

بررسی عوامل انگیزشی و موانع ادراک شده در مشارکت ورزشی کارگران خراسان رضوی

۱. حمیدرضا محمدی*

*نویسنده مسئول: mohamadi.hamidreza9@gmail.com

چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی عوامل انگیزشی و موانع ادراک شده در مشارکت ورزشی کارگران خراسان رضوی بود. تحقیق حاضر به لحاظ هدف از نوع کاربردی و از حیث روش توصیفی و پیمایشی است. که اطلاعات آن به شیوه میدانی گردیده است. جامعه آماری تحقیق کلیه کارگران کارخانجات و موسسات تولیدی استان خراسان رضوی در سال ۱۳۹۳ که تعداد کل آنها حدود ۴۵۰ نفر بود. در این تحقیق روش نمونه گیری با توجه به فرمول اندازه حجم نمونه تعداد ۲۰۰ از ۱۲ کارخانجات و مؤسسات تولیدی یک سوم کل به صورت تصادفی و تعداد نمونه های انتخابی کارخانجات و مؤسسات تولیدی انتخاب شد. ابزار کار پرسشنامه های استاندارد عوامل انگیزشی مشارکت در فعالیتهای ورزشی و عوامل بازدارنده مشارکت در فعالیت های ورزشی بود. برای تعیین روایی پرسشنامه از نظرات و پیشنهادات خبرگان و به منظور پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۵ و ۰/۹۸ مورد تایید قرار گرفت. در این تحقیق به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از روش های آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. در آمار توصیفی از (جداول فراوانی و درصدها، میانگین ها و انحراف معیارها) و در آمار استنباطی از (آزمون کولوموگروف و اسمیرنوف برای تعیین نرمال بودن متغیرها، آزمون یک نمونه ای علامت و فریدمن) استفاده شد. نتایج آماری تحقیق نشان داد که تمامی این عوامل موثر در مشارکت ورزشی (عامل آرامش، عامل اجتماعی، درمانی، بهبودی و یادگیری، عامل جسمانی و اختصاصی) در سطح آلفای ۰/۰۵ بر مشارکت افراد تاثیر معنی داری داشتند. همچنین در تاثیر عوامل بازدارنده (کمبود انرژی، ضعف انگیزه و اراده، کمبود تجهیزات، کمبود حمایت اجتماعی، کمبود زمان و ترس از آسیب) در سطح آلفای ۰/۰۵ تاثیر معنی داری وجود نداشت.

واژه های کلیدی: عوامل انگیزشی، بازدارنده، ورزش، کارگران

چگونگی نحوه ابراز وجود و اظهار شادمانی و تخلیه هیجانات، عواطف و احساسات توسط جوان، یکی از مشغله های روز کشور ماست این موضوع هم اکنون خود را به عنوان واقعیتی روانشناختی و جامعه شناختی، نشان داده است. جوانان در وضعی به سر می برند که چنانچه هیجانات خود را به صورت مثبت و در تعامل با جامعه خویش تخلیه نکنند، دچار مشکلات روحی و روانی و در نهایت افسردگی خواهند شد (عمید، ۱۳۹۱). به همین منظور بهترین و سالم ترین راه تخلیه هیجانات و حفظ سلامتی که برای همه اقشار جامعه، خصوصاً کارگران پیشنهاد می گردد تا در فعالیتهای ورزشی مشارکت نمایند فعالیت های بدنی و ورزش چندان فراوان و متنوع گشته است که مشارکت افراد و گروه ها در پرتو معیارهای گوناگون چون سن، علاقه، سطح مهارت و غیره دسته بندی می شود. (انورالخولی، ۱۳۸۰) از آنجا که فعالیتهای ورزشی و بدنی تا حد زیادی عامل مشترک میان ورزش و تفریح هستند ورزش تاثیر آشکار و غیر قابل انکاری در تفریحی شدن کودکان و جوانان، عادی سازی آنها با ارزش های تفریحی و شکل بخشیدن به تمایلات و علایق تفریحی آنها در سطح عاطفی دارد. ورزش و تربیت بدنی همچنین کمک زیادی به جذب افراد و کسب شناخت ها و داده های مربوط به فعالیتهای تفریحی و نیز مهارت های حرکتی می کند مهارت هایی که به فرد این امکان و توانایی را می بخشد تا به انواع تفریح بدنی و تفریح هایی که به آنها فعالیتهای تفریحی مادام العمر می گویند بپردازد. (Chu, 1982) این موضوع بر کسی پوشیده نیست که مشارکت در فعالیتهای ورزشی می تواند در سلامت جسمی و روحی کارگران و ایجاد اراده ای قوی و جلوگیری اعتیاد و همچنین بهره وری موثر باشد. از این رو باید خاطر نشان کرد که ورزش جایگاه خاصی را در زندگی و اوقات فراغت کارگران دارد. با توجه به نقشی که این گروه در ساختار اجتماعی، اقتصادی دارا می باشند و خود را برای مشارکت در فعالیتهای اجتماعی آماده می کنند، لازم است که از سلامت جسمانی و روانی کامل برخوردار باشند در این راستا لزوم بررسی مشکلات کارگران بیش از پیش حائز اهمیت می باشد. ورزش با کارکردهای مثبتی، نظیر کاهش آسیب ها و انحرافات اجتماعی، افزایش انسجام اجتماعی، پیشگیری و مداخله نسبت به اختلالات خلقی و روانی، کاهش فقر حرکتی و... می تواند در گذراندن اوقات فراغت کارگران نقش موثری ایفا نماید. توجه به فعالیتهای ورزشی کارگران فرصت بسیار مغتنمی است که بتوان آنان را با فواید ناشی از فعالیتهای ورزشی بیشتر آشنا ساخت و بر سهم فعالیتهای ورزشی در پر کردن اوقات فراغت و حتی توجه به آن به عنوان امری لازم و ضروری افزود. چرا که کارگران از امکانات، فضا و فرصت های کمتری برای فعالیت بدنی دارند. ضرورت انتخاب این موضوع برای تحقیق همان طور که در قبل آمده است، بررسی میزان مشارکت و عدم مشارکت کارگران واحدهای تولیدی و کارخانجات خراسان رضوی در فعالیتهای ورزشی می باشد، تا با شناسایی این عوامل و همکاری نزدیک بین مسئولین مربوطه و کارگران علت های اصلی افت تمایل به فعالیتهای ورزشی کشف شود، تا از این طریق بتوان برنامه ریزی جامع و کاملی برای از بین بردن عوامل افت و هموار نمودن راه پیشرفت ارائه داد. مسلم است شناسایی معیارهای مناسب جهت مشارکت در امر فعالیتهای ورزشی و طبقه بندی آنها و به وجود آوردن راههای مناسب جهت رفع موانع مشارکتی از دغدغه های فکری مسئولین مربوطه می کاهد و آنها را در جهت پیشرفت اهداف ورزشی یاری می نماید. با توجه به افزایش تعداد کارگران و

حساسیت امکانات و تسهیلات ورزشی و انتظارات روز افزون جامعه کارگران از تربیت بدنی شایسته است که مشکلات و موانع موجود در مشارکت فعالیت ورزشی برطرف گردد. این تحقیق نیز گامی به سوی تحقق این امر می‌باشد

روش شناسی تحقیق

تحقیق حاضر به لحاظ هدف از نوع کاربردی و از حیث روش توصیفی و پیمایشی انجام گرفته است. محقق در این تحقیق به بررسی عوامل انگیزشی و موانع ادراک شده در مشارکت ورزشی کارگران خراسان رضوی می‌پردازد. اطلاعات لازم به وسیله پرسشنامه های استاندارد که این پرسشنامهها شامل پرسشنامه عوامل انگیزشی مشارکت در فعالیت های ورزشی ۳۵ سوال و عوامل بازدارنده مشارکت در فعالیت های ورزشی ۲۱ سوال بود که براساس مقیاس ۵ گزینه ای لیکرت نظرات پاسخگویان را مورد سنجش قرار داده است. روایی محتوایی پرسشنامه توسط استادان و متخصصان مدیریت و تربیت بدنی مورد تأیید قرار گرفت و پایایی آن نیز پس از یک مطالعه مقدماتی به وسیله آلفای کرونباخ ۰/۹۵ و ۰/۸۵ سنجیده شد. جامعه و نمونه آماری این تحقیق کلیه کارگران کارخانجات و موسسات تولیدی خراسان رضوی در سال ۱۳۹۲ می باشند. در این تحقیق روش نمونه گیری با توجه به فرمول اندازه حجم نمونه تعداد ۲۰۰ نفر با سطح اطمینان ۹۵٪ از ۱۲ کارخانجات و مؤسسات تولیدی یک سوم کل به صورت تصادفی و تعداد نمونه های انتخابی کارخانجات و مؤسسات تولیدی انتخاب شده است. جهت تجزیه و تحلیل داده های حاصل از ابزار اندازه گیری از روش های آماری کولموگروف - اسمیرنوف برای تعیین نرمال بودن متغیرها و آزمون یک نمونه ای علامت و فرید من و عوامل مؤثر و بازدارنده در فعالیت های ورزشی در سطح معنی داری آلفا ۰/۰۵ استفاده شد.

نتایج و یافته های تحقیق

در پژوهش حاضر آماره های توصیف متغیرهای پژوهش و ابعاد آن مورد بررسی قرار گرفت که عوامل مختلف انگیزشی مشارکت در ورزش با میانگین ۴/۱۳ و انحراف معیار ۰/۵۴، عامل آرامش و فراغت با میانگین ۴/۳ و انحراف معیار ۰/۶۱، عامل اجتماعی با میانگین ۴/۱۷ و انحراف معیار ۰/۶۶، عامل درمانی با میانگین ۳/۹۹ و انحراف معیار ۰/۷۶، عامل بهبودی و یادگیری مهارت ها با میانگین ۴/۰۹ و انحراف معیار ۰/۷۷، عامل آمادگی جسمانی با میانگین ۴/۱۸ و انحراف معیار ۰/۶۴ و عامل اختصاصی با میانگین ۴ و انحراف معیار ۰/۷۲ می باشد. همچنین عوامل مختلف بازدارنده در پیشرفت ورزش با میانگین ۲/۷۶ و انحراف معیار ۰/۸۹، عامل کمبود انرژی با میانگین ۲/۸ و انحراف معیار ۱/۰۰۵، عامل ضعف در انگیزه و اراده فردی با میانگین ۲/۷ و انحراف معیار ۰/۱۰۲۷، عامل ضعف در مهارت های ورزشی با میانگین ۲/۶۱ و انحراف معیار ۱/۱۰۷، عامل کمبود در تجهیزات و امکانات ورزشی با میانگین ۲/۷۹ و انحراف معیار ۱، عامل حمایت های اجتماعی با میانگین ۲/۸۴ و انحراف معیار ۰/۹۲۲، عامل کمبود در وقت و زمان با میانگین ۲/۹۲ و

انحراف معیار ۰/۹۲۳ و عامل ترس از آسیب اجتماعی با میانگین ۲/۶۶ و انحراف معیار ۱/۰۵۷، می باشد(جدول ۱).

جدول ۱: آماره های توصیفی متغیر های تحقیق و ابعاد آن در نمونه تحت بررسی

انحراف معیار	میانگین	متغیر	ردیف
0/54	4/13	عوامل انگیزشی مشارکت در فعالیتهای ورزشی	1
0/61	4/3	عامل آرامش و فراغت	1-1
0/66	4/17	عامل اجتماعی	1-2
0/768	3/99	عامل درمانی	1-3
0/77	4/09	عامل بهبودی و یادگیری مهارتها	1-4
0/64	4/18	عامل آمادگی جسمانی	1-5
0/72	4	عامل اختصاصی	1-6
0/89	2/76	عوامل بازدارنده مشارکت در فعالیتهای ورزشی	2
1/005	2/8	کمبود انرژی	1-2
1/027	2/7	ضعف در انگیزه و اراده فردی	2-2
1/107	2/61	ضعف در مهارتهای ورزشی	3-2
1	2/79	کمبود در تجهیزات و امکانات ورزشی	4-2
0/922	2/84	کمبود حمایت های اجتماعی	5-2
0/923	2/92	کمبود در وقت و زمان	6-2
1/057	2/66	ترس از آسیب اجتماعی	7-2

در جدول ۲ در پاسخ به سوال اول پژوهش مبنی بر اینکه عوامل انگیزشی در مشارکت کارگران کارخانجات و موسسات تولیدی استان خراسان رضوی در فعالیتهای ورزشی موثر بوده اند از آزمون t یک نمونه ای استفاده کردیم.

جدول ۲ آزمون t یک نمونه ای ، تاثیر عوامل انگیزشی در مشارکت کارگران کارخانجات و موسسات تولیدی استان خراسان رضوی در فعالیتهای ورزشی

سطح معنی داری	تعداد بیشتر از میانه	تعداد مساوی میانه	تعداد کمتر از میانه	میانه	انحراف معیار	میانگین	عامل
0/0001	200	0	6	4/2	0/54	4/13	عوامل انگیزشی مشارکت در فعالیتهای ورزشی
0/0001	196	5	5	4/4	0/61	4/3	عامل آرامش و فراغت
0/0001	191	3	12	4/286	0/66	4/17	عامل اجتماعی
0/0001	177	12	17	4/25	0/768	3/99	عامل درمانی
0/0001	185	7	14	4/25	0/77	4/09	عامل بهبودی و یادگیری مهارتها
0/0001	194	7	5	4/25	0/64	4/18	عامل آمادگی جسمانی
0/0001	184	4	18	4/167	0/72	4	عامل اختصاصی

با توجه به نتایج جدول ۱ با استفاده از آزمون t یک نمونه ای میانگین متغیر تاثیر عوامل انگیزشی مشارکت در فعالیتهای ورزشی ، ۴/۱۳ با انحراف معیار ۱/۵۴ و میانه ۴/۲ می باشد. با توجه به سطح معنی داری در سطح $\alpha = 0.05$ نشان می دهد که عوامل انگیزشی مشارکت در فعالیتهای ورزشی موثر است. همچنین میانگین متغیر تاثیر عامل آرامش و فراغت ، مشارکت در فعالیتهای ورزشی ، ۴/۳ با انحراف معیار ۰/۶۱ و میانه ۴/۴ می باشد یعنی با توجه به سطح معنی داری عامل آرامش و فراغت ، نیز در مشارکت در فعالیتهای ورزشی موثر است. میانگین متغیر تاثیر عامل درمانی ، مشارکت در فعالیتهای ورزشی ، ۴/۱۷ با انحراف معیار ۰/۶۶ و میانه ۴/۲۸۶ می باشد این عامل نیز با توجه به سطح معنی داری در مشارکت فعالیتهای ورزشی موثر است. میانگین متغیر تاثیر عامل اجتماعی ، مشارکت در فعالیتهای ورزشی ، ۳/۹۹ با انحراف معیار ۰/۷۶۸ و میانه ۴/۲۵ می باشد. ان عامل نیز در مشارکت در فعالیتهای ورزشی موثر است. میانگین متغیر تاثیر عامل بهبودی و یادگیری مهارتها ، مشارکت در فعالیتهای ورزشی ، ۴/۰۹ با انحراف معیار ۰/۷۷ و میانه ۴/۲۵ می باشد با توجه به سطح معنی داری در سطح $\alpha = 0.05$ فرض صفر را رد و فرض مقابل را می پذیریم، یعنی عامل بهبودی و یادگیری مهارتها ، مشارکت در فعالیتهای ورزشی موثر است. میانگین متغیر تاثیر عامل آمادگی جسمانی ، مشارکت در فعالیتهای ورزشی ، ۴/۱۸ با انحراف معیار ۰/۶۴ و میانه ۴/۲۵ می

باشد با توجه به سطح معنی داری عامل آمادگی جسمانی نیز در مشارکت فعالیتهای ورزشی موثر است. میانگین متغیر تاثیر عامل اختصاصی، مشارکت در فعالیتهای ورزشی، با انحراف معیار ۰/۷۲ و میانه ۴/۱۶۷ می باشد. این عامل نیز در مشارکت در فعالیتهای ورزشی موثر است.

در فرضیه دوم مبنی بر اینکه عوامل بازدارنده در مشارکت کارگران کارخانجات و موسسات تولیدی استان خراسان رضوی در فعالیتهای ورزشی موثر بوده اند از آزمون t ی یک نمونه ای استفاده کردیم (جدول ۳).

جدول ۳ آزمون t ی یک نمونه ای، تاثیر عوامل بازدارنده در مشارکت کارگران کارخانجات و موسسات تولیدی استان خراسان رضوی در فعالیتهای ورزشی

عامل	میانگین	انحراف معیار	میانه	تعداد کمتر از میانه	تعداد مساوی میانه	تعداد بیشتر از میانه	سطح معنی داری
عوامل بازدارنده مشارکت در فعالیتهای ورزشی	۲/۷۶	۰/۸۹	۲/۶۱۹	۱۳۰	۲	۷۴	۰/۹۹
کمبود انرژی	۲/۸	۱/۰۰۵	۲/۶۶۷	۱۱۹	۱۳	۷۴	۰/۹۹
ضعف در انگیزه و اراده فردی	۲/۷	۱/۰۲۷	۲/۶۶۷	۱۱۶	۱۹	۷۱	۰/۹۹
ضعف در مهارتهای ورزشی	۲/۶۱	۱/۱۰۷	۲/۶۶۷	۱۲۶	۱۶	۶۴	۰/۹۹
کمبود در تجهیزات و امکانات ورزشی	۲/۷۹	۱	۲/۶۶۷	۱۰۴	۳۰	۷۲	۰/۹۹
کمبود حمایتیهای اجتماعی	۲/۸۴	۰/۹۲۲	۲/۶۶۷	۱۱۶	۲۰	۷۰	۰/۹۹
کمبود در وقت و زمان	۲/۹۲	۰/۹۲۳	۳	۱۰۲	۳۱	۷۳	۰/۹۹
ترس از آسیب اجتماعی	۲/۶۶	۱/۰۵۷	۲/۶۶۷	۱۲۲	۱۶	۶۷	۰/۹۹

با توجه به نتایج جدول ۱ با استفاده از آزمون t یک نمونه ای میانگین متغیر تاثیر عوامل بازدارنده مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $2/76$ با انحراف معیار $0/89$ و میانه $2/619$ می باشد. همچنین سطح معنی داری آزمون علامت معادل $0/99$ ، لذا در سطح $\alpha = 0.05$ بود و عوامل بازدارنده مشارکت در فعالیتهای ورزشی موثر نیستند. همچنین میانگین متغیر تاثیر عامل کمبود انرژی مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $2/8$ با انحراف معیار $1/005$ و میانه $2/667$ می باشد. با توجه به سطح معنی داری عامل کمبود انرژی مشارکت در فعالیتهای ورزشی موثر نیست. میانگین متغیر تاثیر عامل ضعف در انگیزه و اراده فردی مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $2/7$ با انحراف معیار $1/027$ و میانه $2/667$ می باشد. این عامل نیز در فعالیتهای ورزشی موثر نیست. میانگین متغیر تاثیر عامل ضعف در مهارتهای ورزشی مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $2/61$ با انحراف معیار $1/107$ و میانه $2/667$ می باشد. باز هم با توجه به سطح معنی داری در مشارکت در فعالیتهای ورزشی موثر نیستند. میانگین متغیر تاثیر عامل کمبود در تجهیزات و امکانات ورزشی مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $2/79$ با انحراف معیار 1 و میانه $2/667$ می باشد و میانگین متغیر تاثیر عامل کمبود حمایتهای اجتماعی مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $2/84$ با انحراف معیار $0/922$ و میانه $2/667$ می باشد. همچنین میانگین متغیر تاثیر عامل کمبود در وقت و زمان مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $2/92$ با انحراف معیار $0/923$ و میانه 3 بود و میانگین متغیر تاثیر عامل ترس از آسیب اجتماعی مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $2/66$ با انحراف معیار $1/057$ و میانه $2/667$ بود لذا با توجه سطح معنی داری تمام این عوامل ذکر شده در مشارکت در فعالیتهای ورزشی موثر نیستند.

در مشخص شدن مهمترین عوامل انگیزشی و بازدارنده در مشارکت کارگران کارخانجات و موسسات تولیدی استان خراسان رضوی در فعالیتهای ورزشی. با استفاده از آزمون فرید من اقدام به اولویت بندی مهمترین در فعالیتهای ورزشی کردیم (جدول ۴).

جدول ۴: آزمون فرید من اولویت بندی عوامل انگیزشی و عوامل بازدارنده در مشارکت کارگران کارخانجات و موسسات تولیدی استان خراسان رضوی در فعالیتهای ورزشی

ردیف	آماره	مقدار	مقدار عوامل
۱	کی دوی فرید من	۴۷/۲۲	باز دارنده
۲	درجه آزادی	۶	۵
۳	سطح معنی داری	۰/۰۰۰۱	۰/۰۰۰۱

با توجه به نتایج جدول 4 فرید من اولویت بندی عوامل انگیزشی به ترتیب اولویت (عامل آرامش، عامل اجتماعی، عامل درمانی، عامل بهبودی و یادگیری، عامل آمادگی جسمانی و عامل اختصاصی) بود، همچنین اولویت عوامل بازدارنده به ترتیب (کمبود انرژی، ضعف انگیزه، ضعف مهارت، کمبود تجهیزات، کمبود حمایت اجتماعی، کمبود وقت و ترس از آسیب اجتماعی) بود

بحث و نتیجه گیری

اگرچه، تجربیات زندگی لزوماً با ورزش در ارتباط نیست، ولی می توانند بر آن اثر داشته باشند. لونسبری و هوپس¹ (۱۹۸۸) رابطه بین ورزش و اوقات فراغت را در یک دوره ۵ ساله با اندازه گیری ۶ عامل انگیزش برای شرکت در یک فعالیت ورزشی آزمون کردند. آنها دریافتند که تجربیات زندگی، بدون توجه به انگیزه های افراد برای شرکت در ورزش، نیروهای بالقوه های هستند که بر روش های گذران اوقات فراغت افراد تأثیر دارند. رودمن² (۱۹۸۹، برگرفته از بریس، ۱۹۹۸). از طرفی توجه به سبک زندگی را برای شناخت انگیزه افراد از شرکت در ورزش مهم می داند. او معتقد است که تغییرات در سن مرتبط با موقعیت های اجتماعی (مانند خانواده) و کاری، انگیزه و سطح درگیری در فعالیت های ورزش را معین می کند. فعالیت های بدنی و ورزش علاوه بر حفظ سلامتی می تواند موجب عادات مثبت افراد به فعالیت های سالم در اوقات فراغت شود و کارایی جسمانی، روانی و اجتماعی آنها را بالا ببرد. اهداف مشارکت کارگران در فعالیت های بدنی و ورزشی با توجه به محل کار و سن شرکت کننده متفاوت است اگر چه نتیجه کلی و آرمانی تربیت بدنی و ورزش آمادگی و سلامتی است، ولی هر یک از برنامه های متنوع حرکتی مورد استفاده در روند حرکتی بر رفتار های شناختی، عاطفی و بویژه روانی حرکتی او تأثیر می گذارد و به دنبال پیامد و دستاورد خاصی است. پی گیری و استمرار فعالیت های بدنی و حرکتی از طرف یادگیرنده پیامد عمومی دیگری است که می توان برای برنامه ها در نظر گرفت. برای مثال، افراد میان سال، در مقایسه با جوانتر ها، تمایل دارند که فعالیت های ورزش را با تعهدات خانوادگی مرتبط کنند. بنابراین مهم است که سن افراد هم به عنوان عاملی تعیین کننده در میزان حضور افراد در ورزش لحاظ شود رودمن (۱۹۸۹، برگرفته از بریس، ۱۹۹۸). رسولی و همکاران (۱۳۹۰) تحقیقی با عنوان توصیف انگیز های حضور سالمندان شهر تهران در فعالیت های فراغتی و تفریحی بر روی تمامی زنان و مردان سالمند بالای ۶۰ سال شهر تهران انجام دادند. که نتایج این پژوهش نشان داد بیش از نیمی از نمونه های تحقیق (۵۴/۵ درصد) به فعالیت های ورزشی می پرداختند و اکثریت آنها (۷۶/۵ درصد) به ورزش مورد علاقه خود می پرداختند که بیش تر آنها (۶۷/۷ درصد) محل ورزش خود را پارک عنوان کردند. انگیزه های ورزش کردن سالمندان به ترتیب سلامت جسمی، احساس لذت و سرحالی، آرامش روانی کنترل وزن و تناسب اندام بدست آمد. همچنین شیفمن و همکاران³ (۲۰۱۱)، تحقیقی با عنوان مقایسه محدودیت ها برای شرکت در ورزش های درون مدرسه در بین دانش آموزان بین المللی و غیر بین المللی با هدف بررسی محدودیت های شخصی، غیر شخصی، ساختاری و امکاناتی برای شرکت در فعالیت های ورزشی انجام دادند که نتایج نشان داد دانش آموزان بین المللی در مقایسه با دانش آموزان غیر بین

1. Lounsbery & Hoopes

2. Roudman

المللی محدودیت های شخصی و غیر شخصی بالاتری را تجربه کردند ولی تفاوتی در محدودیت ساختاری و امکاناتی مشاهده نشد. هدف اصلی این تحقیق بررسی عوامل انگیزشی و موانع ادراک شده در مشارکت ورزشی کارگران خراسان رضوی بود. با توجه به نتایج پژوهش میانگین متغیر تأثیر عوامل انگیزشی مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $4/13$ با انحراف معیار $0/54$ ، میانگین متغیر تأثیر عامل آرامش و فراغت، مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $4/3$ با انحراف معیار $0/61$ ، میانگین متغیر تأثیر عامل درمانی، مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $4/17$ با انحراف معیار $0/66$ ، میانگین متغیر تأثیر عامل اجتماعی، مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $3/99$ با انحراف معیار $0/768$ ، میانگین متغیر تأثیر عامل بهبودی و یادگیری مهارت ها، مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $4/09$ با انحراف معیار $0/77$ ، میانگین متغیر تأثیر عامل آمادگی جسمانی، مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $4/18$ با انحراف معیار $0/64$ میانگین متغیر تأثیر عامل اختصاصی، مشارکت در فعالیتهای ورزشی، 4 با انحراف معیار $0/724$ ، بود که نشان داد عوامل انگیزشی و ابعاد آن در مشارکت فعالیت های ورزشی کارگران موثر و تاثیر گذار بودند که نتایج این تحقیق با نتایج پژوهش های رامبد خواجهای (۱۳۷۸)، ایمانزاده (۱۳۸۹)، لویز و همکاران (۲۰۱۱)، شیخ و همکاران (۲۰۱۲)، جانسون و همکاران (۲۰۱۱)، تیشر (۲۰۱۱) و روتسنتنایر (۲۰۱۳)، همخوانی دارد به عبارت دیگر آن ها در پژوهشان به این نتیجه رسیدند که عوامل انگیزشی در مشارکت فعالیتهای ورزشی مؤثر است.

در قسمت دوم پژوهش تاثیر عوامل بازدارنده در مشارکت ورزشی کارگران نتایج پژوهش نشان داد که میانگین متغیر تأثیر عوامل بازدارنده مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $2/76$ با انحراف معیار $0/89$ و میانه $2/619$ می باشد، میانگین متغیر تأثیر عامل کمبود انرژی مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $2/8$ با انحراف معیار $1/005$ ، میانگین متغیر تأثیر عامل ضعف در انگیزه و اراده فردی در فعالیتهای ورزشی، $2/7$ با انحراف معیار $1/027$ ، میانگین متغیر تأثیر عامل ضعف در مهارت های ورزشی مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $2/61$ با انحراف معیار $1/107$ ، میانگین متغیر تأثیر عامل کمبود در تجهیزات و اماکن ورزشی مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $2/79$ با انحراف معیار 1 ، میانگین متغیر تأثیر عامل کمبود در حمایت های اجتماعی مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $2/84$ با انحراف معیار $0/92$ ، میانگین متغیر تأثیر عامل ترس از آسیب اجتماعی مشارکت در فعالیتهای ورزشی، $2/66$ با انحراف معیار $1/05$ و لذا عوامل بازدارنده و ابعاد آن در مشارکت ورزشی کارگران در فعالیت ورزشی موثر نبود. نتایج تحقیق با نتایج پژوهش های متقی پور (۱۳۷۹)، سلامی (۱۳۸۱)، مشکل گشا (۱۳۸۵)، فتاح پور (۱۳۸۶)، کشر (۱۳۸۶) و شعبانی (۱۳۸۶) همخوانی ندارد. چرا که آنها در پژوهشان به این نتیجه رسیدند که عوامل بازدارنده در مشارکت ورزشی مؤثر هستند که با نتایج این پژوهش همخوانی ندارد.

همچنین نتایج تحقیق نشان داد که در اولویت بندی مهمترین عوامل انگیزشی و بازدارنده مشخص شد، عامل آرامش و فراغت، آمادگی جسمانی، اجتماعی، بهبودی و یادگیری مهارت ها، درمانی و اختصاصی به ترتیب اولویتهای اول تا ششم عوامل انگیزشی را تشکیل می دادند. این نتیجه با هیچ یک از نتایجی که در پژوهشهای مختلف انجام شده همراستا نیست همچنین مشخص شد، عامل کمبود وقت و زمان، کمبود حمایت های اجتماعی، کمبود انرژی، کمبود در تجهیزات و امکانات ورزشی، ضعف در انگیزش و اراده فردی،

ترس از آسیب اجتماعی و ضعف در مهارت های ورزشی به ترتیب اولویتهای اول تا هفتم عوامل بازدارنده را تشکیل می دادند. این نتیجه با هیچ یک از نتایجی که در پژوهشهای مختلف انجام شده همسو نبود.

منابع

۱. انور الخولی، امین، ۱۳۸۰، ورزش و جامعه، ترجمه حمیدرضا شیخی، مشهد، بنیاد پژوهشهای اسلامی آستان قدس رضوی، تهران: انتشارات سمت .
۲. احمدی، عبد الحمید، ۱۳۸۱، ورزش پدیده فرهنگی، اجتماعی سیاسی یا اقتصادی فرهنگی عمومی . شماره ۳۰. انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی . بهار.
۳. حسینی راد، علی-عبد الهی حمید رضا، ۱۳۸۳، بررسی رابطه مشارکت ورزشی و سرمایه اجتماعی در میان جوانان شهر بابل پایان نامه کارشناسی علوم اجتماعی (گرایش پژوهش گری)، دانشگاه مازندران .
۴. خواجه ای، رامبد، ۱۳۷۸، مطالعه تأثیر ورزش در عزت نفس دانشجویان غیر ورزشکار، پایان نامه کارشناسی ارشد.
۵. رسولی، سید مهدی؛ مرسل، باقر؛ تندنویس؛ فریدون (۱۳۹۰). توصیف انگیزه حضور سالمندان شهر تهران در فعالیت های فراغتی و تفریحی. دومین همایش ملی تخصصی مدیریت ورزشی. ۱۹ و ۲۰ خرداد (۱۳۹۰). دانشگاه صنعتی شاهرود.
۶. رضانی نژاد، رحیم؛ محبی، حمید؛ دمیرچی، ارسلان (۱۳۸۸). مقایسه دیدگاهها و انگیزه های دانشجویان ورزشکار ایرانی و غیر ایرانی درباره فعالیتهای بدنی و ورزشی . نشریه مدیریت ورزشی. شماره ۳، صص ۱۸۲-۱۶۷.
۷. شیخ، محمود، افشاری. جواد، قاسمی. روح اله (۱۳۹۰). "شناسایی و اولویت بندی وامل زیست روانی اجتماعی موثر بر مشارکت ورزشی مردان سالمند شهر تهران با روش تحلیل سلسله مراتبی ". مجله روانشناختی . دوره دهم. شماره ۳۸. تابستان ۱۳۹۰. صص ۱۳۹-۱۵۸.
۸. عمید، ح، ۱۳۶۱، فرهنگ فارسی عمید، تهران: موسسه انتشارات امیرکبیر، چاپ هفدهم.
۹. فتاح پور، مجتبی، ۱۳۸۶، بررسی میزان و علل شرکت یا عدم شرکت دانش آموزان مقطع دبیرستان شهر گیلانغرب در فعالیتهای ورزشی خارج از مدرسه، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شمال.
۱۰. مشکل گشا، الهام، ۱۳۸۵، موانع مشارکت ورزشی زنان و ارتباط آنها با انگیزه، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه اصفهان.

1. BrockJ.Barb.1994.Recreation programming forthe90s family: Demographics and Discoveries. JOPERD, August. P: 64-65.
2. Chu. Donald. 1982.Dimension of sport studies. John Wiley. Sons, N.Y.
3. Coleman.D.Iso Ahola.Seppo,E. 1993.Leisure and health the role of social support and self-determination. Journal 'of leisure research. V25.N2.

4. Johnson ,M and et a1.1998. Interrelationships between physical activity and other health behaviors among university women and men. *prev.MedJul*, 27(4):536-44. Medline(R).
5. Freeman,H and william.1977.Physical education in a changing society. Houghton Miffincompany Boston. First Ed. P:235-238-259.