

حرکت

شماره ۱۱ - ص ص : ۳۱ - ۲۳

تاریخ دریافت : ۸۰/۱۱/۲۴

تاریخ تصویب : ۸۰/۱۲/۱۸

## بررسی علل عدم شرکت دانش آموزان دختر مقطع متوسطه در فعالیت‌های ورزشی فوق برنامه

دکتر فضل‌ا... باقرزاده<sup>۱</sup> - رسول حمایت طلب - مهدی متقی پور  
استادیار دانشگاه تهران - کارشناس ارشد دانشگاه تهران -  
کارشناس ارشد دانشگاه تهران

### چکیده

هدف اصلی تحقیق حاضر بررسی علل عدم شرکت دانش آموزان دختر مقطع دبیرستان شهرستان تربت حیدریه در فعالیت‌های ورزشی فوق برنامه یا خارج از مدرسه است. بدین منظور ۳۵۴ نفر از دانش آموزان این شهرستان به طور تصادفی براساس جدول ارنسکی انتخاب شدند که پس از توزیع و جمع‌آوری پرسشنامه، حجم نمونه به ۲۶۸ نفر تقلیل یافت. ابزار اندازه‌گیری در این تحقیق، استفاده از پرسشنامه در دو بخش مشخصات فردی (۹ سؤال) و بخش سؤالات اصلی (۲۰ سؤال) بود. با توجه به اهداف و سؤالات تحقیق و نتایج حاصله، اهم محدودیت‌ها و موانع شرکت آزمودنی‌ها در فعالیت‌های ورزشی فوق برنامه به این قرار می‌باشد: کمبود فضا و امکانات لازم (۸۷/۶۹٪)، عدم توجه مسئولان (۸۴/۱۵٪)، نامناسب بودن وقت فعالیت اماکن ورزشی (۸۱/۵۸٪)، نداشتن وقت آزاد (۶۹/۰۶٪)، زیاد بودن هزینه شرکت در فعالیت‌های ورزشی فوق برنامه (۶۷/۳٪)، ترس از افت تحصیلی (۶۴/۰۴٪)، عدم تخصص مربیان اماکن ورزشی (۶۴/۰۲٪)، مزاحمت از جانب دیگران در مسیر رفت و برگشت (۵۹/۹۲٪)، نداشتن اطلاعات کافی در مورد ورزش (۵۵/۵۱٪)، عدم علاقه به ورزش (۵۳/۰۱٪) و مخالفت والدین (۴۳/۸۲٪).

## واژه‌های کلیدی

اوقات فراغت، فوق برنامه، فعالیت‌های ورزشی، اماکن ورزشی و دانش آموز.

### مقدمه

موضوع اوقات فراغت واژه جدید و غریبی نیست، اما با گذشت زمان و ماشینی شدن زندگی جوامع بشری، شکل جدی تری به خود گرفته و با کاهش ساعات کار، بر میزان آن افزوده شده است. بنا به تعریف، اوقات فراغت فرصت آزادی است که برای انجام کار خاصی مورد بهره‌برداری قرار نمی‌گیرد، ولی در عین حال می‌تواند برای طیف وسیعی از فعالیت‌های مختلف به کار رود که شخص به دلخواه به آن می‌پردازد، اما سؤال این است که کدام فعالیت در زمان مؤثرترین و سودمندترین است و ورزش در این مورد چه نقشی دارد؟ از سوی دیگر، در دو دهه گذشته پیشرفت‌های زیادی در خصوص فعالیت‌های ورزشی دختران و زنان حاصل آمده است. امروزه دختران نسبت به نسل‌های گذشته فرصت‌های زیادتری برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی دارند. بسیاری از مشکلات که مانع حضور دختران در فعالیت‌های ورزشی می‌گردد، از بین رفته است. با وجود این، تأثیر عوامل فرهنگی و اجتماعی حاکم بر جوامع در اجرای فعالیت‌های ورزشی زنان نسبت به مردان متفاوت است و ضرورتاً به توجه بیشتری نیاز خواهد داشت (۷).

بر اساس نتایج تحقیقات در زمینه ورزش دختران، نیاز دختران به ورزش در مراحل مختلف زندگی کاملاً بدیهی است. سیستم ادراکی و حرکتی کودک در اثر جنبش و فعالیت توسعه می‌یابد. کودکان در قالب حرکات، بسیاری از خواسته‌ها و علایق خود را که بیان آنها از طریق زبان امکان‌پذیر نیست، بیان می‌کنند. کودکان با انجام ورزش‌های مختلف، مهارت‌های حرکتی پایه را می‌آموزند. دوره نوجوانی، دوران سرعت رشد و نمو دختران است، اما این افزایش در سرعت رشد با افزایش قابلیت‌های حرکتی همراه نیست. در دوران بلوغ تأثیر اجتماعی خانواده بر دختران کمتر می‌شود و نقش عمده را همکلاس‌ها، همسن و سال‌ها ایفا می‌کنند (۳). بدیهی است چنانچه جامعه نتواند فرصت‌هایی برای حضور دختران در فعالیت‌های ورزشی فراهم سازد، در نهایت آنها انگیزه‌های لازم را از دست داده و از نظر جسمانی ضعیف خواهند شد و به‌طور مسلم نمی‌توانند مادران قوی و سالم برای نسل آینده

باشند.

تحقیقات نشان داده است که پرداختن به ورزش و فعالیت‌های بدنی در دوران بزرگسالی بویژه دوران بارداری، آثار مثبتی روی وضع حمل زنان دارد. همچنین تمرینات ورزشی ضامن سلامتی زنان در دوران پس از بزرگسالی (دوران کهنسالی و یائسگی) است (۱۰ و ۱۱). بر همین اساس نکته قابل توجه این است که چشم‌انداز روشنی از ورزش بانوان و دختران فراروی مسئولین نیست از این رو توجه صاحب‌نظران و متخصصان را به این موضوع مهم جلب کرده است. شرکت بانوان در فعالیت‌ها و رقابت‌های ورزشی به عنوان یک فعالیت مفرح یا برای دستیابی به سلامت و تندرستی، به سرعت در حال فزونی و افزایش است. این امر جای بسی امیدواری را برای تحرک، پویایی و بالندگی این قشر عظیم جامعه در پی دارد. این در حالی است که متأسفانه جامعه ما هنوز آن طور که باید و شاید به اهمیت و ضرورت ورزش در بین دختران که مادران آینده جامعه می‌باشند و سلامتی افراد جامعه آینده در گرو سلامتی آنان است، پی نبرده است. به عبارت دیگر، عدم تحرک جسمانی دختران و بانوان، یعنی محروم شدن بخش مهم جامعه از سلامتی و بهداشت جسمانی و روانی و شادابی و کارایی لازم، که یقیناً لطمه‌های جبران‌ناپذیر برای کل جامعه به دنبال خواهد داشت (۶) بنابراین با توجه به اهمیت و نقش فعالیت‌های بدنی در سلامتی و بهداشت و با توجه به نتایج تحقیقات متعدد مبنی بر آثار مفید و مثبت ورزش و فعالیت‌های بدنی بر کلیه اقسام جامعه، تحقیق و بررسی در زمینه علل عدم شرکت مردم، به‌ویژه دختران در فعالیت‌های ورزشی ضروری می‌نماید.

## روش تحقیق

چنانچه پیش از این ذکر شده، هدف این تحقیق مطالعه و بررسی علل عدم شرکت دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان تربت‌حیدریه در فعالیت‌های ورزشی فوق‌برنامه بوده است. جامعه آماری تحقیق حاضر را دانش‌آموزان دختر مقطع دبیرستان این شهرستان تشکیل می‌دهند. به منظور جمع‌آوری اطلاعات، ۳۵۴ نفر به روش کاملاً تصادفی و براساس جدول ارنیستی انتخاب شدند. پس از توزیع پرسشنامه‌ها به تعداد پیش‌بینی شده (۳۵۴ عدد) و جمع‌آوری و بررسی آنها، تعداد پرسشنامه‌های قابل قبول جهت مطالعه در این پژوهش به ۲۶۸ عدد تقلیل یافت. شایان ذکر است که روش تحقیق مورد استفاده در این تحقیق، از نوع توصیفی

بوده است.

### ابزار تحقیق

ابزار جمع‌آوری اطلاعات، پرسشنامه‌ای است که توسط محقق و با نظر استادان راهنما و مشاور تهیه و تنظیم شد. در مرحله بعد، برای افزایش و روایی پرسشنامه، به چند تن از استادان متخصص در این زمینه، ارائه گردید. پرسشنامه مذکور از دو بخش مشخصات فردی (۹ سؤال) و سؤالات اصلی (۱۹ سؤال بسته و ۱ سؤال باز) تشکیل می‌باشد. در ادامه به منظور توصیف و شرح اطلاعات موجود در پرسشنامه‌ها، از آمار توصیفی، شامل فراوانی مطلق، نسبی و میانگین استفاده شد.

### نتایج و یافته‌های تحقیق

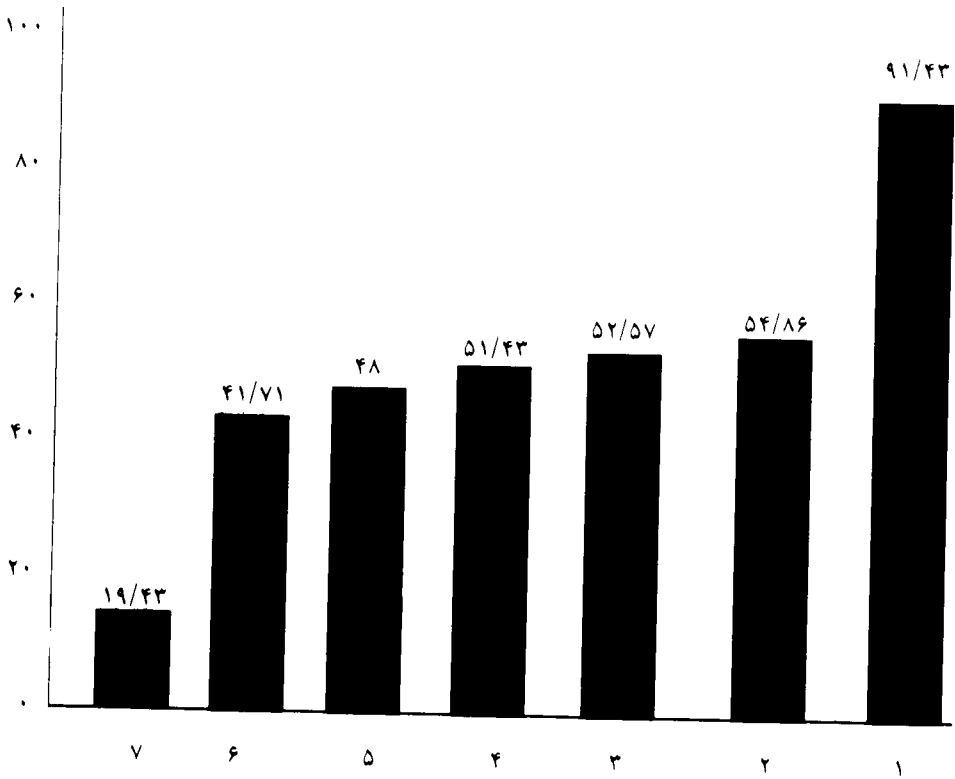
در یک جمع‌بندی کلی، علل نپرداختن آزمودنی‌ها به فعالیت‌های ورزشی فوق‌برنامه بر اساس اطلاعات موجود در پرسشنامه‌ها به ترتیب زیر است:

کمبود فضا، امکانات و تجهیزات لازم (۸۷/۹۶٪)، عدم توجه مسئولان به ورزش دختران (۸۴/۱۵٪)، نامناسب بودن وقت فعالیت اماکن ورزشی (۸۱/۵۸٪)، نداشتن وقت آزاد (۶۹/۰۶٪)، زیادبودن هزینه شرکت در فعالیت‌های ورزشی فوق‌برنامه (۶۷/۳٪)، ترس از افت تحصیلی (۶۴/۰۴٪)، عدم تخصص مربیان اماکن ورزشی (۶۴/۰۲٪)، مزاحمت از جانب دیگران در مسیر رفت و برگشت (۵۹/۹۲٪)، نداشتن اطلاعات کافی در مورد ورزش (۵۵/۵۱٪)، عدم علاقه به ورزش (۵۳/۰۱٪)، مخالفت والدین (۴۳/۸۲٪)، تنبلی (۴۰/۹۸٪)، نگرانی از نگرش منفی سایرین (۴۰/۸۲٪)، ترس از عدم موفقیت در فعالیت‌های فوق‌برنامه (۴۰/۶۸٪)، ترس از گرایش به سمت بزهکاری‌های اجتماعی (۳۹/۸۵٪)، نگرانی از آسیب‌رسیدن به اعتقادات مذهبی (۳۸/۸۱٪)، تفکر تأثیرات منفی ورزش بر ظاهر زنانه (۳۳/۴٪)، اشتغال به سایر فعالیت‌ها (۳۲/۷۱٪) و عدم سلامتی جسمانی (۲۰/۴۵٪).

همچنین از ۲۶۸ پرسشنامه جمع‌آوری شده، ۶۵/۳٪ آزمودنی‌ها به سؤال باز پرسشنامه جواب داده بودند که نتایج آن در جدول و نمودار آورده شده است.

جدول ۱- توزیع نظر آزمودنی‌ها در خصوص موانع و محدودیت‌های شرکت در فعالیت‌های ورزش فوق‌برنامه

| محدودیت‌ها   | شاخص‌های آماری | فراوانی ساده | درصد اصلاح شده |
|--|----------------|--------------|----------------|
| کمبود سالن‌های ورزشی در نقاط مختلف شهر، بویژه در مناطق مرکزی که از جمعیت بیشتری برخوردار است |                | ۱۶۰          | %۹۱/۴۳         |
| عدم اطلاع خانواده‌ها از فواید ورزش و عدم اطمینان آنان از امنیت اماکن ورزشی                   |                | ۹۶           | %۵۴/۸۶         |
| عدم وجود رشته‌های متنوع ورزش از قبیل ورزش‌های رزمی، کوهنوردی و بویژه فوتبال                  |                | ۹۲           | %۵۲/۵۷         |
| عدم وجود سالن‌ها و اماکن ورزشی که منحصراً مختص بانوان باشد.                                  |                | ۹۰           | %۵۱/۴۳         |
| نبودن سرویس رفت و برگشت از مکان‌های مختلف شهر به سالن‌های ورزشی                              |                | ۸۴           | %۴۸            |
| اهمیت ندادن به ورزش دختران از سوی مسئولین ورزشی، دبیران ورزش، مدیران مدارس                   |                | ۷۳           | %۴۱/۷۱         |
| اهمیت ندادن به درس ورزش در مدارس از سوی اداره آموزش و پرورش                                  |                | ۳۴           | %۱۹/۴۳         |



نمودار ۱- توزیع نظر آزمودنی‌ها در خصوص موانع و محدودیت‌های شرکت در فعالیت‌های ورزشی فوق برنامه

- ۱- کمبود امکانات در نقاط مختلف شهر
- ۲- عدم اطلاع و اطمینان خانواده‌ها از فواید ورزش و امنیت اماکن
- ۳- عدم وجود رشته‌های متنوع
- ۴- عدم وجود سالن‌های اختصاصی
- ۵- نبودن سرویس رفت و برگشت
- ۶- اهمیت ندادن به ورزش دختران
- ۷- اهمیت ندادن به درس ورزش

## بحث و نتیجه‌گیری

با بررسی اطلاعات به دست آمده، مشخص می‌شود که یکی از عمده‌ترین دلایل نپرداختن آزمودنی‌ها (دختران مقطع دبیرستان) به فعالیت‌های ورزشی خارج از مدرسه، کمبود فضای کافی و مناسب ورزش برای دختران است. به طوری که ۶۹/۸۶٪ آزمودنی‌ها این موضوع را تأیید کردند، این امر با برخی از یافته‌ها مبنی بر اینکه عدم وجود امکانات کافی یکی از اصلی‌ترین عوامل بازدارنده شرکت در فعالیت‌های ورزشی در اوقات فراغت است، مطابقت دارد (۲۵). کمبود تأسیسات و مکان‌های ورزشی ویژه خواهران از جمله مسائل عمده ورزش بانوان کشور است. در حال حاضر، ورزش بانوان کشور با کمبودهای فراوانی از جمله کمبود ورزشگاه‌های اختصاصی، نیروی انسانی و منابع اعتبار روبروست. این مسئله موجب شده تا برای رفع بخشی از نیازها، تأسیسات ورزشی موجود به طور مشترک مورد استفاده قرار گیرد که در واقع جوابگوی خیل عظیم علاقه‌مندان و مشتاقان نیست (۶). از طرفی، بیش از ۸۰٪ آزمودنی‌ها عدم شرکت خود در فعالیت‌های ورزشی را متأثر از عدم توجه مسئولان ورزشی ذکر کرده‌اند. در این خصوص مسئولان ورزش کشور و بویژه مسئولان ورزشی بانوان باید با دقت و حوصله زیاد و با برنامه‌ریزی و سازماندهی و رفع موانع و طرح ابتکارات جدید، زمینه را برای حضور فعال‌تر در صحنه‌های ورزش فراهم آورند (۶). همچنین همکاری تربیت‌بدنی آموزشگاه‌ها، مدیران و معلمان ورزش در مدارس و برگزاری مسابقات مختلف برای این قشر جامعه به علاقه و رغبت آنان نسبت به ورزش خواهد افزود. مشارکت همگانی عامل مهمی در ترویج و توسعه تربیت‌بدنی به شمار می‌آید (۸). همچنین درصد زیادی از آزمودنی‌ها (۵۸/۸۱٪) نامناسب بودن وقت فعالیت فضاها و امکان ورزشی را دلیل عدم شرکت خود در فعالیت‌های ورزشی اعلام کرده‌اند. در این زمینه، به نظر می‌رسد عدم برنامه‌ریزی صحیح در اماکن ورزشی از یک طرف و وجود مدارس دو شیفت شهرستان مورد مطالعه از سوی دیگر، با این مقوله بی‌ارتباط نیست.

نداشتن وقت آزاد، زیاد بودن هزینه شرکت در فعالیت‌های ورزشی فوق برنامه و خارج از مدرسه، ترس از افت تحصیلی، عدم تخصص مربیان اماکن ورزشی و مزاحمت از جانب دیگران در مسیر رفت و برگشت، از عوامل مؤثر در نپرداختن دختران به فعالیت‌های ورزشی در خارج از مدرسه است. در این مورد به نظر می‌رسد با برنامه‌ریزی اصولی از طرف والدین و معلمان،

ایجاد مراکز و اماکن ورزشی رایگان حداقل برای دانش‌آموزان از طرف آموزش و پرورش و نهادهای دولتی، تربیت مربیان مجرب و با تهیه سرویس‌های رفت و برگشت، می‌توان زمینه شرکت دختران را در فعالیت‌های ورزشی فراهم آورد و آنان را نسبت به این امر مهم ترغیب کرد (۴). علاوه بر این، عدم اطلاعات کافی در مورد ورزش، نداشتن علاقه به ورزش، مخالفت از جانب والدین، تنبلی، نگرانی از آسیب رسیدن به اعتقادات دینی - مذهبی، تفکر تأثیرات منفی ورزش بر ظاهر زنانه، اشتغال به سایر فعالیت‌ها، ترس از عدم موفقیت در فعالیت‌های فوق‌برنامه، نگرانی از نگرش منفی سایرین، ترس از گرایش به سمت بزهکاری‌های اجتماعی و عدم سلامت جسمانی، از دیگر دلایل نپرداختن دختران به فعالیت‌های ورزشی فوق‌برنامه و خارج از مدرسه است. از آنجاکه مقوله تربیت بدنی و ورزش می‌تواند وسیله تفریح و گذراندن اوقات فراغت و ابزار مؤثری برای جلوگیری از انواع انحرافات اجتماعی به‌ویژه، اعتیاد و مواد مخدر باشد (۱۱) و با توجه به اینکه دختران و بانوان ورزشکار می‌توانند بازدهی مفیدتر و کارایی بیشتری در محیط زندگی فردی و اجتماعی داشته و از لحاظ جسمی و روحی در وضعیت ایده‌آل باشند بر اساس تحقیقات به عمل آمده (۱۲ و ۱۹) برنامه‌ریزی و سازماندهی اجمالی و دقیق در زمینه ترویج و گسترش تربیت بدنی و ورزش در جامعه، بخصوص در بین دختران که مادران آینده هر مملکتی می‌باشند، ضروری می‌نماید.

## منابع و مأخذ

- ۱- اشرفی، منصور. «ارزشی طبی ورزش». انتشارات اداره کل تربیت بدنی تهران، ۱۳۶۴.
- ۲- تندنویس، فریدون. «جایگاه ورزش در اوقات فراغت دانشجویان کشور»، پایان‌نامه دوره دکتری تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تهران، ۱۳۷۵.
- ۳- شجاعی، فریده. «دختران جوان»، زیور ورزش، ماهنامه اداره کل تربیت بدنی خاوران، شماره ۱، اسفندماه ۱۳۷۸.
- ۴- عسگریان، مصطفی. «جایگاه تربیت بدنی و ورزش و اوقات فراغت دانش‌آموزان»، اولین کنگره علمی ورزش مدارس کشور، انتشارات اداره کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش، اصفهان، ۱۳۷۳.



- ۵- فرج‌الهی، نصرت‌ا... «جایگاه تربیت‌بدنی و ورزش در گذران اوقات فراغت دانشجویان دختر دانشگاه تهران»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد تربیت‌بدنی و علوم ورزشی. دانشگاه تهران، ۱۳۷۳.
- ۶- کوزه‌چیان، هاشم. «اهمیت و ضرورت فعالیت‌های ورزشی برای دختران جوان»، زیور ورزش، ماهنامه اداره کل تربیت‌بدنی دختران، شماره ۳، اردیبهشت ۱۳۷۹.
- ۷- مارتنز، رینر. «زوان‌شناسی ورزش». ترجمه دکتر محمد خبیری، انتشارات کمیته ملی المپیک جمهوری اسلامی ایران، بهار ۱۳۷۳.
- ۸- محدثی، شفیعه. «جایگاه مشارکت همگانی در تربیت‌بدنی». مجموعه مقالات اولین کنگره علمی بین‌المللی تربیت‌بدنی و ورزش دانش‌آموزان دختر، تهران، بهمن ۱۳۷۹.
- 9- Beatty, Sharon E & et al . "A Cross - National Study of Lisure Activities", *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 1994, 25(3).
- 10- Garton Alison, F, Partt Chris . "Lisure Activities of Adolesence School Students , Predictors of Participation and Interest", *Journal of Adolesence*, 1997, (14).
- 11- Powell E. Kenneth & et al. "Progress and Problems in the Promotion of Physical Activity, Sport for All", Elsevier Publishers, 1991, P : 55.
- 12- Uitenbroek DG, Mcqueen. DV, "Lisure time Physical Activity Behavior in Three British Cities", *Soz-Pravetivmed*, 1997, 36(6), PP : 307-314

