

دانشگاه پیام نور
دانشکده ادبیات و علوم انسانی
گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی

عنوان:

**بررسی و اولویت بندی عوامل بازدارنده فعالیت‌های ورزشی در اوقات فراغت طلاب
حوزه علمیه قم**

نگارش:

روح اله ذاکری

استاد راهنما:

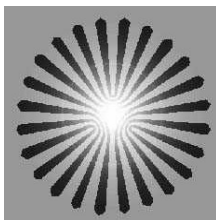
جناب آقای دکتر حسن اسدی

استاد مشاور:

جناب آقای دکتر ابوالفضل فراهانی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی
گرایش مدیریت و برنامه ریزی

آبان ۱۳۸۸



دانشگاه پیام نور
دانشکده ادبیات و علوم انسانی
گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی

عنوان:

**بررسی و اولویت بندی عوامل بازدارنده فعالیت‌های ورزشی در اوقات فراغت طلاب
حوزه علمیه قم**

نگارش:

روح اله ذاکری

استاد راهنما:

جناب آقای دکتر حسن اسدی

استاد مشاور:

جناب آقای دکتر ابوالفضل فراهانی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی
گرایش مدیریت و برنامه ریزی

آبان ۱۳۸۸



تاریخ
شماره
پوست



جمهوری اسلامی ایران
دانشگاه تهران



گروه آموزشی تربیت بدنی
انستیتو علم ورزش و تفریح

((تصویب نامه))

پهان نامه تحت عنوان :

"بررسی و الویت بندی عوامل بازدارنده فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب حوزه علمیه قم"

ساعت : ۱۵-۱۶/۳

تاریخ دفاع : ۸۸/۰۸/۲۸

نوعه ورزشی: عالی

نمره : ۱۹٫۵ (نوزده و نیم)

امضاء

مرشد علمی

نام و نام خانوادگی هیات داوران

دانشیار

۱-استاد راهنما: آقای دکتر حسن اسدی

۲-استاد مشاور: آقای دکتر ابوالفضل ابراهیمی (استاد)

۳- استنادآور: آقای دکتر محمد علی فر

۴- نماینده تحصیلات تکمیلی:
دانشیار

تهران خیابان انقلاب
خیابان استاد نجات اللهی
کلیه ساختمان تربیت
بدنی
پلاک ۳۳
تلفن : ۸۸۸۰۱۰۹۰
دورنگار : ۸۸۹۰۳۱۵۸
پست الکترونیکی :
info@Tehran.dns.ac.ir
تلفن الکترونیکی :
http://www.Tehran.dns.ac.ir

تقدیم به:

امام (ره) و شهداء

و

– پدرم که در تمام مراحل تحصیل مشوقم بود.
– مادرم که دعای خیرش همواره بدرقه راهم بود.

و

**به همسر مهربانم که با صبر و بردباری مشکلات دوران تحصیلاتم را
تحمل نمود و با گذشت و فداکاری در تمام مراحل زندگی یاور و
پشتیبانم بود.**

و

تقدیم به جامعه ورزشکار کشور

تشکر و قدردانی:

با حمد و سپاس از خدای متعال بخاطر توفیق در انجام این پژوهش

برخود لازم می دانم از همه بزرگوارانی که به طریقی در اجرای این پژوهش اینجانب را یاری کرده اند تشکر و قدردانی نمایم.

از زحمات اساتید بزرگوار جناب آقای دکتر حسن اسدی و جناب آقای دکتر ابوالفضل فراهانی که در طول مراحل تحصیل و تدوین پایان نامه از راهنمایی های ارزنده ایشان برخوردار بوده ام ، کمال تشکر را دارم. از تربیت بدنی حوزه علمیه قم که همکاری لازم را با بنده در اجرای این پژوهش داشته اند نیز تشکر و قدردانی می نمایم .

چکیده:

به کارگیری روشها و راهکارهای مفید برای جذب بیشتر طلاب به ورزش و ارتقای سطح سلامت و تندرستی آنها مستلزم تعیین علل و عواملی است که طلاب را از مشارکت در فعالیتهای ورزشی باز می دارد و یا اینکه مشارکت آنها را با محدودیت مواجه می سازد. هدف کلی از تحقیق حاضر بررسی و اولویت بندی عوامل بازدارنده فعالیتهای ورزشی در اوقات فراغت طلاب حوزه علمیه قم می باشد. به همین منظور تعداد ۳۸۱ طلبه از میان جامعه آماری ۶۰۰۰۰ هزار نفری طلاب بر اساس جدول مورگان انتخاب شدند که بعد از بازنگری پرسشنامه ها نمونه به تعداد ۳۳۶ نفر تقلیل یافت.

روش تحقیق حاضر توصیفی و از نوع همبستگی می باشد که به شکل میدانی به اجرا درآمده است. عوامل بازدارنده بررسی شده در این تحقیق توسط پرسشنامه احسانی و همکاران (۱۹۹۶) و با عنایت به تغییرات موجود و تعیین اعتبار ۰/۸۰ که در سطح آلفای ۰/۰۱ معنادار بود ، ۹ پارامتر وقت ، جایگاه اقتصادی، علاقه ، وسیله نقلیه ، امکانات ، روابط اجتماعی ، کیفیت مدیریت ، مهارت و آمادگی جسمانی و سلامتی را اندازه گیری می کرد.

نتایج تحقیقات حاضر با توجه به روشهای آماری توصیفی (میانگین و انحراف معیار...) و آمار استنباطی (کلموگراف اسمیرنف، ضریب همبستگی اسپیرمن، آزمون خی دو و آزمون رتبه بندی فریدمن) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. آزمون کلموگراف اسمیرنف، برای بررسی نرمال بودن توزیع داده ها در جامعه آماری، آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن در سطح معناداری ($\alpha=0/05$) برای بررسی ارتباط متغیرهای تحقیق، آزمون خی دو جهت بررسی رابطه بین وضعیت تاهل و میزان شرکت طلاب در فعالیت ورزشی و از آزمون فریدمن برای رتبه بندی هریک از عوامل بازدارنده شرکت در فعالیت ورزشی استفاده شد. رتبه بندی عوامل بازدارنده توسط آزمون فریدمن نشان داد که در میان طلاب سه عامل وسیله نقلیه ، کیفیت مدیریت و جایگاه اقتصادی به ترتیب از سطح بازدارندگی بالاتری برخوردار می باشد. در آزمون همبستگی نیز رابطه معناداری بین عوامل بازدارنده جایگاه اقتصادی ، روابط اجتماعی و سطح آمادگی جسمانی با میزان شرکت طلاب در فعالیتهای ورزشی اوقات فراغت بدست آمد. در آزمون همبستگی بین عوامل بازدارنده وقت ، علاقه ، وسیله نقلیه ، توزیع امکانات ، کیفیت مدیریت و سطح مهارت با میزان شرکت طلاب در فعالیتهای ورزشی اوقات فراغت رابطه ای بدست نیامد. در آزمون همبستگی بین عوامل جمعیت شناختی سن ، مقطع تحصیلی و وضعیت تاهل با میزان شرکت طلاب در فعالیتهای ورزشی اوقات فراغت رابطه ای بدست نیامد.

واژه ها و اصطلاحات کلیدی:

تربیت بدنی، ورزش ، اوقات فراغت، عوامل بازدارنده، طلاب علوم دینی

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	فصل اول : مقدمه و معرفی
۲	۱-۱ مقدمه
۴	۲-۱ بیان مسئله
۶	۳-۱ سوالهای تحقیق
۶	۴-۱ ضرورت و اهمیت تحقیق
۹	۵-۱ فرضیه ها
۱۰	۶-۱ اهدافها
۱۱	۷-۱ محدودیتهای تحقیق
۱۱	۸-۱ قلمرو تحقیق
۱۱	۹-۱ تعریف واژه ها و اصطلاحات کلیدی
	فصل دوم : ادبیات و پیشینه تحقیق
۱۴	۱-۲ مقدمه
۱۴	۲-۲ تعریف واژه اوقات فراغت
۱۷	۳-۲ تفریح
۱۹	۴-۲ نظریه پیدایش اوقات فراغت
۱۹	۵-۲ دیدگاه فلسفی در مورد اوقات فراغت
۲۰	۶-۲ مبانی نظری اوقات فراغت
۲۲	۷-۲ رابطه بین اوقات فراغت و بازی
۲۴	۸-۲ رابطه بین اوقات فراغت و کار
۲۸	۹-۲ کاربردهای اوقات فراغت
۲۸	۱۰-۲ عوامل تاثیرگذار بر نحوه گذران اوقات فراغت
۳۵	۱۱-۲ انواع فعالیتهای فراغتی
۳۵	۱۲-۲ تاریخچه اوقات فراغت از آغاز پیدایش انسان تا امروز
۳۵	۱۳-۲ اوقات فراغت در دوران باستان
۳۷	۱۴-۲ اوقات فراغت در قرون وسطی
۳۸	۱۵-۲ شروع عصر جدید
۳۸	۱۶-۲ رنسانس ، رویکرد به جهان مادی
۳۸	۱۷-۲ صنعتی شدن جوامع و پیشرفت های علمی صنعتی
۴۰	۱۸-۲ تاریخچه اوقات فراغت در ایران

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۴۲	۱۹-۲ اهمیت اوقات فراغت در عصر حاضر
۴۳	۲۰-۲ نظر اسلام درباره اوقات فراغت و نحوه گذران آن
۴۴	۲۱-۲ اوقات فراغت در قرآن
۴۴	۲۲-۲ طبیعت و اوقات فراغت از دیدگاه قرآن
۴۶	۲۳-۲ سیر و سفر و اوقات فراغت از دیدگاه قرآن
۴۷	۲۴-۲ اوقات فراغت در روایات
۴۸	۲۵-۲ آراء فلاسفه در مورد اوقات فراغت و ورزش
۴۸	۲۶-۲ ورزش و تربیت بدنی در قرآن
۵۰	۲۷-۲ قوی بودن از نظر قرآن
۵۱	۲۸-۲ اهمیت ورزش و تربیت بدنی در روایات
۵۲	۲۹-۲ بیانات حضرت امام خمینی در مورد تربیت بدنی و ورزش
۵۲	۳۰-۲ بیانات حضرت آیت اله خامنه ای در مورد تربیت بدنی و ورزش
۵۳	۳۱-۲ اهداف اصلی تربیت بدنی و ورزش در اوقات فراغت
۵۴	۳۲-۲ نحوه گذران اوقات فراغت مردم آلمان
۵۶	۳۳-۲ نحوه گذران اوقات فراغت مردم فرانسه
۵۷	۳۴-۲ نحوه گذران اوقات فراغت مردم اتریش
۵۷	۳۵-۲ نحوه گذران اوقات فراغت مردم ژاپن
۵۸	۳۶-۲ نحوه گذران اوقات فراغت مردم ایران
۵۹	۳۷-۲ وضع موجود ورزش طلاب
۶۰	۳۸-۲ وضع روبه رشد حوزه از دیدگاه تربیت بدنی حوزه علمیه قم
۶۲	۳۹-۲ پیشینه تحقیق
۶۶	۴۰-۲ تحقیقات انجام شده در مورد عوامل بازدارنده فعالیت‌های بدنی در اوقات فراغت در داخل و خارج کشور
۷۴	۴۱-۲ جمع بندی تحقیقات گذشته
	فصل سوم : روش شناسی تحقیق
۷۷	۱-۳ مقدمه
۷۷	۲-۳ روش تحقیق
۷۷	۳-۳ جامعه آماری تحقیق
۷۷	۴-۳ نمونه گیری تحقیق
۷۷	۵-۳ متغیرهای تحقیق
۷۷	۶-۳ ابزارهای اندازه گیری تحقیق

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۷۸	۳-۷ روایی و پایایی پرسشنامه
۷۹	۳-۸ نحوه امتیازبندی پرسشنامه
۷۹	۳-۹ روش های آماری
	فصل چهارم : یافته های آماری
۸۱	۴-۱ مقدمه
۸۱	۴-۲ توصیف یافته های تحقیق مربوط به مشخصات فردی
۸۱	۴-۲-۱ وضعیت تاهل طلاب
۸۱	۴-۲-۲ وضعیت سنی طلاب
۸۲	۴-۲-۳ مدرک تحصیلی طلاب
۸۴	۴-۲-۴ شرکت یا عدم شرکت طلاب در فعالیتهای ورزشی
۸۴	۴-۲-۵ میزان شرکت طلاب در فعالیتهای ورزشی
۸۵	۴-۳ توصیف متغیرهای اصلی پژوهش
۸۶	۴-۴ سوال اصلی تحقیق
۸۷	۴-۵ توصیف متغیرهای اصلی پژوهش در طلاب مجرد
۸۸	۴-۶ توصیف متغیرهای اصلی پژوهش در طلاب متأهل
۹۰	۴-۷ توصیف متغیرهای اصلی پژوهش در طلاب گروه سنی ۱۴ تا ۲۱ سال
۹۱	۴-۸ توصیف متغیرهای اصلی پژوهش در طلاب گروه سنی ۲۲ تا ۲۸ سال
۹۳	۴-۹ توصیف متغیرهای اصلی پژوهش در طلاب گروه سنی ۲۹ تا ۳۵ سال
۹۴	۴-۱۰ توصیف متغیرهای اصلی پژوهش در طلاب گروه سنی بالاتر از ۳۶ سال
۹۶	۴-۱۱ توصیف متغیرهای اصلی پژوهش در طلاب مقطع تحصیلی مقدمات
۹۷	۴-۱۲ توصیف متغیرهای اصلی پژوهش در طلاب مقطع تحصیلی سطح
۹۹	۴-۱۳ توصیف متغیرهای اصلی پژوهش در طلاب مقطع تحصیلی سطح عالی
۱۰۰	۴-۱۴ توصیف متغیرهای اصلی پژوهش در طلاب مقطع تحصیلی خارج
۱۰۲	۴-۱۵ رتبه بندی سوآلهای پرسشنامه
۱۰۳	۴-۱۶ آزمون فرضیات تحقیق
۱۰۴	۴-۱۶-۱ آزمون فرضیه شماره ۱
۱۰۵	۴-۱۶-۲ آزمون فرضیه شماره ۲
۱۰۵	۴-۱۶-۳ آزمون فرضیه شماره ۳
۱۰۶	۴-۱۶-۴ آزمون فرضیه شماره ۴

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱۰۷	۴-۱۶-۵ آزمون فرضیه شماره ۵
۱۰۸	۴-۱۶-۶ آزمون فرضیه شماره ۶
۱۰۸	۴-۱۶-۷ آزمون فرضیه شماره ۷
۱۰۹	۴-۱۶-۸ آزمون فرضیه شماره ۸
۱۱۰	۴-۱۶-۹ آزمون فرضیه شماره ۹
۱۱۱	۴-۱۶-۱۰ آزمون فرضیه شماره ۱۰
۱۱۱	۴-۱۶-۱۱ آزمون فرضیه شماره ۱۱
۱۱۲	۴-۱۶-۱۲ آزمون فرضیه شماره ۱۲
	فصل پنجم : بحث و نتیجه گیری
۱۱۴	۵-۱ مقدمه
۱۱۴	۵-۲ خلاصه تحقیق
۱۱۵	۵-۳ یافته های تحقیق
۱۱۷	۵-۴ نتایج آزمون فرضیه ها
۱۱۷	۵-۵ بحث و نتیجه گیری
۱۲۴	۵-۶ دیدگاههای مطرح شده از سوی طلاب در سوال باز پرسشنامه
۱۲۵	۵-۷ پیشنهادات
۱۲۵	۵-۷-۱ پیشنهادات برخاسته از تحقیق
۱۲۶	۵-۷-۲ پیشنهادات برای تحقیقات آینده
	منابع
۱۲۷	منابع داخلی
۱۳۰	منابع خارجی
۱۳۴	پیوستها

فهرست جداول

صفحه	عنوان
۶۳	جدول ۱-۲ مقایسه درصد شرکت کنندگان در ورزشهای همگانی ایران و ۵ قاره جهان
۶۴	جدول ۲-۲ مقایسه ی درصد شرکت کنندگان در برنامه های ورزش همگانی ایران و ۲۳ کشور جهان
۶۵	جدول ۳-۲ وضعیت ورزش در استان‌های مختلف کشور، در پایان سال ۱۳۸۵
۸۱	جدول ۱-۴ توزیع درصد فراوانی نمونه ی تحت بر حسب وضعیت تأهل در طلاب حوزه علمیه قم
۸۲	جدول ۲-۴ وضعیت سنی طلاب حوزه علمیه قم
۸۳	جدول ۳-۴ توزیع فراوانی نمونه تحت بررسی بر حسب مدرک تحصیلی
۸۴	جدول ۴-۴ شرکت یا عدم شرکت طلاب حوزه علمیه قم در فعالیت های ورزشی
۸۴	جدول ۵-۴ میزان شرکت طلاب حوزه علمیه قم در فعالیت های ورزشی
۸۵	جدول ۴-۶ میانگین هر یک از عوامل بازدارنده شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی
۸۶	جدول ۴-۷ مقایسه میانگین عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۸۶	جدول ۴-۸ رتبه بندی عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۸۷	جدول ۴-۹ میانگین هر یک از عوامل بازدارنده ی شرکت طلاب مجرد در فعالیت های ورزشی
۸۷	جدول ۴-۱۰ مقایسه میانگین عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب مجرد حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۸۸	جدول ۴-۱۱ رتبه بندی عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب مجرد حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۸۸	جدول ۴-۱۲ میانگین هر یک از عوامل بازدارنده ی شرکت طلاب متأهل در فعالیت های ورزشی
۸۹	جدول ۴-۱۳ مقایسه میانگین عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب متأهل حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۸۹	جدول ۴-۱۴ رتبه بندی عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب متأهل حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۹۰	جدول ۴-۱۵ میانگین هر یک از عوامل بازدارنده ی شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی در گروه سنی ۱۴ تا ۲۱ سال
۹۰	جدول ۴-۱۶ مقایسه میانگین عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب گروه سنی ۱۴ تا ۲۱ سال حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۹۱	جدول ۴-۱۷ رتبه بندی عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب گروه سنی ۱۴ تا ۲۱ سال حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۹۱	جدول ۴-۱۸ میانگین هر یک از عوامل بازدارنده ی شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی در گروه سنی ۲۲ تا ۲۸ سال
۹۲	جدول ۴-۱۹ مقایسه میانگین عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب گروه سنی ۲۲ تا ۲۸ سال حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۹۲	جدول ۴-۲۰ رتبه بندی عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب گروه سنی ۲۲ تا ۲۸ سال حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۹۳	جدول ۴-۲۱ میانگین هر یک از عوامل بازدارنده ی شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی در گروه سنی ۲۹ تا ۳۵ سال

فهرست جداول

صفحه	عنوان
۹۳	جدول ۴-۲۲ مقایسه میانگین عوامل بازدارنده فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب گروه سنی ۲۹ تا ۳۵ سال حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۹۴	جدول ۴-۲۳ رتبه بندی عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب گروه سنی ۲۹ تا ۳۵ سال حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۹۴	جدول ۴-۲۴ میانگین هر یک از عوامل بازدارنده ی شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی در گروه سنی بالاتر از ۳۶ سال
۹۵	جدول ۴-۲۵ مقایسه میانگین عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب گروه سنی بالاتر از ۳۶ سال حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۹۵	جدول ۴-۲۶ رتبه بندی عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب گروه سنی بالاتر از ۳۶ سال حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۹۶	جدول ۴-۲۷ میانگین هر یک از عوامل بازدارنده ی شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی در مقطع تحصیلی مقدمات
۹۶	جدول ۴-۲۸ مقایسه میانگین عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب مقطع تحصیلی مقدمات حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۹۷	جدول ۴-۲۹ رتبه بندی عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب مقطع تحصیلی مقدمات حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۹۷	جدول ۴-۳۰ میانگین هر یک از عوامل بازدارنده ی شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی در مقطع تحصیلی سطح
۹۸	جدول ۴-۳۱ مقایسه میانگین عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب مقطع تحصیلی سطح حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۹۸	جدول ۴-۳۲ رتبه بندی عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب مقطع تحصیلی سطح حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۹۹	جدول ۴-۳۳ میانگین هر یک از عوامل بازدارنده ی شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی در مقطع تحصیلی سطح عالی
۹۹	جدول ۴-۳۴ مقایسه میانگین عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب مقطع تحصیلی سطح عالی حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۱۰۰	جدول ۴-۳۵ رتبه بندی عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب مقطع تحصیلی سطح عالی حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۱۰۰	جدول ۴-۳۶ میانگین هر یک از عوامل بازدارنده ی شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی در مقطع تحصیلی خارج
۱۰۱	جدول ۴-۳۷ مقایسه میانگین عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب مقطع تحصیلی خارج حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۱۰۱	جدول ۴-۳۸ رتبه بندی عوامل بازدارنده ی فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت طلاب مقطع تحصیلی خارج حوزه علمیه قم با استفاده از آزمون فریدمن
۱۰۲	جدول ۴-۳۹ رتبه بندی سؤالیهای پرسشنامه با توجه به آزمون ناپارامتریک فریدمن
۱۰۴	جدول ۴-۴۰ بررسی نرمال بودن داده ها با استفاده از آزمون کلموگراف اسمیرنوف
۱۰۴	جدول ۴-۴۱ ارتباط بین زمان به عنوان یک عامل بازدارنده و میزان شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت

فهرست جداول

صفحه	عنوان
۱۰۵	جدول ۴-۴۲ ارتباط بین علاقه فردی به عنوان یک عامل بازدارنده و میزان شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت
۱۰۶	جدول ۴-۴۳ ارتباط بین جایگاه اقتصادی به عنوان یک عامل بازدارنده و میزان شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت
۱۰۶	جدول ۴-۴۴ ارتباط بین وسیله نقلیه به عنوان یک عامل بازدارنده و میزان شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت
۱۰۷	جدول ۴-۴۵ ارتباط بین چگونگی توزیع امکانات به عنوان یک عامل بازدارنده و میزان شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت
۱۰۸	جدول ۴-۴۶ ارتباط بین روابط اجتماعی به عنوان یک عامل بازدارنده و میزان شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت
۱۰۹	جدول ۴-۴۷ ارتباط بین کیفیت مدیریت به عنوان یک عامل بازدارنده و میزان شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت
۱۰۹	جدول ۴-۴۸ ارتباط بین سطح مهارت به عنوان یک عامل بازدارنده و میزان شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت
۱۱۰	جدول ۴-۴۹ ارتباط بین سطح آمادگی جسمانی به عنوان یک عامل بازدارنده و میزان شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت
۱۱۱	جدول ۴-۵۰ ارتباط بین سن و میزان شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت
۱۱۱	جدول ۴-۵۱ ارتباط بین مقطع تحصیلی و میزان شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت
۱۱۲	جدول ۴-۵۲ نتایج حاصل از بررسی ارتباط بین وضعیت تاهل و میزان شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت با استفاده از آزمون خی دو

فهرست نمودارها

صفحه	عنوان
۸۲	نمودار ۱-۴ وضعیت سنی طلاب حوزه علمیه قم
۸۳	نمودار ۲-۴ توزیع فراوانی نمونه ی تحت بررسی بر حسب مدرک تحصیلی
۸۵	نمودار ۳-۴ میانگین هریک از عوامل بازدارنده شرکت طلاب در فعالیت های ورزشی

فصل اول:

مقدمه و معرفی

۱-۱. مقدمه:

در عصر حاضر، ورزش به عنوان یک ابزار چند بعدی با تأثیرات گسترده جایگاه و نقش ارزشمند خود را در اقتصاد، سلامتی افراد، گذران اوقات فراغت سالم و با نشاط و لذت بخش، در آموزش و پرورش مردم به ویژه نسل نوجوان و جوان، در ایجاد روابط اجتماعی بین مردم، در پیش گیری از ابتلا به بیماری ها، پیش گیری از بسیاری از مفاسد اجتماعی و انحرافات اخلاقی روبه گسترش در جامعه و کاربردهای عدیده ی دیگری، متجلی ساخته است (۳۷).

ورزش یکی از روشهایی است که افراد می توانند با استفاده از آن بر فشارهای جسمی، روحی، روانی و اجتماعی فایق آیند. تحقیقات نشان داده اند: اشخاصی که به طور منظم به ورزش می پردازند، کمتر از سایرین دچار ناراحتی های قلبی و عروقی شده، فشارهای عصبی کمتری را تحمل می کنند و از اعتماد به نفس بیشتری برخوردارند، آن ها نسبت به زندگی خوشبین ترند و کمتر به افسردگی دچار می شوند.

تحقیقات انجام شده درمورد اثر فعالیت های ورزشی بر سلامت جسمی و روانی، طول عمر، شادابی، گسترش روابط اجتماعی، غنی سازی اوقات فراغت باعث شده تا مشارکت مردم در ورزش ها و به ویژه شرکت آن ها در انواع ورزش های همگانی در جهان افزایش یابد و به همین دلیل است که امروز اغلب کشورهای پیشرفته جهان در برنامه ریزی ها و سازماندهی ورزش همگانی کشور خود با دیگر کشورها رقابت می کنند و مرتباً در حال ارایه برنامه های تازه برای رشد این ورزش هستند.

اوقات فراغت، نحوه ی گذران آن و ورزشهای تفریحی به عنوان یکی از مناسب ترین و سودمندترین روشها درپیکردن امور روزانه است که از چند دهه ی قبل درکشورهای مختلف مورد توجه بسیار قرار گرفته است.

امروزه بر اثر گسترش تمدن و صنعتی شدن جوامع شاهد رشد اقتصادی و شکوفائی تکنولوژی و ماشینی شدن زندگی بشر هستیم. به هر حال به موازات این رشد و ترقی نقش ماشین های طراح و برنامه نویس و سیستم های خودکار و رایانه ای بیشتر شده که پیامد آن کاهش استفاده از نیروی انسانی و زمان کار و افزایش اوقات فراغت انسان ها بوده است. ورزش و فعالیت های جسمانی می تواند بخش زیادی از اوقات فراغت و بیکاری را به نحو مطلوب و شایسته پر کند. ورزش به عنوان یکی از فعالیتهای فراغتی از نوع فعال، نقش تعیین کننده ای در حفظ سلامت جسمی و روحی

انسان دارد. داشتن یک زندگی سالم مستلزم تحرک و شرکت در فعالیتهای ورزشی است، اطلاع افراد از تاثیرات مطلوب فعالیتهای ورزشی بر دستگاههای مختلف بدن موجب گردیده تا گرایش به فعالیتهای ورزشی در اوقات فراغت روز به روز افزایش یابد.

بررسی های انجام شده حاکی از آن است که اوقات فراغت همواره بستر مناسبی برای خلاقیت ها و نوآوری ها بوده است. از آن جا که ذهن انسان در اوقات فراغت به فعالیت موظفی مشغول نیست، انسان می تواند فارغ از قالب های از پیش طراحی شده در زمینه ی مسائل مورد علاقه فعالیت داشته باشد.

امروزه اوقات فراغت یکی از جنبه های بسیار مهم حیات بشر است که قسمت عمده ای از زمان زندگی را به خود اختصاص می دهد. از این رو توجه به جنبه های مثبت و منفی آن ضروری است.

بخش عظیمی از جمعیت کشورمان از جمله طلاب علوم دینی از ورزش دور بوده و علیرغم داشتن شرایط و موقعیت پرداختن به فعالیت های ورزشی متأسفانه به علل مختلف رغبتی برای ورزش کردن از خود نشان نمی دهند. مطالعه ی عوامل بازدارنده ورزشی می تواند به برنامه ریزان و متولیان اوقات فراغت در حوزه علمیه کمک کند تا درک بهتری از شرایط موجود داشته باشند. از آن جایی که پرداختن به فعالیت های ورزشی مناسب در اوقات فراغت یکی از ضروری ترین نیاز های روانی و جسمانی طلاب می باشد، برعهده ی مسئولین ذیربط است که با برنامه ریزی صحیح و ایجاد امکانات لازم و شناخت عوامل بازدارنده شرایط مطلوبی فراهم کنند، تا طلاب نیز مانند سایر بخش های جامعه در هنگام اوقات فراغت جذب فعالیت های ورزشی گردند.

۱-۲. بیان مسئله :

اهمیت و نقش سازنده ی تربیت بدنی در سالم سازی و بهسازی جامعه غیر قابل انکار است. در دنیای امروز ورزش بعنوان یکی از ارزشمندترین ابزار و وسایلی که حیاتی ترین نیازهای جامعه بشری را تامین می کند مطرح است. هر موجود زنده ای برای ادامه ی حیات خود با توجه به شرایط محیط و وضع جسمانی خود تلاش می کند. در بین موجودات زنده انسان به شکلی متفاوت و با نیازهای مختلف به کار و تلاش می پردازد، و همه اوقات روز را کار نمی کند و بخشی از ساعات روزانه خود را به گونه ای می گذراند که نام((اوقات فراغت)) را به خود گرفته است.

استفاده از ورزش برای گذران اوقات فراغت در تامین سلامت جسمانی و روانشناختی افراد موثر است و بسیاری از آثارنا مطلوب محیط اجتماعی - اقتصادی و وضع خانوادگی می تواند از طریق ورزش کاهش یابد. دین مبین اسلام برای تامین و تضمین سعادت مادی و معنوی دنیا و آخرت دستورات بسیاری در زمینه ی مسئولیت و تکلیف انسان و حقوق فرد نسبت به جسم، روح و روان خود از طریق آیات و روایات اسلامی و سیره ائمه معصومین (ع) عرضه کرده است. امام حسین (ع) در خصوص ورزش و اوقات فراغت می فرماید: در تمامی مدت عمر، برای سلامتی و حفظ تندرستی خود کوشا باشید(۷). در حدیثی از پیامبر اکرم (ص) آمده است: بیشتر مردم در دو خصلت دچار گمراهی و ضلالت هستند، یکی در مورد سلامت و صحت و دیگری در مورد فراغت^۱. در بیانات بنیانگذار انقلاب، امام خمینی(ره) توصیه های زیادی به امر ورزش شده است ایشان در سخنانی می فرمایند: عقل سالم در بدن سالم است، ورزش همانطور که بدن را تربیت و سالم می کند عقل را هم سالم می کند. رهبر معظم انقلاب نیز در مورد اهمیت ورزش می فرمایند، امر به ورزش امر به معروف است و می فرمایند من برای عموم مردم از زن و مرد ورزش متناسب با خودشان را لازم می دانم(۶).

از دیدگاه جامعه شناسی نیز گذران اوقات فراغت با ورزش، از به انحراف رفتن توانایی های افراد جلوگیری می کند و در مقابل قابلیت تولید و بهره وری آنها را در قالب های مختلف اجتماعی و اقتصادی را هر چه بیشتر تقویت می نماید. پژوهش ها نشان می دهد برنامه ریزی جهت گذران بهینه اوقات فراغت به ویژه در شهرهای بزرگ دردنیای امروز از جایگاه برجسته ای برخوردار است. امروزه کشورها همانطور که برای اشتغال و اقتصاد سرمایه گذاری می کنند برای گذران اوقات فراغت

^۱ - معانی الاخبار صفحه ی ۳۲۵

نیز سرمایه گذاری می کنند. و برای بسیاری از مردم هفته های کاری کوتاهتر شده ، مدت تعطیلات افزایش یافته و دوره های بازنشستگی طولانی تر شده است. در نتیجه اوقات فراغت و شرکت در فعالیتهای تفریحی برای بسیاری از افراد روبه افزایش است (۵۱).

بررسی های جامعه شناسان نشان می دهد که از ۸۷۵۰ ساعت عمر انسان در یک سال ۶۸۳۰ ساعت آن (۷۸٪) صرف کار و تامین نیازهای بیولوژیک و ضروری از جمله غذا و ایاب و ذهاب ، خواب و غیره می شود و ۱۹۲۰ ساعت یعنی چیزی حدود ۸۰ شبانه روز (۲٪) در سال باقی می ماند که شامل ایام فراغت آحاد مردم می شود (۱). لذا نظر به ضرورت روزافزون انجام فعالیتهای ورزشی توسط اقشار مختلف جامعه به ویژه روحانیون که دارای جایگاهی خاص در جامعه می باشند ، و همچنین با شناخت موانعی که بر سر راه شرکت طلاب علوم دینی در فعالیت های ورزشی اوقات فراغت وجود دارد ، محقق بر آن است تا به بررسی عوامل بازدارنده فعالیتهای ورزشی در اوقات فراغت طلاب علوم دینی حوزه علمیه قم اقدام کند. و با راهکارهایی که در مرتفع نمودن این موانع ارائه می کند باعث جذب بیشتر آنها نسبت به ورزش گردد.

در زمینه ی بررسی و شناخت عوامل بازدارنده از پرداختن به فعالیت های ورزشی و تفریحی تحقیقات زیادی صورت گرفته است که لیست نسبتاً جامعی از آن ها در فصل دوم ارائه خواهد گردید. قدمت این تحقیقات در خارج از کشور به سال ۱۹۷۵ برگشته و در ایران نیز از سال ۱۳۶۵ موضوع مورد توجه قرار گرفته است. عوامل زیادی وجود دارد که باعث می شود افراد از رسیدن به هدف خود باز داشته شوند. اما در این تحقیق منظور ما از عوامل بازدارنده ، عواملی هستند که طلاب علوم دینی را از انجام فعالیت های ورزشی بازمی دارد. از دیدگاه کلیه محققین داخلی و خارجی ۹ عامل عمده شناسایی شده که عبارتند از: وقت ، علاقه ، پول ، وسیله نقلیه ، امکانات ، روابط اجتماعی ، کیفیت مدیریت ، مهارت و توانایی ، سلامتی و آمادگی جسمانی است. که ما در تحقیق حاضر سعی خواهیم کرد که نقطه نظرات محققین داخلی و خارجی را بیشتر در حول موارد فوق الذکر به صورت جداگانه مورد بررسی و ارزیابی قرار دهیم.

بنابراین این پژوهش در پی آن است تا به این سوال اساسی ، (که عوامل بازدارنده فعالیت ورزشی در اوقات فراغت طلاب حوزه علمیه قم چیست) ، برسد. و همچنین نقش متغیرهایی چون پول ، علاقه ، وقت ، روابط اجتماعی ، وسایل نقلیه ، امکانات ، کیفیت مدیریت ، مهارت و توانایی ، آمادگی جسمانی و سلامتی را با شرکت در فعالیتهای ورزشی مورد بررسی قرار داده و اهمیت هر یک از آن ها مشخص کرده و اولویت بندی نماید.