

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشگاه آزاد اسلامی

واحد تهران مرکزی

دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد (M.A)

گرایش: مدیریت ورزشی

عنوان:

مقایسه نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه

شهرستان بوکان با تاکید بر فعالیت های ورزشی

استاد راهنما:

دکتر محمدرضا اسمعیلی

استاد مشاور:

دکتر رضا نیک بخش

پژوهشگر:

سیران محمدی

زمستان ۱۳۹۰



ISLAMIC AZAD UNIVERSITY
Central Tehran Branch

Faculty of Physical Education and Sport Science

"M.A" Thesis
On Sport Management

Subject:

A comparison of how high school boys and girls in Boukan spend their leisure time with a focus on sports activities

Advisor:

Dr. Mohammad Reza Esmaeili

Consulting Advisor:

Dr. Reza nikbakhsh

By:

Sayran Mohammadi

Winter 2012

تشکر و قدردانی

سپاس و ستایش ایزد بی‌همتا، که انسان را در تمام مراحل زندگی، مورد لطف و مهر خود قرار داده و در هر زمان، پشتیبان حقیقی ما است. دانسته‌های بشر، قطره‌ای ناچیز از علم بی‌پایان اوست و چنانچه انسان، حرکتی کوچک را به سوی کسب دانش شروع کند، بدون شک شامل برکات بی‌پایانش خواهد بود.

وجود اساتید دلسوز و فرهیخته، سختی و مشقت کسب دانش و ارتقای علمی را بر من آسان نمودند. پس تشکر و قدردانی بی‌پایانم را تقدیم اساتید خود، جناب آقای دکتر محمد رضا اسمعیلی، استاد راهنما در تمامی مراحل تحقیق، با دقت نظر خود، از ارزشهای علمی خود، مرا بهره‌مند ساختند. و همچنین از جناب آقای دکتر رضا نیک‌بخش، که با مشاوره و پیشنهادات ارزنده خود مرا همراهی نمودند، می‌نمایم.

همچنین از داور این پایان نامه، جناب آقای دکتر علی زارعی، که همواره در طول مراحل تحصیل مشوق و راهگشای من در مسیر علم و دانش بودند، نهایت تشکر را دارم.

از اساتید دلسوزی که از ابتدای مراحل تحصیل تاکنون، باعث رشد علمی من بوده‌اند، نهایت تشکر را دارم.

از همسر و دخترم، که در مراحل به پایان رساندن این پایان نامه، با سعه صدر، مرا یاری نموده‌اند، تشکر می‌نمایم.

در نهایت از تمامی کسانی که به نوعی در این تحقیق با اینجانب همکاری نموده‌اند، تشکر و قدردانی می‌نمایم.

تقدیم به

پدر مهربانم

نزدمان نیستی، ولی همیشه به یادت هستم.

مادر دلسوزم

که همواره در تمامی مراحل زندگی‌ام پشتیبان من بوده‌ای و موفقیت خود را مدیون زحمات شما می‌دانم.

همسر عزیزم

که در این راه مشوق من بوده‌ای و با عشق و محبت فراوان من را در این مسیر یاری نموده‌ای.

دختر نازنینم

صبورانه دوری‌های من را تحمل نمودی. امیدوارم در تمام مراحل زندگی‌ات موفق و شاد باشی و انسان شایسته و مفیدی برای جامعه باشی.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱	چکیده.....
۲	فصل اول.....
۳	مقدمه.....
۴	۱-۱ بیان مسئله.....
۶	۲-۱ اهمیت و ضرورت تحقیق.....
۷	۳-۱ اهداف تحقیق.....
۷	الف : هدف کلی.....
۷	ب : اهداف اختصاصی.....
۸	۴-۱ فرضیه های تحقیق.....
۸	۵-۱ پیش فرض های تحقیق.....
۸	۶-۱ محدودیت های تحقیق.....
۸	الف- محدودیت هایی که توسط محقق اعمال شده است:.....
۸	ب- محدودیت هایی که خارج از دست محقق است:.....
۹	۷-۱ واژه ها و اصطلاحات.....
۱۰	فصل دوم.....
۱۱	بخش اول: مطالعات نظری.....
۱۱	۱-۲ تعریف و مفهوم اوقات فراغت و دیدگاه های مختلف.....
۱۳	۲-۲ ریشه لغوی اوقات فراغت.....
۱۳	۳-۲ رویکردهای مختلف در تعریف فراغت.....
۱۵	۴-۲ اوقات فراغت از دیدگاه مکاتب فلسفی.....
۱۵	۵-۲ آراء چند تن از فلاسفه در خصوص اوقات فراغت.....
۱۶	۶-۲ اهمیت اوقات فراغت در اسلام و تعالیم دینی.....
۱۷	۷-۲ کارکرد های سه گانه اوقات فراغت.....
۱۸	۸-۲ اوقات فراغت و انواع آن.....
۱۸	تقسیم بندی اوقات فراغت بر حسب زمان.....
۱۸	تقسیم بندی اوقات فراغت بر حسب سن اعضای جامعه.....
۱۹	۹-۲ انواع گذران اوقات فراغت.....
۲۰	۱۰-۲ عوامل موثر بر نحوه گذران فراغت.....
۲۰	۱۰-۲-۱ تاثیرات فردی و خانوادگی بر مشارکت در امور فراغت.....
۲۱	۱۰-۲-۲ محیط اجتماعی و مشارکت در فعالیت های فراغتی.....
۲۲	۱۰-۲-۳ موقعیت و شرکت در فعالیت های فراغتی.....
۲۳	۱۱-۲ نقش خانواده در اوقات فراغت جوانان.....
۲۴	۱۲-۲ اوقات فراغت و آموزش.....
۲۴	۱۲-۲-۱ تاثیر آموزش روی رفتار اوقات فراغت.....
۲۵	۱۳-۲ رابطه بین فرهنگ و فراغت.....

۲۵ ۱۴-۲ جنسیت و فراغت
۲۶ ۱۴-۲ قدرت، جنسیت و فراغت
۲۶ ۱۵-۲ جوانان و اوقات فراغت
۲۷ ۱۶-۲ مشکلات فراغتی دختران جوان
۲۹ ۱۷-۲ نقش ورزش در پر کردن اوقات فراغت
۲۹ ۱۸-۲ اوقات فراغت و ورزش های تفریحی
۳۰ ۱۹-۲ اوقات فراغت از منظر روان شناسی
۳۰ ۱- اوقات فراغت و خلاقیت:
۳۰ ۲- اوقات فراغت و بهداشت روانی:
۳۱ ۳- اوقات فراغت و اصلاح رفتار:
۳۱ ۴- اوقات فراغت و بهره گیری از توان و استعداد دانش آموزان:
۳۱ ۲۰-۲ نقش دولت در گذران اوقات فراغت
۳۲ ۲۱-۲ زمینه های تاریخی و اجتماعی توجه به موضوع فراغت
۳۳ ۲۲-۲ اوقات فراغت در دوران باستان
۳۴ ۲۳-۲ اوقات فراغت در ایران باستان
۳۴ بخش دوم: مروری بر تحقیقات انجام شده (پیشینه تحقیق)
۳۴ مقدمه
۳۵ الف- تحقیقات انجام شده داخلی
۳۸ ب- تحقیقات انجام شده خارجی
۴۲ بخش دوم: جمع بندی مبانی نظری و تحقیقات انجام شده
۴۲ الف) جمع بندی مبانی نظری
۴۳ ب) جمع بندی از تحقیقات انجام شده داخلی و خارجی
۴۵ ج) مقایسه تحقیقات انجام شده داخلی و خارجی:
۴۷ فصل سوم
۴۸ مقدمه
۴۸ ۱-۳ روش اجرای تحقیق
۴۸ ۲-۳ نحوه جمع آوری اطلاعات
۴۸ ۳-۳ جامعه آماری
۴۸ ۴-۳ نمونه آماری
۴۹ ۵-۳ تعریف عملیاتی متغیرها
۵۰ ۶-۳ ابزار اندازه گیری
۵۰ ۷-۳ روایی و پایایی ابزار اندازه گیری
۵۰ الف : روایی پرسشنامه
۵۱ ب : پایایی پرسشنامه
۵۱ ۸-۳ روش های آماری
۵۲ فصل چهارم
۵۳ مقدمه

۵۳	بخش اول:
۵۳	۱-۴ توصیف آماری داده ها
۷۹	بخش دوم: آمار استنباطی
۷۹	۲-۴ آزمون فرضیه
۸۵	فصل پنجم
۸۶	مقدمه
۸۶	۱-۵ خلاصه پژوهش
۸۷	۲-۵ بحث و نتیجه گیری
۸۷	الف) بحث و نتیجه گیری از یافته های توصیفی
۹۰	ب) بحث و نتیجه گیری از یافته های مربوط به فرضیه های تحقیق
۹۴	نتیجه گیری کلی
۹۴	۳-۵ پیشنهادات بر خاسته از تحقیق
۹۵	۴-۵ پیشنهادات برای تحقیقات آینده
۹۶	پیوست ها
۹۷	پیوست ۱: پرسشنامه
۱۰۰	پیوست ۲: محاسبه ضریب آلفای کرونباخ
۱۰۱	منابع
۱۰۲	منابع فارسی
۱۰۵	منابع لاتین
۱۰۶	Abstract:

فهرست جداول

عنوان

صفحه

جدول ۱ طبقه بندی شیوه های گذران اوقات فراغت.....	۱۹
جدول ۲ مهمترین فعالیت پر کننده اوقات فراغت به تفکیک جنسیت.....	۶۳
جدول ۳ مهمترین فعالیت پر کننده اوقات فراغت به تفکیک مقطع تحصیلی.....	۶۴
جدول ۴ مهمترین ورزش های انجام شده در اوقات فراغت به تفکیک جنسیت.....	۶۹
جدول ۵ دلایل ورزش کردن به تفکیک جنسیت.....	۷۲
جدول ۶ بزرگترین مشکل در پرداختن به ورزش در اوقات فراغت به تفکیک جنسیت.....	۷۹
جدول ۷ نتیجه آزمون یو – مان ویتنی جهت مقایسه نحوه گذران اوقات فراغت دختران و پسران.....	۸۰
جدول ۸ نتیجه آزمون یو- مان ویتنی جهت مقایسه نحوه گذران اوقات فراغت دبیرستانی و راهنمایی.....	۸۰
جدول ۹ نتیجه آزمون کای اسکور جهت مقایسه میزان پرداختن به ورزش در اوقات فراغت دختران و پسران.....	۸۱
جدول ۱۰ نتیجه آزمون فریدمن جهت مقایسه اولویت بندی دلایل پرداختن به فعالیت های ورزشی دختران در اوقات فراغت.....	۸۱
جدول ۱۱ نتیجه آزمون فریدمن جهت مقایسه اولویت بندی دلایل پرداختن به فعالیت های ورزشی پسران در اوقات فراغت.....	۸۲
جدول ۱۲ نتیجه آزمون یو – مان ویتنی جهت مقایسه دلایل پرداختن به فعالیت های ورزشی دختران و پسران در اوقات فراغت.....	۸۲
جدول ۱۳ نتیجه آزمون فریدمن جهت مقایسه اولویت بندی دلایل عدم پرداختن به فعالیت های ورزشی دختران در اوقات فراغت.....	۸۳
جدول ۱۴ نتیجه آزمون فریدمن جهت مقایسه اولویت بندی دلایل عدم پرداختن به فعالیت های ورزشی پسران در اوقات فراغت.....	۸۳
جدول ۱۵ نتیجه آزمون یو – مان ویتنی جهت مقایسه دلایل عدم پرداختن به فعالیت های ورزشی دختران و پسران در اوقات فراغت.....	۸۴

فهرست اشکال

عنوان	صفحه
شکل ۱ توزیع درصد فراوانی سن شرکت کنندگان به تفکیک جنسیت	۵۳
شکل ۲ توزیع درصد فراوانی تحصیلات پدران شرکت کنندگان به تفکیک جنسیت	۵۴
شکل ۳ توزیع درصد فراوانی تحصیلات مادران شرکت کنندگان به تفکیک جنسیت	۵۵
شکل ۴ توزیع درصد فراوانی اشتغال پدران شرکت کنندگان به تفکیک جنسیت	۵۶
شکل ۵ توزیع درصد فراوانی اشتغال مادران شرکت کنندگان به تفکیک جنسیت	۵۷
شکل ۶ توزیع درصد فراوانی درآمد خانواده شرکت کنندگان به تفکیک جنسیت	۵۸
شکل ۷ توزیع درصد فراوانی وضعیت مالی خانواده شرکت کنندگان به تفکیک جنسیت	۵۹
شکل ۸ داشتن اوقات فراغت شرکت کنندگان به تفکیک جنسیت	۶۰
شکل ۹ میزان داشتن اوقات فراغت شرکت کنندگان در شبانه روز به تفکیک جنسیت	۶۱
شکل ۱۰ میزان کمک خانواده در گذراندن اوقات فراغت به تفکیک جنسیت	۶۲
شکل ۱۱ مهمترین محل گذران اوقات فراغت به تفکیک جنسیت	۶۵
شکل ۱۲ میزان پرداختن به ورزش در اوقات فراغت به تفکیک جنسیت	۶۶
شکل ۱۳ مکان های پرداختن به ورزش به تفکیک جنسیت	۶۷
شکل ۱۴ زمان های ورزش کردن در شبانه روز به تفکیک جنسیت	۶۸
شکل ۱۵ میزان ورزش کردن در اوقات فراغت به تفکیک جنسیت	۷۱
شکل ۱۶ میزان تماشای برنامه های ورزشی به تفکیک جنسیت	۷۳
شکل ۱۷ میزان مطالعه مجلات و روزنامه های ورزشی به تفکیک جنسیت	۷۴
شکل ۱۸ میزان استفاده از امکانات ورزشی به تفکیک جنسیت	۷۵
شکل ۱۹ تاثیر اقتصاد خانواده در انتخاب نوع فعالیت ورزشی به تفکیک جنسیت	۷۶
شکل ۲۰ میزان رضایت از نحوه گذراندن اوقات فراغت به تفکیک جنسیت	۷۷
شکل ۲۱ واقف بودن والدین به اهمیت ورزش در اوقات فراغت به تفکیک جنسیت	۷۸

چکیده

هدف اصلی تحقیق حاضر، مقایسه نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه شهرستان بوکان با تاکید بر فعالیت های ورزشی بود. جامعه آماری کلیه دانش آموزان دختر و پسر مقاطع راهنمایی و متوسطه شهرستان بوکان، به تعداد ۱۶۲۵۲ نفر بودند که تعداد ۳۷۶ دانش آموز به عنوان نمونه آماری از بین آن ها جهت شرکت در آزمون انتخاب شدند. جهت گرد آوری داده ها در تحقیق حاضر، از پرسشنامه محقق ساخته اوقات فراغت استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۲۴ سوال و شامل دو بخش است که بخش اول شامل سوالات مربوط به اطلاعات فردی (بسته- پاسخ) و بخش دوم در برگیرنده سوالات مربوط به تحقیق است که از نوع (بسته- پاسخ) هستند. پایایی پرسشنامه با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۲ مورد تایید قرار گرفت. روش تحقیق حاضر از نوع توصیفی، مقایسه ای و حال نگر بوده که در آن اطلاعات با استفاده از دو روش کتابخانه ای و میدانی جمع آوری شده است. فرضیه های تحقیق با استفاده از آزمون فریدمن، آزمون یو - مان ویتنی و آزمون کای اسکور مورد آزمایش قرار گرفتند. نتایج نشان داد بین اولویت فعالیت های مورد علاقه دختران در اوقات فراغت تفاوت معنی دار وجود داشت ($P < 0.001, sig = 0.008, dr=8$)، بین اولویت فعالیت های مورد علاقه پسران در اوقات فراغت تفاوت معنی دار وجود داشت ($P < 0.001, sig = 0.000, dr=8$)، بین دختران و پسران از نظر گذراندن اوقات فراغت تفاوت معنی داری وجود داشت ($z = -2.161, sig = 0.002$). وجود تفاوت معنی داری بین دبیرستانی ها و راهنمایی ها در نحوه گذراندن اوقات فراغت شان تفاوت معنی داری وجود نداشت ($z = -1.157, sig = 0.05, P > 0.05$)، بین میزان پرداختن به فعالیت های ورزشی در زمان فراغت دانش آموزان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود داشت ($z = 0.36, sig = 0.05, P > 0.05$)، بین دختران و پسران در دلایل پرداختن به فعالیت های ورزشی تفاوت معنی دار وجود نداشت ($z = -0.142, sig = 0.872, P > 0.05$)، و در نهایت بین دختران و پسران در دلایل عدم پرداختن به فعالیت های ورزشی تفاوت معنی دار وجود نداشت ($z = -1.142, sig = 0.05, P > 0.05$).

کلمات کلیدی: نحوه گذران، اوقات فراغت، فعالیت های ورزشی

فصل اول

مقدمه و معرفی

مقدمه

یکی از عرصه‌هایی که زندگی روزمره را بازنمایی می‌کند و قدرت و مقاومت را در زندگی انسان‌ها به نمایش می‌گذارد عرصه فراغت است. فراغت عرصه‌ای است که اختیار و آزادی انسان‌ها در آن عرصه بیشتر قابل اعمال است. در نتیجه بر خلاف 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 رو است که گفته‌اند فراغت می‌تواند فرهنگ ایجاد کند و هویت افراد را آشکار سازد (۲).

فراغت به معنای نوین کلمه، مقوله‌ای جدید است، اما از نظر تاریخی مفهومی به قدمت انسان دارد. اوقات فراغت انسان اولیه صرف جمع‌آوری میوه، پرورش دام و کاشت زمین‌های مختلف می‌شد.

ساعاتی را که فرد بعد از کار روزانه تولیدی، خواه تولید مادی، خواه تولید فکری، با آزادی و اختیار به مقتضای شرایط فرهنگی و اقتصادی خود، به تنهایی یا با دیگران، در خانه یا خارج از خانه، در محدوده‌ی شهری یا در طبیعت، با صرف هزینه یا بدون هزینه، به منظور سرگرم شدن، لذت بردن، استراحت کردن و تمدید قوای جسمی یا ذهنی از دست رفته و از روی برنامه و نظم خاص از پیش تعیین شده صرف می‌کند فراغت نامیده می‌شود (۳۱).

برداشت افراد از فراغت و نحوه گذران اوقات فراغت بر حسب شرایط اجتماعی و تاریخی و دوره زندگی متفاوت است اما در غالب جوامع و اکثر شرایط اجتماعی اوقات فراغت به طور بالقوه در قشر جوان آسیب‌هایی را نیز در بر دارد.

گذران اوقات فراغت امروز به مثابه حق برای فرد مطرح می‌شود که بتواند در طول زمان فراغت به کاری آزادانه برای تفریح، لذت و تمدید نیروی از دست رفته بپردازد. امروزه فراغت در تفریح خلاصه نمی‌شود. این مقوله شامل فعالیت‌هایی است که افراد بر اساس علاقه‌ی خویش و پس از انجام تکالیف و الزامات زیستی، خانوادگی، شغلی و اجتماعی به طور دلخواه انتخاب می‌کنند و انجام می‌دهند (۳۱).

فراغت موضوعات متعددی را در بر می‌گیرد و در واقع فعالیت‌هایی را فراهم می‌سازد که طراوت، شادابی و خوشی را به دنبال دارد. مفاهیم مربوط به فراغت عموماً جنبه‌ی ذهنی دارد و اندازه‌گیری‌های آماری آن‌ها به آسانی انجام نمی‌گیرد. فراغت، زمانی است خارج از زمان کار، نگهداری از خانه، محافظت‌های شخصی و غیره و در واقع زمانی است که فرد برای انتخاب آن آزاد است (۳۱).

تمایز در فراغت در دل دیدگاه کلی جامعه، درباره جنسیت و جایگاه آن در دنیا قرار دارد و عوامل متعددی در این قشر بندی جنسیتی دخیل هستند، مروری بر تحقیقات انجام شده در داخل کشور نشان داده است که میان تحصیلات و درآمد و نوع شغل با چگونگی اوقات فراغت رابطه مستقیمی وجود دارد (۵).

امروزه تفریح و چگونگی گذران اوقات فراغت وسیله موثری برای پرورش قوای فکری و جسمی و اخلاقی افراد بوده و در نتیجه عاملی برای جلوگیری از کجروی‌های اجتماعی محسوب می‌شود. به

شرط اینکه مورد عنایت و توجه کافی از سوی خانواده از یک طرف و دولت ها از طرف دیگر باشد. در غیر این صورت اوقات فراغت با سوء استفاده از آن و سوء تدبیر آگاهانه یا ناآگاهانه یا خانواده و کارگزاران جامعه می تواند به آسیب اجتماعی بدل شود(۶).

جوانان پایه گذران فرهنگ آینده سرزمین ما هستند از میان مسائل متعدد اجتماعی مشکلات جوانان از جایگاه ویژه ای برخوردار است. یکی از مسائل جوانان چگونگی گذران اوقات فراغت شان است. اوقات فراغت برای همه وجود دارد ولی آنچه حائز اهمیت است شیوه گذران آن است و اگر به انحراف کشیده شود بسیار مخرب و تضعیف کننده فرد و اجتماع است. اگر در برنامه ریزی برای گذران اوقات آزاد تدابیر لازم اتخاذ شود از اتلاف وقت ها ممانعت خواهد شد. پس اولین قدم شناخت بهترین روش غنی سازی اوقات فراغت جوانان است که می تواند سبب استفاده صحیح امکانات اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی شود. سلامت جوانان و نوجوانان سلامت جامعه را تضمین خواهد کرد. بنابراین برای اوقات فراغت باید تدبیر جامعی اندیشید به نحوی که بتوان به جوانان سلسله ای از تفنن های مورد توجه آنها را نشانی از موفقیت عرضه نمود. به هر حال مسلم این است که چگونگی گذران اوقات فراغت جایگاه ویژه ای در فعالیت های اجتماعی افراد برخوردار است و این جایگاه ویژه لزوم توجه مسئولین سازمان های اجرایی را به برنامه ریزی و رهبری این فعالیت ها روشن می سازد و این که اگر با این مسئله به طور جدی مواجه نشویم مشکلات فراوانی را ایجاد می نماید(۱).

در هر حال هر چه هست اوقات فراغت نزدیک ترین پیوند را با زندگی معنوی و فرهنگ دارد. اوقاتی که به میل و اراده، در راه آموختن، آفریدن، ساختن، پژوهش، تربیت، مشارکت های داوطلبانه اجتماعی، خدمات رایگان انسانی، گسترش افق های فکری و در بسیاری از عرصه های دیگر صرف می شود(۵).

با توجه به جوان بودن جامعه کنونی و رشد روز افزون انواع انحرافات به خصوص در بین دانش آموزان، لازم است که به مسئله مهم اوقات فراغت توجه ویژه ای نمود تا بتوان با پر نمودن اوقات فراغت در جهت مطلوب و رشد ارزش های اجتماعی و اسلامی، از انحرافات که نسل جوان را تهدید می کند به نحو مطلوبی جلوگیری به عمل آورد(۳).

بنابراین، اهمیت مباحث اوقات فراغت ایجاب می کند که این موضوع در میان اقشار و گروه های مختلف جامعه به تفکیک و تفصیل مورد مطالعه و بررسی قرار گیرد. در واقع اوقات فراغت یکی از نیاز های اساسی انسان ها است که مانند هر نیاز دیگری بسته به وضعیت شخصیتی، اجتماعی و فرهنگی افراد، حالات و ویژگی های مختلفی به خود می گیرد(۸). این اوقات علاوه بر استراحت، بیشتر صرف فعالیت های ورزشی، هنری، سیاحتی، آموزشی و مذهبی می گردد که البته سهم رسانه های صوتی و تصویری در این فعالیت ها بسیار زیاد است. از نظر شکلی نیز فعالیت های فراغتی، طبق پژوهش های موجود، به صورت فردی یا جمعی و نیز در قالب های فعال و یا غیر فعال تجلی می یابند(۹).

۱-۱ بیان مسئله

نیاز به اوقات فراغت به گونه ای اجتناب ناپذیر به منزله یک ارزش برای تمام افراد جامعه و به عنوان یک پدیده اجتماعی و فرهنگی مطرح است که مانند هر پدیده دیگر بر جامعه تاثیر می گذارد و

از آن تاثیرپذیر است. علی الخصوص اوقات فراغت به دلیل داشتن ویژگی های خاص خود، مورد توجه جامعه شناسان و روان شناسان و مسئولان دولتی است (۹).

توجه به اوقات فراغت مردم بالاخص نوجوانان و جوانان از لوازم توسعه اجتماعی و عامل مهمی در جهت ارتقاء روابط اجتماعی و پرورش ذوق و استعدادها بوده و به رفع نیازهای روانی منجر می شود. سرمایه گذاری برای تربیت سالم و راهنمایی نوجوانان در یک جامعه در واقع سرمایه گذاری بنیادی، اقتصادی، اخلاقی و فرهنگی در جامعه است، چرا که سلامت و سعادت همگانی و همه جانبه به ویژه آینده کشور بیش از سایر عوامل به برخورداری از وجود نوجوانان و جوانان سالم بستگی دارد (۸).

با توجه به این که خانواده ها تفاوت زیادی از نظر اقتصادی و فرهنگی دارند، نگرش، تصورات و رفتار والدین و خانواده ها در نحوه گذران اوقات فراغت فرزندان خود و گرایش به انجام هر فعالیتی، تحت تاثیر عوامل مختلف اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی است و گرایش به انجام فعالیت های مختلف بدنی برای گذران اوقات فراغت نیز از این قاعده مستثنی نیست.

اوقات فراغت موهبتی است ارزنده و امروزه علی رغم اوقات فراغت نسبتا زیاد، چه در طول سال تحصیلی و چه در تعطیلات تابستانی، دغدغه ها و دل مشغولی های درسی و تحصیلی دانش آموزان نوجوان و جوان، مانع بهره گیری سالم و سازنده اوقات مذکور گردیده است (۵).

بنابراین در تحقیق حاضر، سعی بر این بوده که علاوه بر مقایسه جایگاه فعالیت های بدنی در اوقات فراغت پسران و دختران دوره متوسطه، عوامل و متغیر های فردی، اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی تاثیر گذار در این امر نیز مورد بررسی قرار گیرند، تا مشخص شود که آیا وضعیت اجتماعی، فرهنگی و یا اقتصادی خانواده تاثیری بر پرداختن و یا نپرداختن این دو قشر نوجوان به فعالیت های بدنی دارد یا خیر؟ و نیز به سوال اصلی تحقیق پاسخ داده شود که آیا در نحوه گذران اوقات فراغت بین دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه شهرستان بوکان تفاوت معناداری وجود دارد؟

علاقه محقق و همچنین نیازهایی که در این زمینه در محیط های دبیرستانی احساس می شد، محقق را بر آن داشت که بدین وسیله نکات مهم در زمینه گذران اوقات فراغت دانش آموزان را آشکار کرده تا در جهت برنامه ریزی ها، متمر ثمر واقع گردد. از جمله موارد مهم که در این پژوهش بر آن تاکید شده، نقش تربیت بدنی و فعالیت های ورزشی در پر کردن اوقات فراغت است. و مشخص کردن اینکه دانش آموزان در طول شبانه روز، چه میزان اوقات فراغت دارند؟ این اوقات فراغت را چگونه و با چه وسایلی می گذرانند؟ موانع و مشکلات چه عواملی می باشند؟ ورزش و فعالیت های بدنی چه بخشی از اوقات فراغت آنان را پر می نماید؟ به چه ورزش هایی می پردازند و به چه ورزش هایی علاقه دارند؟ انگیزه ی آنان از پرداختن و یا نپرداختن به ورزش چیست؟ و دیدگاه جامعه مورد مطالعه در خصوص میزان فعالیت بدنی و تربیت بدنی مدارس برای پر کردن اوقات فراغت دانش آموزان چگونه است؟ و در نهایت اینکه آیا بین دانش آموزان دختر و پسر شهرستان بوکان در پرداختن به فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت تفاوتی وجود دارد؟

به طور کلی، هدف اصلی این تحقیق مقایسه نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه شهرستان بوکان با تاکید بر فعالیت های بدنی بوده و سپس سعی شده تا عوامل تاثیر گذار در پرداختن یا نپرداختن دانش آموزان به فعالیت های بدنی در اوقات فراغت مشخص گردد.

۲-۱ اهمیت و ضرورت تحقیق

در دوران معاصر، اوقات فراغت حتی ابعاد و بخش های مختلف زندگی اجتماعی را تحت تاثیر خود قرار داده و این تاثیر گذاری تا بدان جا پیش رفته است که در جوامع جدید بسیاری از افراد شغلی را انتخاب می کنند که اوقات فراغت پر باری در آن پیش بینی شده باشد و یا محلی را برای زندگی بر می گزینند که برای گذران ساعات و لحظات فراغتی مناسب باشد. بنابراین نحوه گذران اوقات فراغت از مسائل مهم زندگی امروز است و در متن آن قرار دارد. به ویژه در جوامع در حال رشد مسئله فراغت گروه های مختلف اجتماعی از اهمیت خاصی برخوردار شده است (۱۰).

اوقات فراغت همچنین بر اجتماعی شدن و یادگیری ارزش ها و هنجارها تاثیر دارد و از نظر فرهنگی به حفظ کلیت نظام اجتماعی کمک می کند. اوقات فراغت یک نهاد اجتماعی است که ارزش ها و هنجارها را به افراد انتقال می دهد و به شکل دادن و ساختن جامعه کمک می کند. نحوه گذران اوقات فراغت نشان دهنده ارزش های موجود در جامعه است و ممکن است به حفظ الگوی های جامعه کمک کند، از تنش های جامعه بکاهد و به حس دوستی و تعلق اجتماعی کمک کند (۱۰).

یکی از روش هایی که می تواند اوقات فراغت افراد جامعه را زیر پوشش قرار داده و بسیاری از ضعف ها و کمبودهای جسمانی و روانی را رفع و درمان کند، ورزش و تفریحات سالم است. تربیت بدنی و ورزش گذشته از جبران ضعف ها و حفظ تندرستی افراد، آنان را برای زندگی، تلاش و اهداف مشترک آماده می سازد.

از آنجایی که دانش آموزان نیروهای بالقوه جامعه را تشکیل می دهند جهت تربیت آنان برای مشارکت در فعالیت های ورزشی می توان با برنامه ریزی صحیح و مدون، این سرمایه های با ارزش کشور را به سوی اهداف متعالی و ارزش های واقعی رهنمون کرد اما تا وضع موجود مورد مطالعه قرار نگیرد و شناخت کافی نسبت به علایق، نیازها، تمایلات و احساسات جوانان و نوجوانان خصوصاً دانش آموزان حاصل نشود، نمی توان برنامه ای جامع و کامل در زمینه اوقات فراغت و مسائل مرتبط با آن ارائه داد.

در آموزش و پرورش نخستین هدف، رشد ابعاد گوناگون شخصیت فرد از جنبه های جسمانی، روانی، اجتماعی و معنوی است. ورزش و هدف تربیتی آن، یادگیری مهارت های رفتاری را باعث می شود و با چنین تعبیری ورزش به عنوان یک وسیله کمک کننده عملی، پیوسته با تربیت همراه است (۲۶).

با توجه به این موضوع که امروزه اوقات فراغت به عنوان یک معضل اجتماعی مطرح است و نحوه گذران آن در نزد قشر جوان از اهمیت بسیاری برخوردار است و با توجه به ساختار مذهبی و فرهنگی- اجتماعی کشور، نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان مهم است، در ضمن یکی از افسار مهمی که در هر جامعه آسیب پذیر شناخته شده اند، قشر نوجوان و جوان آن جامعه است، با اطلاع از این واقعیت که برنامه ریزی صحیح اوقات فراغت دانش آموزان نه تنها نسلی بارورتر برای آینده ی کشور فراهم می سازد بلکه می تواند جلوی بسیاری از نابسامانی ها و گرفتاری های ناشی از عدم اطلاع از گذران اوقات فراغت دانش آموزان هر بخش از آن کشور صورت بگیرد. به دلیل اهمیت موضوع، تحقیق حاضر به بررسی نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه شهرستان بوکان با تاکید بر فعالیت های ورزشی پرداخته است (۲۶).

بنابراین یکی از ضرورت های انجام این تحقیق این است که، میزان ساعاتی را که یک دانش آموز نوجوان چه دختر و چه پسر، به فعالیت های بدنی می پردازد و آن را جزو یکی از فعالیت های پر کننده اوقات فراغت برای خودش در نظر می گیرد، مشخص نماید. ضرورت دیگر انجام این تحقیق، روشن ساختن عوامل تاثیر گذاری چون وضعیت اقتصادی- اجتماعی و یا حتی فرهنگی بر نوع فعالیت بدنی انتخاب شده از سوی دانش آموزان نوجوان دختر و پسر است. البته باید اذعان داشت که مسئولین جامعه معمولاً بدون در نظر گرفتن نکات جزئی چون توان مالی خانواده ها و جنسیت اقدام به برنامه ریزی کلی برای جامعه می کنند. انتظار می رود نتایج حاصله از این تحقیق گامی باشد برای طراحی و برنامه ریزی درست و اصولی فعالیت های پر کننده در اوقات فراغت اقشار مختلف جامعه.

۱-۳ اهداف تحقیق

الف : هدف کلی

هدف کلی تحقیق حاضر، مقایسه نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه شهرستان بوکان با تاکید بر فعالیت های ورزشی است.

ب : اهداف اختصاصی

- ۱- توصیف ویژگی های فردی شرکت کنندگان.
- ۲- توصیف نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان دختر و پسر شهرستان بوکان.
- ۳- توصیف نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان دوره متوسطه و راهنمایی شهرستان بوکان.
- ۴- مقایسه نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان دختر و پسر شهرستان بوکان.
- ۵- مقایسه نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان دوره متوسطه و راهنمایی شهرستان بوکان.
- ۶- توصیف جایگاه فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه و راهنمایی شهرستان بوکان.
- ۷- مقایسه جایگاه فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه و راهنمایی شهرستان بوکان
- ۸- توصیف دلایل پرداختن دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه و راهنمایی به فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت.
- ۹- مقایسه دلایل پرداختن دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه و راهنمایی به فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت.
- ۱۰- توصیف دلایل عدم پرداختن دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه و راهنمایی به فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت.
- ۱۱- مقایسه دلایل عدم پرداختن دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه و راهنمایی به فعالیت های ورزشی در اوقات فراغت.

۴-۱ فرضیه های تحقیق

- ۱- بین نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان دختر و پسر شهرستان بوکان تفاوت معنی داری وجود ندارد.
- ۲- بین نحوه گذران اوقات فراغت دانش آموزان دوره متوسطه و راهنمایی شهرستان بوکان تفاوت معنی داری وجود ندارد.
- ۳- بین میزان پرداختن به فعالیت های ورزشی در زمان فراغت دانش آموزان دختر و پسر شهرستان بوکان تفاوت معنی داری وجود ندارد.
- ۴- بین دلایل پرداختن به فعالیت های ورزشی در زمان فراغت دانش آموزان دختر و پسر شهرستان بوکان تفاوت معنی داری وجود ندارد.
- ۵- بین دلایل عدم پرداختن به فعالیت های ورزشی در زمان فراغت دانش آموزان دختر و پسر شهرستان بوکان تفاوت معنی داری وجود ندارد.

۵-۱ پیش فرض های تحقیق

- ۱- افراد با آگاهی کامل به سوالات پاسخ دادند.
 - ۲- سوالات برای دانش آموزان روشن و بدون ابهام بود.
 - ۳- شرایط فرهنگی، آموزشی و محیطی بر پاسخ دانش آموزان اثر منفی نداشته است.
 - ۴- نمونه انتخابی، یک معرف واقعی از میان دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه شهرستان بوکان بود.
- وضعیت اقتصادی در انتخاب نوع فعالیت ورزشی آزمودنی ها تاثیر داشت.

۶-۱ محدودیت های تحقیق

الف- محدودیت هایی که توسط محقق اعمال شده است:

- ۱- محدود کردن سوالات پرسشنامه به بیست و چهار سوال.
- ۲- مشخص کردن دو گروه دانش آموز (دختر و پسر) برای انجام تحقیق.
- ۳- محدود کردن شرکت کنندگان به یک دوره مشخص تحصیلی..

ب- محدودیت هایی که خارج از دست محقق است:

- ۱- نوع انگیزه ای که افراد را به سمت فعالیت های ورزشی کشانده است.
- ۲- میزان درآمد ماهیانه خانواده ها.
- ۳- نوع فعالیت و یا ورزشی که شرکت کنندگان انتخاب کرده اند.

۱-۷ واژه ها و اصطلاحات

وقت آزاد^۱: مدت زمانی که پس از پرداختن به ضروریات زندگی باقی می ماند. بنابراین، وقت آزاد وقتی است که پس از پرداختن به همه ی اموری که تفریح به حساب نمی آید، باقی مانده باشد(۱۵).

فعالیت بدنی^۲: حرکات بدن که توسط عضلات اسکلتی انجام می شوند و منجر به مصرف انرژی می شوند و با توجه به علاقه فرد و در جهت سلامتی انجام می شود(۲۳).

تربیت بدنی^۳: که بخش مهمی از تعلیم و تربیت است که از طریق حرکت و ورزش جریان رشد را در تمام ابعاد انسان تحصیل و هماهنگ کرده و به شکوفایی استعداد مطلوب کمک می کند(۲۴).

اوقات فراغت^۴: باقیمانده وقت آزاد پس از کسر وظایف حیاتی مثل خوراک، کار و تعهدات اجتماعی و اخلاقی و دینی برای دانش آموزان رفتن به مدرسه و مطالعه دروس به منزله کار تلقی می شود(۳۵).

ورزش^۵: نوعی بازی سازمان یافته است که به منظور توسعه قوای جسمانی- عضلانی و عاطفی و اجتماعی با یک سلسله حرکات منظم و مدرن که به دنبال آن انگیزه مسابقه و رقابت وجود دارد(۱۵).

تفریح^۶: فعالیتی ارزنده و مورد قبول اجتماع است که با تلاش و کوشش افراد به شکل داوطلبانه و در اوقات فراغت و به منظور بهبود قوای جسمانی، ذهنی احساسی و روابط اجتماعی انجام می گیرد(۲۸).

فعالیت های مورد علاقه: مجموعه اعمالی که یک شخص در طول شبانه روز با توجه به علاقه خود بدان می پردازد(۳۴).

دوره متوسطه: دورانی از تحصیل که ما بین دو دوره ابتدایی و آموزش عالی بوده و خود شامل سه سال راهنمایی و چهار سال دبیرستان است.

¹ - Free time

² - Physical activity

³ - Physical education

⁴ - Leisure Time

⁵ - Sport

⁶ - Recreation

فصل دوم

مباني نظري و پيشينه پژوهش