

الله
الرحمن الرحيم



دانشگاه پیام نور

مرکز تهران

دانشکده علوم انسانی

پایان نامه برای دریافت مدرک کارشناسی ارشد
رشته تربیت بدنی (گرایش علوم ورزشی)

عنوان پایان نامه:

بررسی عوامل بازدارنده و سوق دهنده دانش آموزان دختر و پسر مقطع متوسطه شهر اردبیل
در فعالیتهای ورزشی

ودود محمدی

استاد راهنما:

دکتر میر حسن سید عامری

استاد مشاور:

دکتر ابوالفضل فراهانی

بهار ۱۳۹۰

تقدیم به:

همسر گرامی و فرزندم امیر مهدی که در جاده سبز تحصیل همراه و مشوق من

بوده اند.

سپاسگزاری:

با سپاس فراوان از خداوند بزرگ که به این بنده ناچیز خود، نعمت تحصیل علم را عطا فرمود. در این پایان نامه بر خود فرض می دانم که از استاد محترم راهنما «**جناب آقای دکتر میر حسن سید عامری**» تشکر کنم که پژوهش انجام شده را مرهون کمک ها، راهنمایی ها و دقت نظر عالمانه و بی دریغ ایشان می دانم. همچنین، از استاد مشاور «**جناب آقای دکتر ابوالفضل فراهانی**» که با دقت و حوصله فراوان، راهنمای اینجانب در نگارش این پایان نامه بودند، تشکر و قدردانی می کنم.

چکیده

تحقیق حاضر با هدف بررسی عوامل بازدارنده و سوق دهنده دانش آموزان دختر و پسر مقطع متوسطه شهر اردبیل از لحاظ مشارکت در فعالیتهای ورزشی طبق مدل سلسله مراتبی عوامل بازدارنده اوقات فراغت انجام گرفته است. روش انجام تحقیق، عبارت از روش توصیفی پیمایشی یا زمینه یاب است و جامعه آماری دانش آموزان دختر و پسر شهر اردبیل در سال تحصیلی ۸۹-۸۸ با استناد به اعلام آمار آموزش و پرورش نواحی ۱ و ۲ اردبیل ۲۲۹۸۳ نفر بوده که به تفکیک جنسیت، دانش آموزان پسر ۱۲۰۶۸ نفر و دانش آموزان دختر ۱۰۹۱۵ نفر در مدارس متوسطه مشغول به تحصیل بودند. برای تعیین تعداد نمونه با استفاده از جدول مورگان تعداد ۳۷۹ نفر محاسبه گردید. ابزار اندازه گیری این تحقیق، پرسشنامه تحقیق خانم دکتر سارا کشگر و پرسشنامه عوامل سوق دهنده محقق ساخته با تعداد ۵۳ سؤال است که برای این پرسشنامه ضریب پایایی ۰.۹۰٪ به دست آمده است. برای تحلیل فرضیات از آزمون تحلیل واریانس و آزمون تعقیبی LSD استفاده شده است.

یافته های تحقیق نشان داد که ۱۷/۳۱ درصد دختران اصلاً ورزش نمی کنند، در حالی که این مورد برای پسران ۳/۰۷ درصد است و تنها ۱۲/۲۹ درصد دختران ورزشکار باشگاهی هستند در صورتی که ۶۱/۵۳ درصد پسران ورزشکار باشگاهی هستند. نسبت ورزشکاران باشگاهی به دیگر افراد در پایه اول متوسطه بیشتر از دیگر پایه هاست، در صورتی که در پایه های تحصیلی دوم و سوم متوسطه اکثریت افراد حداقل یکبار در هفته ورزش می کنند.

طبق نتایج حاصل از تحلیل فرضیات تفاوت معنی داری بین میزان تاثیر عوامل بازدارنده در میزان مشارکت در فعالیتهای ورزشی وجود دارد و از نظر دانش آموزان عوامل ساختاری مهمترین عامل بازدارنده از مشارکت در فعالیتهای ورزشی است ($\alpha < 0.05$). بین میزان نارضایتی و سرخوردگی دانش آموزان از مولفه های عوامل بازدارنده فردی بر حسب میزان مشارکت آنها در فعالیتهای ورزشی تفاوت معنی داری وجود ندارد.

تفاوت معنی داری بین میزان انگیزه های فردی دانش آموزان از مولفه های عوامل سوق دهنده بر حسب میزان مشارکت آنها در فعالیتهای ورزشی وجود ندارد. بین میزان تاثیر عوامل بازدارنده در میزان مشارکت در فعالیتهای ورزشی افرادی که در فعالیتهای ورزشی شرکت نمی کنند تفاوت وجود دارد ($\alpha < 0.05$).

نتایج حاصل از اجرای آزمون تحلیل واریانس نشان می دهد که تفاوت معنی داری بین میزان تاثیر عوامل بازدارنده در میزان مشارکت در فعالیتهای ورزشی افرادی که در فعالیتهای ورزشی شرکت نمی کنند وجود دارد.

نتایج حاصل از اجرای آزمون تحلیل واریانس نشان می دهد که تفاوت معنی داری بین میزان تاثیر عوامل بازدارنده در میزان مشارکت در فعالیتهای ورزشی افرادی که در فعالیتهای ورزشی شرکت می کنند وجود دارد.

کلید واژه:

فعالتهای ورزشی، مشارکت، عوامل بازدارنده، عوامل سوق دهنده، دانش آموزان دختر و پسر

فهرست مطالب

عناوین

صفحه

فصل اول: طرح تحقیق	
۲	۱-۱- مقدمه
۳	۱-۲- تعریف و بیان مساله
۵	۱-۳- اهمیت و ضرورت تحقیق
۷	۱-۴- اهداف تحقیق
۸	۱-۵- فرضیات تحقیق
۹	۱-۶- تعریف عملیاتی متغیرهای تحقیق
فصل دوم: ادبیات و پیشینه تحقیق	
۱۳	۲-۱- مقدمه
۱۳	۲-۲- چهارچوب نظری تحقیق
۱۴	۲-۲-۱- تغییرات بوجود آمده در پایان دهه ۱۹۸۰
۱۵	۲-۲-۲- طبقه بندی عوامل بازدارنده
۱۶	۲-۲-۳- نظریه ها و مدل ها
۱۹	۲-۲-۴- عوامل بازدارنده فردی
۱۹	۲-۲-۵- عوامل بازدارنده بین فردی
۲۰	۲-۲-۶- عوامل بازدارنده ساختاری
۲۱	۲-۲-۷- مدل سلسله مراتبی عوامل بازدارنده اوقات فراغت
۲۲	۲-۲-۸- عوامل بازدارنده فردی
۲۲	۲-۲-۹- عوامل بازدارنده بین فردی
۲۲	۲-۲-۱۰- عوامل بازدارنده ساختاری
۲۳	۲-۲-۱۱- نظریه غلبه بر عوامل بازدارنده
۲۳	۲-۲-۱۲- قضیه غلبه بر عوامل بازدارنده
۲۴	۲-۲-۱۳- غلبه و گزارش عوامل بازدارنده
۲۴	۲-۲-۱۴- قضیه توازن

۲۶	۳-۲- پیشینه تحقیق
۲۷	۱-۳-۲- تحقیقات انجام شده در ایران
۳۷	۲-۳-۲- تحقیقات انجام شده در کشورهای خارجی
۳۸	۳-۳-۲- مدل سلسله مراتبی و مراحل غلبه بر عوامل بازدارنده اوقات فراغت
۴۰	۴-۳-۲- عوامل بازدارنده و خصوصیات فردی
۴۲	۵-۳-۲- عوامل بازدارنده ساختاری
۴۵	۶-۳-۲- عوامل بازدارنده فردی
۴۶	۷-۳-۲- عوامل بازدارنده بین فردی
۵۳	۴-۲- نتیجه گیری

فصل سوم: روش شناسی تحقیق

۵۶	۱-۳- مقدمه
۵۶	۲-۳- روش تحقیق
۵۶	۳-۳- جامعه آماری و حجم نمونه
۵۷	۴-۳- روش نمونه گیری
۵۷	۵-۳- ابزار اندازه گیری
۵۹	۶-۳- اعتبار ابزار اندازه گیری
۵۹	۱-۶-۳- نتایج آزمون پایایی عامل بازدارنده فردی
۵۹	۲-۶-۳- نتایج آزمون پایایی عامل بازدارنده بین فردی
۵۹	۳-۶-۳- نتایج آزمون پایایی عامل بازدارنده ساختاری
۶۰	۴-۶-۳- نتایج آزمون پایایی عوامل سوق دهنده
۶۰	۵-۶-۳- نتایج آزمون پایایی متغیرهای عوامل سه گانه
۶۱	۷-۳- روش اجرا
۶۲	۸-۳- روش های تجزیه و تحلیل اطلاعات

فصل چهارم: یافته های تحقیق

۶۴	۱-۴- مقدمه
۶۴	۲-۴- یافته های توصیفی
۷۵	۳-۴- یافته های مربوط به فرضیات (استنباط آماری داده ها)

۷۶	۴-۳-۱- فرضیه های ویژه
۸۲	۴-۳-۲- ترکیب عوامل سه گانه و محتوای عوامل
۸۵	۴-۳-۳- ترتیب عوامل سه گانه
۸۵	۴-۴- نتیجه کلی

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

۸۷	۵-۱- مقدمه
۸۷	۵-۲- نتیجه گیری
۸۷	۵-۲-۱- نتایج توصیفی
۸۸	۵-۲-۲- نتایج استنباطی آماری داده ها
۹۰	۵-۲-۳- ترکیب عوامل بازدارنده سه گانه مدل سلسله مراتبی اوقات فراغت
۹۱	۵-۲-۴- روش غلبه و تأثیر عوامل بازدارنده به مشارکت دانش آموزان در فعالیت های ورزشی
۹۲	۵-۲-۵- عوامل بازدارنده ساختاری و دانش آموزان اردبیل
۹۳	۵-۲-۶- عوامل بازدارنده فردی و دانش آموزان اردبیل
۹۳	۵-۲-۷- عوامل بازدارنده بین فردی و دانش آموزان اردبیل
۹۳	۵-۲-۸- عوامل سوق دهنده به فعالیت های ورزشی دانش آموزان
۹۴	۵-۲-۹- نتایج کلی
۹۶	۵-۳- محدودیت های تحقیق
۹۶	۵-۴- پیشنهادات
۱۰۰	منابع و ماخذ
۱۱۰	ضمائم

فصل اول:

طرح تحقیق

۱-۱- مقدمه

از آنجا که خلقت انسان با حرکت و به بیانی وسیعتر با راه رفتن، دویدن، پریدن، خزیدن، آبتنی کردن، از کوه و تپه و درخت بالا رفتن و همچنین پرتاب سنگ و نیزه و استفاده از تیر و کمان همراه بوده بنابراین می توان گفت فعالیت بدنی و ورزش، تاریخی به قدمت تاریخ خلقت انسان دارد. تأثیر تربیتی ورزش و تربیت بدنی بر کسی پوشیده نیست. همه‌ی علمای تعلیم و تربیت معتقدند که بازی و ورزش یکی از راه‌های مهم تأثیر گذاری مخصوصاً در کودکان، نوجوانان، تغییر رفتار و همچنین یادگیری قوانین و مقررات اجتماعی است. بسیاری از پزشکان معتقدند که ورزش وسیله‌ی بسیار موثر در پیشگیری و درمان بیماری‌های جسمی و روحی و روانی است. علاوه بر این امروزه ورزش یکی از اموری است که به عناوین مختلف در جهان مطرح شده و گروه زیادی به اشکال مختلف با آن سروکار دارند. [۱۳، صص ۱-۸]

تاریخ بیانگر تمایلات درونی انسان به فعالیت‌های جسمانی است در جوامع بدوی و یا در فرهنگ باستانی ملل شرق زمین برنامه‌های تربیت بدنی سازمان یافته‌ای وجود نداشته، لیکن فعالیت‌های بدنی بخش لاینفک زندگی روزمره را تشکیل می‌داد و بدن‌های سالم و پرورش یافته از خصوصیات ظاهری مردم بود. فعالیت‌های جسمانی آنها، به شکار تلاش برای تهیه غذا، برپا کردن پناهگاه و محافظت خود از محیط مخاطره آمیز محدود می‌شد [۶]

بنابراین هدف از طرح برنامه‌ها و انجام فعالیتهای ورزشی در سطح آموزشگاههای مقطع متوسطه، ضمن تأمین بخشی از نیازهای جسمانی دانش‌آموزان، برای رشد و توسعه جنبه‌های اخلاقی و روانی آنها به موازات تحصیل علوم و فنون دیگر نیز می‌باشد تا آینده‌سازان این مملکت بتوانند پس از فراغت از تحصیل در خدمت نظام مقدس جمهوری اسلامی قرار گیرند و موجبات ترقی و تعالی مادی و معنوی خود و جامعه را میسر سازند.

۱-۲- تعریف و بیان مسأله

در کشورهای در حال توسعه، شهرهایی با سرعت رشد بالا، شلوغی، فقر، رفت و آمد متراکم، هوای بی کیفیت، نبود باغ و بوستان و امکانات پیاده روی و ورزش، انجام فعالیتهای بدنی را با مشکل روبه‌رو کرده است. به دلیل افزایش تفریحات غیرفعال مانند تماشای تلویزیون، در میان مردم کشورهای در حال توسعه، با افزایش میزان چاقی، دیابت و بیماری‌های قلبی و عروقی روبه‌رو هستیم. سیستم‌های مراقبت بهداشتی کشورهای در حال توسعه، تحت فشار زیاد مرگ و میرهای ناشی از بیماری‌های غیرواگیر قرار دارند. کشورهای در حال توسعه برای مقابله با اثرات بیماری‌های عفونی، هم‌زمان با افزایش بیماری‌های غیرواگیر، به فعالیتهای بدنی، رژیم غذایی سالم و مصرف نکردن سیگار، به عنوان راهی موثر و با صرفه برای ارتقای بهداشت عمومی توجه کرده‌اند. [۵،

صص ۱۲]

در کتاب «ارزش‌های تربیتی ورزش» آمده است: «اگر در اوقات فراغت به تفریحات و سرگرمی‌هایی بپردازیم که هدف آن به طور مستقیم و یا غیرمستقیم تقویت روح و جسم باشد، نه تنها وقت خود را بیهوده صرف نکرده ایم، بلکه کار مفید هم انجام داده ایم. بهترین نوع تفریحات که می‌تواند جسم و روح ما را تقویت کرده و روح ما را تعالی بخشد ورزش است که هم تفریح است و هم سازنده سالم.» [۲ ص ۳۰]

حرکت و جنبش از ویژگی‌های حیات انسان و دارای انگیزه و ریشه‌ای در سرشت او و عاملی برای رشد و سلامت و نشاط اوست. منع انسان از حرکت نه تنها موجب توقف رشد بلکه سبب افسردگی، بروز رفتار ناهنجار و از دست رفتن شور و نشاط زندگی او می‌گردد. فعالیت‌های ورزشی نقش اساسی در بهسازی جسمی و روحی افراد اجتماع و حفظ سلامت اجتماعی دارد.

نوجوانان سرمایه‌های بالقوه برای رشد و توسعه هر جامعه‌ای هستند و هر عاملی که در توسعه سلامتی، آمادگی عمومی جسمانی و رشد طبیعی آنان موثر باشد بستر مناسبی را فراهم می‌سازد که آنان رفتارهای هدفمند داشته باشند.

سرزندگی جامعه فردای ایران اسلامی با سلامتی و شادابی روحی و جسمی پسران و دختران امروز همبسته است. از این رو لزوم توجه به مکانیسم‌های تسهیل‌کننده این شادابی بویژه با توجه به موقعیت قرار گرفتن دختران و پسران در محیط‌ها و مکان‌های آموزشی بخصوص در مدارس در قالب درس تربیت بدنی جهت سوق دادن دانش‌آموزان به فعالیت‌های ورزشی با ارائه آگاهی‌ها و راهنمایی‌ها و شناساندن مزیت‌ها مدنظر است.

۱-۳- اهمیت و ضرورت تحقیق

ورزش و فعالیتهای بدنی در تندرستی فرد نقش ارزنده و مهمی دارند. همان طور که ذهن انسان به دانش نیاز دارد، بدن او نیز به تمرین و فعالیت محتاج است. تمامی کلاسهای درسی در زمینه رشد تواناییهای ذهنی فرد فرصتهای ارزشمندی فراهم می آورند. فعالیتهای ورزشی تنها فرصتی است که نوجوانان و جوانان ما می توانند با پرداختن به آن به پرورش جسم و تواناییهای فیزیکی خود پردازند و از اثرات مثبت آن که کسب انرژی، هماهنگی، تعادل و بهبود قدرت و استقامت بدن است و نیز احساس شادی و راحتی برخوردار شوند. تحقیقات گسترده "دون^۱ و شرمن^۲" (۱۹۹۷) نشان می دهد که تمرینات منظم عملکرد ذهنی و وضعیت روانی فرد را بهبود می بخشد. [۱۸، ص ۲۹۴]

اهمیت ورزش در جوانی از این لحاظ است که سنگ بنای جسم و روح در ایام جوانی گذاشته می شود. ورزش برای ورزیدگی ما در زمان جوانی نهایت لزوم را دارد تا قادر شویم عمری طولانی را با قدرت، نیرو و نشاط بگذرانیم. بنابراین داشتن افراد دانا، دانشمند، با هوش، با تقوی و پرکار برای جامعه، ارزش و ثروت بحساب می آید و این امر میسر نمی شود مگر با حفظ سلامتی و تندرستی جوانان. [۳، ص ۸۷]

تربیت بدنی و ورزش علاوه بر نقش توسعه ظرفیتهای متفاوت جسمی، موجبات پیشگیری از بیماریهای گوناگون را فراهم می آورد از جمله: فعالیت بدنی موجب افزایش قدرت دفاعی بدن می شود. [۷]

^۱-Doun

^۲-Sherman

تمرین منظم برای فرد بینشی همراه با داشتن شایستگی، تسلط بر خود و کنترل فراهم می کند که احتمالاً داشتن چنین بینشی سودمندیهایی فراوانی دارد (گارسیا^۱ و کینگ^۲، ۱۹۹۱) که می تواند بر رشد شخصیت تأثیر بگذارد. [۴۰]

فریمن^۳ (۱۹۸۸) در تحقیقی بیان می کند که ساختارهای اقتصادی جامعه همانند سیاست در دنیای پیشرفته امروز ارتباط متقابلی با ورزش و تربیت بدنی دارد؛ یعنی از طرفی توسعه اقتصادی و اجتماعی بر ارتقا و توسعه ورزشی در کل جامعه تأثیر می گذارد و در مقابل توجه کافی به ورزش و تربیت بدنی در سطوح پایه، همگانی و قهرمانی، خود عامل موثری برای تامین نیروی انسانی سالم و با نشاط و در نتیجه شکوفایی اقتصادی و اجتماعی است. ارتباط متقابل ورزش و اقتصاد در ابعاد خرد و کلان در آراء و نظریات بسیاری از جامعه شناسان ورزشی نظیر باری مک فرسون^۴، جان لوی^۵ و جerald کنیون^۶، ماری هارت^۷ و دیگران آمده است. در اخبار و گزارشهای روزانه یا سالانه ورزش و مسابقات ورزشی در سطح ملی و فراملی نیز رویکردهای متقابل اقتصاد و ورزش و میزان درآمدها و هزینه های ورزشی آمار و ارقام چشمگیری کاملاً به چشم می خورد. [۳۹]

در جوامع کنونی یکی از راهکارهایی که افراد بتوانند کیفیت زندگی خود را ارتقاء بخشیده و موجبات افت کیفی زندگی را کاهش دهند، شرکت در فعالیتهای ورزشی می باشد. لذا یکی از

¹-Garsia

²-King

³. Friman

⁴-Bari Mack Freson

⁵-John Loyi

⁶-Jerald Kenion

⁷-Marru Hurt

حوزه های تحقیق که نظر بسیاری از محققان را به خود جلب کرده است، بررسی عوامل بازدارنده افراد از مشارکت در فعالیتهای ورزشی تفریحی بوده تا با ارائه برنامه های مناسب موانع ایجاد محدودیت در مشارکت رفع شده و زمینه های لذت بردن از فعالیتهای ورزشی را فراهم نمایند. همچنین در راستای آن نیاز به بررسی عوامل سوق دهنده به فعالیتهای ورزشی با ارائه برنامه ریزی اساسی و اصولی و با در نظر گرفتن امکانات مورد نیاز در جهت ترویج و اشاعه ی شیوه های ارتقای کیفی زندگی از طریق پرداختن به فعالیتهای ورزشی مدنظر می باشد.

با بسترسازی فرهنگی و ایجاد انگیزه در قشر نوجوان و جوان با ارائه آگاهی و اطلاع رسانی مناسب و تبلیغات منطقی و اصولی در جهت مثمر ثمر واقع شدن و کارایی بهتر عوامل سوق دهنده به فعالیتهای ورزشی دستاوردهای خوبی را در زمینه های مختلف در جامعه نشان خواهد داد.

بسیاری عقیده دارند که فعالیتهای بدنی، به خصوص بازی رشته های مختلف ورزشی، محیط مناسبی را برای کسب ارزشهای فرهنگی، گرایشهای مثبت فردی- اجتماعی و رفتارهای سنجیده فراهم می آورد و آنچه از راه حرکات بدنی آموخته شود به سایر جنبه های زندگی نیز انتقال می یابد.

۱-۴- اهداف تحقیق

الف- هدف کلی

بررسی عوامل بازدارنده و سوق دهنده دانش آموزان مقطع متوسطه شهر اردبیل از لحاظ مشارکت در فعالیتهای ورزشی طبق مدل سلسله مراتبی عوامل بازدارنده اوقات فراغت.

ب- اهداف اختصاصی

۱- تعیین ترکیب عوامل سه گانه مدل و ترتیب قرارگیری آنها در مشارکت دانش آموزان مقطع متوسطه شهر اردبیل.

۲- تعیین اولویت عوامل فردی بازدارنده از مشارکت دانش آموزان در فعالیتهای ورزشی شهر اردبیل.

۳- تعیین اولویت عوامل بین فردی بازدارنده از مشارکت دانش آموزان در فعالیتهای ورزشی شهر اردبیل

۴- تعیین اولویت عوامل ساختاری بازدارنده از مشارکت دانش آموزان در فعالیتهای ورزشی شهر اردبیل

۵- تعیین ترکیب عوامل سه گانه مدل و مطابقت آن با وضعیت میزان مشارکت دانش آموزان مقطع متوسطه (از نظر سطوح مشارکت و محتوای عوامل) در شهر اردبیل.

۵-۱- فرضیات تحقیق

۱- عوامل فردی بازدارنده مشارکت دانش آموزان در فعالیتهای ورزشی شهر اردبیل در اولویت اول قرار دارد.

۲- عوامل بین فردی بازدارنده مشارکت دانش آموزان در فعالیتهای ورزشی شهر اردبیل در اولویت دوم قرار دارد.

۳- عوامل ساختاری بازدارنده مشارکت دانش آموزان در فعالیتهای ورزشی شهر اردبیل در اولویت سوم قرار دارد.

۴- بین میزان نارضایتی و سرخوردگی دانش آموزان از ورزش و نتایج آن بر حسب میزان علاقه مندی آنها به فعالیتهای ورزشی تفاوت معنی داری وجود دارد.

۵- بین میزان انگیزه های فردی دانش آموزان به ورزش بر حسب میزان مشارکت آنها در فعالیتهای ورزشی تفاوت معنی داری وجود دارد.

۶- ترکیب عوامل سه گانه در پیش بینی های دقیق عوامل بازدارنده در بین دانش آموزان شهر اردبیل با توجه به تغییر مشارکت شبیه مدل سلسله مراتبی عوامل بازدارنده اوقات فراغت است.

۱-۶- تعریف عملیاتی متغیرهای تحقیق

متغیر مشارکت:

در این تحقیق به حضور دانش آموزان در فعالیتهای ورزشی با توجه به دفعات تکرار ایشان (اصلا ورزش نمی کنم، حداقل یکبار در هفته، و ورزشکار باشگاهی هستم) اشاره دارد.

عامل بازدارنده:

طبق تعریف هندرسون^۱ (۱۹۹۱) عامل بازدارنده عبارتست از: هر عاملی که بین فعالیت احتمالی و فرصتی که یک فرد برای تجربه کردن آن فعالیت به دست می آورد، اختلال ایجاد نماید. [۵۰]

^۱-Handerson

مانع:

گرچه واژه «مانع^۱» و «عامل بازدارنده^۲» به نظر هم معنی هستند و به جای هم استفاده می‌شوند اما در واقع همانطور که جکسون^۳ توصیه می‌کند واژه «عامل بازدارنده» نسبت به واژه «مانع» که از بیان تمام دلایل و یا توضیح رفتار اوقات فراغت فردی که با عامل بازدارنده مواجه شده، ناتوان است، دارای معنای وسیعتری است. بنابراین، اگر هدف، بررسی تمام عوامل بازدارنده از فعالیت ورزشی است پس واژه عامل بازدارنده ارجحیت دارد.

عوامل بازدارنده فردی:

عوامل فردی عواملی هستند که ارجحیت یا علاقه به ورزش و فعالیتهای بدنی را سد می‌کنند و شامل حالات روانی، نگرشها و تصورات فرد می‌شود.

عوامل بازدارنده بین فردی:

عوامل بین فردی عبارتند از نتیجه تعامل یا رابطه بین افراد و خصوصیات آنها، نظیر عدم وجود همراه یا عدم وجود روابط اجتماعی.

عوامل بازدارنده ساختاری:

عوامل ساختاری، عواملی هستند که بین علاقه به مشارکت و مشارکت واقعی مداخله می‌کنند. عواملی نظیر پول، وقت، فرصتها، امکانات، مسئولیتها و سلامت در این طبقه قرار می‌گیرند.

¹ . Obstacle
² . Preventive Factor
³ - Jackson

عوامل سوق دهنده به فعالیتهای ورزشی:

عوامل سوق دهنده، عواملی هستند که بر روی انگیزه مشارکت در فعالیتهای ورزشی تاثیر دارند عواملی نظیر تشویق و حمایت خانواده، تبلیغات، امکانات و تجهیزات استاندارد، برگزاری المپیادهای ورزشی، استفاده از مربیان مجرب در این طبقه قرار می گیرند.

دانش آموز:

در این پژوهش دانش آموز به فردی گفته می شود (اعم از دختر و پسر) که در سال تحصیلی ۸۸-۸۹ در یکی از آموزشگاههای دوره متوسطه نواحی دوگانه شهر اردبیل ثبت نام نموده و مشغول به تحصیل می باشد.

فصل دوم:

ادبیات و پیشینه تحقیق