



دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

مقایسه دیدگاه‌های متخصصان و کاربران در خصوص تجهیزات ورزشی مستقر در پارک‌ها

نگارش :

سیف اله عیسایی خوش

استاد راهنما : دکتر مجید کاشف

استاد مشاور : دکتر سید نصراله سجادی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد

در رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی

بهمن ماه ۹۰

صلاة الاضلاع

باسمه تعالی



مدیریت تحصیلات تکمیلی

تعهد نامه اصالت اثر

اینجانب سیف‌اله عیسیایی خوش متعهد می‌شوم که مطالب مندرج در این پایان نامه/رساله حاصل کار پژوهشی اینجانب است و دستاوردهای پژوهشی دیگران که در این پژوهش از آنها استفاده شده است، مطابق مقررات ارجاع و در فهرست منابع و ماخذ ذکر گردیده است. این پایان نامه/رساله قبلاً برای احراز هیچ مدرک هم سطح یا بالاتر ارایه نشده است. در صورت اثبات تخلف (در هر زمان) مدرک تحصیلی صادر شده توسط دانشگاه از اعتبار ساقط خواهد شد.

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به دانشگاه تربیت مدرس شهید رجایی می‌باشد.

نام و نام خانوادگی دانشجو: سیف اله عیسیایی خوش

امضاء

تهران، لویزان، خیابان شهید شعبانلو، دانشگاه تربیت مدرس شهید رجایی



دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

مقایسه دیدگاه‌های متخصصان و کاربران در خصوص تجهیزات ورزشی مستقر در پارک‌ها

نگارش :

سیف اله عیسایی خوش

استاد راهنما : دکتر مجید کاشف

استاد مشاور : دکتر سید نصراله سجادی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد

در رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی

بهمن ماه ۹۰

شماره: ۱۱۴۴/۱۸
تاریخ: ۹۱/۱۱/۲۳
پیوست:



دانشگاه تربیت مدرس شهید رجایی

تربیت

صور تجلسه دفاع پایان نامه تحصیلی دوره کارشناسی ارشد

با تأییدات خداوند متعال و با استعانت از حضرت ولی عصر (عج) جلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد آقای سیفاله عیسائی خوش رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی تحت عنوان مقایسه دیدگاه‌های متخصصان و کاربران در خصوص تجهیزات ورزشی بارگاه‌ها، که در تاریخ ۹۰/۱۱/۱۲ با حضور هیأت محترم داوران در دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی برگزار گردید و نتیجه به شرح زیر اعلام گردید.

قبول (بدرجه ... امتیاز ... ۱۸۰۰۰۰۰۰۰۰) دفاع مجدد مردود.

۱ عالی (۱۹ - ۲۰)

۲ - بسیار خوب (۱۸ - ۱۸/۹۹)

۳ - خوب (۱۶ - ۱۷/۹۹)

۴ - قابل قبول (۱۴ - ۱۵/۹۹)

۵ - غیر قابل قبول (کمتر از ۱۴)

اعضاء	نام و نام خانوادگی	مرتبه علمی	امضاء
استاد راهنما	دکتر مجید کاشف	دانشیار	
استاد راهنما	دکتر سید نصراله سجادی	دانشیار	
استاد داور داخلی	دکتر جواد آزمون	مدرس	
استاد داور خارجی	دکتر ابوالفضل فراهانی	استاد	
نماینده تحصیلات تکمیلی	عباس بنیان	مربی	

دکتر طهرنیا امینانی
رئیس دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

تهران، لویزان، کد پستی: ۱۶۷۸۸-۱۵۸۱۱
صندوق پستی: ۱۶۲-۱۶۷۸۵
تلفن: ۹-۶۰-۲۲۹۷۰۰۶۰ فکس: ۲۲۹۷۰۰۳۳
Email: sru@sru.ac.ir
www.srttu.edu

تقدیم به :

خانواده عزیزم

اساتید گرانقدرم

دوستان مهربانم

تقدیر و تشکر :

این پژوهش مدیون زحمات، تلاش‌ها و راهنمایی‌های دلسوزانه اساتید بزرگواری است که اینجانب افتخار شاگردی آنها را داشته‌ام. از استاد ارجمند جناب آقای دکتر کاشف بخاطر راهنمایی این پژوهش، و همچنین از استاد محترم جناب آقای دکتر سجادی به خاطر مشاوره و رهنمودهای بی‌دریغشان، کمال تشکر و امتنان را دارم .

و در نهایت از خانواده محترم که صبر و شکیبایی نموده‌اند و همچنین تمام دوستانی که به هر نحو در انجام این پژوهش مرا یاری رسانده‌اند، کمال تشکر و قدردانی را دارم.

چکیده

هدف این پژوهش، مقایسه دیدگاه‌های متخصصان و کاربران در خصوص تجهیزات ورزشی مستقر در پارک‌ها می‌باشد. روش پژوهش از نوع پیمایشی می‌باشد. جامعه آماری این پژوهش را در بخش کاربران، کاربران ورزشی پارک‌های شهر تهران و در بخش متخصصان، اساتید تربیت بدنی دانشگاه‌های دولتی شهر تهران و کارشناسان و مربیان شهرداری تهران تشکیل می‌دهند. برای تعیین نمونه آماری کاربران، ۵ منطقه از مناطق ۲۲ گانه تهران بصورت صلیبی انتخاب شد، از این مناطق تعدادی از پارک-ها که تجهیزات ورزشی در آنها مستقر شده و کاربران بیشتری در آنها به فعالیت می‌پردازند مشخص شد و تعداد ۲۰۰ نفر از این کاربران بصورت تصادفی به عنوان نمونه انتخاب شدند. در بخش متخصصان نیز تعداد ۱۰۰ نفر بصورت تصادفی به عنوان نمونه آماری تعیین شد. جهت انجام پژوهش پرسشنامه محقق ساخته حاوی ۲۰ سوال تدوین شد که روایی آن توسط کارشناسان تایید گردید و پایایی آن از طریق آزمون-آزمون مجدد با ضریب ۰/۹۶٪ از طریق ضریب همبستگی پیرسون تعیین گردید. روش‌های آماری مورد استفاده شامل دو بخش آمار توصیفی و آمار استنباطی می‌باشد. سطح معناداری مورد نظر برای آمار استنباطی، از طریق مجذور خی $p \leq 0/05$ می‌باشد. نتایج نشان داد که، در استفاده افراد در سنین مختلف از این تجهیزات، سطح زمین نصب، محل نصب و نیز در خصوص هدف از نصب این تجهیزات ورزشی پارکی، کاربران و متخصصان دیدگاه‌های متفاوتی ندارند و هم نظر هستند. اما، در خصوص تاثیر نصب تجهیزات بر میزان علاقه‌مندی و استقبال آنها، لزوم مربی ورزش، رنگ‌آمیزی، نحوه نصب، افزایش قدرت عضلانی، آسیب‌زا بودن این تجهیزات برای افراد مختلف و اینکه بیشتر به کدام قسمت بدن آسیب می‌رسانند، تفاوت معنادار وجود دارد ($p \leq 0/05$) و دو گروه نظرات متفاوتی دارند. لذا از نتایج این پژوهش بر می‌آید که باید برای توسعه ورزش همگانی، استقبال حداکثری شهروندان از این تجهیزات ورزشی و کاهش آسیب‌های احتمالی بر روی آنها همت گماشت.

واژه‌های کلیدی: تجهیزات ورزشی، کاربران ورزشی، متخصصان ورزشی، پارک

فهرست مطالب

فصل اول	۱
طرح تحقیق	۱
۱-۱ مقدمه	۲
۱-۲ عنوان تحقیق	۳
۱-۳ بیان مسئله	۳
۱-۴ ضرورت و اهمیت تحقیق	۴
۱-۵ اهداف تحقیق	۵
۱-۵-۱ هدف کلی تحقیق	۵
۱-۵-۲ اهداف اختصاصی تحقیق	۶
۱-۶ فرضیه‌های تحقیق	۶
۱-۷ تعریف واژه‌ها و مفاهیم	۷
فصل دوم	۹
مبانی نظری و پیشینه تحقیق	۹
۲-۱ مقدمه	۱۰
۲-۲ تفریح سالم	۱۰
۲-۲-۱ نظریه‌های تفریحات سالم	۱۱
۲-۲-۱-۱ نظریه‌ی تأمین نیاز	۱۲
۲-۲-۱-۲ نظریه‌ی گذران اوقات فراغت	۱۲
۲-۲-۱-۳ نظریه‌ی ارزش فردی و اجتماعی	۱۲
۲-۲-۱-۴ نظریه‌ی باز آفرینی	۱۳
۲-۲-۱-۵ مدل مول و همکاران	۱۴
۲-۳ تاریخچه ورزش همگانی	۱۵
۲-۳-۱ تاریخچه ورزش همگانی در جهان	۱۵

- ۲-۳-۳ ورزش همگانی..... ۱۷
- ۲-۳-۳-۱ ورزش آموزشی..... ۱۸
- ۲-۳-۳-۲ ورزش غیر رسمی..... ۱۸
- ۲-۳-۳-۳ ورزش درون بخشی..... ۱۸
- ۲-۳-۳-۴ ورزش برون بخشی..... ۱۸
- ۲-۳-۳-۵ ورزش باشگاهی..... ۱۹
- ۲-۳-۴ دستاوردهای ورزش همگانی..... ۲۰
- ۲-۳-۴-۱ دستاوردهای بهداشتی..... ۲۰
- ۲-۳-۴-۲ دستاوردهای اجتماعی..... ۲۱
- ۲-۳-۴-۳ دستاوردهای اقتصادی..... ۲۲
- ۲-۴-۴-۱ آمادگی جسمانی و تندرستی..... ۲۳
- ۲-۴-۴-۲ تندرستی..... ۲۳
- ۲-۴-۴-۳ آمادگی جسمانی..... ۲۳
- ۲-۴-۴-۳ ترکیبات آمادگی جسمانی..... ۲۵
- ۲-۴-۴-۴ عوامل آمادگی جسمانی و حرکتی..... ۲۶
- ۲-۴-۵-۲ دستگاه قلب و گردش خون..... ۲۸
- ۲-۴-۵-۳ دستگاه تنفس و ریه‌ها..... ۲۸
- ۲-۴-۵-۴ دستگاه گوارشی و دفعی..... ۲۹
- ۲-۴-۵-۵ دستگاه اعصاب..... ۲۹
- ۲-۴-۵-۶ ترکیب بدن..... ۲۹
- ۲-۴-۵-۷ دیگر مزایای فیزیولوژیک..... ۲۹
- ۲-۵-۵ تأثیر فعالیت‌های ورزشی در بهداشت روانی..... ۳۰
- ۲-۵-۱ اثر فعالیت‌های ورزشی در کاهش اضطراب..... ۳۱
- ۲-۵-۲ اثر فعالیت‌های ورزشی بر کاهش افسردگی..... ۳۲

۳۳	۲-۶ ورزش و اجتماعی شدن.....
۳۳	۲-۶-۱ مفهوم اجتماعی شدن.....
۳۴	۲-۶-۲ رابطه‌ی فعالیت بدنی و اجتماعی شدن.....
۳۴	۲-۷ پارک.....
۳۷	۲-۸ تجهیزات ورزشی پارکی.....
۳۸	۲-۸-۱-۱ دستگاه چرخش پهلو دو فرمان.....
۳۹	۲-۸-۱-۲ کشش زیر بغل.....
۳۹	۲-۸-۱-۳ گام زن دست و پا.....
۳۹	۲-۸-۱-۴ پرس سینه.....
۴۰	۲-۸-۱-۵ توسن (سوارکار).....
۴۰	۲-۸-۱-۶ پرس پا.....
۴۱	۲-۸-۱-۷ شکم و کمر.....
۴۱	۲-۸-۱-۸ بارفیکس سه گانه.....
۴۲	۲-۸-۱-۱۰ گام زن چپ و راست.....
۴۳	۲-۸-۱-۱۱ صفحه چرخان.....
۴۳	۲-۸-۲ اقدامات پس از استفاده از دستگاه:.....
۴۳	۲-۹ پیشینه تحقیق.....
۴۳	۲-۹-۱ پیشینه‌های داخلی.....
۵۰	۲-۹-۲ پیشینه‌های خارجی.....
۵۳	فصل سوم.....
۵۴	۳-۱ مقدمه.....
۵۴	۳-۲ روش تحقیق.....
۵۴	۳-۳ جامعه آماری.....
۵۵	۳-۴ نمونه آماری.....

۵۵	۳-۵ روش نمونه گیری.....
۵۵	۳-۶ ابزار گردآوری داده‌ها.....
۵۵	۳-۷ روش جمع آوری داده‌ها.....
۵۶	۳-۸ روش اجرای تحقیق.....
۵۶	۳-۹ روش تجزیه و تحلیل داده‌ها.....
۵۷	فصل چهارم.....
۵۷	تجزیه و تحلیل داده‌ها.....
۵۸	۴-۱ مقدمه.....
۵۸	۴-۲ توصیف نتایج.....
۵۹	۴-۳ تحلیل آماری توصیفی.....
۷۹	۴-۳ آمار استنباطی.....
۷۹	۴-۳-۱ آزمون فرضیه‌ها.....
۷۹	۴-۳-۲ ضابطه تصمیم گیری.....
۷۹	۴-۳-۳ بررسی فرضیه‌های پژوهش.....
۸۶	فصل پنجم.....
۸۷	۵-۱ مقدمه.....
۸۷	۵-۲ خلاصه تحقیق.....
۸۹	۵-۳ بحث و نتیجه‌گیری.....
۹۲	۵-۴ محدودیت‌های در اختیار پژوهشگر.....
۹۲	۵-۵ محدودیت‌های خارج از اختیار پژوهشگر.....
۹۲	۵-۶ پیشنهادهای برگرفته از یافته‌های پژوهش.....
۹۳	۵-۷ پیشنهادهایی برای پژوهش‌های بعدی.....
۹۴	پیوست‌ها.....
۹۴	پیوست ۱.....

پیوست ۲ ۹۷

منابع و مآخذ ۹۹

فهرست جداول

- جدول ۱-۲: نیاز ورزش‌ها به عوامل مختلف آمادگی جسمانی ۲۶
- جدول ۴-۱: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۱ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۵۹
- جدول ۴-۲: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۲ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۶۰
- جدول ۴-۳: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۳ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۶۱
- جدول ۴-۴: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۴ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۶۲
- جدول ۴-۵: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۵ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۶۳
- جدول ۴-۶: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۶ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۶۴
- جدول ۴-۷: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۷ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۶۵
- جدول ۴-۸: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۸ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۶۶
- جدول ۴-۹: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۹ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۶۷
- جدول ۴-۱۰: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۱۰ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۶۸
- جدول ۴-۱۱: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۱۱ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۶۹
- جدول ۴-۱۲: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۱۲ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۷۰
- جدول ۴-۱۳: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۱۳ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۷۱
- جدول ۴-۱۴: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۱۴ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۷۲
- جدول ۴-۱۵: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۱۵ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۷۳
- جدول ۴-۱۶: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۱۶ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۷۴
- جدول ۴-۱۷: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۱۷ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۷۵
- جدول ۴-۱۸: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۱۸ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۷۶
- جدول ۴-۱۹: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۱۹ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۷۷
- جدول ۴-۲۰: فراوانی و درصد پاسخ‌های داده شده به هر یک از گزینه‌های پرسش ۲۰ از طرف گروه کاربران و متخصصان ۷۸
- جدول ۴-۲۱: نتایج مربوط به فرضیه ۱ ۷۹
- جدول ۴-۲۲: نتایج مربوط به فرضیه ۲ ۸۰
- جدول ۴-۲۳: نتایج مربوط به فرضیه ۳ ۸۰
- جدول ۴-۲۴: نتایج مربوط به فرضیه ۴ ۸۱
- جدول ۴-۲۵: نتایج مربوط به فرضیه ۵ ۸۱

جدول ۴-۲۶: نتایج مربوط به فرضیه ۶.....	۸۲
جدول ۴-۲۷: نتایج مربوط به فرضیه ۷.....	۸۲
جدول ۴-۲۸: نتایج مربوط به فرضیه ۸.....	۸۳
جدول ۴-۲۹: نتایج مربوط به فرضیه ۹.....	۸۳
جدول ۴-۳۰: نتایج مربوط به فرضیه ۱۰.....	۸۴
جدول ۴-۳۱: نتایج مربوط به فرضیه ۱۱.....	۸۴
جدول ۴-۳۲: نتایج کلی آزمون فرضیه‌ها.....	۸۵

فهرست شکل‌ها

- شکل ۱-۲ مدل سلسه مراتبی بخش‌های اصلی ورزش ۱۵
- شکل ۲-۲ طبقه بندی پنج حیطه‌ی مربوط به ورزش همگانی ۱۹

فصل اول

طرح تحقیق

۱-۱ مقدمه

با شروع شهرنشینی و افزایش جمعیت شهرنشینان، ضرورت فراهم آوردن امکانات برای رفاه حال شهروندان بیش از پیش شناخته شد. با گذشت زمان و با افزایش تعداد امکانات مختلف شهری (خیابان‌ها، محل‌های توقف اتومبیل، میدین، پیاده‌روها، علامت‌ها و نشانه‌ها، تجهیزات ورزشی و ...)، فضاهای سبز و مجموعه تجهیزاتی که در فضای باز استفاده می‌شود (مبلمان شهری) جایگاه خاصی را به خود اختصاص دادند. امروزه طراحی محصولات مختلفی که در حیطة مبلمان شهری قرار می‌گیرد توانسته است متخصصان گوناگونی را به کار گیرد تا گوشه‌ای از مسائل مرتبط با طراحی، ساخت یا انتخاب عناصر مبلمان شهری را به گونه‌ای که یاری دهنده مسئولان ذیربط در امور زیبایی شهری و نیز بالا بردن سطح کیفی بهره‌برداری از این تجهیزات برای استفاده کنندگان باشد را ارائه نماید. در بین این طراحی، ساخت و نصب وسایل مختلفی که برای بالا بردن توان جسمانی و عضلانی و نیز ایجاد نشاط و سرور در بین شهروندان مختلف اعم از زن و مرد، پیر و جوان و حتی کودکان و خردسالان در شهرها یکی از اصولی‌ترین موارد در حیطة مبلمان شهری می‌باشد.

استفاده از طراحان و متخصصان خاصی که در زمینه ارگونومی و آنتروپومتری، فیزیولوژی و حرکت شناسی و آسیب شناسی حرکات ورزشی دارای اطلاعات کافی باشند از مواردیست که در طراحی وسایل ورزشی شهری باید با دقت فراوان و ریزبینی خاص مورد توجه و مدنظر کلیه مسئولان شهری قرار گیرد، چرا که در این خصوص اگر اشتباه یا قصوری صورت گیرد چه بسا به نقص عضو، معلولیت‌های دائمی و حتی مرگ افراد استفاده کننده از وسایل منتهی شود. بنابراین به همین دلیل و عدم آشنایی و آگاهی مسئولین مختلف مبلمان شهری و زیباسازی بسیاری از شهرداری‌های سطح کشور و نیز محدود بودن طراحان و متخصصان خاصی در این زمینه، متأسفانه در سطح تمامی شهرهای ایران نصب وسایل ورزشی پارکی یا اصلاً صورت نگرفته یا اگر هم صورت گرفته از روی تقلید کورکورانه و کپی‌برداری از وسایل خارجی که از نظر آنتروپومتری و ارگونومی متناسب با ابعاد و اندازه و حتی فرهنگ و رفتار شهروندان ایرانی نمی‌باشد در بعضی از شهرهای بزرگ کشور انجام شده است. از این رو نیاز است تا مسئولین محترم شهری با اطلاعات کافی و رعایت اصول علمی و کاربردی مبلمان شهری اقدام به ساخت وسایل و تجهیزات مختلف ورزشی نمایند [۱].

۱-۲ عنوان تحقیق

عنوان تحقیق، مقایسه‌ای بین دیدگاه‌های متخصصان و کاربران در خصوص تجهیزات ورزشی مستقر در پارک‌ها می‌باشد، که نظرات متخصصان و کاربران در مورد تجهیزات ورزشی و بدنسازی که در پارک‌ها و فضاهای سبز نصب شده را در موارد مختلف استفاده افراد جویا شده تا از دیدگاه هر دو گروه در زمینه‌های گوناگون استفاده شود.

۱-۳ بیان مسئله

تحولات اجتماعی و پیشرفت علوم و تکنولوژی، چهره حیات بشری را دگرگون ساخته و نیازها و تمایلات جدید را بوجود آورده است. بررسی نوع زندگی بدون توجه به این تحولات و اختصاصات زندگی کنونی معقول و راهگشا نیست. برنامه‌های مطلوب فعالیت بدنی نقش مهمی در تربیت و تعلیم جامعه داشته و از بروز مشکلات فردی، اجتماعی، فرهنگی و حتی اقتصادی جلوگیری می‌کند.

ورزش و فعالیت‌های جسمانی به عنوان یک واقعیت اجتماعی، از زمان‌های بسیار دور، در ساختار جوامع بشری وجود داشته و جزئی از زندگی روزمره انسان‌ها را تشکیل داده است. لزوم تحرک و فعالیت بدنی به منظور حفظ سلامتی و تندرستی امری بدیهی و روشن به شمار می‌رود. ورزش و فعالیت بدنی ابزار مناسبی برای ارتقای کیفی سطح زندگی و افزایش روحیه نشاط و شادابی است. همچنین راهی برای کاهش استرس‌ها و عوامل خطرزای تندرستی عموم مردم است. ورزش صبحگاهی از جمله مواردی است که مردم به منظور ورزش و فعالیت بدنی به آن روی آورده‌اند. پیشینه ورزش صبحگاهی به کشور چین بر می‌گردد. زمانی که آنها به منظور مبارزه گسترده با شیوع بی‌رویه اعتیاد به مواد مخدر ورزش همگانی را در قالب یک برنامه ملی در کشورشان گسترش دادند. در پی آن وسایل و تجهیزات بدنسازی و تندرستی برای سادگی انجام حرکات ورزشی در معابر، فضاهای باز و پارک‌ها شکل گرفت و به کشورهای مختلف راه یافت [۲]. ساخت و نصب وسایل ورزشی و بدنسازی پارکی در بوستان‌های سطح شهرها، تجهیزات و ابزار لازم جهت انجام حرکات ورزشی ساده و ابتدایی برای عموم شهروندان با هدف حفظ آمادگی جسمانی، سلامتی بدن و تندرستی اندام و بالا بردن نشاط و شادابی فراهم آورده است [۲].

کارشناسان توسعه ورزش همگانی، امکانات ورزشی عمومی و بدون محدودیت و رایگان را از محاسن نصب وسایل ورزشی در بوستان‌ها عنوان کرده‌اند که استفاده صحیح از امکانات ورزشی موجب تقویت عضلات، افزایش تراکم استخوان و تقویت قلب و عروق می‌گردد و سطح سلامت و نشاط عمومی و نشاط جامعه را افزایش می‌دهد. این امر حتی در بیماری‌های حاد و افرادی که تحت عمل جراحی قرار گرفته‌اند با نتایج مثبت و مطلوب همراه بوده است. وسایل ورزشی نصب شده در فضای باز، گامی مثبت در جهت فرهنگ سازی، آشنایی و استفاده عموم از دستگاه‌ها می‌باشد و بیشترین مشتریان آنها را افرادی که در ورزش‌های صبحگاهی ایستگاه‌های تندرستی پارک‌ها شرکت می‌نمایند تشکیل می‌دهند [۳].