

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 :

بررسی و مقایسه عوامل بازدارنده دانشجویان دختر دانشگاه سراسری و دانشگاه آزاد سمنان از
مشارکت در فعالیت‌های ورزشی

استاد راهنما:

دکتر محمدرضا اسمعیلی

استاد مشاور:

دکتر عبدالرضا امیرتاش

پژوهشگر:

نسیم خدام عباسی

تابستان ۱۳۹۰



ISLAMIC AZAD UNIVERSITY
Central Tehran Branch

Faculty of Physical Education and Sport Science

"M.A" Thesis

On Sport Management

Subject:

Survey and Comparison of Barriers Factors in Participating of
Semnan Azad University and Governmental University Female Students in
Sport Activities

Advisor:

Dr. Mohammad Reza Esmaeili

Consulting Advisor:

Dr. Abdolreza Amirtash

By:

Nasim khoddam Abbasi

Summer 2011

تشکر و قدردانی:

از زحمات استاد ارجمند آقای دکتر محمد رضا اسمعیلی که به عنوان استاد راهنما در تمامی مراحل تحقیق با دقت نظر خود مرا بهره‌مند ساختند و همچنین از جناب آقای دکتر عبدالرضا امیرتاش که با مشاوره و پیشنهادات ارزنده خود مرا همراهی نمودند، تشکر و قدردانی می‌نمایم.

همچنین از داور این پایان نامه آقای دکتر علی زارعی که در خصوص به پایان رساندن این پایان نامه مرا یاری نمودند، تشکر می‌نمایم.

همچنین از زحمات آقای بهزاد دیوکان که در تمامی مراحل این پایان نامه مرا همراهی نمودند و تمامی دوستان و عزیزانی که به نحوی در این پایان نامه به اینجانب کمک کردند، کمال تشکر و قدردانی را دارم.

تقدیم به:

وجود نازنین پدر و مادر مهربانم که در تمامی مراحل زندگی ام تکیه گاهم بوده اند.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	فصل اول : کلیات طرح
۳	مقدمه
۵	۱-۱ بیان مسئله
۸	۲-۱ اهمیت و ضرورت تحقیق
۱۰	۳-۱ اهداف تحقیق
۱۱	۴-۱ فرضیه‌های تحقیق
۱۱	۵-۱ محدوده تحقیق
۱۲	۶-۱ محدودیت‌ها
۱۲	۷-۱ پیش فرض‌ها
۱۲	۸-۱ تعریف واژه‌ها و اصطلاحات
	فصل دوم : زیربنای نظری و پیشینه تحقیق
۱۵	مقدمه
۱۶	۱-۲ تربیت بدنی و ورزش
۲۲	۲-۲ عوامل بازدارنده ورزشی
۳۳	۳-۲ مروری بر پیشینه تحقیق
	فصل سوم : روش‌شناسی تحقیق
۴۸	مقدمه
۴۸	۱-۳ روش تحقیق
۴۸	۲-۳ جامعه آماری
۴۸	۳-۳ روش نمونه‌گیری
۴۸	۴-۳ تعریف عملیاتی متغیرها
۴۹	۵-۳ ابزار اندازه‌گیری تحقیق
۵۰	۶-۳ روش گردآوری داده‌های تحقیق
۵۰	۷-۳ روش‌های آماری
	فصل چهارم : یافته‌های تحقیق
۵۲	مقدمه
۵۲	۱-۴ یافته‌های توصیفی
۷۵	۲-۴ یافته‌ها استنباطی

فصل پنجم : بحث و نتیجه گیری

۱۹ مقدمه
۹۰ ۱-۵ نتیجه گیری
۹۴ ۲-۵ بحث و نتیجه گیری
۹۵ ۳-۵ پیشنهادات تحقیق
۹۷ پیوست ها
۱۰۲ فهرست منابع

فهرست جدول‌ها

صفحه	عنوان
۵۲	جدول ۱-۴
۵۳	جدول ۲-۴
۵۴	جدول ۳-۴
۵۵	جدول ۴-۴
۵۶	جدول ۵-۴
۵۶	جدول ۶-۴
۵۷	جدول ۷-۴
۵۸	جدول ۸-۴
۵۹	جدول ۹-۴
۶۰	جدول ۱۰-۴
۶۱	جدول ۱۱-۴
۶۱	جدول ۱۲-۴
۶۲	جدول ۱۳-۴
۶۳	جدول ۱۴-۴
۶۴	جدول ۱۵-۴
۶۵	جدول ۱۶-۴
۶۶	جدول ۱۷-۴
۶۷	جدول ۱۸-۴
۶۸	جدول ۱۹-۴
۶۹	جدول ۲۰-۴
۷۰	جدول ۲۱-۴
۷۱	جدول ۲۲-۴
۷۲	جدول ۲۳-۴
۷۳	جدول ۲۴-۴
۷۴	جدول ۲۵-۴
۷۵	جدول ۱-۲-۴
۷۵	جدول ۲-۲-۴
۷۶	جدول ۳-۲-۴
۷۷	جدول ۴-۲-۴
۷۷	جدول ۵-۲-۴
۷۸	جدول ۶-۲-۴
۷۸	جدول ۷-۲-۴
۷۹	جدول ۸-۲-۴
۷۹	جدول ۹-۲-۴
۸۰	جدول ۱۰-۲-۴
۸۰	جدول ۱۱-۲-۴
۸۱	جدول ۱۲-۲-۴

٨٢	جدول ١٣-٢-٤
٨٢	جدول ١٤-٢-٤
٨٣	جدول ١٥-٢-٤
٨٣	جدول ١٦-٢-٤
٨٤	جدول ١٧-٢-٤
٨٤	جدول ١٨-٢-٤
٨٥	جدول ١٩-٢-٤
٨٦	جدول ٢٠-٢-٤

فهرست شکل‌ها

صفحه	عنوان
۲۰	شکل ۱-۲
۲۱	شکل ۲-۲
۲۳	شکل ۳-۲
۲۴	شکل ۴-۲
۲۷	شکل ۵-۲
۲۸	شکل ۶-۲
۳۰	شکل ۷-۲
۳۲	شکل ۸-۲
۵۳	شکل ۱-۴
۵۴	شکل ۲-۴
۵۵	شکل ۳-۴
۵۷	شکل ۴-۴
۵۸	شکل ۵-۴
۵۹	شکل ۶-۴
۶۰	شکل ۷-۴
۶۱	شکل ۸-۴
۶۲	شکل ۹-۴
۶۳	شکل ۱۰-۴
۶۴	شکل ۱۱-۴
۶۵	شکل ۱۲-۴
۶۶	شکل ۱۳-۴
۶۷	شکل ۱۴-۴
۶۸	شکل ۱۵-۴
۶۹	شکل ۱۶-۴
۷۰	شکل ۱۷-۴
۷۱	شکل ۱۸-۴
۷۲	شکل ۱۹-۴
۷۳	شکل ۲۰-۴
۷۴	شکل ۲۱-۴

چکیده پایان نامه (شامل خلاصه، اهداف، روش‌های اجرا و نتایج به دست آمده) :

هدف از تحقیق حاضر بررسی و مقایسه عوامل بازدارنده دانشجویان دختر دانشگاه سراسری و دانشگاه آزاد سمنان از مشارکت در فعالیت‌های ورزشی می‌باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر، کلیه دانشجویان دختر دانشگاه سراسری و دانشگاه آزاد سمنان بوده که در سال تحصیلی ۹۰-۸۹ مشغول تحصیل می‌باشند. تعداد کل دانشجویان دختر ۲۵۰۰ نفر می‌باشد. پس از مشخص شدن حجم جامعه آماری، با استفاده از نمونه‌گیری طبقاتی متناسب، و با استفاده از جدول مورگان تعداد ۳۱۳ نفر به عنوان نمونه تحقیق در نظر گرفته شدند. ابزار اندازه‌گیری تحقیق حاضر پرسشنامه محقق ساخته عوامل بازدارنده ورزشی (کشکر، ۱۳۸۶)، شامل سه قسمت فردی، بین فردی و ساختاری با ضریب پایایی آلفای کرونباخ ۰/۷۳ و پرسشنامه استاندارد میزان فعالیت جسمانی شارکی با ضریب پایایی ۰/۷۹ می‌باشد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها، از مدل‌های t دو گروه مستقل، و از ضریب همبستگی جهت بررسی معنی داری رابطه موجود و همچنین از آزمون فریدمن به منظور اولویت‌بندی عوامل بازدارنده فعالیت ورزشی آن‌ها در سطح آلفای ۰/۰۵ استفاده شد. یافته‌های تحقیق نشان داد که بین عوامل بازدارنده فردی، بین فردی و ساختاری میانگین دو گروه دانشجویان سراسری و آزاد تفاوت معنی داری وجود دارد ($p < 0/05$). همچنین نتایج آزمون فریدمن نشان داد عوامل بازدارنده مشارکت بین دانشجویان هر دو دانشگاه به ترتیب فردی، بین فردی و ساختاری می‌باشند و تفاوت معنی داری را نشان می‌دهد ($P < 0/05$).

واژه‌های کلیدی: عوامل بازدارنده، دانشجویان دختر، دانشگاه آزاد، دانشگاه سراسری، ورزش، مشارکت.

کلیات طرح

مقدمه

فعالیت بدنی می‌تواند کیفیت زندگی را در تمام سنین برای همگان بهبود بخشد. شیوه زندگی فعال باعث می‌شود افراد مختلف دوستان جدیدی پیدا کنند، در فعالیت‌های اجتماعی باقی بمانند و با سایرین در تمام سنین مراد داشته باشند. بهبود انعطاف پذیری، تعادل و قوام عضلانی از جمله مزایای فعالیت بدنی است که می‌تواند به افراد کمک کند. شیوع بیماری‌های مغزی در افرادی که از نظر بدنی فعال هستند کمتر است. فعالیت بدنی می‌تواند کمک شایانی به درمان برخی از اختلالات فکری مثل افسردگی نماید و خوداتکایی و اطمینان به خود که از معیارهای اساسی در سلامت روح است را افزایش دهد. فعالیت بدنی منظم و عادات غذایی خوب می‌تواند سلامت افراد را ارتقا داده و از بسیاری از بیماری‌ها پیشگیری کند (۲۴).

مشارکت در ورزش معمولاً از یادگیری شخصی، تعاملات و ارتباطات اجتماعی با خانواده، دوستان، خویشاوندان و به عبارت دیگر از شبکه رسمی و غیر رسمی جامعه تأثیر گرفته است (۲).

در کشور ما ایران، به دلیل وجود عوامل بازدارنده مختلف، افراد در استفاده از امکانات ورزشی با مشکل جدی عدم تحرک مواجهند. در بسیاری از کشورهای جهان برنامه‌ریزی دولت‌ها در جهت بهینه‌سازی و برنامه‌ریزی اوقات فراغت بانوان در جهت ایجاد تحرک و فعالیت‌های ورزشی آن‌ها صورت می‌گیرد.

عوامل بازدارنده، محدودیت‌ها و موانعی هستند که احتمالاً موجب کاهش میزان مشارکت یا اصولاً عدم مشارکت افراد در فعالیت‌های مشخص می‌گردند. محققین زیادی در مورد ورزش و فعالیت بدنی، انگیزه‌ها و رضایت مندی تحقیق کرده‌اند و تلاش همه آن‌ها بهبود کیفیت زندگی افراد از لحاظ روحی و جسمی بوده است (۵). زنان بیش از نیمی از جمعیت کشورمان را تشکیل می‌دهند، افرادی که مسئولیت خطیر تربیت نسل آینده ایران را بر عهده دارند. روند توسعه زندگی شهری و تغییر الگوهای حرکتی روزانه و در نتیجه کاهش فعالیت‌های حرکتی به ویژه در بانوان، اندام‌ها و عضلات آنان را تحت تأثیر خطر جدی کم تحرکی و ضعف‌های جسمانی قرار داده است.

در نتیجه نظرسنجی‌های انجام شده بانوان مورد بررسی، کارشناسان برای رفع چنین موانعی، توجه به ایجاد مکان‌ها و فضاهای ورزشی خاص بانوان، رایگان کردن ورزش‌های همگانی برای همه بانوان کشور، تربیت مربیان در گرایش‌های متنوع ورزش‌های همگانی، فعال‌سازی نقش رسانه‌های گروهی در ارتقای سطح فرهنگ گرایش به ورزش در میان بانوان و برگزاری مسابقات تفریحی و ورزشی در میان اقشار مختلف بانوان کشور را پیشنهاد کردند (۴۸).

مشکلات و کاستی‌هایی در وضعیت موجود ورزش‌های همگانی از دیدگاه بانوان شاغل و غیر شاغل مشاهده می‌شود. با توجه به وضعیت مطلوب پیشنهادی از سوی بانوان مورد بررسی، باید اقداماتی اصلاحی از سوی مسئولان ورزش‌های همگانی کشور در سطح بانوان صورت

گیرد. سیاست گذاری مشترک و اجرای تصمیمات گرفته شده در سطح وسیع‌تر برای توسعه ورزش همگانی ضروری است.

محرومیت اجتماع از تأثیرات و کارکردهای فردی و اجتماعی ورزش، مسلماً خسارت جبران ناپذیری است که نه تنها نسل کنونی، بلکه نسل‌های متمادی را متأثر خواهد نمود. عدم شناخت خانواده‌ها به ویژه دختران از مزایای ورزش باعث شده است تا بنیان‌های سلامت نه فقط برای زنان بلکه برای خانواده‌ها و نهایتاً جامعه به خطر افتد و قواعد سایر نظام‌های سیاسی، اقتصادی و اجتماعی را نیز ممکن است تحت تأثیر قرار دهد. به نظر می‌رسد که در جامعه ما مشکلات اقتصادی، امنیت و سلامت جسمانی و سپس نگرش فرهنگی و اعتقادات مردم در نحوه و میزان مشارکت آن‌ها در فعالیت‌های ورزشی اهمیت می‌یابد (۴).

با توجه به این مسئله که دختران جوان امروز، مادران فردای جامعه هستند و با وارد شدن در عرصه‌های مختلف و بالا رفتن سطح تحصیلات و آگاهی نسبت به شأن، منزلت و چهره زن مسلمان خواستار جایگاه حقیقی خود هستند، سلامت جسمانی و روانی آن‌ها از اهمیت بسزایی برخوردار خواهد شد. به ویژه در مورد دختران دانشجو که به عنوان نیمی از منابع انسانی و تأثیر گذار در توسعه اجتماعی و اقتصادی هر کشور نیز به شمار می‌روند (۱۲).

اگر دانشگاه امکانات لازم را برای دختران فراهم نکند تا بتوانند از سلامتی کافی برخوردار شوند، بر روی بسیاری از مشکلات تأثیرگذار خواهد بود. به طور مثال نمی‌توانند فرزند سالم و صالحی را به جامعه تحویل دهند و یا حتی اگر ارزش واقعی برای نقش تربیتی زن داده نشود، انگیزه‌های لازم را برای مادری از دست خواهند داد. قبل از سال ۱۹۷۰ امکانات دختران و زنان در ورزش محدودتر از مردان بود ولی در سال‌های اخیر افزایش قابل توجهی یافته است که عوامل متعددی از جمله قانون گذاری جنبش زنان و افزایش آگاهی عمومی در مورد زنان ورزشکار اثرگذار بوده است.

با اینکه امروزه رشته‌های مختلف ورزش، عمومی شده‌اند و برای تمام افراد سودمند است ولی مشکلات متعددی را نیز در بر دارد. تبعیض در سطوح مختلف ورزش کاملاً مشهود است. زنان نوعاً در سطوح بین‌المللی در رشته‌های ورزشی کمتری شرکت می‌کنند و به ندرت برای تلاش‌های خود مورد تشویق قرار می‌گیرند. به علاوه کمیته بین‌المللی المپیک تحت نفوذ مردان است و در افزایش رشته‌های زنان تلاش چندانی نمی‌کند، از طرفی نسبت زنان در پست‌های مربیگری و مدیریت بسیار پایین است و مشکل دیگر اینکه نبود الگوهای مشخص و عینی از زنان مربی و مدیر در قلمرو ورزش، علاقمندان به این بعد از تخصص ورزش را با مشکل جدی مواجه می‌سازد (۲).

نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که دختران در سنین قبل از ازدواج کمتر به باشگاه‌های ورزشی روی می‌آورند ولی پس از ازدواج این امکان را پیدا می‌کنند که بیشتر در باشگاه‌های ورزشی به فعالیت بدنی بپردازند. در خصوص پسران این نتایج کاملاً برعکس است. پسران مجرد فرصت

بیشتری برای ورزش کردن در باشگاه‌ها دارند، اما با تشکیل خانواده کمتر به این مهم می‌پردازند. عوامل فرهنگی و محدودیت‌های اجتماعی، تأثیرات شگرفی در ورزش به جا گذاشته است. نتایج تحقیق نشان می‌دهد که در مجموع مردان بیشتر از زنان به ورزش روی می‌آورند. در حال حاضر مدارس، تقریباً تنها مکان مطمئن برای ورزش دختران دانش‌آموز به شمار می‌رود. این امر لزوم توجه ویژه مسئولین به ورزش مدارس را تشدید می‌کند. تشکیلات ورزش بانوان و دست‌اندرکاران ورزش مدارس باید بیش از گذشته به این امر توجه کنند تا از این طریق بتوان زمینه را برای رشد و توسعه ورزش در بین دختران آماده ساخت (۳۷).

خوشبختانه در سال‌های اخیر توجه مسئولان نظام بیش از گذشته به این امر معطوف شده و بودجه‌های اختصاص یافته به یکباره افزایش چشمگیری داشته است. در نتیجه ساخت اماکن ورزشی مخصوص بانوان شتاب فزاینده‌ای گرفته و سالن‌های ورزشی موجود، زمان بیشتری را به بانوان اختصاص داده‌اند. اما هنوز راه درازی تا مقصد مطلوب در پیش داریم.

در این پژوهش بر آنیم تا با تکیه بر اطلاعات دقیق و جامعی از نیازهای اعلام شده از سوی دانشجویان دختر دانشگاه آزاد و سراسری سمنان و شناسایی عوامل بازدارنده در این راستا راهکارهایی را ارائه کنیم تا خدمات ورزشی که یکی از وظایف اصلی واحد ستاد رفاهی هر دانشگاه است از اثربخشی بیشتری برخوردار گردد.

۱-۱ بیان مسئله

ورزش امروزه به عنوان یک پدیده اجتماعی در دنیا و از جمله در کشور ما پذیرفته شده است و با استقبال خوبی روبرو گردیده است. امروزه ورزش به عنوان یک ابزار چند بعدی با تأثیرات گسترده، جایگاه و نقش خود را در اقتصاد، سلامتی افراد، گذراندن اوقات فراغت سالم و لذت بخش، روابط اجتماعی، پیشگیری از مفاسد اجتماعی و انحرافات اخلاقی رو به گسترش در جامعه و کاربردهای عدیده دیگر متجلی ساخته است (۲۳).

فعالیت بدنی می‌تواند کمک شایانی به درمان برخی اختلالات فکری مثل افسردگی نماید و خوداتکایی که از معیارهای اساسی در سلامت روح است را افزایش دهد (۱۸).

در حال حاضر، ارتقای فعالیت‌های جسمانی یکی از اهداف مهم دولت‌ها به منظور سلامت عموم جامعه است. این امر به این علت است که در میان اهدافی که توسط دولت دنبال می‌شود، جلوگیری از بیماری‌هایی که توسط بی‌حرکی حاصل می‌شود اهمیت دارد و به همان نسبت تقویت شیوه زندگی و ارتباط سلامتی با کیفیت زندگی هر فرد مهم می‌باشد.

این مفهوم در دهه اخیر، اهمیت فزاینده‌ای یافته است. فعالیت‌های فیزیکی که به طور منظم انجام می‌شود با بسیاری از مزایای فیزیولوژیکی و روانشناسی مرتبط می‌باشند و نقش استثنایی در جلوگیری از انواع بیماری‌ها بازی می‌کنند. برعکس شیوه زندگی راکد، شدیداً با آسیب‌های

اجتماعی مرتبط است و می‌تواند یک مشکل جدی در کودکی، نوجوانی و خصوصاً جوانان باشد (۶).

تحقیقات نشان می‌دهد عدم توجه به شیوه زندگی سالم و فعالیت بدنی در نوجوانی و پس از آن در دانشگاه افزایش می‌یابد و از فعالیت‌های بدنی کاسته می‌شود. فعالیت ورزشی منظم، اقدام مهمی برای ارتقاء سلامت، تعویق یا جلوگیری از اختلالات استخوانی مانند پشت درد، گردن درد و کاهش خطر بیماری‌هایی مانند انسداد شرایین قلبی، فشارخون بالا، دیابت، چاقی و سرطان روده می‌باشد (۷۰).

دوره نوجوانی، گذر از دوران کودکی به بزرگسالی است و عادات زندگی مثل ورزش به طور نرمال در این دوران آغاز می‌شود اما متأسفانه تحقیقات نشان می‌دهد که میزان فعالیت بدنی در طول سال‌های نوجوانی کاهش می‌یابد. عوامل متعددی در مشارکت و عدم مشارکت فعالیت‌های جسمانی دخیل هستند که شامل متغیرهای فردی، دانش و آگاهی، نگرش و عقاید در ارتباط با فعالیت جسمانی می‌باشد (۸۸).

ورزش و فعالیت‌های ورزشی جزئی از فرهنگ هر ملت است. از آنجایی که دختران و زنان بیش از نیمی از جمعیت کشور را تشکیل می‌دهند، متأسفانه تاکنون که هزاره سوم را آغاز کرده‌ایم همچنان درصد حضور زنان در فعالیت‌های ورزشی در کشورهای مختلف متفاوت است و در تمام کشورها زنان از نظر تعداد، کمتر از نیمی از مردان و پسران در فعالیت‌های ورزشی فعال هستند.

در کشور ما دختران جوان به دلیل وجود عوامل بازدارنده مختلف در استفاده از امکانات ورزشی با مشکل جدی عدم تحرک مواجهند. در بسیاری از کشورهای جهان، برنامه‌ریزی دولت‌ها در جهت بهینه‌سازی و برنامه‌ریزی اوقات فراغت و فعالیت‌های جسمانی دختران به منظور ایجاد تحرک و ارتقاء سلامتی آن‌ها صورت می‌گیرد. از طرفی زندگی ماشینی امروزه، موجب افسردگی شده و ایجاد استرس‌های فراوانی در انسان‌ها نموده، لذا نیازمند داشتن برنامه‌های تفریحی از جمله برنامه‌های ورزشی می‌باشند تا در خلال چنین برنامه‌ای امکان تخلیه هیجانات خود را بیابند و روح و روانشان تلطیف گردد. متأسفانه به دلیل جاذبه‌های ورزش قهرمانی و پیوند آن با مسائل مالی و اقتصادی، ورزش همگانی و تفریحی با این همه قدرت و شکوفایی و سازندگی در کشور ما مورد توجه قرار ندارد (۴۸).

کارشناسان همواره به این موضوع صحنه گذاشته‌اند که محدودیت‌های امکانات تفریحی و ورزشی برای دختران، عدم برنامه‌ریزی برای بهبود وضع امکانات، نبود یا کمبود مربیان مجرب، موانع فرهنگی و مشکلات خانوادگی بر عواملی چون بیکاری و بقیه مشکلات آنان افزوده است. نبود کلوب‌های تفریحی، باشگاه‌های سالم و سودمند و نداشتن فضاهای ورزشی مسائلی است که به ویژه دختران در آرزوی تحقق آن‌ها هستند. دختران جوان که مادران و مربیان آینده جامعه و الگوهای تربیتی و پرورش فرزندان نیز خواهند بود، می‌خواهند با پرداختن

به ورزش طبعاً به ارتباط اجتماعی مطلوبی دست یابند که ورزش می‌تواند یک ابزار بنیادی و نیروی خلاق در راستای دست یابی به این هدف باشد (۵۷).

در دو دهه گذشته، پیشرفت‌های زیادی در خصوص فعالیت‌های دختران حاصل شده است ولی مشاهدات تجربی حاکی از آن است که در جامعه ما، مشارکت‌های ورزش دختران در مقایسه با مشارکت ورزشی پسران نرخ کمتری دارد. هرچند در سال‌های اخیر حضور زنان در عرصه فعالیت‌های ورزشی، رشد محسوسی داشته اما این رشد در مقایسه با مشارکت ورزشی مردان و با توجه به آنکه جمعیت زنان قابل ملاحظه نیست و رسیدن به سطح مطلوب مشارکت در امور ورزشی، تلاش‌های بیشتری را می‌طلبد. این واقعیت کاملاً پذیرفته شده است که فعالیت‌های ورزشی برای عموم مردم لازم و مفید است. با وجود همه اسناد و مدارک در خصوص ارزش و جایگاه ورزش و تربیت بدنی در توسعه سلامتی و تندرستی، متأسفانه در کشور ما هنوز اهمیت و ضرورت ورزش در بین اقشار مختلف جامعه شناخته شده نیست (۳۳).

سینگر^۱ در سال (۲۰۰۶) موانع مشارکت ورزشی را به ۲ دسته درونی و بیرونی تقسیم بندی کرد. موانع درونی شامل عواملی مانند فقدان مهارت‌های فیزیکی، فقدان اطمینان و بازدهی، اهداف پیچیده و مبهم بود، همچنین موانع بیرونی شامل: نداشتن و کمبود وقت برای آموزش مناسب، مسئولیت‌های شخصی و خانوادگی و نبود حمایت‌های اجتماعی بود. دسته بندی دیگری که توسط کریک^۲ در سال ۱۹۹۳ در این مورد انجام شد موانع درونی را شامل: احترام به نفس پایین، عدم اطمینان، تضاد بین ارزش‌های بین فردی و اهداف ورزشی، ترس از شکست، تصمیم‌گیری نادرست و فقدان اطلاعات کافی دانست. همچنین موانع بیرونی را شامل: نبود مربی، کلیشه‌ها، نژاد پرستی و تبعیض، عدم پشتیبانی کافی از واحدهای آموزشی ورزشی و.... در نظر گرفته است (۸۶).

عدم تحرک جسمانی دختران یعنی محروم شدن بخش مهمی از افراد جامعه از سلامتی و بهداشت جسمانی، روحی، شادابی که یقیناً صدمات جبران ناپذیری را در کل اجتماع به دنبال خواهد داشت.

ورزش سهم قابل توجهی در اجتماعی کردن جوانان دارد. ورزش نهادی است اجتماعی که ارزش‌ها و هنجارها را به شرکت کنندگان منتقل می‌کند و بدین گونه به هماهنگ ساختن جامعه کمک می‌نماید. دوره جوانی یکی از بحرانی‌ترین دوران‌های زندگی فرد است. ورود به دوره جوانی، فرد را با مشکلات فراوانی دست به گریبان می‌کند. دانشجویان نیز بخشی از جوانان هستند که از فرصت‌های فراغتی زمان دانش‌آموزی خود به کسب علم و دانش پرداخته‌اند بنابراین زمان دانشجویی برایشان بهترین فرصت برای استفاده از برنامه‌های فراغتی و از جمله فعالیت‌های بدنی است تا سرزندگی و نشاط لازم را برای ادامه فعالیت‌های آینده بیشتر بدست آورند (۸۸).

1-Singer

2-Krik

بدیهی است چنانچه دانشگاه نتواند فرصت‌هایی را برای حضور دختران و جوانان در فعالیت ورزشی فراهم سازد، در نهایت آن‌ها انگیزه‌های لازم را از دست داده و از نظر جسمانی ضعیف خواهند شد و به طور مسلم نمی‌توانند مادران قوی و سالم برای نسل آینده باشند. تحقیقات نشان داده است که پرداختن به ورزش و فعالیت‌های بدنی در دوران بزرگسالی به ویژه دوران بارداری، آثار مثبتی روی وضع حمل زنان دارد. همچنین فعالیت ورزشی ضامن سلامتی زنان در دوران کهنسالی و یائسگی است (۱۸).

به دلیل آنکه دانشجویان به مدت ۴ سال در دانشگاه مشغول تحصیل می‌باشند، لذا باید پیشرفت هر نوع برنامه‌ای که برای او در دانشگاه اجرا می‌شود مورد تحقیق و ارزیابی قرار گیرد. صرف ساعت‌ها وقت برای مطالعه، حضور مستمر در کلاس‌ها و بحث و گفتگوهای علمی با اساتید و دانشجویان، رجوع به منابع و مآخذ، حضور در کتابخانه‌ها و آزمایشگاه‌ها، همه از وظایف یک دانشجو است. در چنین شرایطی فراهم‌سازی زمینه استفاده از فعالیت‌های جسمانی می‌تواند توان و تحمل او را در مقابله با مسائل و انطباق با شرایط افزایش داده و یا بسیاری از مشکلات را مرتفع سازد.

در نهایت با توجه به اینکه دانشجویان دانشگاه‌های سراسری و آزاد که بی‌تردید از جوانان آینده ساز کشور هستند و فردا با تصدی مهم‌ترین مشاغل مملکتی مشغول به خدمت خواهند شد، محقق به دنبال پاسخگویی به این سؤالات است که: عوامل بازدارنده ورزشی در میان دانشجویان دانشگاه سراسری سمنان چیست؟ عوامل بازدارنده ورزشی در میان دانشجویان دانشگاه آزاد سمنان چیست؟ چه تفاوتی بین عوامل بازدارنده ورزشی دانشجویان دختر دانشگاه سراسری و آزاد سمنان وجود دارد؟

۲-۱ اهمیت و ضرورت تحقیق

از آنجائیکه در برنامه‌های توسعه کشور، تربیت بدنی و ورزش یکی از محورهای اساسی تعلیم و تربیت و شکوفایی انسان‌ها قلمداد شده است، این امر بدون توجه به برنامه‌های ورزشی رایج و میزان موفقیت آن‌ها در دستیابی به اهدافشان ناممکن است.

فعالیت بدنی و تحرک جسمی می‌تواند میزان سلامتی، قدرت دفاعی و توان جسمی دختران را چند برابر کند و از بیماری‌های گوناگون مانند سرطان رحم، فشارخون بالا، سکت‌های قلبی، دیابت، پوکی استخوان و... جلوگیری کند. در حال حاضر بیماری‌های قلبی و عروقی علت مرگ ۵۰ درصد زنان در کشورهای در حال توسعه شناخته شده است و بیش از ۱۰۰ میلیون نفر از زنان جهان مبتلا به بیماری دیابت هستند که موجب کوری، صدمه‌دیدگی اعصاب، نارسایی کلیه و... می‌شوند. در صورتی که می‌توان با فعالیت جسمانی به میزان قابل توجهی از بیماری‌ها در همان دوران جوانی کاست (۲۶).

تحقیقات نشان داده‌اند در جوامعی که نارسایی‌های کمی و کیفی در ورزش وجود دارد عقب افتادگی آن جامعه نیز چشمگیرتر است. این در حالی است که علما و بزرگان کشورمان ورزش کردن را برای مرد و زن مسلمان لازم می‌دانند و در اسلام پرورش بدن به معنی مراقبت و حفظ سلامت و بهداشت بسیار مورد تأکید قرار گرفته است که در این میان سازندگی و سلامت جسمانی - روانی و اخلاق و معنویت جامعه زنان می‌تواند کارساز و مؤثر باشد و در نظر گرفتن این نکته مهم است که ایجاد انگیزه و علاقمندی به ورزش در بین دختران یکی از ضرورت‌های اجتماعی و فرهنگی می‌باشد (۳).

تحقیقات مختلف نشان داده‌اند که حرکت و فعالیت بدنی، عامل اصلی بقا در موجودات زنده و از جمله انسان است و کم تحرکی، بشر را با بیماری‌های مختلف جسمانی، روانی و مرگ زودرس مواجه می‌سازد. در جوامع صنعتی که بیشتر مردم، فعالیت بدنی کمی دارند تعداد افراد چاق افزایش و سطح آمادگی جسمانی مردم کاهش پیدا کرده است و بیماری‌های قلبی- عروقی، سرطان‌ها، درد عضلات و مفاصل و بیماری‌های روانی مانند اضطراب، پرخاشگری و فشارهای عصبی رو به افزایش است (۱۰).

ورزش و فعالیت بدنی برای جوانان ضرورت داشته روش زندگی مثبت را فراهم می‌کند و باعث خودسازی می‌شود، همچنین از بروز ناهنجاری‌هایی چون مصرف الکل، مواد مخدر و دخانیات، پرخاشگری و خشونت جلوگیری می‌کند. فعالیت ورزشی به فرد می‌آموزد که درست و سالم زندگی کند و کارگروهی را در وی تقویت می‌کند (۲۹).

مطالعه‌ای در نیوزیلند نشان می‌دهد در میان ۱۵ عامل اول مرگ و میر در سال ۱۹۹۶، کم تحرکی به عنوان یک عامل مهم و البته قابل اصلاح که باعث ۳۷/۴٪ از سال‌های از دست رفته عمر است، قرار می‌گیرد. همچنین اثبات شده است که افزایش ۱۵ تا ۲۲٪ فعالیت بدنی افراد بزرگسال باعث کاهش ۱۹۹۴ فقره مرگ و میر ناشی از بیماری‌های قلبی و سرطان روده و دیابت می‌شود.

از دیدگاه دیگر گسترش فعالیت‌های ورزشی و بخصوص ورزش همگانی با مصرف کالای ورزشی و واردات و صادرات آن‌ها و احداث اماکن، تأسیسات و باشگاه‌های ورزشی باعث ایجاد مشاغل فراوان و رونق اقتصادی در کشورها می‌گردد. به طور مثال در سال ۲۰۰۸ تعداد ۹۲۰۰ قایق بادبانی، ۶۲۰۰ قایق موتوری و ۲/۲ میلیون دوچرخه در فرانسه به فروش رسید و بازار فروش کفش ورزشی از ۲۰ میلیون جفت در سال ۱۹۹۹ به ۲۸ میلیون جفت در سال ۲۰۰۰ رسید (۸۵).

مطالعات مختلف نشان داده است فعالیت‌هایی مانند پیاده‌روی و آهسته دویدن برای بلوغ طبیعی و استخوان بندی در دوره‌های مختلف زندگی لازم هستند و باعث کاهش از دست رفتن استخوان می‌گردند، همچنین قدرت عضلانی و تعادل را بهبود می‌بخشند. فعالیت بدنی منظم کمک می‌کند تا میزان استرس و افسردگی بخصوص در میان زنان کاهش یابد.

تحقیقات مختلف نشان داده است میزان افسردگی زنان نسبت به مردان در کشورهای توسعه یافته و در حال توسعه، دو برابر است. فعالیت بدنی به عزت نفس، اعتماد و اتکاء نفس، بهبود مناسبات اجتماعی و وضعیت روانی کمک می‌کند. اگرچه فواید بهداشتی و اجتماعی فعالیت‌های بدنی باید زنان را در مشارکت این‌گونه فعالیت‌ها تشویق کند، اما باید توجه داشت که در مناطق بومی و روستایی و حاشیه شهر که افراد درآمد اندکی دارند، ممکن است زنان نیاز بیشتری به مواردی مانند: تغذیه کافی، حمایت مسئولان، ابتکار برای درآمدزایی و... داشته باشند (۴۴).

در ایران نیز باسوادتر شدن تدریجی جوانان موجب دگرگونی نیازها و مطالبات آن‌ها گردیده و سطح انتظاراتشان را در تأمین نیازهای مختلف از جمله نیازهای ورزشی بالا برده است. کشور ما در مرحله بسیار حساسی از جهان مدرن قرار گرفته که تلاش برای رسیدن به توسعه، جلب توجه کشورهای مختلف، پیوستن به تجارت جهانی، فعال و تأثیر گذار بودن در صحنه‌های بین‌المللی و... از اهداف مهم آن محسوب می‌شود. یکی از عوامل دست‌یابی به این سطح از توسعه، پیشرفت علوم و تکنولوژی و دست‌یابی به آن می‌باشد و این امر در سایه مطالعه، تحقیق و تفحص نیروهای اجتماعی که قشر جوان و تحصیل کرده از اهم آن است، حاصل می‌شود. تحقیقات انجام شده حاکی از آن است که شرکت دانشجویان در فعالیت‌های فوق برنامه و در اهم آن فعالیت و تحرک ورزشی به آن‌ها کمک می‌کند تا قدرت تصمیم‌گیری، توانایی برقراری ارتباطات مختلف انسانی و نحوه مطلوب استفاده از وقت آزاد خود را بدست آورند.

نتایج این تحقیق به مسئولین و برنامه ریزان دانشگاه سراسری و آزاد سمنان کمک خواهد کرد تا نسبت به انگیزه‌های واقعی دانشجویان و موانع و محدودیت‌های فعالیت‌های ورزشی اطلاع حاصل کرده و در جهت کاهش عوامل بازدارنده و مخل در زمینه فعالیت‌های ورزشی، برنامه‌های دقیق و منسجمی جهت استفاده مطلوب امکانات ورزشی دانشجویان فراهم آورده و این قشر جوان جامعه را که آینده سازان کشور هستند به سمت کمال مطلوب جسمی و روحی سوق دهند.

۳-۱ اهداف تحقیق

۱-۳-۱ هدف کلی

بررسی و مقایسه عوامل بازدارنده دانشجویان دختر دانشگاه سراسری و دانشگاه آزاد سمنان از مشارکت در فعالیت‌های ورزشی.

۲-۳-۱ اهداف اختصاصی

۱. تعیین اولویت عوامل فردی، بین فردی و ساختاری بازدارنده دانشجویان دختر دانشگاه سراسری و دانشگاه آزاد سمنان از مشارکت در فعالیت‌های ورزشی.
۲. مقایسه میزان مشارکت ورزشی دانشجویان دختر دانشگاه سراسری سمنان و دانشگاه آزاد سمنان.