

تعیین نیازهای آموزشی مربیان فدراسیون پهلوانی و زورخانه ای

چکیده

توسعه مربیان ورزشی هر کشوری دارای اهمیت فراوانی می باشد و موفقیت در حوزه ورزش نتایج مهم فرهنگی، تربیتی و اقتصادی را به همراه خواهد داشت. اهمیت این موضوع زمانی بیشتر می شود که فدراسیون جهانی رشته مورد مطالعه در داخل کشور باشد. آموزش و توسعه مربیان می تواند منجر به تحول و ارتقاء در حوزه ورزشی گردد. هدف از انجام این مطالعه، تعیین نیازهای آموزشی مربیان در رشته های مرتبط با فدراسیون زورخانه ای و پهلوانی می باشد. برای تحقق چنین هدفی پژوهشی با رویکرد ترکیبی (آمیخته) انجام شد. در بخش کیفی با استفاده از روش اکتشافی و با دو ابزار دیکوم (تعداد مشارکت کنندگان ۹ نفر) و مصاحبه نیمه ساختاریافته (تعداد مشارکت کنندگان ۱۲ نفر و انتخاب شده با رویکرد گلومه برفی) و روش تحلیل آزمون با مدل آتراید و استیرلینگ، نیازهای مرتبط با مربیان فدراسیون پهلوانی و زورخانه ای استخراج گردید و سپس با روش پیمایش (و به کارگیری آزمون های تی تگ گروه، تحلیل واریانس یک طرفه یا آنوا و همچنین آزمون فریدمن) نیازهای آموزشی تعیین و اولویت بندی شد. نیازهای آموزشی پس از بررسی و تحلیل در قالب پنج گروه اصلی توانایی های اخلاقی، توانایی های بین المللی، توانایی های تخصصی، توانایی های نرم و توانایی های همراستایی سازمانی طبقه بندی و ارائه گردید. جزئیات نیازها به تفصیل تشریح شده است.

کلیدواژه‌ها: نیازهای آموزشی، فدراسیون پهلوانی و زورخانه ای، مربیان، آموزش و توسعه.

مقدمه

ورزش هر کشوری نماد توانمندی های ویژه در بازتاب و بازنمایی توان ملی دارد. توسعه ورزشکاران و مربیان آن ها می تواند نتایج بسیار مطلوبی را برای هر کشور داشته باشد. از این رو تلاش می شود به صورت مستمر این فرآیند مدیریت شده و مهارت های لازم در مربیان ایجاد و توسعه یابد. شایستگی های مربیان ورزشی یکی از مهمترین فاکتورهای توسعه ورزش در هر کشوری می باشد. پرداختن به نیازهای مرتبط با مربیان و توسعه روش های بسته بندی برنامه های درسی آن ها با رویکردهای متنوع بخشی از فعالیت های لازم جهت توسعه این بخش می باشد.

مبانی نظری و پیشینه پژوهش

مربیان می توانند بر نتایج ورزشکاران مانند عملکرد و پیشرفت شخصی تأثیر بگذارند. با این حال، مربیان خود یادگیرندگانی هستند که به دنبال توسعه مهارت مربیگری خود هستند. مربیان ممکن است به روش های بی شماری درگیر شوند و از تمرینات بازتابی بهره ببرند (۲). شایستگی های متنوعی برای توسعه عملکرد مربیان ورزشی لازم است که در طبقات مختلف قابل ارائه است؛ توانمندی های مرتبط با فناوری و ارتباطات یکی از این موارد است. راه حل ها و شایستگی های مربیان در حوزه های فناوری ارتباطات و اطلاعات مشتمل بر اپی ژنتیک^۱، روبات ها^۲، سایبورگ ها^۳، فناوری های نانو^۴، متاورس^۵ و پلت فرم های واقعیت مجازی^۶ ذکر شده است (۱). از جمله توانمندی های دیگر مورد نیاز مربیان خصوصاً در صحنه های بین المللی طبق مطالعه ای که در سال ۲۰۲۲ انجام شده است، بینش جدیدی را در مورد طیف وسیعی از چالش های جسمی، روانی و عاطفی که مربیان المپیک و پارالمپیک در دوران بازی های المپیک و پارالمپیک با آن ها مواجه هستند، ارائه می کند. مدیریت استرس نشان میتواند یکی از توانایی های مربیان باشد. مربی می تواند از این اطلاعات برای کمک به مربیان برای ایجاد مکانیسم های مقابله ای مؤثر استفاده کنند، که متعاقباً منجر به نتایج مثبت تر ناشی از استرس هایی که تجربه می کنند، شود (۳). استفاده از انواع روش های توسعه توانمندی های منابع انسانی در حوزه مربیان علاوه بر تعدد، دارای تنوع فنی نیز می باشد. اکتساب دانش^۷، ترجمه دانش^۱ و

۱ Epigenetics

۲ Robots

۳ Cyborgs

۴ Nano technologies

۵ Metaverse

۶ Virtual reality platforms

۷ Knowledge acquisition

کیفیت های پزشکان و مربیان^۲ و روش های رسمی شامل آموزش عالی و آموزش هیئت حاکمه ملی بود، در حالی که استفاده از محیط های یادگیری مجازی و کارگاه های سنتی هر دو به عنوان ابزاری برای انتشار و ترجمه دانش مورد توجه قرار گرفتند. و مسیری را برای توسعه مربیان در پیش روی متولیان قرار داده است (۴). در شرایط در حال تحول کنونی سازمان ها به منظور ادامه حیات ناچار به تطابق خود با شرایط متغیر و پیشرف علم و تکنولوژی هستند. آنان سعی بر آن دارند تا شایستگی های کارکنان خود را برای محیط و شرایط در حال تحول بهبود بخشند (سوبا^۳، ۲۰۰۹) (۵). بخش آموزش در سازمان ها عهده دار این امر مهم بوده و سازو کار مورد نیاز برای رسیدن به پویایی و ادامه ی حیات سازمان را به وجود می آورد. در این میان ضروری است کارکنان سازمان ها به طور مستمر از نظر دانشی، مهارتی و نگرشی توسعه و بهبود یابند و توانمندی های مورد نیاز را کسب نمایند. توسعه آموزش سازمانی سعی بر آن دارد تا بر شایستگی های ویژه و معینی تمرکز نماید. به عبارت دیگر تدوین و تعقیب شایستگی های معین یکی از اساسی ترین محورها در آموزش های سازمانی است (پارادایس^۴، ۲۰۰۷) (۶).

شایستگی از ویژگی های کارمند است که:

۱. به عملکرد موفق شغلی کمک می کند.

۲. منجر به موفقیت سازمان می شود.

این ها شامل دانش قابل اندازه گیری، مهارت ها و توانایی های دیگر مثل ارزش ها، انگیزش، ابتکار، و خویشتن داری هستند که مجریان برتر را از مجریان متوسط متمایز می سازد (شپمن^۵ و همکاران، ۲۰۰۰؛ اسپنسر، مک کلند و اسپنسر^۶، ۱۹۹۴) (۷).

۱ Knowledge translation
 ۲ Qualities of practitioners and coaches
 ۳ Subba
 ۴ Paradise
 ۵ Shippmann
 ۶ Spencer, McClelland & Spencer

جدول شماره (۱). تعاریف اصلی شایستگی

صاحب‌نظران	تعریف
رابرتسون، کالینان و بارترام	شایستگی مجموعه‌ای از رفتارهایی است که به عنوان وسیله برای رسیدن به نتایج یا پیامدهای مطلوب به کار می‌رود.
هانستین (۲۰۰۰)	شایستگی عموماً به عنوان مجموعه رفتارها یا فعالیت‌های مرتبط، انواع دانش، مهارت‌ها و انگیزه‌هاست که پیش‌نیازهای رفتاری، فنی و انگیزشی برای عملکرد موفقیت‌آمیز در یک نقش یا شغل مشخص است (۸).
مولر ^۱	شایستگی ترکیبی از دانش، رفتار و مهارت‌های صریح و ضمنی است که توان و ظرفیت اجرای اثربخش وظایف را به افراد می‌دهد (۹).

بهسازی، مفهومی چند وجهی است که در مدیریت، روان‌شناسی، انسان‌شناسی، اجتماعی، علوم سیاسی و پزشکی مورد استفاده قرار می‌گیرد. اصطلاح بهسازی یا توانمندسازی در مدیریت از اواسط قرن بیستم و شکل‌گیری نهضت روابط انسانی در جهت افزایش شرایط انسانی معرفی شد (۱۰).

روش پژوهش

برای تعیین نیازهای آموزشی و تعیین برنامه‌های مورد نیاز لازم است طی فرآیندی نسبتاً قابل توجه به گردآوری و تجزیه و تحلیل داده‌ها پرداخته شود. برای گردآوری و تحلیل داده‌ها رویکرد مورد استفاده ترکیبی (آمیخته کیفی و کمی) خواهد بود. در بخش کیفی از رویکردهای مختلفی مانند برگزاری کارگاه‌های دیکوم که به نوعی گروه‌کانونی می‌باشد به همراه مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته، استفاده شده است. برای استخراج مفاهیم مورد نیاز از روش تحلیل مضمون برای شناخت، تحلیل و گزارش الگوهای موجود در داده‌های کیفی استفاده شده است. این روش، فرآیندی برای تحلیل داده‌های متنی است و داده‌های پراکنده و متنوع را به داده‌های غنی و تفصیلی تبدیل می‌نماید (۱۱). برای تحلیل مضمون از مدل آتراید و استیرلینگ^۲ استفاده شده است. این مدل شامل سه مرحله کلی می‌باشد. مرحله اول، تجزیه متن، مرحله دوم اکتشاف متن و مرحله سوم، یکپارچه‌سازی اکتشافات. در هر یک از

^۱ Mueller

^۲ Attride & stirling

این مراحل، سطح انتزاعی بیشتری جهت تحلیل به تناسب مراحل مورد نیاز است. تشریح این مراحل را به ترتیب ذیل می توان مشاهده کرد (۱۲).

- تجزیه متن (کدگذاری داده های متنی، شناسایی مضامین، ساخت مجموعه ای از مضامین)
- اکتشاف متن (توصیف و کشف مجموعه ای از مضامین و خلاصه سازی نتایج)
- کشف یکپارچه سازی (تفسیر الگوها)

در بخش کمی از روش پیمایش استفاده شده است. برای تحلیل داده های کمی به دست آمده از آزمون های متنوعی استفاده شده است. برای تعیین نرمال بودن توزیع داده ها از آزمون کولموگروف – اسمیرنف^۱ استفاده شد. از آزمون فریدمن برای رتبه بندی نیازها آموزشی شده است و از آزمون تحلیل واریانس یک طرفه (ANOVA) به منظور (تعیین تفاوت های مرتبط با اطلاعات دموگرافیکال) استفاده شده است. با توجه به اینکه شناسایی نیازهای آموزشی مبنای توسعه توانمندی های مربیان می باشد، لازم است ابتدا سوالات مورد نظر در ابتدا ذکر شده و سپس براساس نتایج و بررسی ها، به تحلیل داده ها پرداخته شود. سوالات مورد نظر در این پژوهش به عبارت ذیل می باشند:

۱- نیازهای آموزشی مربیان فدراسیون پهلوانی و زورخانه ای کدامند؟

۲- اولویت نیازهای آموزشی مربیان فدراسیون پهلوانی و زورخانه ای کدامند؟

یافته های پژوهش

جهت ارائه نتایج پژوهش لازم است برای هر سوال بخش خاصی را در نظر گرفت و براساس آن پیش رفت. سوال ۱- نیازهای آموزشی مربیان فدراسیون پهلوانی و زورخانه ای کدامند؟ با توجه به اینکه داده های کیفی از منبع برگزاری کارگاه دیکوم و همچنین مصاحبه های تخصصی استخراج شده است، در این بخش یافته های مرتبط ارائه می شود. بخش اول از داده ها، نتایج اجرای کارگاه دیکوم می باشد.

^۱ Kolmogorov–Smirnov test (KS)

جدول شماره (۳). نتایج کارگاه دیکوم

مضامین پایه	مضامین سازمان دهنده	کد
نیازسنجی منطقه ای	توان سنجی و ارزیابی وارزیابی آگاهی و استقبال مردم از ورزش زورخانه ای و پهلوانی	D۱
	بررسی مطالعه تعداد ورزشکاران موجود و قابل جذب	
	بررسی و نتایج امکانات و تجهیزات بالقوه و بالفعل منطقه	
برنامه ریزی فعالیتها	اخذ نیازها و انتقادات فدراسیون، وزارت، جهانی و جامع	D۲
	بررسی منابع مورد نیاز برای اجرای برنامه	
	تدوین و اولویت بندی فعالیت ها و نیازهای ورزش باستانی	
آموزش ورزشکاران	تدوین و نهایی سازی و تصویب برنامه های کوتاه مدت و بلند مدت	D۳
	آزمون و صدور گواهینامه	
	آماده سازی تیم	
بکارگیری اصول ایمنی، بهداشت و تغذیه	آموزش مربیگری	D۴
	رعایت اصول تغذیه	
	رعایت موارد بهداشتی و ورزشی	
مدیریت و هدایت روحی و روانی ورزشکاران	رعایت موارد بهینه ی ورزشی	D۵
	برقراری سبک های ارتباطی،مدیریتی و رهبری	
	شناخت جامع از ورزشکاران در ابعاد مختلف	
فرهنگ سازی و ایجاد تفکر ورزش باستانی	اجرای طرح	D۶
	ارزش یابی و ارائه راه حل های بهبود	
	طراحی فرآیند فرهنگ سازی	
همکاری در تدوین آیین نامه ها ، دستورالعملها و رویه های اجرای آن	اجرای مستندات سازمان و بازنگری	D۷
	جمع آوری و بررسی مستندات سازمانی	
	مشارکت در تدوین مستندات سازمان	
انتخاب ورزشکاران و حضور در مسابقات استانی و کشوری و جهانی	اجرای آزمون	D۸
	اطلاع رسانی در زورخانه	
	آماده سازی تیم منتخب	

برنامه ریزی آزمون		
حضور در مسابقه		
بررسی و مطالعه نتایج مستندات موجود	خود ارتقایی و توانمندسازی خود	D۹
بررسی وضعیت اطلاعاتی و دانشی خود		
تدوین برنامه های بهبود و آموزش و گذراندن آن		
بررسی نوآورانه	نوآوری و آینده پژوهی در ورزش باستانی	D۱۰
تحلیل مسائل، چالش، نکات قابل بهبود ورزش باستانی		
خلاقیت و دیده پردازی		
ارائه راهکارهای بهبود و گزارش نهایی	ارائه گزارش عملکرد سالیانه	D۱۱
تدوین فرمت ارائه گزارش		
جمع آوری اطلاعات و تجزیه و تحلیل آنها		

در بخش کیفی متخصصین و مربیان مربیگری رشته پهلوانی و زورخانه ای برای موضوع مصاحبه دعوت شدند. مصاحبه های تخصصی با ۱۲ نفر از متخصصین و مربیان رشته صورت گرفت. در انتخاب مصاحبه شوندگان و مشارکت کنندگان در بخش کیفی از روش هدفمند و گلوله برفی استفاده شد. مصاحبه ها تا جایی پیش رفت که داده ها به اشباع نظری رسیدند. تحلیل مصاحبه های بعمل آمده مطابق با مدل آتراید و استیرلینگ انجام شد و نتایج آن در قالب جدول ذیل تهیه و ارائه گردید.

جدول شماره (۴). نتایج تحلیل مصاحبه های نیمه ساختارمند

مضامین پایه	مضامین سازمان دهنده	مضامین فراگیر
آشنایی با نسل های مختلف و تنوع احترامی به آنها	احترام	توانایی های اخلاقی
متعهد بودن به ادب و احترام	احترام	توانایی های اخلاقی
اخلاق مدار بودن	اخلاق مداری	توانایی های اخلاقی
اخلاق مدار و یاری دهنده به هم نوعان	اخلاق مداری	توانایی های اخلاقی
برخورداری از اخلاق پهلوانی	اخلاق مداری	توانایی های اخلاقی
ترویج اصول اخلاقی	اخلاق مداری	توانایی های اخلاقی
داشتن اخلاق خوب و خوش مربی	اخلاق مداری	توانایی های اخلاقی

توانایی های اخلاقی	مذهبی	آشنایی با قرآن و احادیث
توانایی های اخلاقی	مذهبی	توجه داشتن به احکام شرعی
توانایی های اخلاقی	مذهبی	گرفتن دست یتیم و ضعیف
توانایی های اخلاقی	ملی	برخورداری از روحیه جوانمردی و میهن پرستی
توانایی های اخلاقی	ملی	دارای حس وطن پرستی بودن
توانایی های اخلاقی	نمادهای مذهبی	آشنایی با دعا خوانی
توانایی های اخلاقی	هویت ملی و مذهبی	آشنایی با آداب و رسوم ملی و مذهبی
توانایی های اخلاقی	هویت ملی و مذهبی	آشنایی با هویت ملی زورخانه ای، توانایی ایجاد کسب و کار از طریق رشته زورخانه ای (در مدارس، پادگان ها و ...)
توانایی های بین المللی	جنبه های بین المللی	آشنایی با زبان انگلیسی برای معرفی مخاطبین بین المللی
توانایی های بین المللی	جنبه های بین المللی	آشنایی با آیین نامه های بین المللی
توانایی های بین المللی	جنبه های بین المللی	آشنایی با روند مسابقات ملی، منطقه ای و بین المللی
توانایی های بین المللی	جنبه های بین المللی	آشنایی با کلیات و ساختار فدراسیون بین المللی پهلوانی و زورخانه ای (IZSF)
توانایی های بین المللی	جنبه های بین المللی	تسلط بر آیین نامه های بین المللی زورخانه ای
توانایی های تخصصی	ابزارهای تخصصی ورزش زورخانه ای	تسلط بر آسیب ابزارها
توانایی های تخصصی	ابزارهای تخصصی ورزش زورخانه ای	تسلط بر فنون ورزش زورخانه ای (دویدن ها، چرخ زدن (چمنی و تیز)، کباده گیری، سنگ زدن، میل بازی دو میل تا شش میل باز)
توانایی های تخصصی	ابزارهای تخصصی ورزش زورخانه ای	توانایی کاربری ابزارهای تخصصی ورزش زورخانه ای
توانایی های تخصصی	اقتصاد ورزش	آشنایی با اقتصاد ورزش زورخانه ای و پهلوانی
توانایی های تخصصی	آسیب شناسی	آشنایی با آسیب شناسی
توانایی های تخصصی	آناتومی و فیزیولوژی	آشنایی با اصول فیزیولوژی و آناتومی
توانایی های تخصصی	آناتومی و فیزیولوژی	آشنایی با آناتومی

توانایی های تخصصی	آناتومی و فیزیولوژی	آشنایی با آناتومی بدن
توانایی های تخصصی	آناتومی و فیزیولوژی	آشنایی با آناتومی و فیزیولوژی
توانایی های تخصصی	بدن سازی	آشنایی با اصول بدن سازی
توانایی های تخصصی	بدن سازی	آشنایی با علم بدنسازی
توانایی های تخصصی	بهداشتی ایمنی	آشنایی با کمک های اولیه
توانایی های تخصصی	توجه به مهارت های موسیقی حماسی	آشنایی با اشعار حماسی
توانایی های تخصصی	توجه به مهارت های موسیقی حماسی	آشنایی با اشعار حماسی و ضرب آهنگ های مرتبط
توانایی های تخصصی	توجه به مهارت های موسیقی حماسی	آشنایی با موسیقی مخصوص زورخانه ها
توانایی های تخصصی	توجه به مهارت های موسیقی حماسی	توانایی علمی سازی فرآیندهای ورزشی، موسیقی حماسی
توانایی های تخصصی	جذاب سازی زورخانه	توانایی جذاب سازی زورخانه
توانایی های تخصصی	حرکت شناسی	آشنایی با حرکت شناسی
توانایی های تخصصی	حرکت شناسی	آشنایی با علم حرکت شناسی در ورزش زورخانه ای
توانایی های تخصصی	حرکت شناسی	آشنایی با مراحل توسعه حرفه ای مربیان ورزشکاران ورزش زورخانه ای
توانایی های تخصصی	حرکت شناسی	توانایی انجام صحیح حرکات ورزشی
توانایی های تخصصی	حوزه فنی و تخصصی	تسلط بر فنون ورزش زورخانه ای (دویدن ها، چرخ زدن (چمنی و تیز)، کباده گیری، سنگ زدن، میل بازی، میل گیری و میل بازی دو میل تا شش میل باز)
توانایی های تخصصی	حوزه فنی و تخصصی	آشنایی با اصول تغذیه
توانایی های تخصصی	حوزه فنی و تخصصی	آشنایی با انواع داروها
توانایی های تخصصی	حوزه فنی و تخصصی	آشنایی با ایمنی ورزشی و بهداشت
توانایی های تخصصی	حوزه فنی و تخصصی	آشنایی با بهداشت فردی و اجتماعی

توانایی های تخصصی	حوزه فنی و تخصصی	آشنایی با تکنیک های مخاطب شناسی و ذائقه شناسی
توانایی های تخصصی	حوزه فنی و تخصصی	آشنایی با روشهای تدریس
توانایی های تخصصی	حوزه فنی و تخصصی	آشنایی با علم تغذیه
توانایی های تخصصی	حوزه فنی و تخصصی	آشنایی با فیزیولوژی
توانایی های تخصصی	حوزه فنی و تخصصی	آشنایی با مهارت های دانش افزایی
توانایی های تخصصی	حوزه فنی و تخصصی	توانایی خود ارتقایی در زمینه های فنی و تدوین برنامه توسعه فردی (تغذیه، ایمنی، ...)
توانایی های تخصصی	داوری	آشنایی با ابزارهای داوری و آشنایی با پایگاه داده
توانایی های تخصصی	دستورالعمل ها	آشنایی با آیین نامه ها
توانایی های تخصصی	رهبری و میانداری	توانایی رهبری و میانداری
توانایی های تخصصی	رهبری و میانداری	توانایی رهبریت نه فرماندهی
توانایی های تخصصی	سازه های روانی	آشنایی با روانشناسی اجتماعی
توانایی های تخصصی	طراحی تمرین	آشنایی با اصول بازی شناسی و شادی سازی تمرینات
توانایی های تخصصی	طراحی تمرین	آشنایی با اصول علمی تمرین
توانایی های تخصصی	طراحی تمرین	آشنایی با روش های ایجاد تمرکز
توانایی های تخصصی	طراحی تمرین	آشنایی با علم و فنون تمرین
توانایی های تخصصی	طراحی تمرین	آشنایی با نحوه تمرین و تمرین سازی
توانایی های تخصصی	طراحی تمرین	توانایی طراحی تمرین (شروع ادامه و پایان)
توانایی های تخصصی	فرهنگ ورزشی	آشنایی با آداب و رسوم و ترویج فرهنگ
توانایی های تخصصی	فرهنگ ورزشی	آشنایی با تاریخ و فرهنگ رشته ورزشی
توانایی های تخصصی	کشتی	توانایی فنون کشتی
توانایی های نرم	ارتباطات	توانایی برقراری ارتباط موثر و صحیح
توانایی های نرم	ارتباطات	توانایی برقراری ارتباطات موثر
توانایی های نرم	ارتباطات	دسترسی به رسانه های جمعی و اینترنت
توانایی های نرم	الگو سازی	توانایی الگوسازی

انگیزه بخش بودن	انگیزه بخشی	توانایی های نرم
برخورداری از روحیه گذشت و ایثار	ایثار	توانایی های نرم
توانایی تغییر نگرش	تغییر نگرش	توانایی های نرم
توانایی ارشاد و توسعه فردی	توسعه فردی	توانایی های نرم
توانایی تیم سازی	تیم سازی	توانایی های نرم
متعهد بودن به راستگویی و صداقت	راستگویی	توانایی های نرم
آشنایی با روانشناسی کودک نوجوان و نونهال و در همه رده های سنی	سازه های روانی	توانایی های نرم
آشنایی با روانشناسی و ارتباط مؤثر و شناخت روحیه و تعامل با ورزشکار	سازه های روانی	توانایی های نرم
آشنایی با روانشناسی و ارتباط مؤثر و شناخت روحیه و تعامل با ورزشکار (از رده خردسال و بزرگسال)	سازه های روانی	توانایی های نرم
توانایی جستجوی منابع جدید یادگیری	سواد یادگیری	توانایی های نرم
آشنایی با آزمون ها و سنجش استعدادها	مدیریت استعداد	توانایی های نرم
توانایی استعدادیابی	مدیریت استعداد	توانایی های نرم
توانایی انتقال دانش و مهارت به افراد	مربیگری	توانایی های نرم
آشنایی با روش های تدریس و تکنیک های انتقال یادگیری	مربیگری	توانایی های نرم
آشنایی با اصول مربیگری	مکانیزم های مربیگری	توانایی های نرم
آشنایی با تکنیک های مربیگری	مکانیزم های مربیگری	توانایی های نرم
توجه داشتن مربی به تمام شاگردان	مکانیزم های مربیگری	توانایی های نرم
آشنایی با مدیریت و مدیریت زمان	مدیریت و برنامه ریزی کلان	توانایی های همراستایی سازمانی
توانایی مستندسازی	مستند سازی	توانایی های همراستایی سازمانی
توانایی مستندسازی و تولید منابع آموزشی	مستند سازی	توانایی های همراستایی سازمانی

توانایی های همراستایی سازمانی	همراهی با راهبردها	توانایی همراه بودن با راهبردها و استراتژی‌های توسعه ورزش زورخانه ای
----------------------------------	--------------------	--

در این بخش برای تعیین نیازهای آموزشی مربیان فدراسیون پهلوانی و زورخانه ای از روش پیمایش استفاده گردید.

الف) تعیین نرمال بودن/ نرمال نبودن توزیع داده‌ها

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها لازم است ابتدا، نرمال بودن توزیع داده‌ها مورد بررسی قرار گیرد. برای تعیین نرمال بودن توزیع داده‌ها از آزمون کولموگروف - اسمیرنف استفاده شد. نتایج نشان می‌دهد که توزیع داده‌ها نرمال می‌باشد و می‌توان از آزمون‌های پارامتریک استفاده کرد.

ب) تعیین نیازها: برای تعیین نیازها در این بخش از آزمون تی تک گروه استفاده شد و با نمره آزمون ۳ موارد در طیف لیکرت بررسی شد.

ج) اولویت بندی نیازها:

جدول شماره (۵). رتبه بندی نیازهای آموزشی پهلوانی و زورخانه‌ای (براساس آزمون فریدمن)

رتبه نیاز	نیازهای آموزشی پهلوانی و زورخانه‌ای	میانگین رتبه
۱	آسیب شناسی ورزشی	۳۱.۵۰
۲	حرکت شناسی ورزشی	۳۰.۳۴
۳	روش‌های نوین آموزش در ورزش زورخانه‌ای	۳۰.۱۶
۴	اصول و قواعد مربیگری	۲۹.۲۵
۵	اصول آمادگی جسمانی ویژه زورخانه‌ای	۲۸.۷۲
۶	رسانه‌های ورزشی و تعاملات مرتبط و مجامع ورزشی	۲۷.۵۳
۷	حقوق و بیمه ورزشی	۲۷.۳۱
۸	مدیریت و برنامه ریزی ورزشی	۲۷.۰۳
۹	استعدادیابی و مدیریت استعداد	۲۶.۴۴
۱۰	اصول و ضوابط داوری ملی و بین المللی	۲۶.۳۱
۱۱	اصول و مبانی تغذیه ورزشی	۲۵.۸۸

۲۵.۸۸	بهداشت، کمک های اولیه و ایمنی ورزشی	۱۲
۲۵.۸۱	صلاحیت و نقش های رهبری و میانداری در ورزش زورخانه ای	۱۳
۲۵.۶۶	طراحی، اجرا و ارزیابی تمرین	۱۴
۲۵.۴۱	فیزیولوژی ورزشی	۱۵
۲۵.۰۹	کاربرد بیوشیمی در ورزش	۱۶
۲۴.۵۹	آداب پهلوانی و فرهنگ ورزش زورخانه ای	۱۷
۲۴.۴۷	اخلاق مداری و احترام به سنین مختلف	۱۸
۲۴.۴۱	کارورزی (مدیریت و برگزاری مسابقات ورزشی	۱۹
۲۴.۰۶	مدیریت دانش در ورزش	۲۰
۲۳.۸۸	مدیریت آموزش و یادگیری در ورزش	۲۱
۲۳.۸۱	سنجش و اندازه گیری در ورزش	۲۲
۲۳.۰۹	کاربری ابزار تخصصی ورزش زورخانه ای	۲۳
۲۳.۰۶	کشتی پهلوانی : فنون خاک و فنون سرپا	۲۴
۲۳.۰۶	استانداردهای ورزش زورخانه ای	۲۵
۲۳.۰۶	اصول ارتباطات و تعاملات با ورزشکاران و ذینفعان	۲۶
۲۲.۹۱	کارورزی (باشگاه داری و مدیریت باشگاهی)	۲۷
۲۲.۰۰	کاربرد بیومکانیک در ورزش	۲۸
۲۱.۹۱	راهبردها و طرح های کسب و کار و اقتصاد ورزش	۲۹
۲۱.۵۶	استانداردهای فضا و تجهیزات ورزش زورخانه ای	۳۰
۲۱.۵۰	روش تحقیق و آمار کاربردی در ورزش	۳۱
۲۱.۴۷	اصول داوری و قوانین در ورزش زورخانه ای	۳۲
۲۰.۷۸	آداب و رسوم ملی و مذهبی در ورزش زورخانه ای	۳۳
۲۰.۷۸	تدوین گزارش های تخصصی ورزشی	۳۴
۲۰.۱۶	ادبیات مخصوص زورخانه ها و ورزش باستانی	۳۵
۱۹.۱۳	نرمش های پشتیبانی پشت تخته	۳۶
۱۸.۳۸	فنون ورزش زورخانه ای :انواع حرکات پای صحیح در ورزش زورخانه ای	۳۷
۱۷.۳۴	اصطلاحات ورزش زورخانه ای	۳۸
۱۷.۲۸	فنون ورزش زورخانه ای :انواع دویدن ها، چرخ چمنی و تیز	۳۹
۱۷.۱۶	مراسم و سنت های ورزش زورخانه ای	۴۰
۱۶.۶۳	لباس و تجهیزات در ورزش زورخانه ای	۴۱
۱۶.۳۴	روانشناسی ورزشی	۴۲

۱۶.۱۶	فنون ورزش زورخانه‌ای: میل گیری و میل بازی	۴۳
۱۵.۴۷	فنون ورزش زورخانه‌ای: کباده گیری و سنگ گرفتن	۴۴
۱۲.۲۵	فنون ورزش زورخانه‌ای: انواع شنا و آداب آن در ورزش زورخانه ای	۴۵

ب) تجزیه و تحلیل داده‌ها مرتبط با اطلاعات دموگرافیکال پاسخ دهندگان با آزمون آنوا

جدول شماره (۶) تحلیل نیازها برحسب جنسیت		
سطح معناداری	عدد F	نیازهای آموزشی
۰.۰۴۷	۴.۴۷۶	آداب پهلوانی و فرهنگ ورزش زورخانه‌ای
۰.۰۶۷	۳.۷۲۸	اصول داوری و قوانین در ورزش زورخانه‌ای
۰.۰۹۲	۳.۱۲۲	اصطلاحات ورزش زورخانه‌ای
۰.۱۰۱	۲.۹۴۳	فنون ورزش زورخانه‌ای: میل گیری و میل بازی
۰.۱۷۳	۱.۹۸۸	مراسم و سنت‌های ورزش زورخانه ای
۰.۲۴۱	۱.۴۵۶	کارورزی (باشگاه داری و مدیریت باشگاهی
۰.۲۵۰	۱.۳۹۹	روانشناسی ورزشی
۰.۳۱۶	۱.۰۵۵	استانداردهای فضا و تجهیزات ورزش زورخانه‌ای
۰.۳۴۵	۰.۹۳۲	تدوین گزارش های تخصصی ورزشی
۰.۳۹۴	۰.۷۵۸	روش تحقیق و آمار کاربردی در ورزش
۰.۴۰۳	۰.۷۲۸	سنجش و اندازه گیری در ورزش
۰.۴۱۳	۰.۶۹۸	مدیریت آموزش و یادگیری در ورزش
۰.۴۱۳	۰.۶۹۷	مدیریت دانش در ورزش
۰.۴۱۳	۰.۶۹۷	استانداردهای ورزش زورخانه ای
۰.۴۲۹	۰.۶۵۰	اصول ارتباطات و تعاملات با ورزشکاران و ذینفعان
۰.۴۴۴	۰.۶۰۹	فنون ورزش زورخانه‌ای: انواع حرکات پای صحیح در ورزش زورخانه ای
۰.۴۴۶	۰.۶۰۴	کاربرد بیوشیمی در ورزش
۰.۴۵۶	۰.۵۷۸	رسانه های ورزشی و تعاملات مرتبط و مجامع ورزشی
۰.۴۷۴	۰.۵۳۲	صلاحیت و نقش‌های رهبری و میانداری در ورزش زورخانه‌ای
۰.۴۸۴	۰.۵۰۸	فنون ورزش زورخانه‌ای: کباده گیری و سنگ گرفتن
۰.۴۸۸	۰.۴۹۷	طراحی، اجرا و ارزیابی تمرین
۰.۴۸۸	۰.۴۹۷	فیزیولوژی ورزشی

۰.۵۰۳	۰.۴۶۴	کشتی پهلوانی : فنون خاک و فنون سرپا
۰.۵۱۲	۰.۴۴۴	اصول و قواعد مربیگری
۰.۵۱۲	۰.۴۴۴	حرکت شناسی ورزشی
۰.۵۱۶	۰.۴۳۶	فنون ورزش زورخانه‌ای :انواع دویدن‌ها، چرخ چمنی و تیز
۰.۵۴۸	۰.۳۷۲	اصول و مبانی تغذیه ورزشی
۰.۵۴۸	۰.۳۷۲	حقوق و بیمه ورزشی
۰.۵۵۳	۰.۳۶۳	فنون ورزش زورخانه‌ای :انواع شنا و آداب آن در ورزش زورخانه ای
۰.۵۶۵	۰.۳۴۲	بهداشت، کمک های اولیه و ایمنی ورزشی
۰.۵۷۵	۰.۳۲۴	اصول آمادگی جسمانی ویژه زورخانه‌ای
۰.۵۸۴	۰.۳۰۸	آسیب شناسی ورزشی
۰.۵۹۸	۰.۲۸۷	روش‌های نوین آموزش در ورزش زورخانه‌ای
۰.۵۹۸	۰.۲۸۷	مدیریت و برنامه ریزی ورزشی
۰.۶۳۰	۰.۲۴۰	استعدادیابی و مدیریت استعداد
۰.۷۳۲	۰.۱۲۱	کارورزی (مدیریت و برگزاری مسابقات ورزشی
۰.۷۶۵	۰.۰۹۱	اصول و ضوابط داوری ملی و بین المللی
۰.۸۱۶	۰.۰۵۵	لباس و تجهیزات در ورزش زورخانه ای
۰.۸۵۵	۰.۰۳۴	اخلاق مداری واحترام به سنین مختلف
۰.۸۹۹	۰.۰۱۷	کاربرد بیومکانیک در ورزش
۰.۹۰۳	۰.۰۱۵	راهبردها و طرح های کسب و کار و اقتصاد ورزش
۰.۹۱۷	۰.۰۱۱	ادبیات مخصوص زورخانه‌ها و ورزش باستانی
۰.۹۶۳	۰.۰۰۲	آداب و رسوم ملی و مذهبی در ورزش زورخانه‌ای
۰.۹۶۶	۰.۰۰۲	کاربری ابزار تخصصی ورزش زورخانه‌ای
۰.۹۶۹	۰.۰۰۲	نرمش‌های پشتیبانی پشت تخته

تحلیل : تفاوت معناداری در عنوان نیازهای آموزشی از نظر گروه های پاسخ دهنده (برحسب جنسیت) وجود ندارد.

جدول شماره (۷) تحلیل نیازها برحسب مدرک تحصیلی		
سطح معناداری	عدد F	نیازهای آموزشی

۰.۱۲۸	۲.۰۸۴	مدیریت و برنامه ریزی ورزشی
۰.۱۹۶	۱.۷۰۰	طراحی، اجرا و ارزیابی تمرین
۰.۲۱۳	۱.۶۲۶	فنون ورزش زورخانه‌ای: انواع دویدن‌ها، چرخ چمنی و تیز
۰.۲۲۹	۱.۵۶۵	راهبردها و طرح های کسب و کار و اقتصاد ورزش
۰.۲۵۹	۱.۴۶۴	اصول ارتباطات و تعاملات با ورزشکاران و ذینفعان
۰.۲۶۵	۱.۴۳۵	فیزیولوژی ورزشی
۰.۲۹۳	۱.۳۴۸	کارورزی (باشگاه داری و مدیریت باشگاهی)
۰.۳۱۹	۱.۲۷۴	اصول داوری و قوانین در ورزش زورخانه‌ای
۰.۳۵۳	۱.۱۸۳	آداب پهلوانی و فرهنگ ورزش زورخانه‌ای
۰.۳۸۳	۱.۱۱۲	اصول و مبانی تغذیه ورزشی
۰.۴۰۸	۱.۰۵۶	فنون ورزش زورخانه‌ای: میل گیری و میل بازی
۰.۴۵۲	۰.۹۶۴	اصول و قواعد مربیگری
۰.۴۵۷	۰.۹۵۴	آداب و رسوم ملی و مذهبی در ورزش زورخانه‌ای
۰.۴۷۲	۰.۹۲۶	اصطلاحات ورزش زورخانه‌ای
۰.۴۷۹	۰.۹۱۳	آسیب شناسی ورزشی
۰.۴۸۶	۰.۸۹۹	بهداشت، کمک های اولیه و ایمنی ورزشی
۰.۵۰۴	۰.۸۶۷	تدوین گزارش های تخصصی ورزشی
۰.۵۱۲	۰.۸۵۱	روش های نوین آموزش در ورزش زورخانه‌ای
۰.۵۱۶	۰.۸۴۵	مدیریت آموزش و یادگیری در ورزش
۰.۵۷۱	۰.۷۵۱	سنجش و اندازه گیری در ورزش
۰.۵۷۴	۰.۷۴۷	اصول آمادگی جسمانی ویژه زورخانه‌ای
۰.۵۷۵	۰.۷۴۴	کشتی پهلوانی : فنون خاک و فنون سرپا
۰.۵۹۰	۰.۷۲۱	نرمش های پشتیبانی پشت تخته
۰.۶۰۰	۰.۷۰۷	استعدادیابی و مدیریت استعداد
۰.۶۵۴	۰.۶۲۰	حرکت شناسی ورزشی
۰.۶۸۳	۰.۵۷۷	فنون ورزش زورخانه‌ای: انواع شنا و آداب آن در ورزش زورخانه ای
۰.۶۹۳	۰.۵۶۳	روانشناسی ورزشی
۰.۶۹۳	۰.۵۶۲	فنون ورزش زورخانه‌ای: انواع حرکات پای صحیح در ورزش زورخانه ای
۰.۷۰۷	۰.۵۴۳	روش تحقیق و آمار کاربردی در ورزش

۰.۷۱۲	۰.۵۳۵	مراسم و سنت‌های ورزش زورخانه ای
۰.۷۱۳	۰.۵۳۴	رسانه های ورزشی و تعاملات مرتبط و مجامع ورزشی
۰.۷۲۲	۰.۵۲۱	کاربرد بیومکانیک در ورزش
۰.۷۵۵	۰.۴۷۳	کارورزی (مدیریت و برگزاری مسابقات ورزشی
۰.۷۶۷	۰.۴۵۶	کاربری ابزار تخصصی ورزش زورخانه‌ای
۰.۷۹۲	۰.۴۲۰	استانداردهای ورزش زورخانه ای
۰.۷۹۹	۰.۴۰۹	لباس و تجهیزات در ورزش زورخانه ای
۰.۸۲۴	۰.۳۷۴	حقوق و بیمه ورزشی
۰.۸۲۶	۰.۳۷۱	فنون ورزش زورخانه‌ای: کباده گیری و سنگ گرفتن
۰.۸۳۱	۰.۳۶۳	کاربرد بیوشیمی در ورزش
۰.۸۳۴	۰.۳۵۹	استانداردهای فضا و تجهیزات ورزش زورخانه‌ای
۰.۸۸۲	۰.۲۸۷	صلاحیت و نقش‌های رهبری و میانداری در ورزش زورخانه‌ای
۰.۹۱۷	۰.۲۳۱	اخلاق مداری و احترام به سنین مختلف
۰.۹۳۳	۰.۲۰۳	ادبیات مخصوص زورخانه‌ها و ورزش باستانی
۰.۹۵۷	۰.۱۵۸	مدیریت دانش در ورزش
۰.۹۹۲	۰.۰۶۳	اصول و ضوابط داوری ملی و بین المللی

تحلیل : تفاوت معناداری در عنوان نیازهای آموزشی از نظر گروه های پاسخ دهنده (برحسب مدرک تحصیلی) وجود ندارد.

جدول شماره (۵) تحلیل نیازها برحسب سابقه کار		
سطح معناداری	عدد F	نیازهای آموزشی

۰.۰۲	۵.۳۰	فنون ورزش زورخانه‌ای:میل گیری و میل بازی
۰.۰۸	۳.۰۲	اصطلاحات ورزش زورخانه‌ای
۰.۱۰	۲.۶۶	فنون ورزش زورخانه‌ای : انواع حرکات پای صحیح در ورزش زورخانه ای
۰.۱۲	۲.۴۲	فنون ورزش زورخانه‌ای :انواع دویدن‌ها، چرخ چمنی و تیز
۰.۱۷	۱.۹۸	فنون ورزش زورخانه‌ای :انواع شنا و آداب آن در ورزش زورخانه ای
۰.۲۱	۱.۷۱	فنون ورزش زورخانه‌ای:کباده گیری و سنگ گرفتن
۰.۲۳	۱.۶۳	آداب و رسوم ملی و مذهبی در ورزش زورخانه‌ای
۰.۲۸	۱.۳۸	حقوق و بیمه ورزشی
۰.۴۲	۰.۹۱	راهبردها و طرح های کسب و کار و اقتصاد ورزش
۰.۴۳	۰.۸۹	نرمش‌های پشتیبانی پشت تخته
۰.۴۴	۰.۸۶	بهداشت، کمک های اولیه و ایمنی ورزشی
۰.۴۶	۰.۸۱	کارورزی (مدیریت و برگزاری مسابقات ورزشی
۰.۴۹	۰.۷۴	تدوین گزارش های تخصصی ورزشی
۰.۵۹	۰.۵۵	مدیریت و برنامه ریزی ورزشی
۰.۶۰	۰.۵۳	اصول و مبانی تغذیه ورزشی
۰.۶۲	۰.۴۹	اصول و ضوابط داورى ملی و بین المللی
۰.۶۲	۰.۴۹	لباس و تجهیزات در ورزش زورخانه ای
۰.۶۵	۰.۴۴	مدیریت آموزش و یادگیری در ورزش
۰.۶۶	۰.۴۳	مدیریت دانش در ورزش
۰.۶۹	۰.۳۸	کارورزی (باشگاه داری و مدیریت باشگاهی
۰.۶۹	۰.۳۸	سنجش و اندازه گیری در ورزش
۰.۷۰	۰.۳۶	رسانه های ورزشی و تعاملات مرتبط و مجامع ورزشی
۰.۷۲	۰.۳۳	روش تحقیق و آمار کاربردی در ورزش
۰.۷۳	۰.۳۳	روش‌های نوین آموزش در ورزش زورخانه‌ای
۰.۷۴	۰.۳۱	کاربرد بیوشیمی در ورزش
۰.۷۶	۰.۲۷	استانداردهای فضا و تجهیزات ورزش زورخانه‌ای
۰.۷۷	۰.۲۷	آسیب شناسی ورزشی
۰.۷۸	۰.۲۵	صلاحیت و نقش‌های رهبری و میانداری در ورزش

زورخانه‌ای		
۰.۷۸	۰.۲۵	فیزیولوژی ورزشی
۰.۷۸	۰.۲۵	طراحی، اجرا و ارزیابی تمرین
۰.۸۰	۰.۲۳	ادبیات مخصوص زورخانه‌ها و ورزش باستانی
۰.۸۲	۰.۲۰	استعدادیابی و مدیریت استعداد
۰.۸۳	۰.۱۹	اصول و قواعد مربیگری
۰.۸۳	۰.۱۹	حرکت شناسی ورزشی
۰.۸۴	۰.۱۸	کشتی پهلوانی : فنون خاک و فنون سرپا
۰.۸۶	۰.۱۵	اصول آمادگی جسمانی ویژه زورخانه‌ای
۰.۸۷	۰.۱۴	مراسم و سنت‌های ورزش زورخانه ای
۰.۸۷	۰.۱۴	روانشناسی ورزشی
۰.۹۰	۰.۱۱	اخلاق مداری و احترام به سنین مختلف
۰.۹۳	۰.۰۷	آداب پهلوانی و فرهنگ ورزش زورخانه‌ای
۰.۹۵	۰.۰۵	اصول ارتباطات و تعاملات با ورزشکاران و ذینفعان
۰.۹۷	۰.۰۳	استانداردهای ورزش زورخانه ای
۰.۹۸	۰.۰۲	کاربری ابزار تخصصی ورزش زورخانه‌ای
۰.۹۸	۰.۰۲	اصول داوری و قوانین در ورزش زورخانه‌ای
۰.۹۹	۰.۰۱	کاربرد بیومکانیک در ورزش

تحلیل : تفاوت معناداری در عنوان نیازهای آموزشی از نظر گروه های پاسخ دهنده (برحسب سابقه کار) وجود ندارد.

جمع بندی و پیشنهادات

شناسایی نیازهای آموزشی اخص از مدیریت فرآیند توسعه مربیان می باشد. از این رو در این پژوهش تلاش شده است رویکرد به صورت کلان مورد بررسی قرار بگیرد. در ابتدا به صورت کلی بر موضوع تعیین نیازها تأکید شد و در ادامه به بحث بسته بندی نیازها در قالب برنامه های کوتاه و بلند مدت پرداخته شد. تأثیر گذاری فراروان مربیان بر حوزه عملکردی سطح ورزش غیر قابل انکار است و بر

همین اساس و در این پژوهش بر تأمین نیازهای آموزشی مربیان تأکید شده است. براساس مطالعات بدست آمده پیشنهادات ذیل قابل ارائه است :

- بهره مندی فدراسیون جهانی از نتایج این طرح در قالب برنامه های آموزشی تک درس، پودمانی، بلند مدت و مطابق با درجه بندی اعمال شده مربیان توسط فدراسیون
- به کار گیری از شایستگی های بدست آمده در جذب مربیان و مصاحبه های تخصصی

منابع

۱. Ceyhan MA. Examination of Information and Communication Technologies Competencies of Teacher Candidates Studying at the Faculty of Sport Sciences. *Education Quarterly Reviews*. ۲۰۲۲ Mar ۲۶;۵(۱).
۲. Thornton JS, Grierson L, Vanstone M, Allice I, Mahmud M, Mountjoy M. A Win–Win for Sport and Exercise Medicine and Primary Care: A Qualitative Case Study of the Added Competence Model in Canada. *Sports Medicine*. ۲۰۲۲ Mar ۱۶;۱-۷.
۳. Loftus S, Taylor R, Grecic D, Harper DJ. Olympic and Paralympic coaches living with stress—is it such a problem? Potential implications for future coach education in sport. *International Sport Coaching Journal*. ۲۰۲۲ Jul ۹;۱(aop):۱-۳.
۴. Kingsbury D. Coaches’ acquisition of sport science knowledge and the role of education providers (Doctoral dissertation, Sheffield Hallam University).
۵. Subba, Rao (۲۰۰۹), “Essentials of Human Resource management and Industrial Relations”, Himalaya Publication House, ۳rd Revised & Enlarged Edition.
۶. Paradise A. (۲۰۰۷). State of the Industry: ASTD’s Annual Review of Trends in Workplace Learning and Performance. Alexandria, VA: ASTD
۷. Shippmann, J.S., Ash, R.A., Battista, M., Carr, L., Eyde, L.D., Hesketh, B.J., Kehoe, J., Pearlman, K., Prien, E.P., & Sanchez, J.I. (۲۰۰۰). The practice of competency modeling. *Personnel Psychology*, ۵۳, ۷۰۳-۷۴۰.
۸. Kelessidis, Vassilis. (۲۰۰۰). BENCHMARKING. Report produced for the EC funded project. Available at:
۹. Mueller, E. (۲۰۰۶). Production planning and operation in competence cell based networks, *Production Planning & Control*, ۱۷ (۲), ۹۹-۱۱۲.
۱۰. Kuttim, M. Kallaste, m vensaar, U.and kiss. A. Entrepreneurship Educational University Level and students Entrepreneurial Intentions. *Procedia-social and Behavioral science*. ۲۰۱۴; ۱۱۰: ۶۵۸-۶۶۸.
۱۱. Braun, V., & Clark, V. Using thematic analysis in psychology. *Qualitative in psychology*. ۲۰۰۶; ۳(۲): ۷۷-۱۰۱.
۱۲. Attride – Stirling, J. Thematic networks: an analytic tool for qualitative research. *Qualitative research*, ۲۰۰۱ ;۱(۳): ۳۸۵-۴۰۵.