



بررسی و مقایسه نگرش و گرایش دانشجویان دانشگاه شاهد به فعالیت بدنی و ورزش و ارائه راهکارهایی جهت افزایش مشارکت دانشجویان به فعالیت های حرکتی

مرتضی پایمزد (۱) دکتر ناهید طالبی (۲) محسن وحدانی (۳) مهدیه عزیززی (۴)

ارومیه

mortezapaimozd@yahoo.com

چکیده مقاله :

نظر به این که نگرش بر رفتار اثر می گذارد و با رفتار یک رابطه علت و معلولی دارد؛ مطالعه نگرش نسبت به فعالیت های حرکتی و ورزشی به عنوان خاستگاه رفتار آگاهانه در جهت نیل به اهداف بهزیستی و تندرستی از اهمیت زیادی برخوردار است. هدف از این مطالعه بررسی و مقایسه نگرش و گرایش دانشجویان دانشگاه شاهد به فعالیت های حرکتی و ورزش و ارائه راهکار برای افزایش مشارکت دانشجویان به فعالیت های حرکتی می باشد. روش شناسی: این تحقیق از نوع زمینه یابی (توصیفی - اکتسابی) و جامعه آماری را تمام دانشجویان دانشگاه شاهد برابر با 6828 نفر که از این تعداد 388 نفر بصورت تصادفی انتخاب شدند. ابزار پژوهش، پرسشنامه ای با 28 عبارت نگرشی در قالب 6 مؤلفه با پایایی درونی (آلفای کرونباخ، $\alpha=0.85$)، 12 عبارت گرایشی و 9 پرسش ویژگی فردی استفاده گردید. اطلاعات با استفاده از آزمون های کالموگروف-اسمیرنوف، کروسکال والیس، یوی مان ویتنی، تجزیه و تحلیل واریانس (اندازه های مکرر)، و پس آزمون بونفرونی در سطح معناداری $p \leq 0.05$ تجلیل شد. نتایج: نتایج نشان داد که 47٪ از دانشجویان ورزش نمی کنند. عقب ماندن از کارهای روزانه از مهم ترین علل شرکت نکردن در فعالیت های حرکتی و ورزشی بود. آمادگی جسمانی، شنا و فوتبال از فعالیتهایی بودند که بیشتر دانشجویان به آنها می پرداختند. بین نگرش به فعالیت های حرکتی و ورزشی در میان دانشجویان پسر و دختر تفاوت معناداری وجود نداشت. اما در میان ورزشکاران و غیرورزشکاران در برخی ابعاد تفاوت معناداری مشاهده گردید. همچنین بین نگرش به فعالیت های حرکتی و ورزشی در دانشجویان با ویژگیهای مختلف جنسیت، تعداد اعضای خانواده، تفاوت معناداری وجود نداشت (05/0P). بحث و نتیجه گیری: نتایج این پژوهش و سایر مطالعات نشان می دهد که ویژگی های متفاوت افراد می تواند نگرش ها و گرایش های متفاوتی نسبت به فعالیت های حرکتی و ورزش به همراه داشته باشد.

کلمات کلیدی :