

مقایسه جایگاه فعالیت‌های بدنی در اوقات فراغت دختران جوان اقشار کم درآمد و پر درآمد شهر تهران

فاطمه جعفری^{۱*}، علی زارعی^۲، محمد رضا اسمعیلی^۲، سمیه کمانی^۱

۱- کارشناس ارشد تربیت بدنی

۲- استادیار گروه مدیریت ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی

چکیده

هدف از مطالعه حاضر مقایسه جایگاه فعالیت‌های بدنی در اوقات فراغت دختران جوان ۲۰ تا ۲۵ سال اقشار کم درآمد و پردرآمد شهر تهران بود. داده‌های بدست آمده از میان ۳۸۴ دختر جوان بیست تا بیست و پنج سال شهر تهران با (M=۲۲) سال، جمع‌آوری شد. در طول دو هفته، پرسش‌نامه محقق ساخته شده (برگرفته از سوالات پرسش‌نامه اوقات فراغت تندنویس، پرسش‌نامه ISSP و صفانیا)، به صورت داوطلبانه تکمیل گردید. یافته‌ها نشان داد فعالیت بدنی در اوقات فراغت دختران اقشار کم درآمد رتبه سوم و برای دختران اقشار پر درآمد رتبه هفتم را داشته است اما میزان پرداختن دختران پر درآمد به فعالیت‌های بدنی بیشتر از دختران کم درآمد است. هم‌چنین دختران اقشار پر درآمد و کم درآمد بدون توجه به سطح تحصیلات خود و بر اساس علائق شخصی و با توجه به وضعیت خانوادگی خود به سمت فعالیت‌های بدنی می‌روند. بنابراین، نتایج تحقیق نشان داده است که میان نحوه گذران اوقات فراغت دختران اقشار کم درآمد و پر درآمد و هم‌چنین جایگاه فعالیت بدنی در گذران اوقات فراغت آن‌ها تفاوت معناداری وجود دارد.

واژه‌های کلیدی: اوقات فراغت، فعالیت بدنی جوان، قشر کم درآمد و پر درآمد

Comparing Status of Physical Activities in Leisure Time of Young Girls on Low Income and High Income in Tehran

Jafari Siavashani, F¹. Zarei, A². Esmaili, M, R². Kamani, S¹.

1- (M.Sc.), Physical Education

2-Assistant Professor Islamic Azad University, Central Tehran Branch

ABSTRACT

Leisure time is closely related to spiritual and cultural life of man and society since one can do whatever he prefers to do and can display his capabilities in his leisure time. This study aims at comparing status of physical activities in leisure time of young girls between 20 to 25 on low income and high income in Tehran. The data collected from 384 young girls aged 20 to 25 (M=22). The questionnaire prepared by the researcher (taken from the leisure time questionnaire prepared by ISSP questionnaire) was completed within 2 weeks voluntarily. Descriptive and inferential statistics (Chi-Square, Mann-Whitney, Friedman and Kroskal-Wallis) were used for comparing the concerned variables between low income and high income groups. The findings indicated that physical activity in leisure time scored 3 and 7 in girls on low incomes and high incomes, respectively. However, girls on high incomes spend more time on physical activities and sports than those on low incomes. Girls on high and low incomes both spend their leisure time on physical activities regardless of their education and only based on their personal interests. By comparison, both high incomes and low incomes groups are satisfied with spending their leisure time to the same extent though the former are more satisfied. Therefore, the results have revealed that there is a meaningful difference between spending leisure time by girls on low incomes and high incomes and status of physical activities and sports in their leisure time.

Key words: Leisure Time, Income and High Income, Physical Activity, Young Girl

مقدمه

همکاران ۲۰۰۵ و پیران ۱۳۸۰) و یا دخترانی که والدین آن ها دارای تحصیلات بیشتر هستند و یا خود آن ها به تحصیلات آکادمیک پرداخته اند زمان بیشتری را صرف ورزش می کنند (مهدی پور ۱۳۷۲) در نهایت صرف نظر از عوامل فرهنگی که بیش از همه بر فراغت مردان و زنان جامعه تاثیر می گذارد، وقت فراغت زنان تابعی است از خدمات اجتماعی و مراقبت‌های بهداشتی عمومی، مشارکت سایر اعضای خانواده در کار خانگی، گسترش فضاها و تسهیلات تفریحی و ورزشی عمومی برای زنان (هوشیار ۱۳۷۷).

یکی از روش هایی که می تواند اوقات فراغت افراد جامعه را به خصوص دختران جوان آن جامعه را زیر پوشش قرار داده و بسیاری از ضعف ها و کمبودهای جسمانی را رفع کند، ورزش و تفریحات سالم است. چون ورزش و تربیت بدنی به عنوان یکی از روش های گذران اوقات فراغت دانشجویان محسوب می شود. به طوری که بعد از مطالعه اولین رتبه را در میان دانشجویان دارد (سرین^۲ و همکاران ۲۰۰۸). به عبارتی، تمایل دختران و پسران در اموری چون رفتن به باشگاه ها و ورزشگاه ها و تماشای تلویزیون و گوش دادن به رادیو و موسیقی تقریباً به یک نسبت بوده و اکثر دختران و پسران علاقه زیادی به انجام این کارها در ایام فراغت خود داشتند. البته دختران نسبت به نبود فضای ورزشی مناسب و کافی و یا به عدم رضایت خانواده ها از پرداختن آن ها به بعضی از رشته های ورزشی احساس ناراضی بیشتری نسبت به پسران داشتند (رودرز^۳ و همکاران ۲۰۰۷). از سویی دیگر معلوم گردید که انتخاب فعالیت هایی نظیر پیاده روی در زمان فراغت ارتباطی با سطح طبقاتی افراد ندارد، بلکه فرد با توجه به علائق شخصی و تاثیرات محیطی به سمت این فعالیت می رود و با توجه به امکانات موجود آن را یا به صورت فعالیت آزاد در محیط و یا در فضاهای سر بسته انجام می دهند (مهدی پور ۱۳۷۲) همچنین باید این نکته را نیز در نظر داشت، جوانانی که از لحاظ خانوادگی دارای دارای زندگی بهتر و امنیت بیشتری هستند با فراغ بال و انگیزه مضاعفی به انواع فعالیت های بدنی در اوقات فراغت خود می پردازند چون این دسته از جوانان نگران هزینه های سنگین بعضی از کلاس های ورزشی نمی باشند (رحمانی ۱۳۷۵).

اوقات فراغت امروزه از چنان اهمیتی برخوردار است که از آن به مثابه آیینی «فرهنگ» جامعه یاد می کنند. علاوه بر این، موضوع اوقات فراغت از دیر باز مورد توجه بشر بوده است (احمدی ۱۳۸۰) و وسیله ای مؤثر برای پرورش قوای فکری، جسمی و اخلاقی افراد بوده و عاملی برای جلوگیری از کجروی های اجتماعی محسوب می شود (خادم ۱۳۸۴). فعالیت های فراغتی، بویژه فعالیت های بدنی، سهم قابل توجهی در اجتماعی کردن جوانان دارند. فعالیت بدنی نهادی است اجتماعی که ارزش ها و هنجارها را به شرکت کنندگان منتقل و بدین گونه، به هماهنگ ساختن جامعه کمک می نماید (الهام پور، ۱۳۸۰). دوره جوانی یکی از بحرانی ترین دوران های زندگی فرد است. ورود به دوره جوانی فرد را با مشکلات فراوانی دست به گریبان می کند (سلگی و همکاران ۱۳۸۵). دختران جوان نیز بخشی از جوانان جامعه هستند به نحوی که مطالعات انجام شده نشان می دهد وضعیت کنونی اوقات فراغت جامعه اعم از بانوان و جوانان از نظر کمی و کیفی نامناسب است و بانوان خانه دار که از افسردگی رنج می برند، دختران جوانی که به دلیل فقر حرکتی، سلامت جسمی و روانی شان تحلیل می رود و نسل جوانی که به علت نبود ساز و کار مناسب و تعریف نشده در حوزه اوقات فراغت فرایند جامعه پذیری و کسب تجارب نسل های پیشین را طی نمی کنند، این ها همه از تبعات بی برنامه‌گی و کمبود شدید امکانات ورزشی در زمینه اوقات فراغت است. بنابراین اگر فضاهای تفریحی- ورزشی، از سوی حوزه مدیریتی تعریف نشود، جوان خود ناچار است آن فضا را شخصاً تعیین می کند (نوابی نژاد، شکوه ۱۳۷۹).

به این محدودیت های فضایی باید عامل مادی درآمد را نیز افزود. زنان غیرشاغل و فاقد درآمد، به لحاظ درآمد «قابل مصرف»، به شوهران شان وابسته اند و زنان شاغل اگرچه از این نظر وضعیت بهتری دارند اما چنانچه متاهل باشند وقت آزاد کمتری در اختیار دارند. با این همه، طبقه، درآمد و تحصیل نیز ممکن است پاره‌ای از محدودیت‌هایی را که پدر سالاری بر فرصت‌های اوقات فراغت زنان تحمیل می کند، کاهش دهد. به نحوی که دختران با تحصیلات پایین بدلیل نا آگاهی و پرداختن به شغل های گوناگون فرصتی برای پرداختن به ورزش در اوقات آزاد خود ندارند (پیتساووس^۱ و

1- Pitsavos et al 2005 2- Cerin et al 2008
3- Rhodes et al 2007

روش‌شناسی

آزمودنی‌ها

بر اساس اطلاعات و آمار ارائه شده توسط مرکز آمار ایران تعداد کل دختران جوان بیست تا بیست و پنج سال شهر تهران ۵۰۷۰۰۰ نفر بوده، که جامعه آماری این تحقیق را تشکیل داده‌اند. از میان این تعداد، با توجه به فرمول نمونه‌گیری معتبر و استاندارد کوکران تعداد ۳۸۴ نفر انتخاب شده‌اند.

بر اساس گزارش مرکز آمار ایران و بانک مرکزی خط فقر در شهر تهران، در سال ۱۳۸۷ بر اساس نرخ تورم ۲۰ درصدی، در حدود هفتصد هزار تومان بوده است. بنابراین، افرادی که در این تحقیق در حدود و یا پایین‌تر از این میزان درآمد داشتند جزو اقشار کم درآمد و یا حتی متعلق به خط فقر محسوب می‌گردیدند و افرادی که بالاتر از حد متوسط درآمد (هشتصد هزار تومان) را داشته باشند، جزو اقشار پر درآمد محسوب می‌گردیدند.

ابزار اندازه‌گیری

ابزار جمع‌آوری داده‌ها در تحقیق حاضر، پرسش‌نامه محقق ساخته شده (برگرفته از سوالات پرسش‌نامه اوقات فراغت، تندنویس و صفنیا) می‌باشد. این پرسش‌نامه جهت سنجش متغیرهای تحقیق و با توجه به اهداف تحقیق، به روش سوالات بسته پاسخ طراحی و تنظیم شده است. پرسشنامه حاوی ۲۶ سوال با مقیاس لیکرت می‌باشد. اعتبار صوری پرسش‌نامه توسط کارشناسان و متخصصان رشته مدیریت ورزشی مورد بررسی قرار گرفته شد همچنین در یک مطالعه آزمایشی پایایی پرسش‌نامه نیز از طریق آزمون آلفای کرونباخ میزان ۷۵ درصد گزارش گردید.

روش جمع‌آوری داده‌ها

به منظور جمع‌آوری داده‌ها، اطلاعات با استفاده از روش کتابخانه‌ای (جمع‌آوری اطلاعات از طریق اینترنت و مراجعه به مقالات و پایان‌نامه‌ها) و میدانی (به دلیل گستردگی شهر تهران و به منظور جمع‌آوری داده‌ها، ابتدا شهر تهران را بر اساس نمونه‌گیری خوشه‌ای به ۵ منطقه جغرافیایی (شمال، جنوب، مرکز، شرق و غرب) تقسیم و از هر منطقه جغرافیایی با استفاده از روش تصادفی ساده نمونه‌های مورد نظر انتخاب شده‌اند و پرسش‌نامه‌ها به مدت سه هفته در

میان نمونه‌ها پخش و جمع‌آوری گردید.

روش آماری

جهت تجزیه و تحلیل یافته‌های این تحقیق از روش‌های آمار توصیفی در دسته‌بندی و خلاصه کردن داده‌ها، تدوین جداول فراوانی و درصد استفاده شده است. جهت انجام آزمون‌های فرضیه، از آزمون‌های ناپارامتریک کای-اسکور^۵، فریدمن، آزمون یو-مان-ویتنی^۶ و کروسکال-والیس جهت انجام مقایسه متغیرهای مورد نظر میان اقشار پردرآمد و کم درآمد استفاده شده است. سطح معناداری ۰/۰۵ در نظر گرفته می‌شود و داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS15 محاسبه شده‌اند.

یافته‌ها

برای اطلاع از سن پاسخگویان و کمیت آنها سوال مربوط به سن طراحی شده و اطلاعات مربوط جمع‌آوری گردید که نتایج به دست آمده به شرح جدول زیر جدول ۱ می‌باشد. جدول ۱ نشان می‌دهد، بیشترین درصد آزمودنی‌ها ۲۰ ساله بوده‌اند. میانگین سن دختران حدود ۲۲ سال بود. در جدول ۲ مشاهده می‌شود، حدود ۵۴ درصد حجم نمونه مورد بررسی بالای فوق دیپلم و حدود ۷ درصد دیپلم، ۱۸ درصد فوق لیسانس، ۱۳ درصد فوق دیپلم و حدود ۱ درصد تحصیلات زیر دیپلم داشته‌اند. براساس یافته‌های جدول ۳، ۶۳ درصد آزمودنی‌ها در خانواده‌ای با درآمد ماهیانه بیش از ۶۰۰ هزار تومان (پردرآمد) و ۳۷/۹ درصد آزمودنی‌ها در خانواده‌ای با درآمد زیر ۶۰۰ هزار تومان (کم درآمد) زندگی می‌کنند. براساس یافته‌های شکل ۱، در خانواده‌های کم درآمد فعالیت‌های ورزشی رتبه سوم را در گذران اوقات فراغت دارد در حالی که در خانواده‌های پردرآمد فعالیت‌های ورزشی برای گذران اوقات فراغت دختران در اولویت هفتم قرار دارد.

4- Chi-Square

5- Mann-Whitney

جدول ۱. توزیع حجم نمونه آماری به تفکیک سن

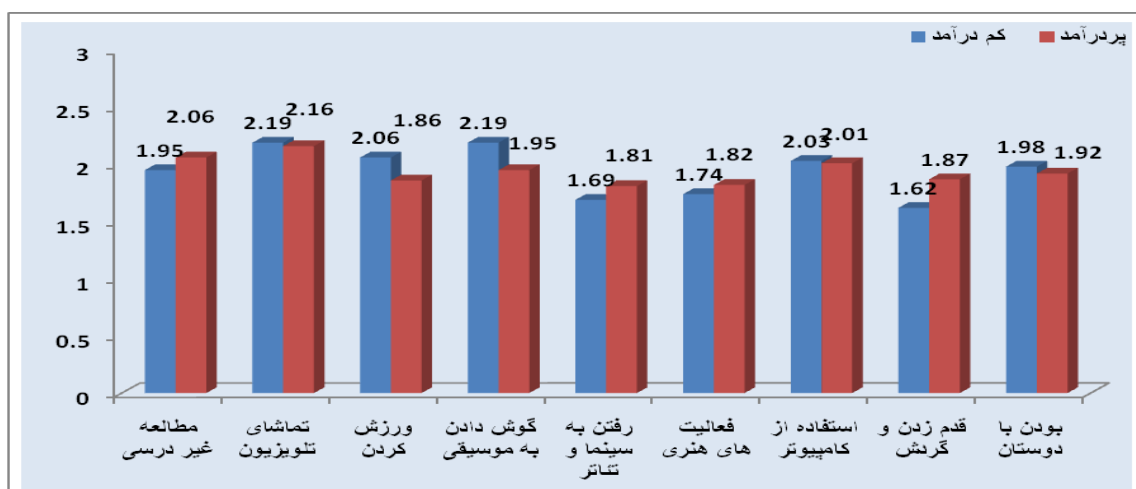
سن	سال ۲۰	سال ۲۱	سال ۲۲	سال ۲۳	سال ۲۴	سال ۲۵
فراوانی	۱۱۱	۴۷	۳۹	۴۰	۴۲	۱۰۴
درصد	۲۹	۱۲/۳	۱۰/۲	۱۰/۴	۱۱	۲۷/۲

جدول ۲. سطح تحصیلات آزمودنی ها

سطح تحصیلی متغیر	زیر دیپلم	دیپلم	فوق دیپلم	لیسانس	فوق لیسانس
فراوانی	۳	۸۴	۵۱	۱۷۷	۶۸
درصد	۰/۸	۲۱/۹	۱۳/۳	۴۶/۲	۱۷/۸

جدول ۳. میزان درآمد خانواده آزمودنی ها

درآمد	کمتر از ۴۰۰ هزار تومان	۴۰۰ تا ۵۹۹ هزار تومان	۶۰۰ تا ۷۹۹ هزار تومان	۸۰۰ تا ۹۹۹ هزار تومان	بیش از یک میلیون تومان
فراوانی	۴۲	۱۰۳	۵۵	۸۳	۱۰۰
درصد	۱۱	۲۶/۹	۱۴/۴	۲۱/۷	۲۶/۱



شکل ۱. اولویت فعالیت های مورد علاقه دختران اقبال پر درآمد و کم درآمد در اوقات فراغت

جدول ۴. مدت زمان ورزش کردن آزمودنی‌ها

گروه		کمتر از یک ساعت	یک ساعت	۱-۱/۳۰ ساعت	۲ ساعت	بیشتر از ۲ ساعت
		کم درآمد	فراوانی	۷۳	۳۵	۱۵
	درصد	۵۳/۳	۲۵/۵	۱۰/۹	۷/۳	۲/۹
پردرآمد	فراوانی	۱۰۴	۴۵	۴۰	۲۷	۱۵
	درصد	۴۵	۱۹/۵	۱۷/۳	۱۱/۷	۶/۵
مجموع	فراوانی	۱۷۷	۸۰	۵۵	۳۷	۱۹
	درصد	۴۸/۱	۲۱/۷	۱۴/۹	۱۰/۱	۵/۲

جدول ۵. فعالیت‌های بدنی انجام شده توسط آزمودنی‌ها در زمان فراغت

رتبه	اولویت			فعالیت بدنی	گروه
	سوم	دوم	اول		
۲/۴۴	۱۷	۲۷	۶۵	پیاده روی	کم درآمد
۲/۰۶	۹	۱۶	۱۱	بدنسازی	
۱/۹۶	۲۵	۲۳	۲۶	رقص	
۱/۹۵	۱۳	۱۷	۱۱	ایروبیک	
۱/۸۶	۱۹	۱۸	۱۲	شنا	
۱/۸۳	۸	۱۱	۴	شطرنج	
۱/۷۶	۱۱	۴	۶	والیبال	
۱/۶۸	۹	۷	۳	بدمینتون	
۱/۵۳	۹	۷	۱	کوهنوردی	
۲/۶۹	۲۳	۳۵	۲۹	ایروبیک	
۲/۳۳	۳۰	۴۷	۸۲	پیاده روی	
۲/۱	۱۷	۲۰	۲۳	بدنسازی	
۲/۰۶	۴	۷	۵	شطرنج	
۲/۰۲	۳۱	۳۰	۳۳	رقص	
۱/۸۳	۴۴	۲۸	۲۷	شنا	
۱/۸	۱۶	۱۰	۹	کوهنوردی	
۱/۷۹	۹	۵	۵	والیبال	
۱/۷۷	۱۳	۱۲	۶	بدمینتون	

جدول ۶. دلایل آزمودنی ها برای عدم فعالیت های بدنی

دلایل	کم درآمد		پدرآمد		مجموع	
	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
فقدان امکانات مالی	۹	۷/۳	۵	۲/۷	۱۴	۴/۶
نبود وقت کافی	۵۴	۴۳/۹	۶۹	۳۷/۷	۱۲۳	۴۰/۲
مشکلات اقتصادی	۱۶	۱۳	۴	۲/۲	۲۰	۶/۶
تنبلی و بی حوصلگی	۲۶	۲۱/۱	۷۳	۳۹/۹	۹۹	۳۲/۳
عدم حمایت خانواده	۶	۴/۹	۱۰	۵/۵	۱۶	۵/۲
دستورپزشک	۲	۱/۶	۲	۱/۱	۴	۱/۳
عدم علاقه	۱۰	۸/۱	۲۰	۱۰/۹	۳۰	۹/۸

جدول ۷. نتیجه آزمون مان ویتنی جهت مقایسه نحوه گذران اوقات فراغت دختران اقشار پردرآمد و کم درآمد

۱۵۲۰۷/۵	U - مان ویتنی
- ۲/۳۹۷	مقدار Z
۰/۰۱۷	سطح معنی داری

جدول ۸. نتیجه آزمون کای اسکور جهت مقایسه میزان پرداختن به ورزش در اوقات فراغت دختران اقشار پردرآمد و کم درآمد

۱۲/۵	مقدار آماره کای اسکور
۵	درجه آزادی
۰/۰۲۸	سطح معناداری

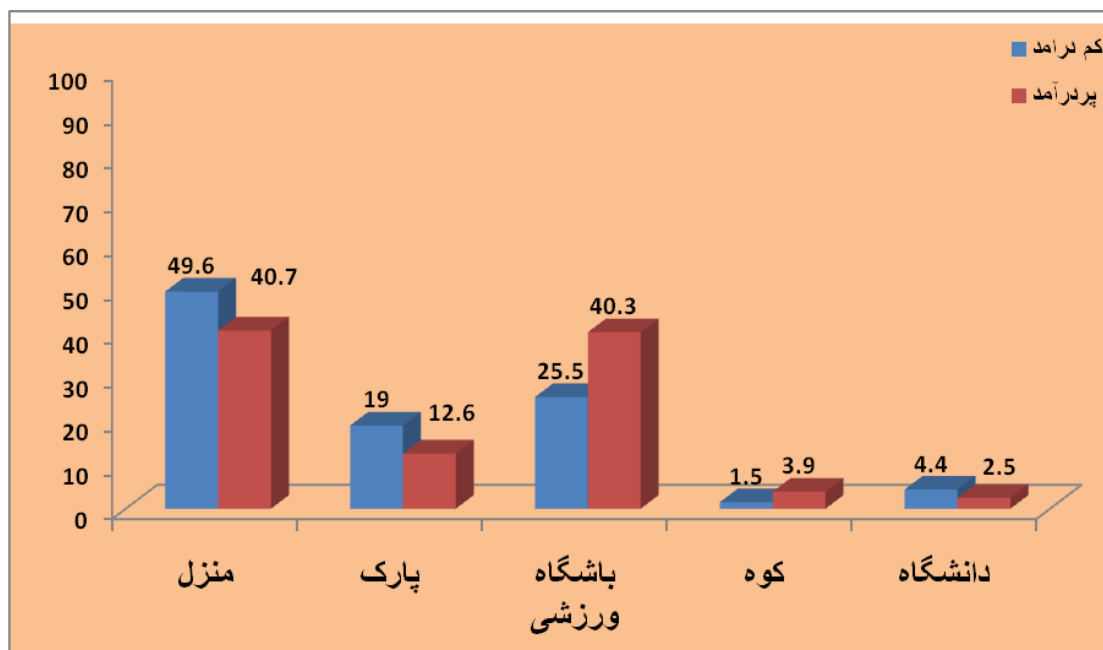
جدول ۹. نتیجه آزمون کای اسکور جهت بررسی ارتباط بین سطح تحصیلی و پرداختن دختران اقشار کم درآمد و پر

درآمد به ورزش در اوقات فراغت

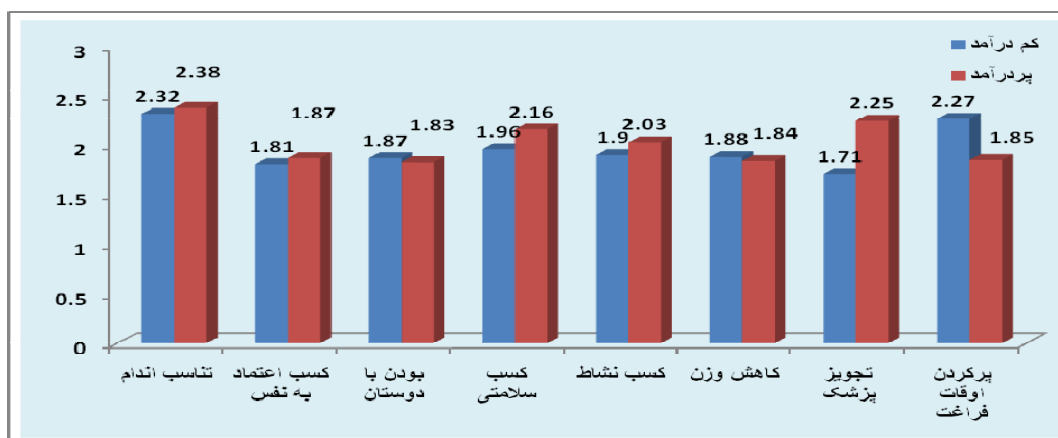
سطح معناداری	درجه آزادی	مقدار خی دو	
۰/۲۱۵	۱۶	۲۰/۱۲	کم درآمد
۰/۶۲۰	۱۶	۱۷/۵۰۷	پر درآمد

پارک برای کم درآمد ها و پردرآمد ها به ترتیب مهم ترین مکان بعد از منزل برای ورزش کردن دختران بوده است. جدول ۵ نشان می دهد، دختران خانواده های کم درآمد به ترتیب پیاده روی، بدنسازی، رقص و ایروبیک را مهم ترین فعالیت های بدنی زمان اوقات فراغت خود توصیف کرده اند در حالی که دختران پر درآمد فعالیت های ایروبیک، پیاده روی، بدنسازی، شطرنج و رقص را مهم ترین فعالیت زمان فراغت خود می دانند.

جدول ۴ نشان می دهد، اکثریت دختران خانواده های کم درآمد و پر درآمد روزانه کمتر از یک ساعت ورزش می کنند. در مجموع حدود ۴۸ درصد دختران روزانه کمتر از یک ساعت به ورزش می پردازند. حدود ۲۲ درصد یک ساعت، حدود ۳۰ درصد نیز بیش از یک ساعت روزانه ورزش می کنند. براساس یافته های شکل ۲ اکثریت دختران بخصوص کم درآمد ها، غالبا در منزل ورزش می کنند. باشگاه ورزشی و



شکل ۲. مهم ترین مکان ورزش کردن دختران اقشار کم درآمد و پردرآمد در اوقات فراغت



شکل ۳. اولویت اهداف دختران اقشار کم درآمد و پردرآمد از ورزش کردن

اختیار دارند و با مشکلات کمتری از لحاظ مادی رو به رو هستند، مطالعه و استفاده از کامپیوتر را به دیگر فعالیت‌ها ترجیح می‌دهند. بنابراین می‌توان گفت که وجود وسائل صوتی و تصویری که چه بسا به مصرف شخصی هر یک از اعضای خانواده تبدیل شده است، باعث می‌شود که دختران جوان ترجیح دهند بیشتر وقت خود را صرف تماشای برنامه‌های تلویزیونی کنند و زمان قابل توجهی از اوقات فراغت خود را به آن اختصاص دهند و همین دلیلی است برای این که دختران جوان، فعالیت‌های حرکتی خود را محدود کنند و ترجیح دهند بیشتر به فعالیت‌های ساکن و بدون تحرک بپردازند، اگر چه در تمامی کشورهای پیشرفته تماشای تلویزیون عمده ترین فعالیت فراغتی جوانان محسوب می‌شود، اما در مورد جایگاه فعالیت‌های بدنی در گذران اوقات فراغت، تحقیقات (هوشیار ۱۳۷۷، فرج‌اللهی ۱۳۷۳ و مهدی پور ۱۳۷۲) با تحقیق حاضر همسو نبودند، چون در تحقیقات آن‌ها فعالیت بدنی در اولویت اول و دوم افراد قرار داشت و آن‌ها تمایل بیشتری به انجام فعالیت‌های بدنی نسبت به فعالیت‌های دیگر داشتند. حتی در تحقیقات (درامرز^۷ و همکاران (۲۰۰۱) فعالیت بدنی برای اقلار کم درآمد در رتبه چهارم قرار داشت، در حالی که در این تحقیق، این مورد برای دختران قشر کم درآمد در رتبه سوم جای داشت.

اما در مورد زمان پرداختن به فعالیت‌های بدنی در بین این دو قشر، نشان دهنده‌ی آن است که دختران کم درآمد زمان بیشتری را در شبانه روز صرف فعالیت‌های بدنی می‌کنند. این در حالی است که بیشتر دختران اقلار کم درآمد زمان مشخصی را برای پرداختن به فعالیت‌های بدنی عنوان نکرده‌اند؛ همچنین باید اظهار داشت که نیمی از آن‌ها حتی کمتر از یک ساعت در روز به فعالیت بدنی می‌پردازند (فرج‌اللهی ۱۳۷۳) البته دلایل افراد در هر دو قشر برای عدم پرداختن بیشتر به فعالیت‌های بدنی به علت نبود وقت کافی، تنبلی و بی‌حوصلگی و وضعیت درآمد بوده است که باعث می‌شود کمتر از یک ساعت را به ورزش اختصاص بدهند (ماسانوری^۸ و همکاران ۲۰۰۷).

البته بعضی یافته‌ها نشان دادند، افرادی که در پرداختن به فعالیت‌های بدنی فعال‌ترند، دارای سطح تحصیلات بالاتر و

جدول ۶ نشان می‌دهد، حدود ۴۰ درصد دختران خانواده‌های پردرآمد به دلیل تنبلی و بی‌حوصلگی و حدود ۴۳/۹ درصد دختران کم درآمد به دلیل نبود وقت کافی به فعالیت‌های بدنی نمی‌پردازند. عدم علاقه، مشکلات اقتصادی و فقدان امکانات مالی از دیگر دلایل دختران برای عدم فعالیت‌های بدنی بوده است.

توصیف یافته‌های شکل ۳ نشان می‌دهند: تناسب اندام و پرکردن اوقات فراغت و کسب سلامتی از مهم‌ترین دلایل دختران خانواده‌های کم درآمد برای ورزش کردن بوده است. برای دختران خانواده‌های پردرآمد، تناسب اندام و تجویز پزشک و کسب سلامتی مهم‌ترین دلایل برای ورزش کردن بوده است.

توصیف یافته‌ها نشان داد که اولویت فعالیت‌های مورد نظر دختران کم درآمد گوش کردن به موسیقی و تماشای تلویزیون و ورزش کردن و دختران پر درآمد تماشای تلویزیون، مطالعه غیر درسی و استفاده از کامپیوتر بوده است. سطح معناداری جدول ۷ نشان می‌دهد بین دختران اقلار پردرآمد و کم درآمد از نظر گذران اوقات فراغت تفاوت معناداری وجود دارد ($Z = -2.397$, $P < 0.05$).

توصیف یافته‌ها نشان داد دختران پر درآمد بیشتر از دختران قشر کم درآمد ورزش می‌کرده‌اند. سطح معناداری در جدول ۸ نشان می‌دهد که این تفاوت از نظر آماری معنادار بوده است. ($X^2 = 12.5$, $df = 5$, $P < 0.05$).

پرداختن به ورزش و فعالیت‌های بدنی دختران اقلار کم درآمد و پر درآمد متأثر از سطح تحصیلی آنان نیست. پس اختلاف معنادار نیست ($P > 0.05$).

بحث و تفسیر

اگر چه بررسی‌ها نشان داد، در میان دختران جوان برنامه‌های تماشای تلویزیونی مهم‌ترین فعالیت‌های آن‌ها در دوران فراغت از امور روزانه آن‌ها است (رحمانی و همکاران ۱۳۸۵، پور رنجبر و همکاران ۱۳۸۵ و اف. بی. گلیسون^۹ و همکاران ۲۰۰۷) به عبارت دیگر، سپری کردن بیشتر ایام به تماشای برنامه‌های تلویزیونی در هر دو قشر جزو اولویت‌های اول آن‌ها بوده است، اما باید توجه کرد که دختران اقلار کم درآمد بیشتر گوش دادن به موسیقی و پرداختن به فعالیت‌های بدنی را در اوقات فراغت خود انجام می‌دهند، در حالی که دختران اقلار پر درآمد با وجود امکانات بیشتری که در

6- F.B.Gillison et al 2007
7- Droomers et al 2001
8- Masanori et al 2007

منابع

۱. احمدی، محمدرضا، ۱۳۰، فهرست مجلات، دیدار آشنا، تیر ماه، شماره ۱۳.
۲. الهام پور، حسین، ۱۳۸۰، بررسی الگوی گذران اوقات فراغت دانشجویان دانشگاه شهید چمران، مجله علوم تربیتی و روانشناسی، دوره سوم، شماره ۳ و ۴، صص ۳۹-۶۲.
۳. پیران، پرویز، ۱۳۸۰، سخنرانی در سمینار زن و شهر.
۴. پور رنجبر، محمد، بخشی نیا، طیبه، رحمانی، احمد، ۱۳۸۴، بررسی و مقایسه نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان دختر دانشگاه های زنجان با تاکید بر نقش تربیت بدنی و ورزش، مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، دوره پنجم، شماره ۳، صص ۲۱۶-۲۰۹.
۵. خادم، علی رضا، ۱۳۸۴، همایش ورزش و جامعه در شورای شهر، اردیبهشت ماه، تهران.
۶. رحمانی، بیژن، ۱۳۷۵، جغرافیای ورزش، انتشارات پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران، صص ۷۲-۷۱.
۷. سلگی، محمد، صادق پور، بهرام، ۱۳۸۵، بررسی وضعیت اوقات فراغت جوانان، پژوهش و تحقیق سازمان ملی جوانان، گزارش ملی جوانان، انتشارات اهل قلم، تهران، صص ۳۹.
۸. فرج الهی، نصرت الله، ۱۳۷۳، بررسی جایگاه تربیت بدنی و ورزش در اوقات فراغت دانشجویان دانشگاه تهران، چاپ نشده، دانشگاه تهران، دانشکده علوم تربیت بدنی و علوم ورزشی.
۹. مهدی پور، عبدالرحمن، ۱۳۷۲، بررسی جایگاه تربیت بدنی و ورزش در گذران اوقات فراغت دانشجویان پسر و دختر دانشگاه ها و موسسات آموزش عالی شهر تهران و تحلیل عوامل موثر بر آن، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس.

متعلق به قشر متوسط و یا بالاتر جامعه هستند (پیتساوس^۹ و همکاران ۲۰۰۵) و افرادی که سطح سواد پایینی در مقایسه با دانشجویان و افراد تحصیل کرده دارند کمتر به سمت فعالیت های بدنی می روند و یا اصلا این فعالیت ها جایگاهی در اوقات فراغت آن ها به دلیل زمان محدود فراغتی و یا عدم بوجه کافی ندارد (وارو^{۱۰} و همکاران ۲۰۰۳ و درامرز و همکاران ۲۰۰۱) در حالی که در تحقیق حاضر یافته ها نشان دادند، در هر دو قشر کم درآمد و پر درآمد، ارتباط معناداری بین سطح تحصیلی و میزان پرداختن به فعالیت بدنی دیده شده است.

می توان چنین نتیجه گرفت که افراد با سطوح تحصیلی مختلف، متعلق به هر قشری از جامعه که باشند با توجه به علائق، امکانات موجود به سمت فعالیت های بدنی می روند و سعی می کنند جایی برای آن در اوقات فراغت خود پیدا کنند. بنابراین باید جدا از سطح تحصیلات به دنبال دلیل اصلی عدم پرداختن دختران جوان به فعالیت های بدنی بود.

در مقایسه دو گروه قشر کم درآمد و پر درآمد در زمینه رضایت فردی در گذران اوقات فراغت دختران جوان اقشار کم درآمد و پردرآمد تا حدودی یکسان (۴۳ درصد) از چگونگی گذران ایام فراغت خود احساس رضایت داشته اند، در مجموع میزان رضایت دختران پر درآمد بیشتر از دختران کم درآمد بود که می توان عواملی چون امکانات رفاهی، درآمد ماهیانه خانواده، امکانات تفریحی-ورزشی را در این مورد دخیل دانست.

نتیجه گیری

پس می توان چنین بیان کرد بهبود اوضاع اقتصادی، کاستن از میزان ساعات کاری، افزایش درآمد خانواده ها، افزایش ساعات فراغت، بهبود سالن ها و مکان های ورزشی برای دختران جوان، کاهش هزینه های کلاس ها و سالن های ورزشی از جمله اقداماتی است که می تواند باعث افزایش اوقات فراغت و رفتن به سمت فعالیت های بدنی شود و از طرفی دیگر موجب رضایت خاطر بیشتری از چگونگی گذران اوقات فراغت در دختران اقشار کم درآمد و پر درآمد شود.

15. F.B. Gillison, M. Standage and S.M. Skevington (2006). Relationships among adolescent weight perceptions, exercise goals, exercise motivation, quality of life and leisure-time exercise behaviour: a self-determination theory approach. Vol. 21 no. 6. Pages 836-847.
16. Masanori Ohta, Tetsuya Mizoue, Norio Mishima and Masaharu I keda. (2007). Effect of the physical activity in leisure time and Commuting to work on mental health. Journal of Occupational Health. 49: 46-52.
17. Ryan E Rhodes, Kerry S Courneya, Chris M Blanchard and Ronald C Plotnikof (2007) Prediction of leisure-time walking: an integration of social cognitive, perceived environmental, and personality factors. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity. Doi: 10.1186/1479-5868-4-51.
18. Varo José J, Miguel A Martínez González, Jokin de Irala Estévez, John Kearney, Michael Gibney and J Alfredo Martínez (2003). Distribution and determinants of sedentary lifestyles in the European Union International Journal of Epidemiology; 32:138-146.
۱۰. نوابی نژاد، شکوه، ۱۳۷۹، رفتارهای بهنجار و ناهنجار نوجوانان و راههای پیشگیری و درمان، انتشارات انجمن اولیاء و مربیان، تهران.
۱۱. هوشیار، سید مجتبی، ۱۳۷۷، بررسی علائق، انتظارات و میزان رضایت دانش آموزان دختر و پسر دبیرستانهای دولتی بزرگسالان نواحی ششگانه ی آموزش و پرورش شهرستان مشهد در زمینه اوقات فراغت، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید بهشتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.
12. Christos Pitsavos, Demosthenes B Panagiotakos, Yannis Lentzas and Christodoulos Stefanadis. (2005). Epidemiology of leisure-time physical activity in socio demograph, lifestyle and psychological characteristics of men and women in Greece: the ATTICA Study. BMC Public Health .doi:10.1186/1471-2458-5-37.
13. Ester Cerin , Eva Lesli. (2008). How Socio economic status contributes to participation in leisure-time physical activity. Journal of Social Science and Medicine.
14. Droomers M, C T M Schrijvers, J P Mackenbach (2001) Educational level and decreases in leisure time physical activity: predictors from the longitudinal.