

بررسی انگیزه های مشارکت دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی در فعالیت های جسمانی

علی محمد صفانیا^{۱*}، رضا نیک بخش^۲

۱. استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد آیت اله آملی

۲. استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب

چکیده

هدف اصلی این تحقیق بررسی میزان مشارکت و تعیین تفاوت ها در انگیزه های دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی منطقه سه برای شرکت در فعالیت های جسمانی بود. نمونه های تحقیق ۲۲۰ نفر از دانشجویان دختر و پسر دوره کارشناسی پیوسته بودند که به صورت تصادفی بر اساس جدول مورگان انتخاب شدند. انگیزه ها برای مشارکت در فعالیت جسمانی با استفاده از نسخه اصلاح شده پرسشنامه انگیزه مشارکت ورزشی مورد ارزیابی قرار گرفت. این پرسشنامه هشت عامل انگیزشی توسعه مهارت، تفریح، موفقیت/مقام، رقابت/شایستگی، دوستی، تخلیه انرژی، آمادگی جسمانی و عوامل موقعیتی را مورد ارزیابی قرار می دهد. پس از تأیید روایی پرسشنامه توسط متخصصین، پایایی آن با استفاده از روش آلفای کرونباخ به صورت آزمایشی مورد بررسی قرار گرفت که برای خرده مقیاس های انگیزه در دامنه ۰/۷۷ تا ۰/۸۰ بود. نتایج نشان داد بین میانگین امتیازات انگیزه های مردان و زنان برای مشارکت ورزشی در خرده مقیاس های انگیزه موفقیت/مقام تفاوت های معناداری وجود داشت. همچنین برای انگیزه های مشارکت ورزشی در بین دانشجویانی که در سطوح مختلفی فعالیت های جسمانی انجام می دادند (بدون هیچ سطحی، در سطح مدرسه، سطح منطقه، سطح استان، و ملی) نتایج معناداری بدست آمد. همینطور نتایج معنادار مشابهی برای دانشجویان با سابقه متفاوت فعالیت جسمانی (بدون سابقه، کمتر از یک سال، ۱-۲ سال، ۳-۴ سال، ۵ سال و بیشتر) پیدا شد. از سوی دیگر، در انگیزه برای مشارکت ورزشی بین گروه های سنی در هشت عامل انگیزشی تفاوت معناداری وجود نداشت.

واژگان کلیدی: انگیزه، مشارکت، فعالیت های جسمانی.

Survey Motives To Physical activity Participation among Islamic Azad University

Safanea. A.M^{1*}, Nikbakhsh. R²,

1. Assistant Professor Islamic Azad University, Ayatollah Amoli Branch

2. Assistant Professor Islamic Azad University, South Tehran Branch

Abstract

The primary purpose of this study was to determine the differences in motives among 220 students of Islamic Azad Universities Distinct 3 for participation in physical activities. Motives to physical activity participation is assessed using an adapted version of the Sport Participation Motivation Inventory. The result showed that there were significant differences in motives toward sport participation for the motive sub-scale of achievement/status between mean motives scores of male and female. Significant results were also obtained for motives toward sport participation between students that were involved in physical activity at different levels of involvement (no representation, school level, district level, state level & national level). Similar significant results were found for students with different number of years of involvement (no participation, less than 1 year, 1-2 years, 3- 4 years, 5 years and above). However no significant differences were found in the motives toward sport participation between age groups in any of the eight motive factors (Skill development, fun, achievement/ status, competition/ competence, friendship, energy release, fitness and situational factors).

Key words: Motivate, Participation, Physical activity.

Email: a.m.safania@gmail.com

* نویسنده مسئول: علی محمد صفانیا

مقدمه

اشان فعالیت های جسمانی را انتخاب کرده و تصمیم می گیرند در آن شرکت کنند (Laker, 2002). مردم در فعالیت های جسمانی به دلایل مختلف شرکت می کنند. برخی از عوامل انگیزشی از قبیل عوامل اجتماعی، شخصی، محیطی و فرهنگی می توانند در توانایی یک فرد برای شرکت در فعالیت های جسمانی و ورزشی تاثیر بگذارند (Jackson et al., 1993). برای بررسی انگیزه های مشارکت در ورزش مطالعات بسیاری (Brodkin & Weiss, 1990; Gill et al., 1983; Gould et al., 1985; Raugh & Wall, 1987) انجام شده اند و تعدادی از دلایل تعیین شده اند از جمله پیوستگی^۱، تفریح^۲، آمادگی جسمانی، شایستگی^۳، و رقابت آشکار کرده اند (Weiss & Petlichkoff, 1989). ایبک، گیبسونز، و لوکن داخل^۴ (۱۹۹۵) دریافتند که شرکت کنندگان (۱۸ تا ۷۵ ساله) به دلایل وابستگی به یکدیگر^۵، رضایت شخصی، خود انگاره^۶، و سودمندی^۷ در فعالیت های جسمانی شرکت می کنند (Ebbeck et al., 1995). در حالی که سمپاکا ساری^۸ (۲۰۰۳) دریافت که جوانان ۱۶ ساله برای اعتماد به نفس، و حفظ تندرستی با زندگی فعال در فعالیت های جسمانی شرکت می کردند (Cempaka, 2003). سایر عوامل انگیزاننده تندرستی، آمادگی جسمانی، تفریح، شایستگی و انگیزه های اجتماعی بودند (Brodkin & Weiss, 1990; Gill et al., 1983; Gould et al., 1985; Wang & Weiss, 1996; Bjornstal, 1996). پایه اصلی مشارکت در فعالیت های جسمانی با تصور کسب برخی از انواع فواید تندرستی مرتبط است. تعدادی از محققین هشت عامل را فهرست کرده اند که به عنوان انگیزه افراد برای شرکت در فعالیت های جسمانی هستند.

در جامعه امروزی، شیوه زندگی بیشتر بدون تحرک و کار جسمانی کمتر شده است، از اینرو شرکت در فعالیت های جسمانی برای افزایش آمادگی جسمانی نقش مهمتری پیدا کرده است. در واقع در دهه های اخیر، فرصت افراد برای شرکت در فعالیت های جسمانی یا ورزشی افزایش پیدا کرده است، از سوی دیگر درصد زیادی از افراد در طول اوقات فراغت اشان در هیچ شکلی از فعالیت های جسمانی شرکت نمی کنند. در سال های اخیر پرداختن به فعالیت های جسمانی به عنوان یکی از ابعاد اوقات فراغت مورد توجه واقع شده است. محققین به دنبال تشخیص اهمیت مشارکت در فعالیت های جسمانی و ورزش ها هستند، و در نتیجه، تعداد مطالعات در این حوزه افزایش پیدا کرده است (Cunningham & Kwon, 2003; Nakazawa et al., 1999) و رشد علاقه به شناسایی عوامل تعیین کننده مشارکت در فعالیت های اوقات فراغت همچنان وجود دارد (Chih-Mou Hsieh, 1998; Jackson, 1993; Ragheb & Tate, 1993). به طور ویژه، شرکت در فعالیت های جسمانی و اوقات فراغت با میزان کمتر افسردگی، افزایش شادی و رضایت از زندگی (Wankel & Kreisel, 1985)، بهبود تندرستی و عملکرد اجتماعی مرتبط بوده است. بعلاوه، درگیر شدن در فعالیت های جسمانی ممکن است موجب زندگی فعال شده و فواید مرتبط با تندرستی را افزایش دهد (Drakou et al., 2008; Morgan & Bath, 1998). حقیقتی غیرقابل بحث است که فعالیت های جسمانی به افزایش تندرستی افراد، و زندگی سالم کمک می کند. شرکت در فعالیت های جسمانی به عنوان برآوردن حیطة ای از شیوه زندگی سالم مورد توجه قرار گرفته است. فعالیت جسمانی شکل ویژه ای از اوقات فراغت فرهنگی است. یکی از مهمترین بخش های زندگی فردی شده است به طوری که به توسعه حیطة شخصیتی و اجتماعی کمک می کند.

دلایل یا انگیزه ها برای شرکت در فعالیت های جسمانی یا ورزشی متنوع است و برای فرد ویژه است. احساس لذت در فعالیت جسمانی یکی از انگیزه هایی است که مردم در آن شرکت می کنند. افراد با توجه به نتایج تجربیات اخیر و گذشته

1. affiliation

2. fun

3. competence

4. Ebbeck, Gibsons & Loken-Dahle

5. interdependence

6. self-image

7. instrumental

8. Cempaka Sari

ابزار و روش اندازه گیری

برای انگیزه ها و خرده مقیاس های آن از پرسشنامه انگیزش مشارکت ورزشی (PMI) گیل و همکاران (۱۹۸۳) استفاده شد (Gill et al., 1983). روایی محتوایی برای پرسشنامه انگیزه ورزشی توسط محققین مورد پذیرش قرار گرفته است. روایی برای پرسشنامه انگیزه مشارکت در تحقیقات قبلی ۰/۸۰۲ گزارش شده است (Gill et al., 1983; Gould et al., 1985). همچنین برای تأیید روایی صوری پرسشنامه، نظر متخصصین نیز لحاظ شد. برای رفع نواقص احتمالی موجود در پرسشنامه، تعداد ۴۰ نسخه پرسشنامه در بین گروه مورد مطالعه توزیع و جمع آوری شد که ضریب پایایی به دست آمده برای خرده مقیاس های انگیزه با استفاده از روش آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۷۵۷ تا ۰/۸۲۲ بود. این پرسشنامه ۲۷ سوال دارد و هر سؤال ها به صورت بسته و شامل پنج گزینه بر اساس روش لیکرت از ۱ تا ۵ رتبه بندی شده است و از به هیچ وجه مهم نیست تا خیلی مهم است، امتیاز گذاری می شود. برای خرده مقیاس های توسعه مهارت، تفریح، آمادگی جسمانی و عوامل موقعیتی هر یک سه سؤال؛ برای خرده مقیاس های دوستی، و شایستگی/رقابت هر یک دو سؤال؛ و برای خرده مقیاس های تخلیه انرژی، و موفقیت/مقام به ترتیب پنج و شش سؤال در نظر گرفته شده است که پاسخ دهنده یکی از اعداد را به عنوان پاسخ سؤال انتخاب می کند.

روش های آماری

در این تحقیق از آمار توصیفی برای محاسبه فراوانی، میانگین، درصد، انحراف استاندارد استفاده شده است و همچنین از آزمون های کولموگروف اسمیرنوف و لوین (برای طبیعی بودن توزیع داده ها و تجانس واریانس داده ها)، آزمون تی مستقل، و آزمون شفه استفاده شد. سطح معنی داری نیز برای تمام محاسبات $P < 0.05$ منظور شده است.

یافته ها

اکثریت (۹۰٪) پاسخ دهندگان در طی زمان اوقات فراغت اشان در فعالیت های جسمانی شرکت کرده اند. جدول ۱ نشان می

این عوامل عبارتند از: توسعه مهارت^۱، تفریح، موفقیت یا مقام^۲، رقابت یا شایستگی^۳، دوستی^۴، تخلیه انرژی^۵، آمادگی جسمانی و جسمانی و عوامل موقعیتی^۶ (Gill et al., 1983).

با توجه به این که بسیاری از تحقیقات در این زمینه مربوط به کودکان بوده و همچنین عوامل انگیزشی متفاوتی در تحقیقات مورد توجه بوده است (Gill et al., 1983; Gould et al., 1985; Wankel & Kreisel, 1985; Weiss & Petlichkoff, 1989) برای تأیید بیشتر انگیزه برای شرکت در فعالیت های جسمانی و ورزشی در میان جوانان، هدف این مطالعه تعیین انگیزه ها برای شرکت در فعالیت های جسمانی بود. تحقیق بر هشت عامل انگیزشی (توسعه مهارت، تفریح، موفقیت یا مقام، رقابت یا شایستگی، دوستی، تخلیه انرژی، آمادگی جسمانی و عوامل موقعیتی) تمرکز می کند. این تحقیق همچنین تفاوت های انگیزشی را برای مشارکت در فعالیت های ورزشی بر اساس جنسیت، سن، سال های انجام فعالیت های جسمانی، و سطح فعالیت های جسمانی بررسی می کند.

روش

شرکت کنندگان

شرکت کنندگان ۲۲۰ دانشجوی دوره کارشناسی در رشته های مختلف در دانشگاه آزاد اسلامی منطقه ۳ بودند (مرد = ۱۲۵، زن = ۹۵). حجم نمونه بر اساس فرمول مورگان برآورد شد. آنها در چهار گروه سنی (زیر بیست سال = ۹۳، بین ۲۰ تا ۲۴ سال = ۱۰۱، بین ۲۵ تا ۲۹ سال = ۱۷، ۳۰ سال به بالا = ۹) قرار گرفتند. ۲۷ نفر از آنها متاهل و ۱۹۳ نفر مجرد بودند. ۱۹۸ نفر در انواع مختلف فعالیت های جسمانی شرکت کرده بودند و ۲۲ نفر در هیچ فعالیت جسمانی شرکت نکرده بودند.

1. Skill development

2. achievement/status

3. competition/competence

4. friendship

5. energy release

6. situational factors

($p > .05$). امتیازات میانگین انگیزه بر اساس سطح فعالیت (بدون فعالیت، مدرسه، منطقه، استان، ملی) مقایسه شد و نتایج معنادار بود ($F=9.45, p < .05$). بعلاوه آزمون شفه (جدول ۵) تفاوت معناداری را بین گروه‌ها نشان داد. عموماً انگیزه افزایش یافت با سطوح بالاتر سطح فعالیت (سطوح به ترتیب صعودی: بدون فعالیت، مدرسه، محل، استان، ملی).

بحث و تفسیر

نتایج نشان داد که دانشجویان پسر و دختر در رتبه بندی انگیزش توسعه مهارت و دوستی برای مشارکت در فعالیت‌های جسمانی مشابه بودند و در چهار خرده مقیاس (تفریح، شایستگی/رقابت، تخلیه انرژی و آمادگی جسمانی) تفاوت داشتند. این برعکس یافته‌های گیل و همکاران^۱ (۱۹۸۳) است که نشان دادند مردان و زنان در اهمیتی که به هر انگیزه در پرسشنامه انگیزش مشارکت می‌دهند بجز در دوستی، تفاوت دارند (Gill et al., 1983). انتخاب دوست به عنوان دلیل اصلی برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی توسط رایکنم و هامل^۲ (۱۹۹۲) حمایت شده است. آنها دریافتند که دوست یابی و یا حفظ دوستی یکی از پیش بینی کننده‌ها مهم میزان مشارکت در فعالیت‌های بدنی در زنان جوان بود. زنان با نیازهای قویتر برای دوست یابی بیشتر در فعالیت‌های جسمانی درگیر بودند نسبت به زنان با نیازهای ضعیف تر (Ryckman & Hamel, 1992). در مقایسه میانگین‌ها با استفاده از آزمون تی، نتایج نشان داد که تفاوت‌های معناداری میان دانشجویان دختر و پسر در خرده مقیاس‌های انگیزه‌های توسعه مهارت‌ها، تفریح، آمادگی جسمانی، و انگیزه‌های موقعیتی وجود دارد. در همه چهار خرده مقیاس، دانشجویان پسر میانگین‌های امتیازات بالاتری داشتند که نشان می‌دهد که مردان برای شرکت در فعالیت‌های جسمانی بیشتر انگیزه داشتند. دانشجویان پسر در خرده مقیاس توسعه مهارت‌ها با انگیزه‌تر بودند زیرا یک انگیزه مهم برای مردمی که باور دارند که آنها در

دهد $80/45\%$ دوستانشان را به عنوان همراه برای انجام فعالیت‌های جسمانی ترجیح می‌دهند. $14/09\%$ اعضاء خانواده یا همسران را برای توأم شدن در فعالیت بدنی ترجیح می‌دهند. از سوی دیگر، کمتر از یک درصد از افراد ترجیح می‌دادند به تنهایی فعالیت جسمانی انجام دهند. داده‌های سطح فعالیت‌های جسمانی پاسخ دهندگان نشان می‌دهد فقط $57/5\%$ درصد مشارکت فعال و خیلی فعال داشتند. از طرف دیگر، $19/5\%$ درصد کمتر فعال بودند و 14% درصد اصلاً فعال نبودند. جدول ۲ رتبه بندی انگیزه‌ها برای مشارکت در فعالیت‌های جسمانی در میان دانشجویان را نشان می‌دهد. توسعه مهارت‌ها (میانگین $3/53$) و دوستی (میانگین غیروزنی $3/40$) دو عامل اصلی انگیزه دانشجویان برای مشارکت در فعالیت‌های جسمانی بودند. عامل موقعیتی کمترین برانگیزاننده بود. نتایج مردان و زنان مشابه بود. جدول ۳ نشان می‌دهد که چهار خرده مقیاس (توسعه مهارت، تفریح، آمادگی جسمانی، عوامل موقعیتی) برای دانشجویان پسر و دختر معنادار بودند. میانگین امتیازات برای هر چهار خرده مقیاس نیز آشکار کرد که دانشجویان پسر در مقایسه با دانشجویان دختر بیشتر برانگیزخته بودند. نتایج تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد سال‌های انجام فعالیت‌های جسمانی برای همه هشت خرده مقیاس، توسعه مهارت ($F=0.74, p > .05$ ، تفریح ($F=1.29, p > .05$ ، دوستی ($F=1.21, p > .05$ ، شایستگی/رقابت ($F=0/38, p > .05$ ، موفقیت/مقام ($F=1.56, p > .05$ ، تخلیه انرژی ($F=0.35, p > .05$ ، آمادگی جسمانی ($F=2.32, p > .05$) و موقعیتی ($F=0.58, p > .05$) معنادار است.

امتیازات میانگین برای انگیزه بر اساس سال‌های انجام فعالیت بدنی (بدون فعالیت، کمتر از یک سال، بین ۱ تا دو سال، بین ۳ تا ۴ سال، ۵ سال و بالاتر) مقایسه شد و نتایج معنادار بود ($F=9.02, p < .05$). بعلاوه آزمون شفه (جدول ۴) تفاوت‌های معناداری را بین گروه‌ها نشان داد. عموماً انگیزش با افزایش سال‌های انجام فعالیت به غیر از گروه سنی ۳ تا ۴ سال ($M=89.71$) افزایش پیدا کرد. بنظر می‌رسد که در گروه ۵ سال و بالاتر ($M=88.61$) بیشتر برانگیزاننده باشد. از سوی دیگر، تفاوت بین میانگین امتیازات این دو گروه معنادار نبود

¹ Gill et al.

² Ryckman & Hamel

جدول ۱: همراهان برای انجام فعالیت های جسمانی

متغیرها	افراد همراه در حین فعالیت	
	فراونی	درصد
هیچ کس	۲	۰/۹۰
دوستان	۱۷۷	۸۰/۴۵
اعضاء خانواده و همسر	۳۱	۱۴/۰۹
سایرین	۱۰	۴/۵۴

جدول ۲: توصیف آماری انگیزه مشارکت در فعالیت جسمانی

رتبه	میانگین های غیروزنی	تعداد ایتیم ها	انحراف استاندارد	میانگین	انگیزه و خرده مقیاس ها
۱	۳/۵۳	۳	۱/۶۶	۱۰/۵۹	توسعه مهارت
۵	۳/۲۷	۳	۱/۶۹	۹/۸۱	تفریح
۲	۳/۴۰	۲	۱/۰۵	۶/۸۰	دوستی
۳	۳/۳۲	۲	۱/۰۸	۶/۶۴	شایستگی/ رقابت
۶	۳/۰۷	۶	۳/۳۲	۱۸/۴۱	موفقیت/مقام
۷	۳/۲۲	۵	۲/۲۸	۱۶/۰۹	تخلیه انرژی
۴	۳/۲۹	۳	۱/۵۶	۹/۸۸	آمادگی جسمانی
۸	۲/۷۷	۳	۸/۳۲	۸/۳۲	عوامل موقعیتی
	۳/۲۰	۲۷	۹/۹۹	۸۶/۵۶	انگیزه

جدول ۳: آزمون تی برای هشت خرده مقیاس انگیزه دانشجویان پسر و دختر

P	مقدار تی	دانشجویان دختر		دانشجویان پسر		انگیزه و خرده مقیاس ها
		انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	
* ۰/۰۱۶	۲/۴۲	۱/۶۹	۱۰/۳۲	۱/۵۸	۱۰/۸۸	توسعه مهارت
* ۰/۰۰۲	۳/۱۵	۱/۵۹	۹/۴۶	۱/۷۳	۱۰/۲۰	تفریح
۰/۵۹۰	۰/۵۴	۱/۰۶	۶/۷۶	۱/۰۳	۶/۸۴	دوستی
۰/۱۲۶	۱/۵۴	۱/۱۳	۶/۵۳	۱/۰۱	۶/۷۷	شایستگی/ رقابت
۰/۳۸۱	۰/۸۸	۳/۵۵	۱۸/۱۳	۲/۰۳	۱۸/۷۳	تخلیه انرژی
۰/۲۰۸	۱/۲۶	۲/۵۲	۱۵/۹۶	۱/۹۸	۱۶/۲۴	موفقیت/مقام
* ۰/۰۰۱	۳/۳۶	۱/۵۷	۹/۵۴	۱/۴۷	۱۰/۲۶	آمادگی جسمانی
* ۰/۰۰۰	۳/۶۰	۱/۸۹	۷/۹۰	۱/۵۵	۸/۷۹	عوامل موقعیتی
* ۰/۰۰۳	۲/۹۹	۲/۹۹	۸۴/۶۲	۸/۴۵	۸۸/۷۱	انگیزه

جدول ۴: نتایج مقایسه چندگانه کسب شده برای انگیزه با استفاده از آزمون شفه

فاصله اطمینان ۹۵٪		Sig.	خطای استاندارد	تفاوت میانگین ها	سال های فعالیت	سال های فعالیت
Upper Bound	Lower Bound					
-۱/۰۰۳۲	-۱۴/۸۰۴۰	۰/۰۱۵	۲/۲۱۸۸۱	(*) -۷/۹۰۳۵۹	سال ۱-۲	بدون فعالیت
-۴/۶۸۰۰	-۱۶/۲۶۲۴	۰/۰۰۰	۱/۸۶۲۱۵	(*) -۱۰/۴۷۱۲۳	سال ۳-۴	
-۰/۱۱۸۶	-۱۳/۱۳۴۵	۰/۰۴۳	۲/۰۹۲۶۲	(*) -۶/۶۲۶۵۲	سال ۳-۴	کمتر از یک سال
۱۴/۸۰۴۰	۱/۰۰۳۲	۰/۰۱۵	۲/۲۱۸۸۱	(*) ۷/۹۰۳۵۹	بدون فعالیت	سال ۱-۲
۱۶/۲۶۲۴	۴/۶۸۰۰	۰/۰۰۰	۱/۸۶۲۱۵	(*) ۱۰/۴۷۱۲۳	بدون فعالیت	سال ۳-۴
۱۳/۱۳۴۵	۰/۱۱۸۶	۰/۰۴۳	۲/۰۹۲۶۲	(*) ۶/۶۲۶۵۲	کمتر از یک سال	

* تفاوت میانگین ها در سطح ۰/۰۵ معنادار است.

* تنها نتایج تفاوت معنادار بین گروه ها نشان داده شده است.

جدول ۵: نتایج مقایسه چندگانه برای انگیزه با استفاده از آزمون شفه

فاصله اطمینان ۹۵٪		Sig.	خطای استاندارد	تفاوت میانگین ها	سطح فعالیت	سطح فعالیت
Upper Bound	Lower Bound					
-۱/۵۹۷۳	-۱۴/۲۱۷۹	۰/۰۰۵	۲/۰۲۹۰۷	(*) ۷/۹۰۷۶۰	منطقه	بدون فعالیت
-۴/۵۰۲۴	-۱۷/۲۳۶۳	۰/۰۰۰	۲/۰۴۷۲۷	(*) ۱۰/۸۶۹۳۹	استان	بدون فعالیت
-۲/۶۳۹۹	-۲۱/۸۰۴۵	۰/۰۰۴	۳/۰۸۱۱۷	(*) ۱۲/۲۲۲۲۲	ملی	بدون فعالیت
-۱/۰۹۱۳	-۱۲/۴۶۴۹	۰/۰۱۰	۱/۸۲۸۵۷	(*) -۶/۷۷۸۱۲	استان	مدرسه
۱۴/۲۱۷۹	۱/۵۹۷۳	۰/۰۰۵	۲/۰۲۹۰۷	(*) ۷/۹۰۷۶۰	بدون فعالیت	منطقه
۱۷/۲۳۶۳	۴/۵۰۲۴	۰/۰۰۰	۲/۰۴۷۲۷	(*) ۱۰/۸۶۹۳۹	بدون فعالیت	استان
۱۲/۴۶۴۹	۱/۰۹۱۳	۰/۰۱۰	۱/۸۲۸۵۷	(*) ۶/۷۷۸۱۲	مدرسه	استان
۲۱/۸۰۴۵	۲/۶۳۹۹	۰/۰۰۴	۳/۰۸۱۱۷	(*) ۱۲/۲۲۲۲۲	بدون فعالیت	ملی

* تفاوت میانگین ها در سطح ۰/۰۵ معنادار است

* تنها نتایج تفاوت معنادار بین گروه ها نشان داده شد.

توانایی بیشتری می کنند. به طوری که برای خرده مقیاس تفریح، دانشجویان دختر نسبت به دانشجویان پسر کمتر بانگیزه بودند، که ممکن است متأثر از نیازهای مذهبی و ویژگی های زنان آسیایی باشد (Bhandari, 1991; Taylor & Toohey, 1995). همچنانکه برای خرده مقیاس موقعیتی مدارکی وجود دارد که خانواده تاثیر زیادی روی درگیری افراد

توانایی جسمانی خوب هستند (Ryckman & Hamel, 1992). به طور مشابه، اکلز و هارولد^۱ (۱۹۹۱) گزارش کردند که پسران نوجوان به فعالیت های جسمانی ارزش بیشتری می دهند و در فعالیت های جسمانی نسبت به دختران احساس

^۱. Eccles & Harold

است به انگیزه های سلامتی/آمادگی جسمانی اهمیت بیشتری دهند نسبت به افراد کمتر فعال. یافته های ریکمل و هامل نشان دادند که ورزشکاران دارای درک بالایی از توانایی جسمانی مثل ورزشکاران ملی با انگیزه تر بودند.

نتیجه گیری

مشارکت در فعالیت های جسمانی پاسخ دهندگان مثبت بود به طوری که اکثریت (۹۰٪) در فعالیت های جسمانی شرکت کرده بودند. برای تشویق مشارکت در فعالیت های جسمانی، توسعه مهارت و دوستی بایستی محور اصلی باشد. دانشجویان زن نسبت به دانشجویان پسر انگیزه کمتری برای مشارکت در فعالیت بدنی داشتند، بنابراین ضروری است به روش هایی توجه شود که دانشجویان دختر را به بیشتر درگیر شدن در فعالیت های جسمانی تشویق کند. همانگونه که سال های سابقه فعالیت جسمانی به طور مثبتی روی مشارکت تاثیر داشت، تشویق افراد به درگیر شدن در برخی اشکال فعالیت بدنی مهم است. در نهایت هنگامی که سطح فعالیت جسمانی تجزیه و تحلیل شد، نشان داده شد که انگیزش برای مشارکت در فعالیت های جسمانی افزایش می یابد هنگامی که افراد در سطوح بالاتر از فعالیت جسمانی درگیر بوده اند. بنابراین بایستی توجه ویژه ای شود به برنامه ریزی برای افرادی که در سطح دبیرستان فعالیت جسمانی کمتری داشته اند.

منابع

1. Bhandari, R. (1991). Asian action. Sport & Leisure. 25.
2. Brodtkin, P., & Weiss, M.R. (1990). Development differences in motivation for participation in competitive swimming. Journal of Sport and Exercise Psychology, 12, 248-263.
3. Cempaka Sari Ja'afir (2003). Factors that influenced the involvement of form four students in team sports at three selected schools in Sabak Bernam, Selangor. Unpublished Research, University Teknologi Mara.

در فعالیت های جسمانی دارد. لووکو و کریندورفر^۱ (۱۹۷۸) آشکار کردند که خانواده برای مشارکت در فعالیت های جسمانی پسران و دختران پیش بینی کننده اولیه بود. از سوی دیگر، پسران معمولاً برای مشارکت در فعالیت های جسمانی بیشتر تشویق می شوند (Lewko & Greendorfer, 1978). تجزیه و تحلیل چهار گروه سنی نشان داد که همه چهار گروه توسعه مهارت ها و دوستی را به عنوان عامل اول و دوم رتبه بندی کردند. انتخاب دوست همچنانکه دلیل اصلی مشارکت در فعالیت های جسمانی است توسط رایکمن و هامل حمایت شده است. آنها دریافتند که شکل گیری و حفظ دوستی یکی از پیش بینی کننده های مهم میزان مشارکت فعالیت بدنی در زنان جوان بود. موفقیت/مقام از ۵ تا ۷ برای همه چهار گروه سنی رتبه بندی شده بود و این نتیجه برعکس یافته های وانکل و کریشل^۲ (۱۹۸۵) است که با افزایش سن افزایش فزاینده ای در اهمیت مشارکت در فعالیت های جسمانی با علاقمندی برای پیروزی و مقام/موفقیت وجود دارد (Wankel, & Kreisel, 1985).

مقایسه میانگین ها با استفاده از تحلیل واریانس تفاوت هایی را در انگیزه بین دانشجویان با سال های مختلف انجام فعالیت نشان داد. میانگین امتیازات نشان داد که سطح انگیزش با اضافه شدن سال های انجام فعالیت های جسمانی افزایش می یابد. گروه غیرعلاقمند به ورزش ممکن است همتا نبوده باشند. برخی از افراد ممکن است به مشارکت ورزشی علاقه نداشته باشند، در حالی که برخی دیگر ممکن است از اجبارهای درون فردی، از قبیل تجربیات منفی گذشته، درک خودشایستگی^۳، و درک سطح آمادگی جسمانی متاثر شده باشند، که ممکن است برای شرکت در ورزش های مطلوب اشان اثر گذاشته باشد (Jackson, 1993).

تجزیه و تحلیل انگیزه بر اساس سطح فعالیت تفاوت معناداری را در انگیزه بین دانشجویان با سطوح مختلف درگیری در فعالیت جسمانی آشکار ساخت. شرکت کنندگان خیلی فعال ممکن

¹ . Lewko & Greendorfer

² . Wankel & Kreisel

³ . self competence

- children's socialization into sport: a review', in Landers, D.M. & Christina, R.W. (Eds) *Psychology of Motor Behavior and Sport*, 434-447. Champaign, IL: Human Kinetics.
15. Morgan, K. & Bath, P. A. (1998). Customary physical activity and psychological well being: A longitudinal study. *Age and Ageing* 27: 35-40.
16. . Nakazawa, M., Mahony, D.F., Funk, D.C. & Hirakawa, S. (1999). Segmenting Junior League spectators based on length of time as a fan. *Sport Marketing Quarterly* 8: 55-65.
17. Ragheb, M.G., & Tate, R.L. (1993). A behaviour model of leisure participation based on leisure attitude, motivation and satisfaction. *Leisure Studies* 12: 61-71.
18. Raugh, D., & Wall, R. (1987). Measuring sports participation motivation. *International Journal of Sport Psychology*, 18, 112-119.
19. Ryckman, R. M. & Hamel, J. (1992). Female adolescents' motives related to involvement in organized team sports. *International Journal of Sport Psychology*, 23, 147-260.
20. Taylor. T., & Toohey, K. (1995). Ethnic barriers to sports participation. *Australian Parks and Recreation*, 31(2), 32-36.
21. Wang, J., & Weiss-Bjornstal, D. M. (1996). A test of Harter's Competence Motivation Theory in the People's Republic of China. *Journal of the International Council for Health, Physical Education, and Recreation*, 58, 31-32.
22. Wankel, L.M., & Kreisel, P.S.J (1985). Factors underlying enjoyment of youth sports. *Journal of Sport Psychology*, 1, 65-74.
23. Weiss, M.R., & Petlichkoff, L.M. (1989). Children's motivation for participation in and withdrawal from sport: Identifying the missing links. *Pediatric Exercise Science*, 1, 195- 211.
4. Chih-Mou Hsieh. (1998). Leisure attitudes, motivation, participation, and satisfaction: Test on a model of leisure behaviour. Unpublished doctoral thesis, Indiana University.
5. Cunningham, G. B. & Kwon, H. (2003). The theory of planned behavior and intentions to attend a sport event. *Sport Management Review*, 6: 127-145.
6. Drakou, A., Tzetzis, G., & Mamantzi, K. (2008). Leisure constraints experienced by university students in Greece. *The Sport Journal* 11(1).
<http://www.thesportjournal.org/article> [18 April 2009]
7. Ebbeck, V., Gibbons, S.L. & Loken-Dahle, L.J (1995). Reasons for adult participation in physical activity: An interactional approach. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 262-275.
8. Gill, D., Gross, J., & Huddleston, S. (1983). Participation motivation in youth sports. *International Journal of Sport Psychology*, 14, 1-14.
9. Gould, D., Feltz, D., & Weiss, M (1985). Motives for participating in competitive youth swimming. *International Journal of Sport Psychology*, 6, 126-40.
11. Jackson, E.L (1993). Recognizing patterns of leisure constraints: Results from alternative analyses. *Journal of Leisure Research*, 25, 129-149.
12. Jackson. E. L., Crawford. D.W., & Godbey.G. (1993). Negotiation of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 15, 1-11.
13. Laker, A. (Eds.). (2002). *The sociology of sport and physical education*. London: Routledge.
14. Lewko, J.H. & Greendorfer, S.L. (1978) 'Family influence and sex differences in