



دانشگاه شهید چمران اهواز

دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

گروه مدیریت و برنامه ریزی ورزشی

پایان نامه مقطع کارشناسی ارشد

عنوان:

چگونگی گذران اوقات فراغت روستاییان استان کهگیلویه و بویراحمد با تاکید بر نقش تربیت بدنی و ورزش

استاد راهنما:

دکتر عبدالرحمان مهدی پور

استاد مشاور:

دکتر روح...رنجبر

پژوهشگر:

ستار متینی فرد

شهریورماه ۱۳۹۲

تقدیم به

پدر و مادر مهربانم

فواهران و برادران عزیزم

و نامزدگلم

تقدیر و تشکر

ستایش و سپاس بیکران آفریدگار مهر را که درهای بینش و دانش فویش را به دل‌هایمان گشود.

از استاد راهنمای ممتزم و بزرگوارم جناب آقای دکتر مهدی پور که در تمامی مراحل این پژوهش با صبر و هوصله از راهنمایی سودمند و ارزشمند خود، مرا بهره‌مند ساختند، تشکر و قدردانی میکنم.

از استاد مشاور ممتزم و بزرگوارم جناب آقای دکتر رنجبر که در طول انجام تحقیق با رهنمودهای ارزشمندشان مرا یاری نمودند، تشکر و قدردانی میکنم.

همچنین از تمامی اساتید مجرب و ممتزمی که در طول دوره تحصیلی خود، از محضرشان کسب فیض نمودم، تشکر و قدردانی میکنم.

از خانواده عزیزم که همواره در تمام مراحل زندگی و تحصیلم محبت و حمایتشان راهنمای راهم بوده، فالصانه و عاشقانه سپاسگذارم.

در نهایت تشکر و قدردانی می‌کنم از کلیه دوستان عزیزم و نیز تمامی همکلاسی‌های بسیار عزیزم که در طول دوران تحصیلم، آشنایی با آنها یکی از بزرگترین موهبت‌های فراوند به من بود.

عنوان : چگونگی گذران اوقات فراغت روستاییان استان کهگیلویه و بویراحمد با تاکید بر نقش تربیت بدنی و

ورزش

استاد راهنما: دکتر عبدالرحمان مهدیپور		استاد مشاور: دکتر روح ا...رنجبر
درجه تحصیلی : کارشناسی ارشد	رشته : تربیت بدنی و علوم ورزشی	گرایش : مدیریت ورزشی
محل تحصیل : دانشگاه شهید چمران اهواز		
دانشکده : تربیت بدنی و علوم ورزشی		
تاریخ فارغ التحصیلی : مهر ماه ۱۳۹۲	تعداد صفحه :	
کلید واژه ها: اوقات فراغت ، ورزش ، تربیت بدنی		

چکیده

هدف از انجام این پژوهش، چگونگی گذران اوقات فراغت روستاییان استان کهگیلویه و بویراحمد با تاکید بر نقش تربیت بدنی و ورزش میباشد. روش تحقیق حاضر از نوع توصیفی و از لحاظ هدف کاربردی و نحوه ی جمع آوری داده ها به شکل میدانی میباشد. جامعه آماری این تحقیق شامل تمامی روستاییان رده سنی ۱۵ تا ۲۵ ساله ی استان کهگیلویه و بویر احمد می باشد که حدود ۶۰۰۰۰ نفر می باشند (N=60000). نمونه آماری در این تحقیق با توجه به وسیع بودن حجم جامعه با استفاده از جدول حجم نمونه مورگان برآورد شده است که شامل ۳۸۰ نفر از میان دختران و پسران رده سنی ۱۵ تا ۲۵ ساله ی روستایی استان کهگیلویه و بویر احمد می باشد (n=380). ابزاری که محقق برای جمع آوری داده ها در این تحقیق بکار می برد علاوه بر مطالعه کتابخانه ای و مرور پیشینه ها پرسشنامه محقق ساخته ایست که روایی صوری آن توسط چند تن از اساتید صاحب نظر تربیت بدنی مورد تایید قرار گرفت و روایی سازه آن برابر با (kmo=%89) و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۹ محاسبه شد. پرسشنامه مشتمل بر ۳۰ سؤال در زمینه بررسی چگونگی گذران اوقات فراغت، امکانات و موانع و مشکلات گذران اوقات فراغت می باشد. یافته های پژوهش نشان داد که اکثریت آزمودنی ها ۳ - ۴ ساعت اوقات فراغت دارند. ۵۵٪ آزمودنی ها در شب اوقات فراغت دارند. رفتن به طبیعت، تماشای تلویزیون و دیدار با اقوام و دوستان مهمترین اولویتهای گذران اوقات فراغت می باشد. فعالیت ورزشی با ۵۲٪ بیشترین فعالیت فراغتی انجام شده و علاقه به ورزش با ۵۲٪ مهمترین دلیل پرداختن به ورزش بوده است. و نا مناسب بودن

امکانات ورزشی مهمترین مانع استفاده نکردن از آنهاست .

فهرست

مطالب



صفحه	عنوان
۲	مقدمه.....
۵	بیان مسئله.....
۷	اهمیت و ضرورت تحقیق.....
۱۰	اهداف تحقیق.....
۱۰	هدف کلی.....
۱۰	اهداف جزئی.....
۱۰	فرضیات تحقیق.....
۱۱	محدودیت های پژوهش.....
۱۱	محدودیت های غیر قابل کنترل.....
۱۱	محدودیت های غیر قابل کنترل.....
۱۱	پیش فرضهای تحقیق.....
۱۲	تعریف مفهومی متغیرها.....
۱۳	تعریف عملیاتی متغیرها.....



مقدمه.....	۱۵
تاریخچه اوقات فراغت و تفریح.....	۱۶
نگاهی به تاریخچه فراغت در جهان.....	۱۷
اوقات فراغت در چین.....	۱۷
اوقات فراغت در ژاپن.....	۱۷
اوقات فراغت در هند.....	۱۸
اوقات فراغت در ایران.....	۱۹
اوقات فراغت و تفریح در اسلام.....	۲۰
دیدگاه اسلام در خصوص فراغت و تفریح.....	۲۰
ویژگی های فراغت.....	۲۳
ویژگی های اوقات فراغت در عصر حاضر.....	۲۶
انواع فراغت و فعالیتهای فراغتی.....	۲۷
تقسیم بندی فراغت بر اساس مکان.....	۲۷
تقسیم بندی فراغت بر اساس سالم بودن یا نبودن.....	۲۹
تقسیم بندی فراغت از نظر جدی بودن یا نبودن.....	۲۹
فراغت فعال.....	۳۰
فراغت غیر فعال.....	۳۱
تقسیم بندی تاریخ بشر از نظر نحوه گذران اوقات فراغت.....	۳۱



- استانداردهای جهانی و ایرانی اوقات فراغت..... ۳۲
- فراغت در عصر مدرن..... ۳۲
- کارکردهای اوقات فراغت و تفریح..... ۳۶
- کارکردهای جسمانی اوقات فراغت..... ۳۷
- کارکردهای اجتماعی اوقات فراغت..... ۳۷
- کارکردهای عاطفی اوقات فراغت..... ۳۸
- کارکردهای فردی و شخصیتی اوقات فراغت..... ۳۸
- کارکردهای اقتصادی اوقات فراغت..... ۳۹
- کارکردهای محیطی اوقات فراغت..... ۳۹
- کارکردهای اوقات فراغت از دیدگاه محققین مختلف..... ۴۰
- رویکردهای موجود در خصوص اوقات فراغت..... ۴۲
- فراغت به منزله زمان..... ۴۳
- فراغت به منزله فعالیت..... ۴۴
- فراغت به منزله حالتی از ذهن..... ۴۵
- فراغت به عنوان نماد پایگاه اجتماعی..... ۴۶
- فراغت به عنوان ابزاری اجتماعی..... ۴۷
- فراغت به منزله مفهومی غیر انتفاعی..... ۴۸
- فراغت به عنوان مفهومی کلی نگر..... ۴۸



- جامعه شناسی و اوقات فراغت ۵۰
- مکتب ها و اوقات فراغت ۵۰
- آراء و نظریات جامعه شناسان در مورد فراغت ۵۲
- دیدگاههای فلسفی در خصوص اوقات فراغت ۵۶
- فراغت از دیدگاه ایده آلیسم ۵۶
- فراغت از دیدگاه رئالیسم ۵۶
- فراغت از دیدگاه پراگماتیسم ۵۷
- آراء و نظریات فلاسفه در خصوص اوقات فراغت ۵۷
- رابطه بین اوقات فراغت و بازی ۵۹
- رابطه بین اوقات فراغت و کار ۶۰
- اوقات فراغت پیامد صنعت ۶۰
- اوقات فراغت ، کار و بیکاری ۶۱
- عوامل موثر بر نحوه گذران اوقات فراغت ۶۴
- پیشینه و ادبیات تحقیق ۶۸
- پژوهش های انجام شده در داخل کشور ۶۸
- پژوهش های انجام شده در خارج کشور ۷۶



فصل سوم: روش تحقیق

۸۲	مقدمه
۸۲	روش تحقیق
۸۲	جامعه آماری
۸۲	نمونه آماری
۸۳	ابزار گردآوری داده ها
۸۳	روایی
۸۳	پایایی
۸۳	روش جمع آوری داده ها
۸۴	تجزیه و تحلیل داده ها
۸۴	متغیرهای تحقیق



فصل چهارم: یافته های تحقیق

- ۸۶ مقدمه
- ۸۷ توصیف یافته های مربوط به ویژگی آزمودنی ها
- ۸۷ جنسیت
- ۸۸ وضعیت تاهل
- ۸۹ وضعیت شغل
- ۹۰ تحصیلات
- ۹۱ تعداد فرزند
- ۹۲ وضعیت شغل پدر
- ۹۳ تحصیلات پدر
- ۹۴ درآمد ماهیانه خانواده
- ۹۵ میزان هزینه برای فعالیتهای فراغتی
- ۹۶ میزان هزینه برای فعالیتهای ورزشی
- ۹۷ میزان اوقات فراغت در روز
- روش گذران اوقات فراغت

- ۹۹ بهترین موقع گذران اوقات فراغت
- ۱۰۰ چگونگی گذران اوقات فراغت
- ۱۰۱ سه فعالیت مهم فراغتی
- ۱۰۲ میزان رضایت از فعالیتهای فراغتی
- ۱۰۳ بهترین فعالیت برای گذران اوقات فراغت
- ۱۰۴ دارا بودن فعالیت ورزشی در روز
- ۱۰۵ مقدار زمان فراغتی که صرف فعالیت ورزشی می شود
- ۱۰۶ اولویت انجام فعالیت ورزشی
- ۱۰۷ اولویتبندی انگیزه های شرکت در فعالیتهای فراغتی
- ۱۰۸ میزان رضایت از فعالیتهای ورزشی
- ۱۰۹ مکان انجام فعالیت ورزشی
- ۱۱۰ دارا بودن امکانات ورزشی
- ۱۱۱ نوع مکان ورزشی



- ۱۱۲ استفاده از مکان ورزشی
- ۱۱۳ دلیل استفاده نکردن از امکانات ورزشی
- ۱۱۴ میزان رضایت از امکانات ورزشی
- ۱۱۵ جدول زمانبندی فعالیتهای روزانه
- ۱۱۹ موانع انجام فعالیتهای فراغتی
- ۱۲۰ یافته های استنباطی
- ۱۲۰ بررسی طبیعی بودن توزیع داده های مورد اندازه گیری
- ۱۲۱ آزمون فرضیه



مقدمه.....	۱۲۶
خلاصه تحقیق.....	۱۲۶
یافته های تحقیق.....	۱۲۸
بحث و نتیجه گیری.....	۱۳۲
نتیجه گیری کلی.....	۱۳۶
پیشنهادات تحقیق.....	۱۳۷
پیشنهاد های حاصل از تحقیق.....	۱۳۷
پیشنهاد هایی برای پژوهش آینده.....	۱۳۸
منابع و مأخذ.....	۱۳۹
منابع فارسی.....	۱۳۹
منابع لاتین.....	۱۴۵

فصل اول

مقدمه و معرفی

تحقیق

مقدمه:

یکی از عرصه‌هایی که زندگی روزمره را بازنمایی می‌کند و قدرت و مقاومت را در زندگی انسان‌ها به نمایش می‌گذارد عرصه‌ی فراغت است. فراغت عرصه‌ای است که اختیار و آزادی انسان‌ها در آن عرصه بیشتر قابل اعمال است. در نتیجه برخلاف کار که انضباط بیشتری را ایجاد می‌کند، فضای مناسبی برای مقاومت در برابر رویه‌های فرهنگی جا افتاده و برای پدید آوردن روال‌ها و کردارهای جدید است. از این روست که گفته‌اند فراغت می‌تواند فرهنگ ایجاد کند و هویت افراد را آشکار سازد (تند نویس ۱۳۷۸).

برخی از پژوهشگران بر این باورند که پدیده فراغت در سرتاسر تاریخ زندگی بشر وجود داشته و خاص زمان مشخصی نیست. اما برخی دیگر فراغت را پدیده‌ای می‌دانند که با تمدن صنعتی پیوند دارد و معتقدند که دارای دو ویژگی و شرایط خاص است که عبارتند از: ۱- تحت تأثیر مراسم اجباری و الزامات فرهنگی و اجتماعی نیست، بلکه با اراده و اختیار فرد سپری می‌شود. ۲- از سایر فعالیت‌های ضروری زندگی روزمره نظیر خوردن متفاوت است (براون^۱، ۱۹۹۶). چنانچه این دو شرط ملاک باشد، اوقات فراغت در جوامع پیش صنعتی وجود نداشته زیرا افراد در گذراندن فراغت خود نظیر تفریحات و سرگرمی نوعی تابع الزامات فرهنگی اجتماعی بوده‌اند (فکوهی، ناصر ۱۳۸۲).

فصل اول: مقدمه و معرفی

واقعیت آن است که امروزه وجود و اهمیت بخشی به اوقات فراغت هم نتیجه‌ی رشد صنعت و هم نتیجه‌ی جامعه‌ی مصرفی بوده است. فعالیت‌های اوقات فراغت امروزه از چنان اهمیتی برخوردار است که حتی از آن به مثابه آینه فرهنگ جامعه یاد می‌کنند. به این معنی که چگونگی گذران اوقات فراغت افراد یک جامعه تا حد زیادی معرف ویژگی‌های فرهنگ آن جامعه است و از این نظرگاه، کوشش برای شناسایی چگونگی گذران اوقات فراغت در یک جامعه یا یک گروه اجتماعی حائز اهمیت ویژه‌ای است (شریفیان، به ۱۳۷۵ به نقل از تناگو ۱۳۸۶).

اوقات فراغت برای افراد مختلف معانی گوناگونی دارد. پاره‌ای بر این پندارند که اوقات فراغت مدت زمانی است که پس از انجام کار یا انجام وظایف و مسولیتها باقی می‌ماند. گروهی دیگر اوقات فراغت را موقعیتی برای آرمیدن و جبران خستگی ناشی از کار و نوش دارویی برای گریز از فشار و تنش‌ها و رهایی از بار سنگین زندگی مدرن به شمار می‌آورند (لیس هی وود و همکاران^۱، ۱۹۹۸، به نقل از احسانی، ۱۳۸۰).

امروزه تفریح و گذران مناسب اوقات فراغت وسیله‌ای موثر برای پرورش قوای فکری، جسمی و اخلاقی افراد بوده و عاملی برای جلوگیری از کجروی‌های اجتماعی محسوب می‌شود (تندنویس، ۱۳۷۸).

اوقات فراغت به عنوان نمایی از سبک زندگی، مقوله‌ایست که افراد با آرامش و اختیار میتوانند علایق و تمایلات خود را به کارگیرند و فرصتی است تا ایشان ارزشها و نگرشهای پنهان خود را تعیین بخشیده، قدرت مقاومت در عرصه زندگی را به نمایش بگذارند. از آنجا که در این زمینه، افراد نگرانی جدی در خصوص طرد یا ایجاد تنش در هنگام نمایش رفتارهای خود ندارند، میتوانند زمینه را برای درک تحولات آرام و پنهان جامعه فراهم کرده، ابزار تجربی دقیق برای درک، فهم و استنباط واقعیت‌های فرهنگی در لایه‌های مختلف اجتماعی باشد. بهره‌وری از اوقات فراغت به عنوان "مجموعه‌ای از اشتغالات که فرد با

فصل اول: مقدمه و معرفی

رضایت خاطر برای استراحت یا تفریح و یا به منظور توسعه ی آگاهی ها یا فراگیری غیر انتفاعی و مشارکت اجتماعی، داوطلبانه بعد از رهایی از الزامات شغلی، خانوادگی و اجتماعی بدان میپردازد (کوهستانی، ۱۳۷۸) میتواند عاملی در ایجاد آرامش و لذت در زندگی به شمار آید و از طرفی زمینه ی رشد و بالندگی در افراد را نیز فراهم آورد (سفیری، ۱۳۸۹).

اگر فراغت از جهتی زیر سلطه هدفهای تجاری، انتفاعی یا عقیدتی باشد دیگر کاملاً فراغت محسوب نمیشود. چنین فراغتی

تنها بخشی از خصلت خود را حفظ میکند لذا آن را نیمه فراغت می نامند. اگر فرد در زمان فراغتش فاقد هرگونه برنامه مشخص باشد و این زمانه بطالت بگذرد آن را خلاء فراغت می نامند. اگر بخشی از زمان فراغت با یک برنامه همراه باشد آن را زمان فراغت فعال می نامند (دانشور، ۱۳۷۵).

اوقات فراغت و نحوه ی گذراندن آن، از مباحث تازه ایست که پس از انقلاب صنعتی و رشد صنایع و فناوری، توجه جامعه شناسان را برانگیخته و به موضوع مهمی در حوزه ی جامعه شناسی بدل شده است. مفهوم زمان فراغت در برابر درگیری ها و کار روزمره که اغلب عامل خستگی است، به کار می رود و تعریف و تبیین آن به ایجاد شاخه ی جدیدی از علوم اجتماعی با عنوان «جامعه شناسی اوقات فراغت» و «انسان شناسی اوقات فراغت» انجامیده است (فکوهی، انصاری مهابادی ۱۳۸۲).

در قرن بیستم فعالیتهای تفریحی و اوقات فراغت بیشتر رایج شد. مردم نیاز به خوشگذرانی و لذت بردن از اوقات فراغت را حس می کردند. آنها سخت کار می کردند تا بعد از پایان ساعتهای کاری بتوانند از اوقات فراغت خود استفاده و با فعالیتهای تفریحی مورد علاقه خود بپردازند. بنا براین مردم بیشتر به اجتماعی شدن، رقصهای دسته جمعی و فعالیتهای خانوادگی روی آورند و سالنهای رقص عمومی، قهوه خانه ها، سالنهای موسیقی سینما و تئاتر افتتاح شد. ورزشهایی مانند گلف، تنیس و فوتبال از حالت آماتور خارج و حرفه ای شدند (رابرتسون^۱، ۲۰۰۸، به نقل از ابراهیمی و همکاران، ۱۳۹۰).