

به نام خدا

پیوست شماره ۱

دانشجوی گرامی، با سلام و احترام

ضمن آرزوی سلامتی و موفقیت برای شما، خواهشمند است دقایقی از اوقات گرانبهای خود را در اختیار ما قرار دهید. هدف این تحقیق بررسی کیفیت زندگی دانشجویان ورزشکار و غیرورزشکار است. این پرسشنامه بی نام بوده و اطلاعات آن صرفاً برای تحقیق حاضر بکار گرفته خواهد شد. دامنه امتیازها از ۵-۱ می باشد که بسیار خوب تا بسیار بد را در بر می گیرد. خواهشمند است پس از خواندن هر سؤال به دقت پاسخگوی آن باشید.

از همکاری شما کمال تشکر را دارم

مهین رخساری

دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت تربیت بدنی دانشگاه گیلان

سن: _____ سال جنسیت: زن مرد تعداد خواهر: _____ تعداد برادر: _____ شغل: _____

محل سکونت فعلی: خوابگاه منزل شخصی منزل استیجاری

منطقه محل سکونت دائمی: بالای شهر (منطقه مرفه نشین) منطقه متوسط پایین شهر (منطقه فقیرنشین یا روستا)

شغل پدر: _____ شغل مادر: _____

سطح تحصیلات پدر: بی سواد ابتدایی راهنمایی متوسطه یا دیپلم فوق دیپلم
لیسانس فوق لیسانس و بالاتر تحصیلات حوزوی

سطح تحصیلات مادر: بی سواد ابتدایی راهنمایی متوسطه یا دیپلم فوق دیپلم
لیسانس فوق لیسانس و بالاتر تحصیلات حوزوی

سطح درآمد خانواده: الف) زیر ۳۰۰ هزار تومان ب) ۳۰۱ تا ۴۰۰ هزار تومان

ج) ۴۰۱ تا ۵۰۰ هزار تومان د) ۵۰۱ تا ۶۰۰ هزار تومان

و) ۶۰۱ تا ۷۰۰ هزار تومان ه) ۷۰۱ هزار تومان به بالا

پرسشنامه کیفیت زندگی:

در سوالات زیر پاسخ خود را برای دو هفته اخیر بنویسید.

	اصلاً	یک کمی	متوسط	خیلی زیاد	حداکثر ممکن
۱					
۲					
۳					
۴					
۵					
۶					
۷					

در سوالات زیر پاسخ خود را برای دو هفته اخیر بنویسید.

	اصلاً	کمی	متوسط	اکثراً	کاملاً
۸					
۹					
۱۰					
۱۱					
۱۲					
	خیلی بد	بد	نه خوب، نه بد	خوب	خیلی خوب
۱۳					
	خیلی ناراضی	ناراضی	نه راضی و نه ناراضی	راضی	خیلی راضی
۱۴					
۱۵					
۱۶					
۱۷					
۱۸					
۱۹					
۲۰					
۲۱					
۲۲					

همیشه	اکثراً	نسبتاً	به ندرت	هرگز		
					چقدر دچار حالاتی مانند دل گرفتگی، ناامیدی، اضطراب و افسردگی می شوید؟	۲۳
خیلی خوب	خوب	نه خوب، نه بد	بد	خیلی بد		
					کیفیت زندگی خود را چگونه ارزیابی می کنید؟	۲۴
خیلی راضی	راضی	نه راضی و نه ناراضی	ناراضی	خیلی ناراضی		
					چقدر از سلامت خود راضی هستید؟	۲۵



دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

پایان نامه کارشناسی ارشد

مقایسه کیفیت زندگی دانشجویان ورزشکار و غیرورزشکار

از:

مهین رخساری

استادان راهنما

دکتر مهر علی همتی نژاد-دکتر فرهاد رحمانی نیا

اسفند ماه ۱۳۸۹

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی

گرایش مدیریت ورزشی

مقایسه کیفیت زندگی دانشجویان ورزشکار و غیرورزشکار

از:

مهین رخساری

استادان راهنما

دکتر مهر علی همتی نژاد-دکتر فرهاد رحمانی نیا

اسفندماه ۱۳۸۹

تقدیم به:

تقدیم به او که مرا آفرید...
و آنها که بودند تا گشتیم پدید...
و ایشان که دادند از علم بر من ندا و نوید...

تقدیم به خانواده عزیزم که
وجودشان برایم همه عشق است و
وجودم برایشان همه رنج...
توانشان رفت تا به توانایی رسم و
مویشان گرد سپیدی گرفت تا رویم سپید بماند.

تقدیر و تشکر

سپاس خداوندی را که اول است و قبل از او اولی نبوده و آخر است و بعد از او آخری وجود ندارد.

آن که دیده بینایان از روئیش ناتوان و اندیشه توصیف کنندگان از وصفش عاجز است.

حال که به یاری خداوند حکیم این فصل از زندگی علمی خود را با موفقیت سپری کرده ام، بر خود لازم می‌دانم که از

راهنمایی استادان گرامی ام، جناب آقای دکتر همتی نژاد و جناب آقای دکتر رحمانی نیا که یاری و مساعدت آنها هدایت گر

من در این مسیر بوده، قدردانی و تشکر نمایم. همچنین از تمامی اساتید بزرگواری که افتخار شاگردی آنها را داشته‌ام،

صمیمانه تشکر و قدردانی می‌نمایم.

و از مربی خوب و عزیزم سرکار خانم مزین که در روزهای سخت همیشه مشوق من بودند

همچنین سرکار خانم صادقی که درس های بزرگی به من دادند

کمال تشکر و قدردانی را دارم.

فهرست مطالب

عنوان.....	صفحه.....
فهرست جدول ها.....	د.....
فهرست پیوست ها.....	ژ.....
چکیده فارسی.....	س.....
چکیده انگلیسی.....	ش.....

فصل اول طرح تحقیق

۱-۱) مقدمه.....	۲.....
۲-۱) بیان مسأله.....	۴.....
۳-۱) ضرورت و اهمیت تحقیق.....	۷.....
۴-۱) اهداف تحقیق.....	۹.....
۱-۴-۱) هدف کلی.....	۹.....
۲-۴-۱) اهداف اختصاصی.....	۹.....
۵-۱) پیش فرض های تحقیق.....	۹.....
۶-۱) فرضیه های تحقیق.....	۹.....
۷-۱) محدودیت های تحقیق.....	۱۰.....
۱-۷-۱) محدودیت های قابل کنترل.....	۱۰.....
۱-۷-۱) محدودیت های غیر قابل کنترل.....	۱۰.....

۱-۸) تعاریف عملیاتی ۱۰

فصل دوم مبانی نظری و پیشینه تحقیق

۲-۱) مقدمه ۱۲

۲-۲) فواید ورزش و ورزش در مراکز دانشگاهی ۱۴

۲-۳) آثار و پیامدهای جسمانی ورزش ۱۵

۲-۴) آثار و پیامدهای روانی ورزش ۱۶

۲-۵) آثار و پیامدهای اجتماعی ورزش ۱۷

۲-۶) کیفیت زندگی و ابعاد آن ۱۹

۲-۶-۱) کیفیت زندگی و سلامت جسمانی ۲۲

۲-۶-۲) کیفیت زندگی و سلامت روانی ۲۸

۲-۶-۳) کیفیت زندگی و سلامت اجتماعی ۳۵

۲-۷) عوامل موثر بر کیفیت زندگی ۳۹

۲-۸) جمع بندی ۴۳

فصل سوم روش شناسی تحقیق

۳-۱) مقدمه ۴۶

۳-۲) روش تحقیق ۴۶

۳-۳) جامعه و نمونه آماری ۴۷

۳-۴) متغیرهای تحقیق ۴۷

۳-۵) ابزار تحقیق ۴۸

۶-۳) روش جمع آوری اطلاعات..... ۴۹.....

۷-۳) روش های آماری..... ۵۰.....

فصل چهارم تجزیه و تحلیل یافته های تحقیق

۱-۴) مقدمه..... ۵۲.....

۲-۴) توصیف یافته های تحقیق..... ۵۲.....

۱-۲-۴) ویژگی های فردی..... ۵۳.....

۱-۱-۲-۴) پراکنش پاسخگویان بر حسب سن..... ۵۳.....

۲-۱-۲-۴) پراکنش پاسخگویان بر حسب جنسیت..... ۵۳.....

۳-۱-۲-۴) پراکنش پاسخگویان بر حسب تعداد خواهر و برادر..... ۵۴.....

۴-۱-۲-۴) پراکنش پاسخگویان بر حسب دانشکده..... ۵۴.....

۵-۱-۲-۴) پراکنش پاسخگویان بر حسب شغل..... ۵۵.....

۶-۱-۲-۴) پراکنش پاسخگویان بر حسب محل سکونت فعلی..... ۵۶.....

۷-۱-۲-۴) پراکنش پاسخگویان بر حسب منطقه محل سکونت دائمی..... ۵۶.....

۸-۱-۲-۴) پراکنش پاسخگویان بر حسب شغل پدر..... ۵۷.....

۹-۱-۲-۴) پراکنش پاسخگویان بر حسب شغل مادر..... ۵۸.....

۱۰-۱-۲-۴) پراکنش پاسخگویان بر حسب تحصیلات پدر..... ۵۹.....

۱۱-۱-۲-۴) پراکنش پاسخگویان بر حسب تحصیلات مادر..... ۶۰.....

۱۲-۱-۲-۴) پراکنش پاسخگویان بر حسب سطح درآمد خانواده..... ۶۱.....

۱۳-۱-۲-۴) توصیف ابعاد کیفیت زندگی..... ۶۲.....

- ۶۳ ۴-۲-۲) آزمون فرضیه های تحقیق.....
- ۶۳ ۴-۲-۱) آزمون کولموگروف اسمیرنوف (K-S) جهت بررسی توزیع داده ها.....
- ۶۴ فرض صفر (۱) بین کیفیت زندگی دانشجویان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود ندارد.....
- ۶۴ زیر فرض (۱-۱) بین حیطه جسمانی دانشجویان دختر و پسر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد.....
- ۶۵ زیر فرض (۱-۲) بین سلامت روان دانشجویان دختر و پسر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد.....
- ۶۶ زیر فرض (۱-۳) بین روابط اجتماعی دانشجویان دختر و پسر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد.....
- ۶۷ زیر فرض (۱-۴) بین ارتباط با محیط دانشجویان دختر و پسر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد.....
- ۶۸ زیر فرض (۱-۵) بین کیفیت زندگی دانشجویان دختر و پسر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد.....
- ۶۹ فرض صفر (۲) بین کیفیت زندگی دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد.....
- ۶۹ زیر فرض (۲-۱) بین حیطه جسمانی دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد.....
- ۷۰ زیر فرض (۲-۲) بین سلامت روان دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد.....
- ۷۱ زیر فرض (۲-۳) بین روابط اجتماعی دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد.....
- ۷۲ زیر فرض (۲-۴) بین ارتباط با محیط دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد.....
- ۷۳ زیر فرض (۲-۵) بین کیفیت زندگی دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد.....
- ۷۴ فرض صفر (۳) بین کیفیت زندگی دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد.....

- زیر فرض ۱-۳) بین حیطه جسمانی دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد..... ۷۴
- زیر فرض ۲-۳) بین سلامت روان دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد..... ۷۵
- زیر فرض ۳-۳) بین بعد روابط اجتماعی دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد..... ۷۶
- زیر فرض ۴-۳) بین بعد ارتباط با محیط دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد..... ۷۷
- زیر فرض ۵-۳) بین کیفیت زندگی دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد..... ۷۸
- فرض صفر (۴) بین کیفیت زندگی دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد..... ۷۹
- زیر فرض ۱-۴) بین حیطه جسمانی دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد..... ۷۹
- زیر فرض ۲-۴) بین حیطه سلامت روان دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد..... ۸۰
- زیر فرض ۳-۴) بین حیطه اجتماعی دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد..... ۸۱
- زیر فرض ۴-۴) بین حیطه ارتباط با محیط دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد.. ۸۲
- زیر فرض ۵-۴) بین کیفیت زندگی دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد..... ۸۳
- ۳-۴) تحلیل همبستگی..... ۸۴
- ۱-۳-۴) رابطه بین کیفیت زندگی و ویژگی های طبقه اجتماعی-اقتصادی..... ۸۴

فصل پنجم بحث و نتیجه گیری

- ۱-۵) مقدمه..... ۸۷

۲-۵	خلاصه تحقیق و نتایج مربوط به تحقیق.....	۸۷
۳-۵	بحث و نتیجه گیری.....	۹۰
۴-۵	نتایج مربوط به تاثیر متغیر های اجتماعی-اقتصادی بر کیفیت زندگی.....	۹۸
۵-۵	نتیجه گیری کلی.....	۹۹
۶-۵	پیشنهاد های تحقیق.....	۱۰۱
۱-۶-۵	پیشنهاد های کاربردی.....	۱۰۱
۲-۶-۵	پیشنهاد های پژوهشی.....	۱۰۲
	منابع.....	۱۰۴
	پیوست ها.....	۱۱۶

فهرست جداول

عنوان.....	صفحه.....
جدول ۴-۱. پراکنش پاسخگویان بر حسب سن.....	۵۳.....
جدول ۴-۲. پراکنش پاسخگویان بر حسب جنسیت.....	۵۳.....
جدول ۴-۳. پراکنش پاسخگویان بر حسب تعداد خواهر و برادر.....	۵۴.....
جدول ۴-۴. پاسخگویان بر حسب دانشجویان غیر ورزشکار و بر اساس دانشکده.....	۵۵.....
جدول ۴-۵. درصد پراکنش پاسخگویان بر حسب شغل.....	۵۵.....
جدول ۴-۶. پراکنش پاسخگویان بر حسب محل سکونت فعلی.....	۵۶.....
جدول ۴-۷. پراکنش پاسخگویان بر حسب منطقه محل سکونت دائمی.....	۵۷.....
جدول ۴-۸. پراکنش پاسخگویان بر حسب شغل پدر.....	۵۷.....
جدول ۴-۹. پراکنش پاسخگویان بر حسب شغل مادر.....	۵۸.....
جدول ۴-۱۰. پراکنش پاسخگویان بر حسب میزان تحصیلات پدر.....	۵۹.....
جدول ۴-۱۱. پراکنش پاسخگویان بر حسب میزان تحصیلات مادر.....	۶۰.....
جدول ۴-۱۲. پراکنش پاسخگویان بر حسب میزان درآمد خانواده.....	۶۱.....
جدول ۴-۱۳. توصیف ابعاد کیفیت زندگی.....	۶۲.....

- جدول ۴-۱۴. کالوگراف اسمیرنوف ابعاد کیفیت زندگی..... ۶۳
- جدول ۴-۱۵. جدول فراوانی تلفیقی حیطه جسمانی دانشجویان دختر و پسر ورزشکار..... ۶۴
- جدول ۴-۱۶. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین حیطه جسمانی دانشجویان دختر و پسر ورزشکار..... ۶۴
- جدول ۴-۱۷. فراوانی تلفیقی سلامت روان دانشجویان دختر و پسر ورزشکار..... ۶۵
- جدول ۴-۱۸. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین سلامت روان دانشجویان دختر و پسر ورزشکار..... ۶۵
- جدول ۴-۱۹. فراوانی تلفیقی روابط اجتماعی میان دانشجویان دختر و پسر ورزشکار..... ۶۶
- جدول ۴-۲۰. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین روابط اجتماعی دانشجویان دختر و پسر ورزشکار..... ۶۶
- جدول ۴-۲۱. فراوانی تلفیقی ارتباط با محیط دانشجویان دختر و پسر ورزشکار..... ۶۷
- جدول ۴-۲۲. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین ارتباط با محیط دانشجویان دختر و پسر ورزشکار..... ۶۷
- جدول ۴-۲۳. فراوانی تلفیقی کیفیت زندگی دانشجویان دختر و پسر ورزشکار..... ۶۸
- جدول ۴-۲۴. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین کیفیت زندگی دانشجویان دختر و پسر ورزشکار..... ۶۸
- جدول ۴-۲۵. فراوانی تلفیقی حیطه جسمانی بین دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار..... ۶۹
- جدول ۴-۲۶. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین حیطه جسمانی دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار..... ۶۹
- جدول ۴-۲۷. فراوانی تلفیقی سلامت روانی بین دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار..... ۷۰

- جدول ۴-۲۸. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین حیطه جسمانی دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار..... ۷۰
- جدول ۴-۲۹. فراوانی تلفیقی بعد روابط اجتماعی دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار..... ۷۱
- جدول ۴-۳۰. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین بعد روابط اجتماعی دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار..... ۷۱
- جدول ۴-۳۱. فراوانی تلفیقی ارتباط با محیط بین دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار..... ۷۲
- جدول ۴-۳۲. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین ارتباط با محیط دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار..... ۷۲
- جدول ۴-۳۳. فراوانی تلفیقی کیفیت زندگی بین دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار..... ۷۳
- جدول ۴-۳۴. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین کیفیت زندگی دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار..... ۷۳
- جدول ۴-۳۵. فراوانی تلفیقی بین حیطه جسمانی دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار..... ۷۴
- جدول ۴-۳۶. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین حیطه جسمانی دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار..... ۷۴
- جدول ۴-۳۷. فراوانی تلفیقی بین سلامت روان دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار..... ۷۵
- جدول ۴-۳۸. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین بعد سلامت روان دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار..... ۷۵
- جدول ۴-۳۹. فراوانی تلفیقی بعد روابط اجتماعی بین دانشجویان دختر و پسر غیر ورزشکار..... ۷۶
- جدول ۴-۴۰. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین بعد روابط اجتماعی دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار..... ۷۶
- جدول ۴-۴۱. فراوانی تلفیقی بعد ارتباط با محیط دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار..... ۷۷

- جدول ۴-۴۲. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین بعد ارتباط با محیط دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار.....۷۷
- جدول ۴-۴۳. فراوانی تلفیقی بین کیفیت زندگی دختر ورزشکار و غیر ورزشکار.....۷۸
- جدول ۴-۴۴. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین کیفیت زندگی دختر ورزشکار و غیر ورزشکار.....۷۸
- جدول ۴-۴۵. فراوانی تلفیقی حیطه جسمانی بین دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار.....۷۹
- جدول ۴-۴۶. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین حیطه جسمانی دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار.....۷۹
- جدول ۴-۴۷. فراوانی تلفیقی بعد سلامت روان بین دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار.....۸۰
- جدول ۴-۴۸. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین بعد سلامت روان بین دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار.....۸۰
- جدول ۴-۴۹. فراوانی تلفیقی بعد روابط اجتماعی بین دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار.....۸۱
- جدول ۴-۵۰. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین بعد روابط اجتماعی دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار.....۸۱
- جدول ۴-۵۱. فراوانی تلفیقی بعد ارتباط با محیط دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار.....۸۲
- جدول ۴-۵۲. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین بعد ارتباط با محیط دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار.....۸۲
- جدول ۴-۵۳. فراوانی تلفیقی کیفیت زندگی بین دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار.....۸۳
- جدول ۴-۵۴. نتایج پردازش آماری آزمون χ^2 بین کیفیت زندگی دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار.....۸۳
- جدول ۴-۵۵. نتایج آزمون همبستگی بین ویژگی های طبقه اجتماعی-اقتصادی و کیفیت زندگی..... ۸۵

فهرست پیوست ها

عنوان.....	صفحه.....
پیوست شماره ۱.....	۱۱۷.....
پیوست شماره ۲.....	۱۲۰.....
پیوست شماره ۳.....	۱۲۱.....

مقایسه کیفیت زندگی دانشجویان ورزشکار و غیرورزشکار

مهین رخساری

چکیده

هدف تحقیق: هدف این تحقیق، مقایسه کیفیت زندگی دانشجویان ورزشکار و غیرورزشکار می باشد.

روش تحقیق: در این تحقیق کیفیت زندگی ۵۶۰ دانشجوی دختر و پسر (۱۲۰ ورزشکار و ۴۴۰ غیرورزشکار) با استفاده از پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت (WHO) مورد مقایسه قرار گرفت. اعتبار این پرسشنامه در تحقیقات قبلی ۰/۷۵ تا ۰/۸۴ اعلام شده بود و در این تحقیق، اعتبار آن ۰/۷۰ تا ۰/۸۳ به دست آمد. میانگین سنی آزمودنی ها $21/94 \pm 2/2$ سال بود. آمار توصیفی مورد استفاده شامل، فراوانی، میانگین، انحراف استاندارد و واریانس می باشد و برای بررسی رابطه متغیرها از ضریب همبستگی اسپیرمن و جهت آزمون فرضیه ها از روش خی دو در سطح $(p \leq 0/05)$ استفاده شده است. برای تجزیه و تحلیل داده ها از نرم افزار SPSS (version 16) استفاده شد.

نتایج: یافته های تحقیق نشان می دهد که در کیفیت زندگی و ابعاد آن بین دانشجویان دختر و پسر ورزشکار تفاوت معنی داری وجود ندارد. مقایسه کیفیت زندگی دانشجویان دختر و پسر غیرورزشکار هم در حیطه سلامت جسمانی و روانی تفاوتی وجود نداشت ولی در حیطه اجتماعی، ارتباط با محیط و کیفیت زندگی کلی بین دو گروه تفاوت آماری معنی داری وجود داشت $(\chi^2 = 0/006, \chi^2 = 0/015, \chi^2 = 0/003, p \leq 0/05)$. مقایسه کیفیت زندگی بین دختران ورزشکار و غیرورزشکار نشان داد که تنها در حیطه سلامت جسمانی و کیفیت زندگی کلی بین دو گروه تفاوت معنی دار است و در مقایسه پسران ورزشکار و غیر ورزشکار، در تمامی ابعاد (به جز حیطه ارتباط با محیط) و کیفیت زندگی کلی تفاوت آماری معنی دار بود $(\chi^2 = 0/002, \chi^2 = 0/001, \chi^2 = 0/033, \chi^2 = 0/016, p \leq 0/05)$. سن تنها عاملی بود که رابطه مثبتی با کیفیت زندگی نشان داد $(r = 0/09, p \leq 0/05)$.

بحث: نتایج نشان می دهد که ورزش می تواند بر کیفیت زندگی دانشجویان اثرگذار باشد و سبب ارتقاء کیفیت زندگی آنان گردد. از این رو دانشگاه ها می توانند با برنامه ریزی ورزشی اوقات فراغت دانشجویان، به بهبود کیفیت زندگی آنان کمک کنند.

واژه های کلیدی: کیفیت زندگی، سلامت جسمانی، سلامت روانی، سلامت اجتماعی