آموزشی را بهبود دهد و خودکارآمدی به‌عنوان سازوکاری مهم میان منابع حمایتی و نتایج عملکردی عمل می‌کند (Li, 2026). همچنین در محیط‌های آموزشی متأثر از فناوری و هوش مصنوعی نیز خودکارآمدی یکی از سازوکارهایی شناخته شده است که می‌تواند اثر حمایت آموزشی بر پیامدهای یادگیری را توضیح دهد (Xia, 2026). این یافته‌ها اگرچه در زمینه‌های متفاوتی به دست آمده‌اند، نشان‌دهنده اهمیت فراگیر باورهای خودکارآمدی در تبدیل منابع محیطی و فردی به عملکرد مؤثر هستند. در مورد معلمان تربیت بدنی نیز می‌توان استدلال کرد که سلامت جسمانی و روان‌شناختی مطلوب، زمینه لازم برای شکل‌گیری احساس شایستگی، کنترل و اثربخشی حرفه‌ای را فراهم می‌کند و این احساس توانمندی می‌تواند به مشارکت بیشتر در رفتارهای مرتبط با ورزش و تقویت فرهنگ ورزشی منجر شود.

از منظر روان‌شناسی شغلی نیز خودکارآمدی با مجموعه‌ای از منابع انگیزشی و رفتاری در ارتباط است. یافته‌های جدید درباره معلمان نشان داده‌اند که خودکارآمدی در تعامل با ویژگی‌هایی مانند پشتکار و فراشناخت می‌تواند در شکل‌دهی اشتیاق شغلی نقش داشته باشد (Zhou & Hou, 2025). اشتیاق شغلی برای معلمان تربیت بدنی از آن جهت اهمیت دارد که بخش قابل‌توجهی از انتقال فرهنگ ورزش به دانش‌آموزان از طریق میزان انرژی، مشارکت، انگیزش و الگوی رفتاری معلم صورت می‌گیرد. به همین ترتیب، شواهد چندسطحی اخیر نشان می‌دهد بهزیستی و احساس موفقیت شخصی معلمان نه‌تنها برای خود آنان اهمیت دارد، بلکه می‌تواند با شاخص‌های روان‌شناختی دانش‌آموزان، از جمله عزت نفس، خودکارآمدی و فرسودگی تحصیلی مرتبط باشد (Liu et al., 2026). چنین یافته‌هایی بر این نکته تأکید می‌کنند که وضعیت روان‌شناختی و حرفه‌ای معلم پیامدهایی فراتر از سطح فردی دارد و می‌تواند در کیفیت محیط یادگیری و رشد دانش‌آموزان بازتاب یابد.

توانمندسازی روان‌شناختی نیز با خودکارآمدی و توسعه حرفه‌ای پیوند دارد. پژوهش انجام‌شده در میان معلمان تربیت بدنی تهران نشان داده است که توانمندسازی روان‌شناختی با توسعه فردی آنان ارتباط دارد و چابکی یادگیری می‌تواند در این رابطه نقش واسطه‌ای داشته باشد (Ahmadi et al., 2023). این یافته نشان می‌دهد که منابع روان‌شناختی مثبت می‌توانند قابلیت رشد، سازگاری و عملکرد حرفه‌ای معلمان را تقویت کنند. از سوی دیگر، هوش هیجانی نیز با پیامدهای سازمانی مهمی مانند تعهد سازمانی و گرایش به چندشغله بودن در میان معلمان تربیت بدنی ارتباط نشان داده است (Asgari & Farahani, 2023). مجموعه این شواهد حاکی از آن است که فرهنگ ورزشی معلمان را نمی‌توان صرفاً بر پایه عوامل فیزیکی یا امکانات محیطی توضیح داد، بلکه ویژگی‌های روان‌شناختی، احساس توانمندی، سلامت عمومی و کیفیت تجربه شغلی نیز باید در تبیین آن مورد توجه قرار گیرند.

بر این اساس، می‌توان الگویی مفهومی را مطرح کرد که در آن سلامت عمومی به‌عنوان یک منبع بنیادی جسمانی و روان‌شناختی، هم به‌صورت مستقیم بر فرهنگ ورزشی اثر بگذارد و هم از طریق افزایش مشارکت در فعالیت‌های فراغتی و تقویت خودکارآمدی شغلی این اثر را منتقل کند. فردی که از سلامت جسمانی و روان‌شناختی مطلوب‌تری برخوردار است، از انرژی، انگیزش و ظرفیت بیشتری برای مشارکت در فعالیت‌های

اختیاری برخوردار خواهد بود؛ در نتیجه، احتمال حضور او در فعالیت‌های فراغتی فعال بیشتر می‌شود. همچنین، سلامت مطلوب می‌تواند احساس کنترل و شایستگی فرد را افزایش دهد و موجب شود معلم توانایی خود را برای اجرای مؤثر وظایف حرفه‌ای بیشتر ارزیابی کند. در مرحله بعد، مشارکت مستمر در فعالیت‌های فراغتی ورزشی و احساس خودکارآمدی بالاتر می‌تواند ارزش‌ها و رفتارهای مرتبط با ورزش را تقویت کرده و فرهنگ ورزشی را به بخش پایدارتری از هویت فردی و حرفه‌ای معلم تبدیل کند.

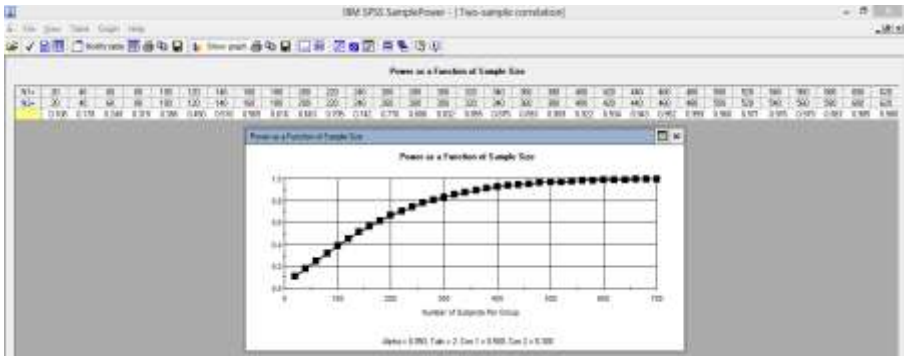
با وجود مطالعات متعدد درباره سلامت عمومی، فعالیت بدنی، فراغت، خودکارآمدی، توانمندسازی و عملکرد معلمان، بخش قابل‌توجهی از پژوهش‌های موجود این متغیرها را به‌صورت جداگانه یا در قالب روابط دوجانبه بررسی کرده‌اند. در نتیجه، هنوز مشخص نیست که سلامت عمومی چگونه و از طریق چه سازوکارهایی می‌تواند فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی را تبیین کند. از سوی دیگر، بررسی همزمان اثرات مستقیم و غیرمستقیم مستلزم استفاده از رویکردهای تحلیلی است که بتوانند روابط چندگانه میان سازه‌های نهفته را در قالب یک مدل یکپارچه ارزیابی کنند. مدل‌سازی معادلات ساختاری مبتنی بر حداقل مربعات جزئی در پژوهش‌های آموزش عالی و علوم رفتاری به‌عنوان رویکردی مناسب برای آزمون مدل‌های پیچیده و پیش‌بینانه مورد توجه قرار گرفته است (Ghasemy et al., 2020). همچنین، اصول گزارش‌دهی و ارزیابی مدل‌های PLS-SEM بر لزوم بررسی دقیق مدل اندازه‌گیری و مدل ساختاری تأکید دارند (Hair et al., 2019). ارزیابی روایی واگرا نیز یکی از عناصر ضروری اطمینان از تمایز تجربی سازه‌های مدل محسوب می‌شود و استفاده از معیارهای مبتنی بر شواهد آماری برای این منظور توصیه شده است (Franke & Sarstedt, 2019). ازاین‌رو، بررسی همزمان سلامت عمومی، فعالیت‌های فراغتی، خودکارآمدی شغلی و فرهنگ ورزشی در قالب یک مدل ساختاری می‌تواند تصویری جامع‌تر از روابط میان این متغیرها ارائه کند.

از نظر کاربردی نیز شناخت این روابط برای نظام آموزشی اهمیت قابل‌توجهی دارد. اگر سلامت عمومی بتواند فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی را مستقیماً یا از طریق فعالیت‌های فراغتی و خودکارآمدی تقویت کند، سیاست‌گذاران آموزشی و مدیران مدارس می‌توانند به‌جای تمرکز صرف بر توسعه زیرساخت‌ها و امکانات ورزشی، به مجموعه‌ای گسترده‌تر از مداخلات توجه کنند؛ از جمله برنامه‌های ارتقای سلامت جسمانی و روان‌شناختی، مدیریت فشارهای شغلی، افزایش فرصت‌های فراغتی سالم، حمایت از فعالیت‌های ورزشی داوطلبانه، توسعه مهارت‌های حرفه‌ای و ایجاد تجارب موفقیت‌آمیز برای افزایش احساس خودکارآمدی. چنین رویکردی با این دیدگاه سازگار است که فرهنگ ورزشی محصول تعامل عوامل فردی، روان‌شناختی، رفتاری و سازمانی است و تقویت آن مستلزم توجه همزمان به این سطوح است. در نهایت، معلمی که از سلامت مناسب، سبک زندگی فعال و احساس توانمندی حرفه‌ای برخوردار باشد، احتمال بیشتری دارد که خود به الگوی پایداری از رفتار ورزشی تبدیل شود و ارزش‌های مرتبط با سلامت و فعالیت بدنی را با اثربخشی بیشتری به دانش‌آموزان منتقل کند.

بنابراین، هدف پژوهش حاضر ارائه و آزمون الگوی علّی فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی بر پایه سلامت عمومی با تأکید بر نقش میانجی فعالیت‌های فراغتی و خودکارآمدی شغلی بود.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش، کمی از نوع همبستگی است. همچنین، از حیث شیوه گردآوری داده‌ها در زمره پژوهش‌های میدانی و از نظر افق زمانی، آینده‌نگر قرار می‌گیرد. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی معلمان تربیت بدنی استان تهران بود. به‌منظور جمع‌آوری داده‌ها، پرسشنامه‌های پژوهش به‌صورت الکترونیکی طراحی و از طریق شبکه‌های اجتماعی و گروه‌های تخصصی معلمان تربیت بدنی در بسترهایی نظیر شاد و روبیکا در اختیار جامعه آماری قرار گرفت. حجم نمونه با استفاده از نرم‌افزار SPSS SamplePower ، با در نظر گرفتن سطح معناداری ۰/۰۵ و توان آماری ۸۰ درصد، ۳۶۰ نفر تعیین شد.



شکل ۱. برآورد حجم نمونه تحت تأثیر پارامترهای اثرگذار بر حجم نمونه

پرسشنامه‌ها به‌صورت الکترونیکی طراحی شده و با استفاده از سامانه‌های بومی نظرسنجی و شبکه‌های اجتماعی در دسترس مخاطبان قرار گرفت. تمامی پاسخ‌ها به‌صورت داوطلبانه، محرمانه و با رضایت آگاهانه ثبت شد. لازم به ذکر است که پرسشنامه در مقیاس پنج ارزشی لیکرت که از عبارات کاملا موافقم تا کاملا مخالفم تنظیم شده بود. با توجه به اهداف پژوهش ابزارهای مناسب برای این پژوهش پرسشنامه در نظر گرفته شد؛

به‌منظور سنجش سلامت عمومی از پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ (GHQ-۲۸) استفاده شد که شامل ۲۸ سؤال در چهار مؤلفه نشانه‌های جسمانی، اضطراب و بی‌خوابی، اختلال در کارکرد اجتماعی و افسردگی است. همچنین برای ارزیابی فرهنگ ورزشی از پرسشنامه آدامز و همکاران (۲۰۱۰) شامل ۲۴ سؤال و چهار مؤلفه استفاده شد. جهت سنجش فعالیت‌های فراغتی از پرسشنامه گودین و شفر (۱۹۸۹) که مشتمل بر ۳ سؤال بود بهره گرفته شد. در نهایت، به‌منظور سنجش خودکارآمدی از پرسشنامه موریس (۲۰۰۱) شامل ۲۱ گویه در سه مؤلفه خودکارآمدی اجتماعی، خودکارآمدی عاطفی و خودکارآمدی تحصیلی استفاده گردید. تمامی گویه‌های پرسشنامه‌ها بر اساس طیف پنج‌درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری شدند.

روایی صوری و محتوایی پرسشنامه ها پس از انجام ترجمه سه مرحله ای به تأیید ۱۰ نفر از صاحب نظران حیطه مدیریت ورزشی رسید، به منظور تعیین پایایی پرسشنامه نیز از دو معیار ضریب آلفای کرونباخ و ضریب پایایی مرکب استفاده شد، که مقدار ملاک برای مناسب بودن آلفای کرونباخ بالای ۰/۷ و برای پایایی ترکیبی بالای ۰/۷ است ، که نتایج بدست آمده نشان داد ضریب آلفای کرونباخ و ضریب پایایی ترکیبی بدست آمده برای متغیرهای پژوهش بیشتر از ۰/۷ بودند. تحلیل یافته¬ها نیز در دوبخش صورت پذیرفت؛ بخش نخست با بهره گیری از آمارتوصیفی جمعیت شناختی مشارکت کنندگان را مورد بررسی قرار داد، در بخش دوم آمار استنباطی از رویکرد مدل سازی معادلات ساختاری واریانس محور استفاده شد که در دو بخش مدل بیرونی (مدل اندازه گیری) و مدل درونی (مدل ساختاری) استفاده شد، که از نرم افزارهای SPSS ۲۵ و Smart PLS ۳.۲.۹ استفاده گردید.

یافته‌ها

یافته های تحقیق در بخش اطلاعات توصیفی متغیرهای جمعیت شناختی نشان داد ۶۵/۴ ٪ از نمونه آماری متاهل و ۳۴/۶ ٪ از نمونه آماری مجرد بوده‌اند. همچنین ۱۰/۹ ٪ از نمونه آماری دارای سن کمتر از ۳۰ سال، ۴۱/۶ ٪ از نمونه آماری دارای سن بین ۳۰ تا ۴۰ سال، ۴۰/۱ ٪ از نمونه آماری دارای سن ۴۱ تا ۵۰ سال و ۷/۴ ٪ از نمونه آماری دارای سن بالاتر از ۵۰ سال بودند. میزان تحصیلات ۰/۳ ٪ از نمونه آماری دیپلم و زیر دیپلم، ۷/۳ ٪ فوق دیپلم، ۵۱/۷ ٪ کارشناسی، ۳۳/۷ ٪ کارشناسی ارشد و ۸/۴ ٪ دکتری بود.

ارزیابی مدل اندازه‌گیری

این ارزیابی شاخص‌های پایایی، پایایی همسانی درونی، روایی همگرا و روایی واگرا است. ارزیابی پایایی شاخص‌ها با بررسی همبستگی‌های بین هر آیتم و سازه انجام شد، که به‌عنوان بارهای مرکب یا وزن همبستگی اقلام شناخته می شود. برای اطمینان از پایایی شاخص در راستای توصیه‌های قاسمی و همکاران (۲۰۲۰)، ما مقدار بالای ۰/۷ را در نظر گرفتیم مواردی که پایین‌تر از حد مورد نظر باشد یافت نگردید.

ارزیابی پایایی شاخص‌ها با ارزیابی پایایی همسانی درونی دنبال شد. ما هم آلفای کرونباخ و هم پایایی مرکب (CR) و همچنین ضریب پایایی Rho_A را برآورد کردیم. ارزیابی برآوردهای پایایی نشان داد که همه تخمین‌ها بالای ۰/۷ و زیر ۰/۹۵ و مطلوب بودند، که نشان‌دهنده عدم نگرانی از نظر پایایی همسانی درونی است. سپس روایی همگرا از طریق بررسی میانگین واریانس استخراج شده (AVE) ارزیابی شد. بررسی اندازه گیری AVE تولید شده از هر سازه نشان داد که همه AVEها بالای ۰/۵ است، که نشان دهنده تایید شدن شاخص‌های نامبرده بود.

جدول ۱. برآورد پایایی و روایی همگرا مدل اندازه‌گیری

متغیر	آلفاء کرونباخ	ضریب پایایی Rho_A	پایایی ترکیبی	میانگین واریانس استخراج شده
سلامت عمومی	۸۷۰/۰	۸۵۵/۰	۸۹۶/۰	۵۳۲/۰
فرهنگ ورزشی	۸۴۰/۰	۸۴۷/۰	۸۸۷/۰	۶۱۲/۰
فعالیت های فراغتی	۸۹۸/۰	۹۰۴/۰	۹۲۰/۰	۶۲۴/۰
خودکارامدی	۸۲۳/۰	۸۱۰/۰	۸۷۵/۰	۵۴۸/۰

در آخرین مرحله، براساس شاخص (HTMT) روایی واگرا، مطابق توصیه‌های ارائه شده توسط Ghasemi et al (۲۰۲۰) ارزیابی شد. ما دستورالعمل‌های ارزیابی پیشنهادی فرانک (۲۰۱۹) را برای ارزیابی مقادیر HTMT در نظر گرفتیم. حد مجاز معیار HTMT میزان ۰/۸۵ تا ۰/۹ می‌باشد. اگر مقادیر این معیار کمتر از ۰/۹ باشد روایی واگرا قابل قبول است (هنسلر و همکاران، ۲۰۱۵). نتایج ارزیابی ما در جدول ۲ نشان داد که تمام مقادیر HTMT کمتر از ۰/۹ است. از این روایی واگرا بر اساس شاخص مذکور در مدل اندازه گیری پژوهش در بین متغیرهای نامبرده مورد تایید است.

جدول ۲. روایی واگرا براساس HTMT

متغیر	۱	۲	۳	۴
سلامت عمومی	۰/۵۷۰			
فرهنگ ورزشی	۰/۸۰۳	۰/۶۳۳		
فعالیت های فراغتی	۰/۶۷۷	۰/۳۲۴	۰/۶۱۷	
خودکارامدی	۰/۸۹۴	۰/۶۴۷	۰/۸۵۵	۰/۷۰۸

قاسمی و همکاران (۲۰۲۰) توصیه کرده‌اند، ارزیابی مدل ساختاری در این مطالعه شامل بررسی هم‌خطی میان سازه‌های برون‌زا، تست معناداری و ارتباط ضرایب مسیر و همچنین اثرات غیرمستقیم، ارزیابی قدرت پیش‌بینی مدل‌های درون- نمونه و برون- نمونه، بررسی f^2 اندازه اثر و همچنین سهم منحصر به فرد متغیرهای پیش‌بینی کننده در R^2 سازه‌های درون‌زا بود.

ضریب تورم واریانس (VIF) اغلب برای ارزیابی هم‌خطی شاخص‌های شکل دهنده استفاده می‌شود. در حالت ایده آل، مقادیر VIF باید نزدیک به ۳ و کمتر باشد (هایر، فیشر، سارستدت و رینگل، ۲۰۱۹). با این حال، مسائل مربوط به هم‌خطی می‌تواند در مقادیر کمتر از ۳ VIF نیز رخ دهد و زمانیکه ۵ VIF یا بالاتر باشد نشان‌دهنده مسائل خطی حیاتی در میان سازه‌های اندازه‌گیری شده است. نتایج ارزیابی نشان داد همه مقادیر VIF به جزء فرصت‌های بازار که اندکی از ۵ بزرگتر است و ناچیز است، کمتر از حد ۵ است (هایر و همکاران، ۲۰۱۹). در مرحله بعد، یک آزمون یک دامنه از راه‌اندازی صدک در سطح معنی‌داری ۵ درصد و با ۱۰۰۰۰ نمونه فرعی برای تست فرضیه‌ها اجرا شد. همچنین با ارزیابی قدرت پیش‌بینی مدل مبتنی بر مقادیر R^2 با در نظرگرفتن نقطه برش (۰/۲۵= ضعیف، ۰/۵۰= متوسط، ۰/۷۵= قابل توجه) که توسط هایر و همکاران (۲۰۱۹) پیشنهاد شده است مشخص گردید که قدرت تبیین مدل از نظر تهدید رقبا (۲۷/۵٪=R^2) که متوسط روبه بالا می‌باشد.

نتایج بدست آمده از فرضیات پژوهش به شرح زیر می‌باشد:

جدول ۳. نتایج ارزیابی مدل ساختاری

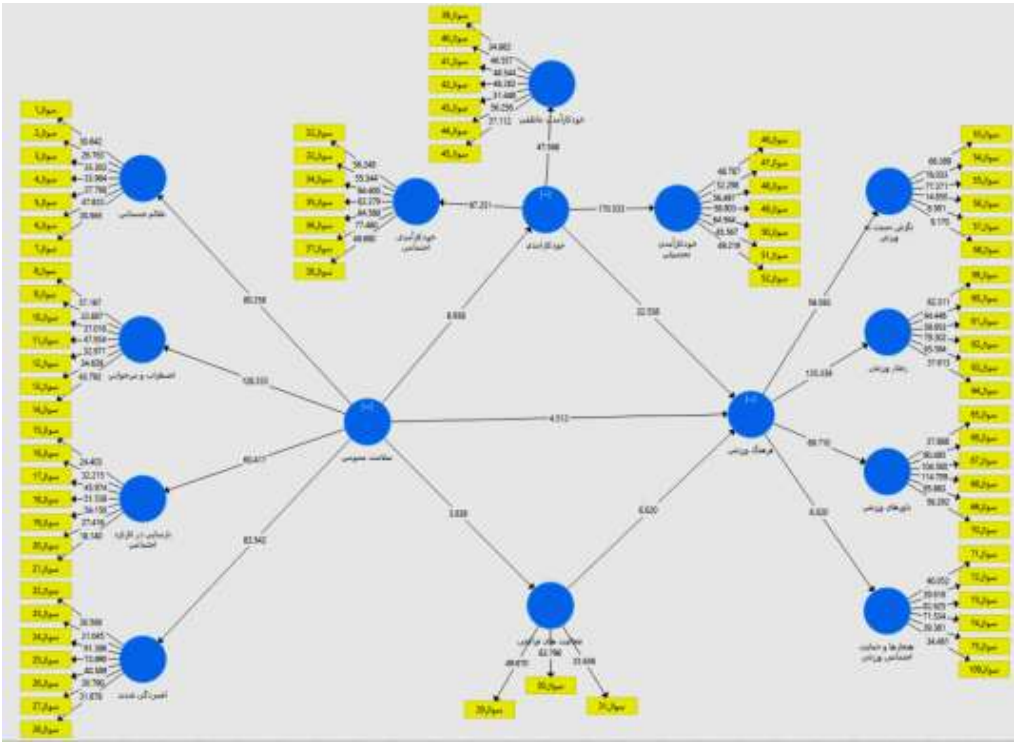
متغیر مستقل	وابسته	فرضیه	همبستگی	آماره t	Sig	نتیجه	VIF	f۲
سلامت عمومی	فرهنگ ورزشی	H۱	۰/۱۸۸	۴/۵۱۲	۰/۰۰۱	تایید	۲/۴۷۵	۰/۳۴۵

نتایج گزارش شده در جدول ۳ نشان می‌دهد که سلامت عمومی بر فرهنگ ورزشی H۱ (α =۰/۱۸۸، p = ۰/۰۰۱) اثر مثبت و معناداری دارد که نشان دهنده تایید آزمون بررسی تاثیر سلامت عمومی معلمان تربیت بدنی بر فرهنگ ورزشی بود.

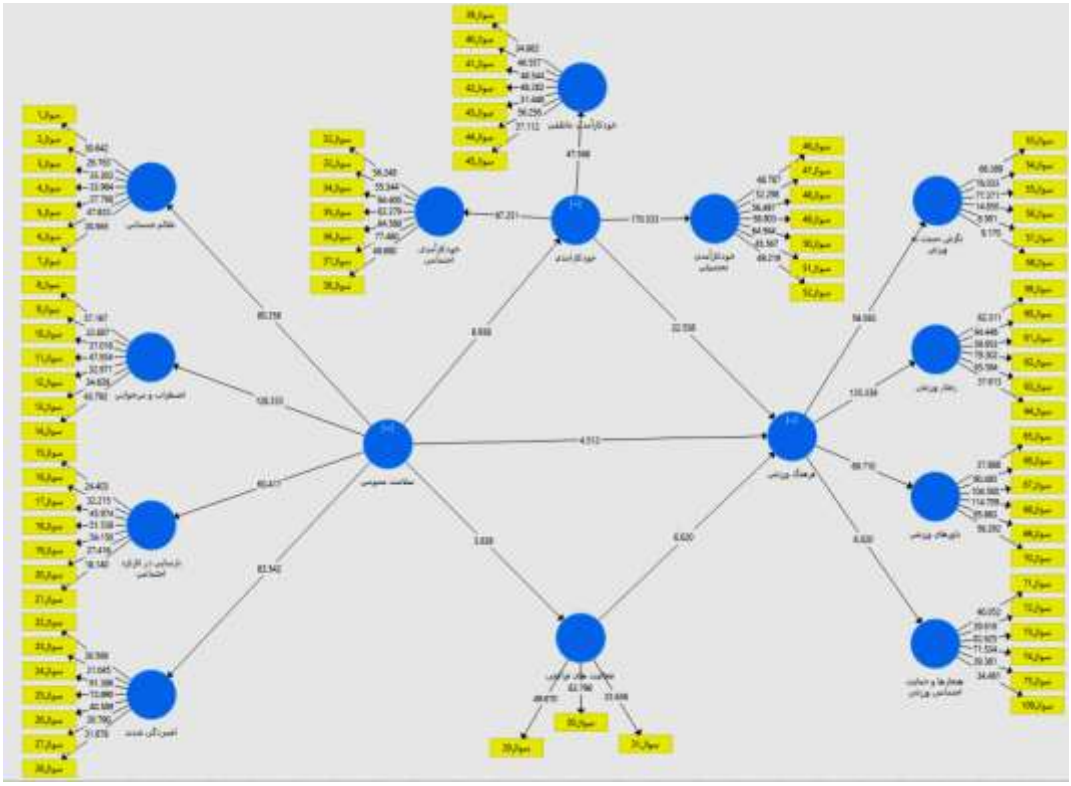
جدول ۴. نتایج ارزیابی مدل ساختاری برحسب متغیر های میانجی

متغیر مستقل	وابسته	میانجی	فرضیه	همبستگی	آماره t	Sig	نتیجه
سلامت عمومی	فرهنگ ورزشی	فعالیت های فراغتی	H۲	۰/۲۸۹	۷/۹۵۸	۰/۰۰۱	تایید
سلامت عمومی	فرهنگ ورزشی	خودکارامدی	H۳	۰/۲۲۳	۷/۷۰۷	۰/۰۰۵	تایید

نتایج بدست آمده در جدول بالا نشان داد که سلامت عمومی بر فرهنگ ورزشی از طریق فعالیت های فراغتیH۲(α =۰/۲۸۹، p = ۰/۰۰۱) اثر مثبت و معناداری دارد. همچنین مشخص گردید که سلامت عمومی بر فرهنگ ورزشی از طریق خودکارامدیH۳ (α =۰/۲۲۳، p = ۰/۰۰۱) اثر مثبت و معناداری دارد.



شکل ۱. مدل نهایی حداقل مربعات جزئی (خروجی آماره t)



شکل ۳. مدل نهایی حداقل مربعات جزئی (خروجی استاندارد)

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف ارائه و آزمون الگوی علّی فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی بر پایه سلامت عمومی و با تأکید بر نقش میانجی فعالیت‌های فراغتی و خودکارآمدی شغلی انجام شد. نتایج مدل ساختاری نشان داد که سلامت عمومی اثر مثبت و معناداری بر فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی دارد ($\beta=0.188$، $t=4.512$، $p=0.001$). همچنین، اثر غیرمستقیم سلامت عمومی بر فرهنگ ورزشی از طریق فعالیت‌های فراغتی مثبت و معنادار بود ($\beta=0.289$، $t=7.958$، $p=0.001$). افزون بر این، نتایج نشان داد که خودکارآمدی شغلی نیز در رابطه بین سلامت عمومی و فرهنگ ورزشی نقش میانجی مثبت و معناداری ایفا می‌کند ($\beta=0.223$، $t=7.707$، $p<0.01$). بنابراین، هر سه فرضیه اصلی پژوهش تأیید شدند و یافته‌ها نشان دادند که سلامت عمومی علاوه بر اثر مستقیم بر فرهنگ ورزشی، از طریق دو سازوکار رفتاری و روان‌شناختی، یعنی فعالیت‌های فراغتی و خودکارآمدی شغلی، نیز می‌تواند به تقویت فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی منجر شود.

نخستین یافته پژوهش نشان داد که سلامت عمومی معلمان تربیت بدنی اثر مثبت و معناداری بر فرهنگ ورزشی آنان دارد. این نتیجه را می‌توان از این منظر تبیین کرد که فرهنگ ورزشی فقط حاصل نگرش شناختی فرد نسبت به ورزش نیست، بلکه تا حد زیادی به وضعیت جسمانی، روان‌شناختی و اجتماعی او وابسته است. معلمی که از سلامت عمومی مطلوب‌تری برخوردار است، معمولاً انرژی، نشاط، انگیزه، تعامل اجتماعی و آمادگی بیشتری برای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی دارد و چنین ویژگی‌هایی زمینه لازم را برای درونی‌شدن ارزش‌ها و هنجارهای مرتبط با ورزش فراهم می‌کنند. از سوی دیگر، کاهش سلامت عمومی می‌تواند با خستگی، تنش، کاهش انگیزش، افت مشارکت و فاصله‌گرفتن از فعالیت‌های ورزشی همراه شود و در نتیجه، نگرش و رفتار ورزشی معلم را تضعیف کند. ازاین‌رو، سلامت عمومی را می‌توان یکی از زیرساخت‌های اصلی شکل‌گیری و تداوم فرهنگ ورزشی در میان معلمان تربیت بدنی دانست.

این یافته با نتایج پژوهش‌هایی که بر ارتباط فعالیت بدنی با سلامت جسمی و روانی تأکید کرده‌اند، همسو است. بیدل و آساره نشان دادند که مشارکت در فعالیت بدنی با بهبود سلامت روان، کاهش مشکلات هیجانی و ارتقای شاخص‌های بهزیستی ارتباط دارد (Biddle & Asare,

2020). همچنین، تروست بر نقش فعالیت بدنی در ارتقای سلامت و پیشگیری از بیماری‌ها تأکید کرده و نشان داده است که رفتارهای فعال جسمانی بخشی اساسی از الگوی زندگی سالم محسوب می‌شوند (Trost, 2022). هرچند جهت رابطه در پژوهش حاضر از سلامت عمومی به فرهنگ ورزشی بررسی شده است، این شواهد نشان می‌دهند که سلامت و رفتارهای ورزشی در یک چرخه متقابل قرار دارند؛ به‌گونه‌ای که سلامت بهتر می‌تواند زمینه مشارکت ورزشی را فراهم کند و مشارکت ورزشی نیز می‌تواند به حفظ و ارتقای سلامت کمک کند. در چنین چرخه‌ای، معلمان تربیت بدنی برخوردار از سلامت عمومی مطلوب‌تر احتمالاً آمادگی بیشتری برای پذیرش و بازتولید ارزش‌های ورزش در محیط آموزشی خواهند داشت.

یافته حاضر همچنین با نتایج غفاری و نیکوکار همخوان است که ارتباط فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی با نگرش آنان به ورزش و عملکرد حرفه‌ای را مورد تأکید قرار داده‌اند (Ghaffari & Nikookar, 2024). فرهنگ ورزشی قوی می‌تواند به نگرش مثبت‌تر نسبت به فعالیت بدنی، مشارکت بیشتر و عملکرد حرفه‌ای مطلوب‌تر منجر شود. در مقابل، پژوهش حاضر نشان می‌دهد که یکی از پیشایندهای این فرهنگ می‌تواند سلامت عمومی باشد. این نتیجه از نظر حرفه‌ای اهمیت دارد؛ زیرا معلمان تربیت بدنی برای انتقال ارزش‌های ورزشی به دانش‌آموزان نیازمند آن هستند که خود از سطح مطلوبی از سلامت، انرژی و پویایی برخوردار باشند. در همین راستا، مرائی نیز بر نقش معلمان تربیت بدنی در توسعه سلامت جسمی و روانی دانش‌آموزان تأکید کرده است (Moraei, 2024). بنابراین، سلامت خود معلم می‌تواند پیش‌شرطی برای ایفای نقش الگویی او در ارتقای سلامت و فرهنگ ورزش در دانش‌آموزان باشد.

نتایج پژوهش با یافته‌های مربوط به فشارهای شغلی و سلامت روانی معلمان نیز قابل توضیح است. حسینی و طاهری نشان داده‌اند که مدیریت استرس شغلی در معلمان تربیت بدنی اهمیت زیادی دارد و استفاده از راهبردهای مقابله‌ای می‌تواند به حفظ کیفیت عملکرد حرفه‌ای آنان کمک کند (Hosseini & Taheri, 2023). کولسون و مک‌گرگور نیز در بررسی مداخلات مدیریت استرس در معلمان نشان داده‌اند که کاهش تنیدگی می‌تواند پیامدهای مثبت روان‌شناختی و حرفه‌ای ایجاد کند (Coulson & McGregor, 2022). همچنین، راتن بر ضرورت استفاده از راهبردهای نظام‌مند مدیریت استرس برای معلمان مدارس تأکید کرده است (Ratten, 2022). بر این اساس، می‌توان استدلال کرد که سلامت عمومی مطلوب از طریق کاهش فشارهای روانی، افزایش نشاط و حفظ منابع روان‌شناختی، شرایط مناسبی را برای مشارکت فعال‌تر معلمان در فعالیت‌های ورزشی و تقویت فرهنگ ورزش فراهم می‌سازد.

دومین یافته پژوهش نشان داد که فعالیت‌های فراغتی نقش میانجی مثبت و معناداری در رابطه میان سلامت عمومی و فرهنگ ورزشی ایفا می‌کنند. به بیان دیگر، سلامت عمومی مطلوب می‌تواند معلمان تربیت بدنی را به مشارکت بیشتر در فعالیت‌های فراغتی سوق دهد و این مشارکت نیز به تقویت فرهنگ ورزشی آنان منجر شود. این نتیجه نشان می‌دهد که اثر سلامت عمومی صرفاً در سطح نگرش باقی نمی‌ماند، بلکه از طریق رفتارهای واقعی و روزمره فرد، به‌ویژه نحوه گذران اوقات فراغت، به فرهنگ ورزشی تبدیل می‌شود. معلمی که از سلامت جسمانی و روانی مطلوب برخوردار است، احتمالاً توان، انگیزه و رغبت بیشتری برای مشارکت در فعالیت‌های فراغتی فعال، از جمله پیاده‌روی، ورزش‌های فردی و گروهی، فعالیت‌های تفریحی و تعاملات اجتماعی خواهد داشت. تکرار این رفتارها به‌تدریج موجب تثبیت ورزش به‌عنوان بخشی از سبک زندگی فرد شده و ارزش‌ها و نگرش‌های مرتبط با فرهنگ ورزشی را تقویت می‌کند.

این یافته با مطالعه جعفری و کرمانی همسو است که رابطه میان فعالیت‌های فراغتی و سلامت عمومی معلمان تربیت بدنی را مورد تأیید قرار دادند (Jafari & Kermani, 2023). بر اساس این یافته، کیفیت گذران اوقات فراغت می‌تواند با سلامت جسمانی و روان‌شناختی معلمان ارتباط داشته باشد و فعالیت‌های فراغتی فعال می‌توانند در حفظ منابع روانی و جسمانی افراد نقش‌آفرین باشند. یافته حاضر این رابطه را توسعه می‌دهد و نشان می‌دهد که فعالیت‌های فراغتی نه‌تنها با سلامت عمومی مرتبط هستند، بلکه می‌توانند سازوکاری برای انتقال اثر سلامت عمومی به فرهنگ ورزشی باشند. بنابراین، فعالیت‌های فراغتی را می‌توان حلقه واسطی در نظر گرفت که ظرفیت‌های ناشی از سلامت عمومی را به رفتارها و نگرش‌های پایدار ورزشی تبدیل می‌کند.

نتایج مطالعات مربوط به فراغت نیز از این تبیین حمایت می‌کنند. مای و هائو نشان داده‌اند که فضاها و فعالیت‌های فراغتی می‌توانند در بازسازی هویت، شکل‌گیری تعاملات اجتماعی و ایجاد معنای شخصی نقش داشته باشند (Mai & Hao, 2020). همچنین، گایلز و آنسکو نشان دادند که فعالیت‌های فراغتی حتی در شرایط محدودکننده اجتماعی می‌توانند در سازگاری، حفظ پیوندهای اجتماعی و مدیریت شرایط زندگی نقش مهمی داشته باشند (Giles & Oncescu, 2020). از این منظر، فراغت صرفاً زمان آزاد نیست، بلکه بستری برای تثبیت سبک زندگی، انتخاب‌های رفتاری و ارزش‌های فردی است. در مورد معلمان تربیت بدنی، اگر اوقات فراغت به فعالیت‌های فعال و ورزشی اختصاص یابد، ورزش از یک وظیفه شغلی فراتر رفته و به بخشی از هویت شخصی و حرفه‌ای فرد تبدیل می‌شود؛ در نتیجه، فرهنگ ورزشی در آنان تقویت خواهد شد.

این یافته با دیدگاه محمد نیز همخوان است که نشان می‌دهد فرهنگ ورزشی با مشارکت در فعالیت بدنی در میان معلمان ارتباط دارد (Mohammed, 2023). معلمانی که به‌طور مستمر در فعالیت‌های ورزشی مشارکت دارند، احتمالاً نگرش‌های مثبت‌تر و ارزش‌های پایدارتری نسبت به ورزش شکل می‌دهند. در پژوهش حاضر، سلامت عمومی به‌عنوان نقطه آغاز این فرایند مطرح شده است؛ بدین معنا که سلامت مطلوب می‌تواند مشارکت در فعالیت‌های فراغتی را تسهیل کند و این مشارکت، زمینه درونی‌سازی فرهنگ ورزش را فراهم سازد. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که فعالیت‌های فراغتی فعال و هدفمند، سازوکاری رفتاری برای تبدیل سلامت عمومی به فرهنگ ورزشی محسوب می‌شوند.

سومین یافته پژوهش نشان داد که خودکارآمدی شغلی نقش میانجی مثبت و معناداری در رابطه میان سلامت عمومی و فرهنگ ورزشی دارد. این یافته بیانگر آن است که سلامت عمومی مطلوب می‌تواند احساس توانمندی، اعتماد به توانایی‌های فردی و باور به شایستگی حرفه‌ای را در معلمان تقویت کند و این احساس خودکارآمدی نیز زمینه مشارکت فعال‌تر آنان در فعالیت‌های ورزشی و ترویج ارزش‌های مرتبط با ورزش را فراهم سازد. معلمانی که از سلامت جسمی و روانی مناسبی برخوردارند، احتمالاً کنترل بیشتری بر فشارهای شغلی احساس می‌کنند، با انرژی بیشتری وظایف حرفه‌ای خود را انجام می‌دهند و در مواجهه با چالش‌ها احساس کفایت بیشتری دارند. این تجربه‌های مثبت می‌توانند خودکارآمدی شغلی آنان را افزایش داده و از طریق افزایش انگیزش، پشتکار و مشارکت، به تقویت فرهنگ ورزشی منجر شوند.

این نتیجه با یافته‌های رجبی و حیدری همسو است که نشان دادند خودکارآمدی شغلی می‌تواند عملکرد معلمان تربیت بدنی و کیفیت آموزشی آنان را بهبود دهد (Rajabi & Heydari, 2024). احساس توانمندی حرفه‌ای موجب می‌شود معلمان در اجرای برنامه‌های آموزشی، مدیریت فعالیت‌های ورزشی و تعامل با دانش‌آموزان اعتماد بیشتری داشته باشند. بنابراین، هنگامی که سلامت عمومی موجب تقویت چنین احساس توانمندی‌ای شود، معلم احتمالاً با انگیزه و اطمینان بیشتری در فعالیت‌های ورزشی مشارکت می‌کند و در انتقال نگرش مثبت نسبت به ورزش نیز موفق‌تر عمل خواهد کرد.

نتایج همچنین با یافته‌های احمدی و همکاران درباره نقش توانمندسازی روان‌شناختی در توسعه فردی معلمان تربیت بدنی هماهنگ است (Ahmadi et al., 2023). خودکارآمدی یکی از عناصر اساسی احساس توانمندی است و می‌تواند موجب شود معلم در مواجهه با وظایف حرفه‌ای احساس کنترل، شایستگی و اثربخشی بیشتری داشته باشد. همچنین، عسگری و فراهانی نشان دادند که مؤلفه‌های روان‌شناختی مانند هوش هیجانی می‌توانند با تعهد سازمانی و رفتار شغلی معلمان تربیت بدنی ارتباط داشته باشند (Asgari & Farahani, 2023). مجموعه این نتایج نشان می‌دهد که ویژگی‌های روان‌شناختی مثبت می‌توانند نقش مهمی در کیفیت عملکرد حرفه‌ای و رفتارهای معلمان داشته باشند و خودکارآمدی یکی از مهم‌ترین این منابع محسوب می‌شود.

مطالعات جدیدتر نیز اهمیت خودکارآمدی را در محیط‌های آموزشی تأیید می‌کنند. لی نشان داده است که خودکارآمدی می‌تواند نقش واسطه‌ای در ارتباط میان حمایت آموزشی و پیامدهای یادگیری ایفا کند (Li, 2026). شیا نیز گزارش کرده است که حمایت معلم از طریق تقویت خودکارآمدی می‌تواند پیامدهای یادگیری را در محیط‌های آموزشی جدید بهبود دهد (Xia, 2026). هرچند این مطالعات مستقیماً بر معلمان

تربیت بدنی متمرکز نبوده‌اند، اما تأکید آنها بر نقش واسطه‌ای خودکارآمدی با منطق مدل پژوهش حاضر همسو است؛ یعنی منابع مثبت فردی یا محیطی می‌توانند از طریق افزایش باور فرد به توانایی‌های خود، به پیامدهای مطلوب‌تری منجر شوند.

همچنین، ژو و هو نشان داده‌اند که خودکارآمدی در کنار پشتکار و فراشناخت می‌تواند در تبیین اشتیاق شغلی معلمان نقش مهمی ایفا کند (Zhou & Hou, 2025). اشتیاق شغلی بالا می‌تواند با انرژی، درگیری فعال و تمایل بیشتر به مشارکت در فعالیت‌های حرفه‌ای همراه باشد. در مورد معلمان تربیت بدنی، چنین اشتیاقی احتمالاً در اجرای خلاقانه‌تر برنامه‌های ورزشی، مشارکت فعال در فعالیت‌های بدنی و انتقال نگرش مثبت به دانش‌آموزان نمود می‌یابد. همچنین، لیو و همکاران نشان داده‌اند که بهزیستی و احساس موفقیت شخصی معلمان می‌تواند با پیامدهای روان‌شناختی دانش‌آموزان ارتباط داشته باشد (Liu et al., 2026). این یافته تأکید می‌کند که وضعیت روان‌شناختی مثبت معلم تنها یک پیامد فردی نیست، بلکه می‌تواند در محیط آموزشی گسترش یافته و بر دانش‌آموزان نیز اثرگذار باشد. بنابراین، تقویت سلامت عمومی و خودکارآمدی معلمان تربیت بدنی می‌تواند پیامدهایی فراتر از خود معلم داشته و به توسعه محیط ورزشی و سلامت‌محور مدرسه کمک کند.

در مجموع، یافته‌های پژوهش حاضر از یک الگوی چندمسیره در تبیین فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی حمایت می‌کنند. سلامت عمومی از یک سو به‌صورت مستقیم با فرهنگ ورزشی ارتباط دارد و از سوی دیگر، از طریق دو مسیر مهم فعالیت‌های فراغتی و خودکارآمدی شغلی بر آن اثر می‌گذارد. مسیر نخست ماهیتی رفتاری دارد و نشان می‌دهد سلامت عمومی مطلوب می‌تواند مشارکت در فعالیت‌های فراغتی فعال را افزایش داده و از این طریق فرهنگ ورزشی را تقویت کند. مسیر دوم بیشتر ماهیتی روان‌شناختی و حرفه‌ای دارد و نشان می‌دهد سلامت عمومی می‌تواند احساس شایستگی و توانمندی شغلی را افزایش دهد و در نتیجه معلم را به مشارکت فعال‌تر و ترویج ارزش‌های ورزشی سوق دهد. از نظر تحلیلی نیز استفاده از مدل‌سازی معادلات ساختاری مبتنی بر حداقل مربعات جزئی امکان بررسی همزمان این روابط مستقیم و غیرمستقیم را فراهم ساخته است؛ رویکردی که برای ارزیابی مدل‌های پیش‌بینانه و چندسازه‌ای در مطالعات آموزشی مناسب شناخته شده است (Ghasemy et al., 2020; Hair et al., 2019). همچنین، توجه به تمایز تجربی سازه‌ها و بررسی روایی واگرا در چنین مدل‌هایی برای اطمینان از اعتبار نتایج ضروری است (Franke & Sarstedt, 2019). بنابراین، یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهند که ارتقای فرهنگ ورزشی معلمان تربیت بدنی مستلزم توجه همزمان به سلامت عمومی، سبک زندگی فراغتی و منابع روان‌شناختی آنان است و تمرکز بر یک مؤلفه منفرد احتمالاً برای ایجاد تغییر پایدار کافی نخواهد بود.

این پژوهش دارای چند محدودیت بود که باید در تفسیر و تعمیم نتایج مورد توجه قرار گیرد. نخست، داده‌ها بر اساس ابزارهای خودگزارشی گردآوری شدند؛ بنابراین امکان تأثیر سوگیری پاسخ، مطلوبیت اجتماعی و ارزیابی ذهنی مشارکت‌کنندگان وجود دارد. دوم، پژوهش در میان معلمان تربیت بدنی استان تهران انجام شد و تفاوت‌های فرهنگی، سازمانی، اقتصادی و امکانات ورزشی در سایر استان‌ها ممکن است تعمیم‌پذیری نتایج را محدود کند. سوم، با وجود استفاده از مدل‌سازی معادلات ساختاری و اصطلاح الگوی علّی، ماهیت غیرآزمایشی و همبستگی پژوهش امکان استنباط قطعی علیت را محدود می‌سازد. همچنین، احتمال وجود متغیرهای مداخله‌گر بررسی‌نشده مانند حمایت سازمانی، رضایت شغلی، فرسودگی شغلی، ویژگی‌های شخصیتی، کیفیت محیط مدرسه و میزان دسترسی به امکانات ورزشی وجود دارد. در نهایت، اندازه‌گیری فعالیت‌های فراغتی بر اساس گزارش فردی انجام شده و از شاخص‌های عینی فعالیت بدنی استفاده نشده است.

پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده این مدل را در میان معلمان تربیت بدنی سایر استان‌ها، مقاطع تحصیلی مختلف و محیط‌های آموزشی متفاوت تکرار کنند تا پایداری و قابلیت تعمیم روابط مشاهده‌شده ارزیابی شود. استفاده از طرح‌های طولی می‌تواند امکان بررسی جهت اثرگذاری متغیرها و تغییرات آنها در طول زمان را فراهم سازد. همچنین، طراحی مطالعات مداخله‌ای با هدف ارتقای سلامت عمومی، افزایش فعالیت‌های فراغتی یا تقویت خودکارآمدی می‌تواند شواهد دقیق‌تری درباره روابط علّی ارائه دهد. بررسی نقش متغیرهای دیگری مانند حمایت سازمانی، اشتیاق شغلی، رضایت شغلی، فرسودگی، سرمایه روان‌شناختی، انگیزش ورزشی و تعادل کار و زندگی نیز می‌تواند مدل حاضر را توسعه دهد.

علاوه بر این، استفاده همزمان از ابزارهای خودگزارشی و شاخص‌های عینی مانند شتاب‌سنج، ثبت فعالیت بدنی یا داده‌های سلامت می‌تواند اعتبار اندازه‌گیری متغیرهای پژوهش را افزایش دهد.

با توجه به نتایج پژوهش، پیشنهاد می‌شود مدیران آموزش‌وپرورش و مسئولان مدارس برنامه‌های منظم ارتقای سلامت جسمانی و روان‌شناختی برای معلمان تربیت بدنی طراحی و اجرا کنند. ایجاد فرصت‌های مناسب برای فعالیت‌های ورزشی و تفریحی خارج از ساعات رسمی کار، تسهیل دسترسی معلمان به فضاها و امکانات ورزشی و برگزاری برنامه‌های گروهی می‌تواند مشارکت فراغتی فعال را افزایش دهد. همچنین، برگزاری دوره‌های توانمندسازی حرفه‌ای، آموزش مهارت‌های مدیریت کلاس، حل مسئله، تنظیم هیجان و مدیریت فشارهای شغلی می‌تواند به تقویت خودکارآمدی شغلی کمک کند. ایجاد محیط کاری حمایتگر، ارائه بازخورد مثبت، به‌رسمیت‌شناختن موفقیت‌های حرفه‌ای معلمان و فراهم‌کردن فرصت مشارکت آنان در تصمیم‌گیری‌های ورزشی مدرسه نیز می‌تواند احساس شایستگی و تعهد آنان را افزایش دهد. در نهایت، سیاست‌گذاری برای ارتقای فرهنگ ورزشی باید سلامت عمومی، فعالیت‌های فراغتی و خودکارآمدی معلمان را به‌صورت همزمان و به‌عنوان اجزای یک نظام به‌هم‌پیوسته مورد توجه قرار دهد.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافعی وجود ندارد.

موازین اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازین و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

شفافیت داده‌ها

داده‌ها و مآخذ پژوهش حاضر در صورت درخواست از نویسنده مسئول و ضمن رعایت اصول کپی رایت ارسال خواهد شد.

حامی مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

Extended Abstract

Introduction

Sport and physical activity have increasingly become central components of contemporary approaches to health promotion, educational development, and social well-being. Regular engagement in physical activity is associated not only with improved physical functioning but also with better psychological health, emotional well-being, and prevention of a wide range of health problems (Biddle & Asare, 2020; Trost, 2022). Within educational systems, however, the promotion of an active lifestyle depends on more than simply providing opportunities for physical activity. It also requires the development of a sustainable sports culture

encompassing attitudes, values, beliefs, behavioral norms, and patterns of participation through which sport becomes an integrated part of everyday personal and professional life. Teachers, particularly physical education teachers, occupy a strategic position in this process because their attitudes, behaviors, and professional practices can shape students' perceptions of sport and physical activity.

Sports culture among teachers may influence their own participation in physical activity as well as their professional attitudes and behaviors. Previous evidence has indicated that sports culture is associated with teachers' physical activity patterns and can contribute to the formation of more favorable orientations toward sport (Mohammed, 2023). Similarly, the sports culture of physical education teachers has been associated with their attitudes toward sport and professional performance (Ghaffari & Nikookar, 2024). Physical education teachers are therefore not merely instructors of motor skills; they also function as behavioral and motivational models whose own lifestyles may contribute to the institutionalization of sport-related values within schools. Their role in promoting students' physical and psychological health further emphasizes the need to examine the personal and professional factors underlying their sports culture (Moraei, 2024).

One factor that may contribute substantially to sports culture is general health. General health incorporates physical, psychological, and social functioning and can affect an individual's motivation, energy, interpersonal engagement, and capacity to participate in occupational and recreational activities. Teachers are exposed to various occupational demands, including workload, classroom management responsibilities, organizational expectations, continuous interpersonal interactions, and performance pressures. For physical education teachers, such demands may be accompanied by additional physical and instructional responsibilities. Accordingly, occupational stress management has been identified as an important consideration for sustaining physical education teachers' psychological well-being and professional functioning (Hosseini & Taheri, 2023). Evidence concerning interventions for teacher stress further suggests that effective management of psychological pressure can generate favorable occupational and psychological outcomes (Coulson & McGregor, 2022). Broader recommendations concerning schoolteachers similarly emphasize systematic strategies for reducing occupational stress and maintaining psychological resources (Ratten, 2022). Thus, better general health may provide the physical and psychological resources required for greater involvement in sport-related behaviors and stronger internalization of sports-related values.

Nevertheless, the relationship between general health and sports culture may not be exclusively direct. Leisure activities may constitute an important behavioral mechanism through which general health is translated into sports culture. Leisure is not merely unoccupied time; it provides opportunities for recovery, social participation, identity development, personal fulfillment, and engagement in voluntary activities. Leisure environments can contribute to identity construction and meaningful social experiences (Mai & Hao, 2020), while leisure participation may also serve adaptive and psychosocial functions under challenging social conditions (Giles & Oncescu, 2020). Among physical education teachers, participation in active leisure may be particularly important because it reflects the incorporation of sport and physical activity into personal life beyond formal occupational responsibilities. Empirical evidence has demonstrated a relationship between leisure activities and general health among physical education teachers (Jafari & Kermani, 2023). Therefore, teachers with better general health may have greater energy and motivation to participate in active leisure pursuits, and repeated participation in such activities may reinforce positive values and behavioral orientations toward sport.

Occupational self-efficacy constitutes another potentially important psychological mechanism. Self-efficacy reflects individuals' beliefs concerning their capacity to organize and successfully perform actions necessary to achieve desired outcomes. In the context of physical education, occupational self-efficacy may involve confidence in managing classes, organizing sport programs, addressing instructional challenges, interacting effectively with students, and achieving professional objectives. Greater occupational self-efficacy has been

associated with improved professional performance and educational quality among physical education teachers (Rajabi & Heydari, 2024). Psychological empowerment has likewise been linked to the personal development of physical education teachers, indicating that positive psychological resources can contribute to professional growth (Ahmadi et al., 2023). Emotional and psychological capabilities have also been associated with important occupational outcomes, including organizational commitment among physical education teachers (Asgari & Farahani, 2023).

Recent studies further underline the broader mediating function of self-efficacy in educational settings. Self-efficacy can transmit the effects of supportive educational experiences to learning-related outcomes (Li, 2026), and evidence from contemporary technology-enhanced educational contexts similarly identifies self-efficacy as an important mechanism through which support can influence performance and learning (Xia, 2026). Among teachers, self-efficacy also interacts with psychological resources such as grit and metacognition in shaping work engagement (Zhou & Hou, 2025). Moreover, teachers' well-being and personal accomplishment may be associated with important student-level psychological outcomes, indicating that teachers' personal resources can have implications beyond their own professional functioning (Liu et al., 2026). Collectively, these findings suggest that general health may contribute to sports culture partly by strengthening teachers' perceptions of competence, control, and professional effectiveness.

Despite the growing literature on general health, leisure, psychological resources, self-efficacy, and sport-related behavior, these variables have often been examined independently or through bivariate relationships. A more comprehensive model is required to clarify whether general health contributes to physical education teachers' sports culture both directly and indirectly through behavioral and psychological mechanisms. Partial least squares structural equation modeling provides a suitable framework for simultaneously evaluating complex predictive relationships among latent constructs in educational research (Ghasemy et al., 2020; Hair et al., 2019). Valid evaluation of such models also requires careful assessment of the empirical distinctiveness of the constructs, including discriminant validity (Franke & Sarstedt, 2019). Accordingly, the present study aimed to develop and test a causal model of physical education teachers' sports culture based on general health, with emphasis on the mediating roles of leisure activities and occupational self-efficacy.

Methods and Materials

The study was applied in purpose and quantitative and correlational in methodological approach and employed variance-based structural equation modeling. The statistical population consisted of all physical education teachers working in Tehran Province. The required sample size was determined using SPSS SamplePower based on a significance level of 0.05 and statistical power of 80%, resulting in a final sample of 360 physical education teachers. The questionnaires were prepared electronically and distributed through professional teacher groups and social networking platforms. Participation was voluntary, responses were treated confidentially, and informed consent was obtained from the participants.

Data were collected using the 28-item Goldberg General Health Questionnaire (GHQ-28), which assesses physical symptoms, anxiety and insomnia, social dysfunction, and depression; the 24-item Sports Culture Questionnaire developed by Adams et al. (2010); the Godin and Shephard Leisure-Time Physical Activity Questionnaire, consisting of three items; and Morris's 21-item Self-Efficacy Questionnaire. Items were scored using Likert-type response formats.

Face and content validity of the instruments were evaluated and approved by 10 specialists in sport management. Internal consistency was examined using Cronbach's alpha, composite reliability, and Rho_A. Convergent validity was assessed using average variance extracted, while discriminant validity was evaluated using the heterotrait-monotrait ratio. The structural model was subsequently assessed through path coefficients, t statistics, significance values, variance inflation factors, effect sizes, and indirect effects. Bootstrapping with

10,000 subsamples was employed to determine the statistical significance of structural relationships. Data analysis was performed using SPSS version 25 and SmartPLS version 3.2.9.

Findings

Evaluation of the measurement model demonstrated satisfactory psychometric properties. Cronbach's alpha coefficients were 0.870 for general health, 0.840 for sports culture, 0.898 for leisure activities, and 0.823 for self-efficacy. Composite reliability coefficients were 0.896, 0.887, 0.920, and 0.875, respectively. The corresponding average variance extracted values were 0.532 for general health, 0.612 for sports culture, 0.624 for leisure activities, and 0.548 for self-efficacy, indicating acceptable convergent validity. The discriminant validity assessment also supported adequate empirical distinction among the study constructs.

Structural model analysis indicated that general health exerted a positive and statistically significant direct effect on sports culture among physical education teachers (β=0.188, t=4.512, p=0.001). The corresponding effect size was 0.345, and the variance inflation factor was 2.475, indicating that the relationship was not compromised by problematic multicollinearity.

The mediation analyses further demonstrated that leisure activities significantly mediated the association between general health and sports culture. The indirect effect of general health on sports culture through leisure activities was positive and statistically significant (β=0.289, t=7.958, p=0.001). Thus, higher levels of general health were associated with stronger sports culture through increased engagement in leisure activities.

Occupational self-efficacy also significantly mediated the relationship between general health and sports culture. The indirect effect through self-efficacy was positive and statistically significant (β=0.223, t=7.707, $p<0.01$). Accordingly, all three proposed structural hypotheses were supported. The pattern of findings indicated that general health influenced sports culture both directly and through the behavioral pathway of leisure activities and the psychological-professional pathway of self-efficacy.

Discussion and Conclusion

The findings demonstrate that general health constitutes an important antecedent of sports culture among physical education teachers. Teachers who experience better physical, psychological, and social functioning may possess greater energy, emotional stability, motivation, and readiness to participate in sport-related activities. These personal resources can facilitate stronger commitment to sport-related values and make physical activity a more stable component of professional and personal life. Because physical education teachers serve as visible role models for students, their own health and lifestyle may also shape the extent to which they are able to communicate and embody the values associated with an active lifestyle.

The mediating role of leisure activities provides further insight into the behavioral mechanism underlying this relationship. General health appears to create conditions that facilitate active engagement during leisure time. Teachers who are physically and psychologically healthier may be more willing and able to participate in recreational, social, and sport-related activities outside formal work requirements. Repeated participation in active leisure may then strengthen favorable attitudes toward sport, normalize physical activity as part of everyday life, and reinforce a sport-oriented identity. Leisure activities therefore appear to function as a behavioral bridge through which general health is transformed into a more deeply embedded sports culture.

The significant mediating role of occupational self-efficacy identifies a complementary psychological pathway. Better general health may strengthen teachers' confidence in their professional capabilities by increasing psychological stability, perceived control, persistence, and readiness to address occupational challenges. Teachers who believe more strongly in their ability to manage instructional and sport-related responsibilities are likely to demonstrate greater initiative, persistence, and active involvement in professional activities. Such feelings of competence may facilitate greater participation in sport, stronger advocacy of active lifestyles, and more consistent transmission of sports-related values within educational environments.

Taken together, the results suggest that sports culture among physical education teachers should not be understood as an isolated attitudinal construct. Rather, it appears to emerge from the interaction of health resources, everyday behavioral patterns, and professional psychological resources. General health provides a fundamental foundation, leisure activities constitute an important behavioral channel, and occupational self-efficacy represents a psychological-professional mechanism through which healthier teachers may develop and maintain stronger sports culture.

The findings have important implications for educational management. Efforts to enhance sports culture among physical education teachers should extend beyond the provision of sport facilities or formal professional training. Comprehensive strategies should simultaneously address teachers' physical and psychological health, opportunities for active and meaningful leisure, and confidence in their professional capabilities. Such an integrated approach may contribute not only to teachers' personal well-being and professional functioning but also to the development of more active, health-oriented school environments.

In conclusion, the structural model supported the direct positive effect of general health on sports culture and confirmed the mediating roles of both leisure activities and occupational self-efficacy. General health therefore appears to contribute to physical education teachers' sports culture through multiple complementary pathways. Strengthening health, encouraging active leisure participation, and enhancing occupational self-efficacy may collectively provide an effective foundation for promoting sustainable sports culture among physical education teachers and, indirectly, within the broader educational environment.

References

Ahmadi, M., Nazari, S., & Bakhit, M. (2023). The Impact of Psychological Empowerment on the Personal Development of Physical Education Teachers in Tehran with the Mediating Role of Learning Agility. *Scientific-Research Quarterly of Education*, *39*(2), 49-64.

Asgari, P., & Farahani, A. (2023). Monitoring the Impact of Emotional Intelligence on the Tendency toward Multiple Jobholding and Organizational Commitment among Physical Education Teachers in District 5 of the Tehran Ministry of Education. *New Approaches in Sport Management*, *11*(41), 129-145.

Biddle, S. J. H., & Asare, M. (2020). Physical Activity and Mental Health: Evidence Is Growing. *Journal of sport and health science*, *9*(4), 395-398. https://doi.org/10.1016/j.jshs.2020.02.001

Coulson, T., & McGregor, D. (2022). Managing Stress in Teachers: Interventions and Outcomes. *Psychology in the Schools*, *59*(1), 56-68. https://doi.org/10.1002/pits.22624

Franke, G., & Sarstedt, M. (2019). Heuristics versus Statistics in Discriminant Validity Testing: A Comparison of Four Procedures. *Internet Research*, *29*(3), 430-447. https://doi.org/10.1108/IntR-12-2017-0515

Ghaffari, N., & Nikookar, M. (2024). The Relationship between Sports Culture and Physical Education Teachers' Attitudes toward Sport and Its Impact on Professional Performance. *Journal of Sport Psychology*, *14*(2), 120-135.

Ghasemy, M., Teeroovengadum, V., Becker, J. M., & Ringle, C. M. (2020). This Fast Car Can Move Faster: A Review of PLS-SEM Application in Higher Education Research. *Higher Education*, *80*(6), 1121-1152. https://doi.org/10.1007/s10734-020-00534-1

Giles, A. R., & Oncescu, J. (2020). Single Women's Leisure during the Coronavirus Pandemic. *Leisure Sciences*, 1-7. https://doi.org/10.1080/01490400.2020.1774003

Hair, J. F., Risher, J. J., Sarstedt, M., & Ringle, C. M. (2019). When to Use and How to Report the Results of PLS-SEM. *European Business Review*, *31*(1), 2-24. https://doi.org/10.1108/EBR-11-2018-0203

Hosseini, S. A., & Taheri, R. (2023). Occupational Stress Management among Physical Education Teachers: Examining Strategies and Approaches for Coping with Stress in Educational Environments. *Journal of Educational Studies*, *15*(3), 112-127.

Jafari, A., & Kermani, A. (2023). The Relationship between Leisure Activities and General Health of Physical Education Teachers: An Empirical Analysis. *Journal of Public Health Research*, *9*(3), 56-72.

Li, J. (2026). The Impact of Teacher Support on Self-Regulated Learning in Piano Instruction at Teacher-Training Universities: The Mediating Role of Self-Efficacy and the Moderating Role of Mastery Goals. *Frontiers in psychology*, *17*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1743188

Liu, Y., Li, M., Chen, H., & Zhang, X. (2026). Multilevel Analysis of Teachers' Well-Being and Personal Accomplishment and Students' Self-Esteem, Self-Efficacy, and Academic Burnout: A Conservation of

Resources Perspective. *Teaching and Teacher Education*, *172*, 105386. https://doi.org/10.1016/j.tate.2026.105386

Mai, S., & Hao, X. (2020). Older Women's Identity Reconstruction in Leisure Spaces: A Case of Guangzhou, China. *Leisure Studies*, 1-16. https://doi.org/10.1080/02614367.2020.1735491

Mohammed, A. M. (2023). The Impact of Sports Culture on Physical Activity among Teachers: A Review of Global Trends. *International Journal of Sports Science*, *8*(3), 212-220. https://doi.org/10.1080/2159676X.2023.1860721

Moraei, A. (2024). *The Role of Physical Education Teachers in Developing Students' Physical and Mental Health* First National Conference on New Perspectives in Educational Issues, Ramshir, Iran.

Rajabi, M., & Heydari, F. (2024). Examining the Impact of Occupational Self-Efficacy on Physical Education Teachers' Performance and Improvement of Educational Quality. *Journal of Educational Psychology*, *16*(1), 88-102.

Ratten, V. (2022). Stress Management Strategies for Schoolteachers: A Review and Recommendations. *Journal of education and health promotion*, *11*(2), 88-92. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_341_21

Trost, S. G. (2022). The Role of Physical Activity in Promoting Health and Preventing Disease. *American Journal of Public Health*, *112*(1), 25-32. https://doi.org/10.2105/AJPH.2021.306651

Xia, S. (2026). Teacher Support Enhances Self-Efficacy and Learning Outcomes in the Age of AI. *Scientific reports*, *16*(1). https://doi.org/10.1038/s41598-026-36014-2

Zhou, S., & Hou, H. (2025). The Interplay of Self-Efficacy, Grit, and Metacognition in Shaping Work Engagement Among EFL Teachers: A Comparative Study of Mainland China and Hong Kong. *BMC psychology*, *13*(1). https://doi.org/10.1186/s40359-025-02761-6