



دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

پایان نامه کارشناسی ارشد

بررسی میزان بهره برداری بانوان از اماکن و تاسیسات ورزشی

استان گیلان

از:

مریم بخشی

استاد راهنما:

دکتر مهرعلی همتی نژاد

اسفند ۱۳۹۰

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی

گرایش مدیریت ورزشی

بررسی میزان بهره برداری بانوان از اماکن و تاسیسات ورزشی

استان گیلان

از

مریم بخشی

استاد راهنما

دکتر مهرعلی همتی نژاد

استاد مشاور

دکتر نوشین بنار

اسفند ۱۳۹۰

تقدیم به:

همسر عزیزم که همواره در طی این مسیر مشوقم بوده است.  
این کارتخه ای است کم ارزش در برابر محبت های بی کران او.

وهدیه ای ناقابل به:

پدر و مادر عزیزم که راستی قائم راز خمیدگی قاشان دارم.  
طاهای عزیزم به خاطر سختی هایی که متحمل گردیده است.  
برادران عزیز و خانواده همسر که در این راه مریاری نمودند.

## تقدیر و تشکر

بامشکر فراوان از جناب آقای دکتر مهر علی، همی نژاد به خاطر راهنمایی های ارزشمندشان که همواره در طول تحقیق

کجک های مفید و موثری را ارائه دادند.

بامشکر از سرکار خانم نوشین بنار به خاطر کجک های بی دریغ شان که همواره راهنما و یاری دهنده بوده است.

بامشکر از سرکار خانم اکرم همدیزاده به خاطر همکاری های بی سائبه شان که در طی این مسیر همراهی نمودند.

بامشکر از اساتید و کارکنان دانشکده تربیت بدنی دانشگاه کیلان.

همچنین لازم می دانم که از کارکنان اداره کل تربیت بدنی استان کیلان به خصوص واحد های معاونت ورزش

بانوان و آمار و روسای شهرستان های متبع به خاطر همکاری های بی دریغ شان کمال تقدیر و تشکر را داشته باشم.

## فهرست مطالب

عنوان.....	صفحه .....
فهرست جدول‌ها.....	چ.....
فهرست نمودارها.....	چ.....
فهرست پیوست‌ها.....	ح.....
چکیده فارسی .....	د.....
چکیده انگلیسی .....	ذ.....

### فصل اول: طرح تحقیق

۱-۱- مقدمه .....	۲.....
۲-۱- بیان مسئله .....	۴.....
۳-۱- ضرورت و اهمیت تحقیق .....	۸.....
۴-۱- اهداف تحقیق .....	۱۱.....
۱-۴-۱- هدف کلی .....	۱۱.....
۲-۴-۱- اهداف اختصاصی .....	۱۱.....
۵-۱- فرضیه های تحقیق .....	۱۱.....
۶-۱- محدودیت های تحقیق .....	۱۲.....
۱-۶-۱- محدودیت های قابل کنترل محقق .....	۱۲.....
۲-۶-۱- محدودیت های خارج از کنترل محقق .....	۱۲.....
۷-۱- تعریف عملیاتی واژه ها و اصطلاحات تحقیق .....	۱۳.....

### فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه تحقیق

۱-۲- مقدمه .....	۱۹.....
۲-۲- صنعت ورزش .....	۱۹.....
۳-۲- ورزش و بهداشت .....	۲۰.....
۴-۲- تبعات اجتماعی ورزش .....	۲۲.....
۵-۲- زن و باور ورزش .....	۲۳.....
۶-۲- ورزش و سلامت روانی .....	۲۳.....
۷-۲- ورزش و سلامت جسم .....	۲۴.....
۸-۲- نقش ورزش در چگونگی افزایش طول عمر .....	۲۵.....
۹-۲- زن و ورزش .....	۲۶.....
۱۰-۲- اثرات مفید ورزش در بارداری و شیر دهی .....	۲۷.....

۲۸	۱۱-۲- ورزش در دوران قاعدگی .....
۲۹	۱۲-۲- نظر پزشکان متخصص در مورد جایز بودن ورزش برای زنان .....
۲۹	۱۳-۲- ورزش زنان در ایران .....
۲۹	۱۴-۲- وضعیت اماکن ورزشی زنان در ایران .....
۳۰	۱۵-۲- ورزش زنان و دختران در کشورهای دیگر .....
۳۳	۱۶-۲- وضعیت موجود ورزش در ایران .....
۳۴	۱۷-۲- اهداف سازمان تربیت بدنی در ورزش بانوان .....
۳۵	۱۸-۲- دفتر توسعه ورزش بانوان کشور .....
۳۵	۱۹-۲- شرح وظایف و اهداف دفتر توسعه ورزش بانوان .....
۳۷	۲۰-۲- ورزش در استان گیلان .....
۳۷	۲۱-۲- اهداف تربیت بدنی در اداره کل تربیت بدنی استان .....
۳۸	۲۲-۲- نگاهی به سازمان تربیت بدنی ایران .....
۳۸	۲۳-۲- وظایف یا ماموریت های اصلی سازمان تربیت بدنی .....
۳۹	۲۴-۲- احداث اماکن و فضاهای ورزشی .....
۳۹	۲۵-۲- مجریان احداث اماکن و فضاهای ورزشی .....
۴۱	۲۶-۲- برآورد هزینه احداث فضاهای ورزشی رو باز و سر پوشیده سهم سازمان در هر سال .....
۴۱	۲۷-۲- هزینه تعمیر و نگهداری سالانه اماکن و فضاهای ورزشی .....
۴۲	۲۸-۲- تحقیقات داخل کشور .....
۴۷	۲۹-۲- تحقیقات خارج کشور .....
۵۰	۳۰-۲- جمع بندی .....

### فصل سوم: روش شناسی تحقیق

۵۲	۱-۳- مقدمه .....
۵۲	۲-۳- روش تحقیق .....
۵۲	۳-۳- جامعه و نمونه آماری تحقیق .....
۵۴	۴-۳- ابزار اندازه گیری .....
۵۵	۵-۳- روایی پرسشنامه .....
۵۵	۶-۳- شیوه اجرای تحقیق .....
۵۵	۷-۳- روش آماری .....
۵۶	۸-۳- متغیرهای ابزار اندازه گیری .....

### فصل چهارم: تجزیه و تحلیل یافته های تحقیق

۵۹	۱-۴- مقدمه .....
۵۹	۲-۴- توصیف اماکن ورزشی مورد مطالعه .....
۶۰	۳-۴- ویژگی های جمعیت شناختی بانوان مراجعه کننده به اماکن ورزشی .....
۶۲	۴-۴- رشته های ورزشی فعال بانوان در اماکن ورزشی مورد مطالعه .....
۶۳	۵-۴- زمان ارائه خدمات رشته های ورزشی .....
۶۵	۴-۴- میزان بهره برداری بانوان از اماکن ورزشی .....
۶۵	۵-۴- سرانه فضای ورزشی در شهرهای مورد مطالعه .....
۶۷	۵-۴- آزمون طبیعی بودن توزیع داده ها .....
۶۷	۶-۴- آزمون فرضیه های پژوهش .....

### فصل پنجم: بحث و بررسی

۷۷	۱-۵- مقدمه .....
۷۷	۲-۵- خلاصه پژوهش .....
۷۸	۳-۵- بحث و نتیجه گیری .....
۸۳	۴-۵- پیشنهادهای تحقیق .....
۸۳	۱-۴-۵- پیشنهادهای کاربردی .....
۸۴	۲-۴-۵- پیشنهادهای پژوهشی .....



## فهرست جدول‌ها

- جدول (۱-۲)، نحوه مشارکت و میزان سهم دستگاه‌ها و ارگان‌های مختلف در احداث فضای ورزشی..... ۳۹
- جدول (۱-۳)، تعداد اماکن ورزشی به تفکیک دولتی و خصوصی و جمعیت شهرستان‌های استان..... ۵۲
- جدول (۲-۳)، تعداد اماکن ورزشی به تفکیک دولتی و خصوصی..... ۵۳
- جدول (۱-۴)، تعداد اماکن ورزشی به تفکیک شهرستان..... ۵۸
- جدول (۲-۴)، نوع مالکیت اماکن ورزشی..... ۵۹
- جدول (۳-۴)، نوع فضای اماکن ورزشی..... ۵۹
- جدول (۴-۴)، ویژگی‌های جمعیت شناختی بانوان مراجعه کننده به اماکن ورزشی..... ۶۰
- جدول (۵-۴)، زمان ارائه خدمات رشته‌های ورزشی در اماکن مورد مطالعه..... ۶۳
- جدول (۵-۴)، ساعات بهره‌برداری از اماکن ورزشی در شهرهای منتخب (ساعت در هفته)..... ۶۴
- جدول (۶-۴)، سرانه فضای ورزشی شهرهای منتخب (مترمربع)..... ۶۵
- جدول (۶-۴)، نتایج آزمون کولموگروف- اسمیرنوف در مورد ساعات بهره‌برداری از اماکن ورزشی..... ۶۶
- جدول (۷-۴)، نتایج آزمون خی دو برای مقایسه فراوانی مراجعین مرد و زن..... ۶۶
- جدول (۸-۴)، نتایج آزمون خی دو برای مقایسه فراوانی گروه‌های سنی مراجعه کننده به اماکن ورزشی..... ۶۷
- جدول (۹-۴)، نتایج آزمون خی دو برای مقایسه فراوانی گروه‌های شغلی مراجعه کننده به اماکن ورزشی..... ۶۸
- جدول (۱۰-۴)، نتایج آزمون خی دو برای مقایسه فراوانی گروه‌های تحصیلی مراجعه کننده به اماکن ورزشی..... ۶۹
- جدول (۱۱-۴)، تحلیل میزان بهره‌برداری آقایان و بانوان از اماکن ورزشی (ساعت در هفته)..... ۷۰
- جدول ۴-۱۲، تحلیل میزان بهره‌برداری بانوان شهرهای منتخب از اماکن ورزشی..... ۷۱
- جدول (۱۳-۴)، تحلیل میزان بهره‌برداری بانوان از اماکن خصوصی و دولتی..... ۷۲
- جدول (۱۴-۴)، تحلیل بهره‌برداری بانوان از اماکن ورزشی بر اساس نوع فضا..... ۷۳
- جدول (۱۵-۴)، رابطه بین شهریه و تعداد بانوان مراجعه کننده..... ۷۴

## فهرست نمودارها

- نمودار (۱-۴)، رشته‌های ورزشی فعال در اماکن ورزشی..... ۶۱
- نمودار (۲-۴)، سرانه فضای ورزشی شهرهای مورد مطالعه..... ۶۵
- نمودار (۲-۴)، مراجعین مرد و زن..... ۶۷
- نمودار (۳-۴)، گروه‌های سنی بانوان مراجعه کننده..... ۶۸
- نمودار (۴-۴)، گروه‌های شغلی بانوان مراجعه کننده..... ۶۹
- نمودار (۵-۴)، بانوان مراجعه کننده بر اساس سطح تحصیلات آن‌ها..... ۷۰
- نمودار (۶-۴)، میزان بهره‌برداری بانوان و آقایان از اماکن و تأسیسات ورزشی..... ۷۱
- نمودار (۷-۴)، میزان بهره‌برداری بانوان شهرهای منتخب از اماکن و تأسیسات ورزشی..... ۷۲

نمودار(۴-۸)، میزان بهره برداری بانوان از اماکن و تأسیسات ورزشی دولتی و خصوصی.....۷۳

نمودار(۴-۹)، میزان بهره برداری بانوان از اماکن و تأسیسات ورزشی سرپوشیده، روباز و سرپوشیده و روباز.....۷۴

#### فهرست پیوست‌ها

پیوست ۱(معرفی نامه).....۹۱

پیوست ۲(چک لیست).....۹۲

## بررسی میزان بهره برداری بانوان از تاسیسات و اماکن ورزشی استان گیلان

مریم بخشی

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی میزان بهره برداری بانوان از اماکن و تاسیسات ورزشی استان گیلان است. این تحقیق از نوع توصیفی، تحلیلی، مقطعی می باشد که به روش میدانی اجرایی گردید. در این پژوهش جهت دستیابی به اهداف تحقیق، کلیه اماکن و تاسیسات ورزشی وابسته به اداره کل تربیت بدنی (خصوصی و دولتی) که به بانوان سرویس می دهند به عنوان جامعه آماری مورد مطالعه قرار گرفتند. تعداد کل باشگاه های دولتی وابسته به اداره کل تربیت بدنی ۹۰ مورد در ۱۶ شهرستان بوده است که از آن میان، بیش از نیمی به تعداد ۵۵ باشگاه به عنوان نمونه تحقیق انتخاب و در نهایت پرسش نامه های مربوط به ۴۷ باشگاه از ۸ شهرستان که اطلاعات آن ها کامل بوده، استفاده گردید. همچنین تعداد باشگاه های خصوصی استان ۳۱۹ مورد بوده که از آن تعداد حدود ۶۰ درصد به تعداد ۱۸۰ باشگاه به عنوان نمونه تحقیق از ۸ شهرستان انتخاب و در نهایت پرسش نامه های ۱۶۴ باشگاه که اطلاعات آن ها کامل بود، مورد استفاده قرار گرفت. متغیرهای تحقیق شامل گروه سنی و شغلی، رشته های ورزشی، سطح تحصیلات زنان حاضر در اماکن ورزشی و نرخ شهریه باشگاه ها بود. ابزار جمع آوری اطلاعات پرسش نامه محقق ساخته به صورت چک لیست بود که روایی آن توسط گروهی از متخصصان دانشگاهی (۱۲ نفر) بررسی و تأیید شد. جهت مقایسه نسبت ها هم از آزمون خی دو و برای مقایسه میانگین ها بسته به نوع توزیع آماری از تست های پارامتریک و غیر پارامتریک استفاده گردید و برای مقایسه متغیرهای کمی در چند گروه نیز از آنالیز واریانس یک طرفه استفاده گردید. نتایج تحقیق نشان داد بیشترین میزان بهره برداری از اماکن ورزشی را آقایان ( $42/45 \pm 23/87$ )، بیشترین میزان بهره برداری در روز را گروه سنی ۴۰-۲۶ سال و بیشترین سهم استفاده از اماکن ورزشی مورد مطالعه به گروه شغلی دانش آموز و دانشجوی و گروه تحصیلی زیردیپلم ( $40/8$ ٪) اختصاص دارد، همچنین اختلاف آماری میانگین زمان بهره برداری در ۱۱ رشته ورزشی با سایر رشته های ورزشی و در ۸ شهرستان نمونه و براساس نوع مالکیت (خصوصی و واگذاری دولتی) معنی دار و اختلاف میزان بهره برداری از اماکن ورزشی براساس نوع فضا (سرپوشیده، روباز و هردو) غیر معنی دار بود و بین تعداد بانوان مراجعه کننده و میزان شهریه باشگاه ها اختلاف معنی داری مشاهده نشد. یافته ها نشان می دهد که لازم است در گروه سنی بالای ۵۵ سال، بانوان شاغل و نیز تحصیل کرده برنامه ریزی درستی برای حضور در اماکن ورزشی صورت گیرد. همچنین افزایش اماکن ورزشی و در پی آن افزایش سرانه ورزشی می تواند در میزان بهره برداری موثر باشد.

**واژه های کلیدی:** بهره برداری، تاسیسات ورزشی، اماکن ورزشی

## Abstract

Investigation of utilization level of females from sport facilities and club in Guilan province

Maryam Bakhshi

The purpose of this study is to define how females can utilize facilities of sports in the region Guilan. The research is descriptive-analytical-sectional which was performed field. The objectives of this study, all related to the physical education department premises and sports facilities (private and state) that women are as services were the statistical community. Total number of clubs affiliated to the Department of Physical Education 90 state city has 16 of which more than half 55 club and finally selected as the research question a letter corresponding to 47 Club of 8 city was that it was perfect. The number of private clubs in 319 cases, which number about 60 percent of the 180 Club as a research sample and eventually question the choice of 8 city letter complete the 164 Club that it was used and society of research. Variables included age group and occupational, sports, education level of women's clubs were present at the sport rates. Tool, a researcher made questionnaire to collect information on Czech list that its validity by a group of academic experts (12 people) reviewed and approved. Comparison of the test score to test the hypothesis test (chi-square) mean extreme, depending on the statistical distribution of parametric and nonparametric tests were used to compare quantitative variables in several groups also one-way ANOVA was used. Results showed the highest rate of utilization of the sport men ( $42.45 \pm 23.78$ ), the highest rate in the age group 40 -26 years of operation and the greatest contribution to the use of sport places belonging to occupational groups student and Study Group graduate of high school is allocated, the statistical difference in the time of operation in 11 sports with other sports and within eight city sample and by type of ownership (private and State assignment) was significant and in rate sport based on the type of vector space (indoor, outdoor or both) were not significant and difference between the number of women referred and amount of fees for club was not significant. The findings indicate that there need to be a plan to schedualize the presence of the age group over 55, employed and educated women to participate in sport. Also promote the culture of sport in society and increases the amount of sport places and followed by increase sport capita can be effective in Utilization rate.

**Key words:** utilization, sport facilities, sport space

# فصل اول

طرح تحقيق

## ۱-۱- مقدمه

بدون تردید امروزه ورزش به پدیده جهانی تبدیل شده است در سال‌های آغازین قرن بیستم ورزش به عنوان یک هنر و البته ایجاد جامعه سالم مورد توجه بوده است [۱]. افزایش روی‌آوری و حضور مردم به سوی ورزش به دلیل آگاهی و بهره‌مندی از اثرات مفید ورزش، همچون اثرات مثبت جسمی، روحی و روانی، اجتماعی و اقتصادی موجب شده است تا دولت‌ها به فکر برنامه‌ریزی و سرمایه‌گذاری در امر ورزش و تفریحات سالم بیفتند و هر روز بیشتر از گذشته به فکر احداث و توسعه اماکن ورزشی و افزایش سرانه اماکن و فضاها باشند و با بهره‌برداری هر چه مناسب‌تر از اماکن روباز و سرپوشیده شرایط ورزش و فعالیت‌های بدنی را برای آحاد مختلف جامعه اعم از زن و مرد فراهم سازند. دلایل متعددی برای برنامه‌ریزی و سرمایه‌گذاری در ورزش و تفریحات سالم وجود دارد. نخست اینکه ورزش بخش مهمی از زندگی اجتماعی است که باعث توسعه مهارت‌های جامعه‌پذیری، مسئولیت‌پذیری و فرصت بروز خلاقیت‌های مردم می‌شود و به دوستی و نزدیکی جامعه و سطح بهداشت عمومی و جلوگیری از بروز بیماری‌ها و همچنین درگیر شدن آحاد جامعه در یک زندگی پر تحرک می‌گردد و سوم این که توسعه ورزش و اماکن و فضاهای ورزشی امروز آثار و تبعات اقتصادی متعددی را از قبیل کاهش هزینه‌های دارو و درمان، افزایش بهره‌وری منابع انسانی و تولید عرضه و فروش خدمات و محصولات ورزشی به دنبال دارد [۲]. دی مارکو<sup>۱</sup> (۱۹۸۹) می‌گوید: ورزش و فعالیت‌های بدنی باعث کاهش افسردگی و فشارهای روحی می‌شود و افزایش عزت نفس از آثار مفید آن است. با بررسی آمار ارائه شده از سوی سازمان تربیت بدنی در میابیم که فقط ۱۰ درصد مردم جامعه ایران به فعالیت‌های بدنی می‌پردازند که در مقایسه با کشورهای دیگر مانند استرالیا که ۵۲ درصد مردم آن ورزش می‌کنند بسیار ناچیز است [۵۰].

آنچه در این میان مهم می‌باشد لزوم توجه به ورزش بانوان می‌باشد با توجه به اهمیت ورزش خانواده و اشاعه ورزش در بین

---

<sup>1</sup>. DeMarco

اقشار مختلف و نقش موثر آن در حفظ سلامت، کارایی و توانمندی در کلیه سطوح بهتر است دست اندرکاران نظر ویژه‌ای را به ورزش بانوان داشته باشند و در جهت ارتقاء بیشتر ورزش بانوان قدم بردارند.

بانوان به عنوان نیمی از جمعیت هر اجتماعی در هر طرح و برنامه باید مورد توجه قرار گیرند. چرا که زنان ایران جزء لاینفک این کشورند. زیرا یا خودشان قهرمان عرصه های مختلف تاریخ بوده اند و یا فرزندان را در دامان خود پرورش داده اند که تاریخ ساز شده اند. رشد شهر نشینی، کم تحرکی زنان شهرنشین، افزایش مسئولیت بانوان در جامعه و زندگی ماشینی عصر حاضر، بیش از هر زمان دیگری سلامت جسم و روح و روان آنها را تهدید میکند [۸].

حضور بانوان در میادین ورزشی و پرداختن به برنامه های تربیت بدنی و ورزش، متضمن سلامت جسم و روان این قشر بوده و نه تنها به عنوان وسیله ای جهت نیل به بهداشت جسمانی و روانی نیمی از اعضای جامعه بلکه وسیله ای جهت پرکردن اوقات فراغت بانوان در محیط خانواده و محیط های سالم ورزشی و در نهایت تأمین بهداشت جسم و روان خانواده مفید و مؤثر خواهد بود [۲۵].

لذا لزوم احداث اماکن ورزشی مختص بانوان و در اختیار قرار دادن اماکن ورزشی به این قشر مشخص می گردد چرا که به رغم برابری حقوق زن و مرد و به رسمیت شناختن حقوق نیمی از جامعه بشری، متأسفانه برخی باورها و سنتهای غلط و ساختارهای اجتماعی موجود و پاره ای از سیاستگذاری ها، حکومت و جامعه را مرد سالار می بیند و زنان را شهروندان ضعیف و درجه دو و رعیت به حساب می آورد. در نظام کنونی جهان، توسعه اماکن ورزشی و ارتقاء آن یکی از اهداف عمده سازمانهای فعال و زنده است. به ویژه آنکه این اهداف در نهادهایی چون سازمان تربیت بدنی و فدراسیون های ورزشی و سایر دستگاههای اجرایی دارای اماکن ورزشی که با اقشار مختلف مردم و سطوح بین المللی ارتباط دارند، نقش تعیین کننده ای دارد [۸].

شناسایی اماکن ورزشی مختص بانوان و تعیین سرانه آن به ویژه ثبت تغییراتی که در آن روی داده و می دهد و نیز تعیین دقیق روند این تغییرات، ضرورت دارد و مطالعاتی که برای پیش بینی اشتغال و تعیین احتیاجات نیروی کار و تدارک اماکن و تجهیزات مختلف سازمان به کمک این یافته ها می تواند صورت پذیرد حائز اهمیت است.

جهت استفاده بهینه از اماکن ورزشی، اولین گام تعیین سرانه ورزشی این اماکن و ظرفیت موجود جهت تعیین کمبودها و رفع کاستی آن است و سپس کوشش برای چگونگی استفاده بهینه از تجهیزات و متعاقب آن تلاش برای تعیین عوامل مؤثر بر آن است که از شرایط لازم و ضروری برای تحقق رشد و توسعه به شمار می آید [۸].

تعیین سرانه ورزشی و بررسی وضعیت اماکن ورزشی معیاری است که به کمک آن میتوان به طور مستمر شرایط موجود را ارزیابی و نسبت به ارتقاء سطح آن اقدام نمود.

## ۱-۲- بیان مسئله

وزارتخانه‌ها و ادارات ورزشی فراوانی تاسیس شده و مخارج زیادی صرف ورزش، ساختن استادیوم‌ها، مجتمع‌ها و باشگاه‌های ورزشی و نیز تهیه وسایل و لباس‌های ورزشی و یا تماشای مسابقات ورزشی می‌شود. بخش‌های قابل توجهی از برنامه‌های تلویزیون، رادیو، مجلات و سایر رسانه‌های گروهی، به ورزش و اخبار ورزشی اختصاص دارد و خلاصه ورزش یکی از اموری است که در جهان به صورت جدی مطرح بوده و از جهات مختلف دارای اهمیت است [۸]. پیامبر اسلام حضرت محمد (ص) می‌فرمایند: بازی کنید، تفریح کنید زیرا دوست ندارم در دین شما خشونت دیده شود. امام سوم شیعیان نیز می‌فرمایند: در تمامی عمر برای سلامتی و حفظ تندرستی خود کوشا باشید. زندگی بشر اولیه چنان بود که نیاز و احتیاج طبیعی، او را وادار به فعالیت، حرکت، تلاش و کوششی نمود که همه این کارها قسمت اعظم اعضاء و عضلات او را به کار گرفته و در اثر جریان متناسب خون و استفاده از تنفس و تغذیه و دفع سموم داخلی، عضلات ورزیده شده و آنها را آماده حرکت و مقاومت برای هرگونه فعالیت‌های بدنی سخت بعدی می‌نمود و به صورت یک منبع قدرت بیولوژیکی و فیزیولوژیکی در می‌آورد [۹]. گزاره نیست اگر بگوییم تمدن کهن مصر نخستین تمدنی است که با این مفهوم از مفاهیم فعالیت ورزشی آشنا بوده است. نشانه‌هایی حاکی از این که دختران و زنان مصری به انواع ورزش‌های رایج در آن عصر می‌پرداخته‌اند، در دست است، حال آنکه در تمدن یونان باستان که در تاریخ به عنوان شکوفاترین ادوار ورزش در تمدن‌های ماقبل صنعتی شناخته شده است به ندرت به زنان اجازه شرکت در فعالیت‌های ورزشی داده می‌شد و این گروه از جامعه آن گونه که رخدادهای بازی‌های المپیک قدیم نشان می‌دهد حتی از تماشای مسابقات ورزشی محروم بوده‌اند [۱].



بانوان به عنوان نیمی از جمعیت هر اجتماعی در هر طرح و برنامه باید مورد توجه قرار گیرند. چرا که زنان ایران جزء لاینفک این کشورند، زیرا با خودشان قهرمان عرصه‌های مختلف تاریخ بوده‌اند و یافرنندانی رادر دامان خودپرورش داده‌اند که تاریخ ساز شده‌اند. رشد شهرنشینی، کم تحرکی زنان شهرنشین، افزایش مسئولیت بانوان در جامعه و زندگی ماشینی عصر حاضر، بیش از هر زمان دیگری سلامت جسم و روح و روان آنها را تهدید می‌کند [۸].

تاکید بر نقش زنان به این دلیل حائز اهمیت است که نخستین تجربه‌های بشر که بن مایه شکل‌گیری جوامع انسانی را تشکیل می‌دهد، محصول تفکر و ابداع زنان است [۷]. زنان به عنوان نیمی از جامعه بشری باید در برنامه‌ریزی‌های گوناگون جامعه در نظر گرفته شوند. یکی از اموری که برای زنان مطرح است ورزش است [۲]. فعالیت بدنی منظم و عادات غذایی خوب می‌تواند سلامت زنان را ارتقاء داده و از بسیاری بیماری‌ها و حالاتی که علت عمده مرگ و میر و ناتوانی زنان جهان است پیشگیری کند. با فعالیت بدنی منظم می‌توان از بیماری‌های قلبی، فشارخون بالا و سکته‌های مغزی که عامل یک سوم مرگ و میر زنان در سراسر جهان است پیشگیری نمود. فعالیت بدنی تا حد زیادی می‌تواند به پیشگیری از بیماری پوکی استخوان کمک کند. زنان مخصوصاً در دوران یائسگی در معرض خطر بالاتری نسبت به این بیماری هستند. فعالیت بدنی منظم کمک می‌کند تا استرس، اضطراب و افسردگی در زنان کاهش یابد. فعالیت بدنی به عزت نفس، اعتماد به نفس، اطمینان، بهبود مناسبات اجتماعی و وضعیت روانی زنان کمک می‌کند [۲].

گرچه برای تحقق بخشیدن به این اهداف از ورزش در بین بانوان، کلیه مسئولان و دست اندرکاران نهایت همکاری و مساعدت لازم را در گشودن تنگناها و نارسائی‌های ورزش بانوان داشته‌اند، لکن مشکلات و مسائل بسیاری از جمله کمبود فضاهای ورزشی ویژه بانوان، عدم برنامه ریزی مناسب و محدودیت‌های مربوط به آداب و رسوم و فرهنگ وجود دارد [۴].

فاطمه ابوالقاسمی رئیس سابق فدراسیون آمادگی جسمانی کشور در سال ۸۸ در سایت خبری ایرنا بیان کرده‌اند که متأسفانه امکانات ورزشی که در اختیار بانوان قرار داده می‌شود، بسیار کم و محدود است آمارها حاکی از آن است که نسبت امکانات ورزشی زنان به مردان سه به صد است و همین امر نشان‌دهنده عدم توجه و کمبود امکانات و اعتبار ورزش بانوان است. زنان باید دارای سالن‌های ورزشی مخصوصی باشند که متأسفانه هم تعداد سالن‌های ورزشی و هم زمان اختصاص یافته به ورزش زنان کم و محدود است. بهترین زمان ورزش به مردان اختصاص دارد. مهمترین دلیل این مشکل را هم عدم آگاهی افراد از اهمیت تندرستی زنان در جامعه و خانواده اعلام نموده‌اند [۵۰].

بنابراین انتظار می‌رود با توجه به شرایط خاص دختران و ارزش‌های فرهنگی جامعه توجه بیشتری به نیازهای این قشر مبذول گردد. به منظور حفظ و ارتقاء تندرستی و کسب آمادگی جسمانی لازم برای انجام فعالیت‌های روزمره به نحو مطلوب و پیشگیری از فقر حرکتی و کاهش انزوا طلبی و ناراحتی‌های روانی و ایجاد رفتارهای مطلوب اجتماعی، توجه به ورزش بانوان و مکان‌های مناسب ورزشی و برنامه ریزی برای آنها لازم می‌باشد. این در حالی است که مائینی شدن زندگی بشری و حتی مهاجرت بی رویه مردم از روستاها به شهرها تقریباً حرکت را در بین مردم کم‌رنگ‌تر کرده است [۴].

خوشبختانه در سال‌های اخیر، سیاست ساخت و احداث اماکن ورزشی مورد توجه قرار گرفته به نحوی که هر شهر و منطقه‌ای در کشور برخوردار از مجتمع‌های ورزشی یا حداقل سالن‌ها و زمین‌های ورزشی می‌باشد و طبقات مختلف اجتماع به طور اختصاصی در ساخت امکانات ورزشی از یکدیگر سبقت بسته‌اند. امروزه مدارس، دانشگاه‌ها، بخش‌های صنعتی، خدماتی و کارگری بعضاً دارای امکانات ویژه ورزشی و تفریحی می‌باشند. حفاظت، نگهداری و بهره‌برداری مناسب از سرمایه‌های ملی، وظیفه مدیران سازمان‌های مختلف دارای مجموعه‌های ورزشی است [۸].

با توجه به کثرت جمعیت و منابع محدود مالی و اعتباری، مدیران اماکن ورزشی باید تلاش کنند تا با برنامه‌ریزی و ارائه راهبردهای اجرایی، میزان ساخت و تجهیز اماکن ورزشی را در مناطقی که منجر به بهره‌وری می‌شود افزایش داده و این امر جز با تعیین سرانه ورزشی و مشخص کردن کمبود یا وفور این اماکن به گونه‌ای که استفاده بهینه از سرمایه گذاری‌های موجود به عمل آید میسر نخواهد بود. متأسفانه کاستی‌های اطلاع رسانی و آموزشی در بخش مدیریت اماکن و تجهیزات ورزشی، بهره‌برداری مناسب از سرمایه گذاری‌های هنگفت ملی را با دشواری مواجه ساخته است [۶۴].

میترا کریمی (معاون ورزش بانوان سازمان ورزش شهرداری تهران) دلیل عدم استفاده بانوان از امکانات و مراکز ورزشی در برخی مناطق را عدم وجود فضای مناسب عنوان می‌کند. او می‌گوید: «زنان به دلیل تراکم جمعیتی، به طور قطع از مراکز ورزشی استقبال می‌کنند اما از آنجایی که زمین و فضای مناسب برای احداث این مراکز وجود ندارد امکان استفاده نیز وجود ندارد». کریمی، بر این نکته نیز تاکید کرد که مراکز ورزشی نسبت به سال‌های گذشته پیشرفت قابل توجهی داشته است، او ادامه می‌دهد: «منمو دار اصلی ما برای پرداختن به ورزش زنان، ایجاد فضای مناسب است، چرا که آقایان برای ورزش نیاز به فضای خاصی ندارند و تقریباً در تمام اماکن می‌توانند به ورزش بپردازند، اما این موضوع برای زنان متفاوت است، به دلیل محدودیت‌های موجود، باید حتماً فضای جداگانه و محصور برای ورزش زنان وجود داشته باشد.» او تاکید می‌کند که تامین فضا برای ورزش بانوان

منمودار مضاعفی است. اعتبار اختصاص داده شده به ورزش بانوان موضوع دیگری است که معاون ورزش بانوان شهرداری تهران به آن اشاره می‌کند [۶۱].

تحقیقات تندنویس (۱۳۸۰)، ایل‌کاه (۱۳۸۵)، قنبرپور (۱۳۸۷)، پورکیانی (۱۳۷۸) پایین بودن سرانه و کمبود فضاهای ورزشی را در استان‌های مختلف کشور نشان داد و تحقیق جمالی (۱۳۸۴) نشان داد سرانه ورزشی بانوان ۱۰۰ برابر کمتر از آقایان و میزان بهره‌برداری بانوان ۴ برابر بیشتر از آقایان است. بر طبق تحقیق مهدیزاده (۱۳۸۷) سرانه ورزشی بانوان کمتر از آقایان است در حالی که میزان بهره‌برداری بانوان از آقایان بیشتر است. تحقیقی که استراند<sup>۱</sup> (۱۹۹۰) بر روی ۱۰ دانشگاه بزرگ آمریکا انجام داد نشان داد پسران بیشتر از دختران از فضاهای ورزشی بهره‌برداری می‌نمودند و بر طبق تحقیق دسلر و گروت<sup>۲</sup> (۱۹۹۹) در ۱۹ شهر بزرگ و کوچک اروپا، آمار بهره‌برداری بانوان بیشتر از آقایان بود.

باتوجه به این که میزان بهره‌برداری بانوان از اماکن ورزشی استان گیلان تاکنون مورد بررسی قرار نگرفته است، برای محقق این سوال مطرح است که بانوان استان گیلان به چه میزان از اماکن ورزشی استان بهره‌برداری می‌نمایند؟ آیا این میزان بهره‌برداری با گروه‌های سنی، شغلی و سطح تحصیلات افراد مراجعه‌کننده مرتبط است؟ آیا نرخ شهریه بر میزان مراجعه افراد تاثیرگذار است؟ میزان این مراجعه در چه ساعت‌هایی از روز بیشتر است؟ آیا میزان بهره‌برداری در شهرستان‌های مختلف یکسان است؟ کدام شهرستان بالاترین و کدام پایین‌ترین میزان سرانه ورزشی را به خود اختصاص داده است؟ لذا محقق امیدوار است تا با بررسی میزان بهره‌برداری از اماکن و تاسیسات ورزشی تحت پوشش اداره کل تربیت بدنی استان گیلان در بخش بانوان، ضمن تعیین وضعیت موجود آنها، راهکارها و پیشنهادات کاربردی لازم را جهت استفاده بهینه از آنها ارائه نماید. شاید یافته‌ها و نتایج حاصل از این تحقیق جنبه‌های پنهان موضوع را برای مسئولین و متولیان ورزش استان بیش از پیش آشکار سازد و بر لزوم طرح ریزی کارآمد در استفاده و بهره‌برداری بهینه بانوان از اماکن ورزشی تاکید ورزد.

<sup>۱</sup> Strand

<sup>۲</sup> Desler & Groot

### ۳-۱- ضرورت و اهمیت تحقیق

پیشرفت‌های تکنولوژی جهان و گسترش تسهیلات و امکانات رفاهی امروزی، سبب ماشینی شدن هرچه بیشتر زندگی شده و کاهش روزافزون کارهای یدی و فعالیت‌های جسمانی را به دنبال داشته است. این روند روبه‌رشد، زمینه‌ای را برای بروز بسیاری از مشکلات و ناراحتی‌های جسمانی و روانی فراهم ساخته است. بهره‌برداری از امکانات رفاهی در تمامی مقاطع زندگی به جای روی آوردن به حرکت بدنی و فعالیت‌های ورزشی و بهره‌برداری از امکانات، فضاها، سالن‌ها و مجموعه‌های ورزشی، آثار و عوارض سوءکم تحرکی را سبب شده است و در نتیجه حرکت و فعالیت‌های جسمانی را که یکی از نیازهای اساسی بدن انسان جهت انجام فعل و انفعالات زندگی می‌باشد، کاهش داده است. این فقر حرکتی به ویژه در قشر زنان جامعه به دلیل شرایط خاص فرهنگی و محدودیت‌های اجتماعی آنان و کمبود اماکن و فضاهای مناسب و مخصوص فعالیت‌های ورزشی و تفریحی بانوان، جلوه و نمود بیشتری دارد. آمار رسمی وزارت بهداشت و درمان نشان دهنده این است که ۴۱/۲۵ درصد علل مرگ و میر در ایران مربوط به بیماری‌های قلبی و عروقی و مغزی ناشی از کم تحرکی و عدم پرداختن به فعالیت‌های بدنی است [۱۴]. سیدحسین وشتانی فوق تخصص بیماری‌های قلب و عروق در گفتگو با کارشناس تفسیر صد اوسیمای مرکز گیلان باتاکید بر اینکه بیماری‌های قلبی به دودسته مادرزادی و اکتسابی تقسیم می‌شوند گفت: رژیم غذایی نامناسب و کم تحرکی انسان‌ها در زندگی جدید، عامل اصلی بیماری‌های قلبی اکتسابی است. دکتر وشتانی در ادامه باتاکید بر اینکه چاقی مفرط از دیگر عوامل افزایش ابتلاء به بیماری‌های قلبی است گفت: استفاده از غذاهای آماده و کم تحرکی ناشی از زندگی مدرن، جزء چاقی نتیجه‌ای ندارد و چاقی به معنای انباشت چربی‌های زائد در بافت‌های بدن از جمله اطراف عضله‌ی قلب است [۵۹]. آمارهای کشور ایران نشان می‌دهد، در یک سال از هر ۸۰۰ مورد مرگ روزانه، حدود ۳۶۰ مورد آن‌ها بر اثر بیماری‌های قلبی، عروقی است. از این میزان ۱۹۸ نفر بر اثر سکته قلبی فوت کرده و حدود ۸۲ نفر هم بر اثر سکته مغزی جان خود را از دست می‌دهند. این در حالی است که به گفته کارشناسان در ایران روزانه ۳ هزار سال عمر مفید مردم بر اثر بیماری‌های قلبی و عروقی از بین می‌رود. در حال حاضر ۳/۳۹ درصد مرگ‌های کشور ایران ناشی از بیماری‌های قلبی-عروقی است که از این مقدار ۵/۱۹ درصد ناشی از سکته قلبی، ۳/۹ درصد به علت سکته مغزی، ۱/۳ درصد به علت فشارخون بالا و بقیه به علت سایر بیماری‌های قلبی عروقی است. سالانه ۳۵ تا ۵۰ هزار مورد عمل جراحی قلب در ایران انجام می‌شود، در حالی که در کشور چین با یک میلیارد و ۳۰۰ میلیون نفر جمعیت هم همین تعداد عمل جراحی قلب انجام می‌شود. گرچه این تعداد جراحی قلب نشان‌دهنده رشد علمی و افزایش تعداد جراحان قلب و اتاق عمل است، اما نشان‌دهنده افزایش فزاینده تعداد بیماران