

با شعار

کسب و کار دانش بنیان و اشتغال آفرین
سلامتی و تندرستی در اقصاء مختلف جامعه

تاریخ برگزاری:

۲۷ و ۲۸ اردیبهشت ماه ۱۴۰۲



2nd International and 3rd National
Leisure Congress 2023

دومین همایش بین‌المللی
و سومین همایش ملی نیمه مجازی

اوقات فراغت

بررسی عوامل مؤثر بر کیفی سازی اوقات فراغت بانوان شهر اصفهان

آزاده عابدینی^۱

کارشناس ارشد مدیریت ورزشی، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد نجف آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، نجف آباد،

ایران

سمیه رهبری^{۲*}

استادیار مدیریت ورزشی، گروه علوم انسانی، مؤسسه آموزش عالی نقش جهان، بهارستان، اصفهان، ایران

۰۹۱۳۲۳۲۲۵۶۹

s.rahbari64@yahoo.com

چکیده

هدف این پژوهش بررسی عوامل مؤثر بر کیفی سازی اوقات فراغت بانوان شهر اصفهان مبتنی بر فعالیت‌های جسمانی است. پژوهش حاضر به لحاظ هدف کاربردی، به لحاظ روش از نوع توصیفی پیمایشی و به لحاظ زمان از نوع مقطعی است. جامعه آماری این پژوهش را بانوان شهر اصفهان تشکیل دادند. جهت نمونه‌گیری از جدول مورگان استفاده شد و حجم نمونه برابر با ۳۸۴ نفر برآورد گردید. برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه کیفی-سازي اوقات فراغت زنان و دختران مبتنی بر فعالیت‌های جسمانی مستحفظیان و همکاران (۱۳۹۹) که دارای ۴۵ گویه و ۱۲ مؤلفه براساس طیف ۵ ارزشی لیکرت استفاده شد. جهت تأیید روایی و پایایی آن به ترتیب از روایی صوری، روایی سازه (تحلیل عاملی تأییدی) و آلفای کرونباخ استفاده شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون تی تک‌نمونه‌ای و آزمون فریدمن با کمک نرم‌افزارهای SPSS و Smart PLS استفاده شد. مطابق نتایج تحقیق، میانگین جذابیت‌های محیطی، شرایط محیطی، جذابیت‌های ورزشی، حمایت دیگران مهم، ساماندهی، کاربردی بودن فعالیت‌ها، نهادینه‌سازی فعالیت‌ها، تغییرات تکاملی، موانع فرهنگی و اجتماعی، هژمونی جنسیتی، کلان روندها، و موانع ساختاری از حد وسط امتیاز بیشتر بود. مدیران ورزش استان می‌توانند از اولویت بندی مفاهیم و مقوله‌های شناسایی شده در برنامه ریزی‌های آتی خود به منظور کیفیت بخشیدن اوقات فراغت زنان و دختران در خانواده با رویکرد مبتنی بر فعالیت‌های جسمانی استفاده کنند و راهبردهای متناسب پیشنهادی را جهت جبران عقب ماندگی و توسعه ورزش بانوان بکار گیرند.

کلیدواژه‌ها: اوقات فراغت، ورزش زنان، فعالیت جسمانی، جذابیت ورزشی.



2nd International and 3rd National
Leisure Congress 2023

دومین همایش بین‌المللی
و سومین همایش ملی نیمه مجازی

اوقات فراغت



با شعار

**کسب و کار دانش بنیان و اشتغال آفرین
سلامتی و تندرستی در اقسام مختلف جامعه**

تاریخ برگزاری:

۲۷ و ۲۸ اردیبهشت ماه ۱۴۰۲

۱- مقدمه

بررسی‌ها نشان می‌دهد اکثر کشورها از وضعیت تحرک در جامعه خود رضایت چندانی ندارند، و برنامه‌ریزی‌های صورت گرفته در کشور ما نیز تاکنون در این زمینه موفق نبوده و سیاست‌ها و اقدامات مناسب مقتضی اتخاذ و اجرا نشده است. خروجی این امر وضعیت نگران‌کننده تندرستی و وضعیت عمومی مردم کشور است؛ به‌طوریکه براساس اعلام سازمان جهانی بهداشت ۶۴ درصد مردم ایران ورزش نمی‌کنند، ۶۳ درصد از زنان ایرانی اضافه وزن دارند، سرانه زمان انجام فعالیت‌های ورزشی افراد ۱۵ ساله و بیشتر برابر ۲۷ دقیقه است که همگی با استانداردهای جهانی و بین‌المللی تفاوت معناداری دارند. بنابراین از این رهگذر برای افزایش مشارکت افراد به‌طور خاص بانوان در فعالیت‌های فراغتی ورزشی ضرورت دارد وضعیت موجود و چالش‌های نامبرده بررسی شود و در عین حال به این مهم پرداخته شود که از چه طریقی می‌توان کیفیت فعالیت‌های فراغتی ورزشی را ارتقاء داد (مرادی و همکاران، ۱۳۹۸). از سوی دیگر این وضعیت ضرورت برنامه‌ریزی در جهت تأمین حرکت مورد نیاز جسمانی را بیش از پیش آشکار می‌سازد و در این بین سرمایه‌گذاری روی اوقات فراغت سالم جهت بهبود سلامتی افراد اجتماع اهمیت غیرقابل انکاری دارد (وحدت جناقرد و همکاران، ۱۴۰۱). چرا که ورزش و فعالیت جسمانی به‌عنوان یکی از فعالیت‌های فراغتی از نوع فعال، نقش تعیین‌کننده‌ای در حفظ سلامت جسمی و روحی انسان‌ها دارد و داشتن زندگی سالم نیز مستلزم داشتن تحرک و فعالیت‌های ورزشی است. از سوی دیگر برنامه‌ریزی و تدوین سیاست‌های اثربخش، نقش مهمی در این زمینه ایفا می‌کند و تدوین یک برنامه منسجم موجب حمایت دولت، مسئولان محلی و بخش خصوصی می‌شود و افزون بر این، امکان جذب سرمایه و قانون‌گذاری را افزایش داده و احتمال ناکامی را کاهش می‌دهد (اسمعیلی، ۱۴۰۰).

علاوه بر این، اوقات فراغت و برنامه‌ریزی فردی و جمعی برای آن پدیده‌ای مدرن و حاصل زندگی شهری در شهرهای مدرن است. آنچه پیش از جامعه مدرن وجود داشته است را می‌توان وقت‌گذرانی یا خوشگذرانی و بازی نامید. این مقایسه به معنی پرثمر بودن یکی و بی‌اثر بودن دیگری نیست، بلکه بیشتر به این معنی است که اقتضای جامعه سنتی و مدرن برای زمان‌هایی که فرد می‌خواهد به میل خود وقت خود را تنظیم کند، متفاوت است. این تفاوت بیشتر ناشی از میزان وقت، فلسفه زندگی و امکانات نهادین برای گذران اوقات فراغت است. بنابراین، هرچه فرد و جامعه نگرش و امکانات نهادین متناسب‌تری برای اوقات فراغت امروزی داشته باشند؛ صرف این اوقات کارکردی‌تر و مؤثرتر برای زندگی شغلی و فردی - خانوادگی خواهد بود (احمدی و یاقوتی، ۱۳۹۸).

سرانجام اینکه طی دهه‌های گذشته اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های جسمانی ورزشی یا به اصطلاح اوقات فراغت فعال همواره در کانون توجه پژوهش‌گران حوزه‌های مختلف به‌طور خاص ورزش بوده است. علیرغم آن مطالعه‌ای که موضوع کیفیت‌سازی و به عبارتی دیگر کیفیت‌بخشی به اوقات فراغت را بررسی کرده باشد با جستجو در پایگاه‌های علمی داخلی و خارجی یافت نگردید. از طرفی همانطور که اشاره گردید بانوان نسبت به مردان در ارتباط با بحث اوقات فراغت فعال با چالش‌ها و محدودیت‌های زیادی مواجه هستند و این خود سبب شده است کیفیت اوقات فراغت این بخش از جامعه وضعیت مناسبی نداشته باشد و شاید به این دلیل است که بیش از نیمی از زنان ایرانی دارای اضافه وزن هستند. بنابراین برای کیفی‌سازی اوقات فراغت بانوان ضرورت دارد مدلی که بر مبنای آن عوامل تشکیل‌دهنده کیفی‌سازی اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های جسمانی در



قالب یک سیستم بازنمایی شده است آزمون شود. شایان ذکر است با انجام چنین پژوهشی مقتضیات نظری لازم برای کیفی سازی اوقات فراغت بانوان فراهم می گردد و می توان با ارائه راهکارهای مبتنی بر داده پیشنهادات کاربردی را به مدیران و برنامه ریزان فعالیت های فراغتی به طور خاص فعالیت های ورزشی ارائه کرد که با رعایت آنها زمینه ارتقاء کیفیت بخشی به اوقات موصوف در جامعه زنان که در این تحقیق بانوان شهر اصفهان است فراهم گردد.

۲- مواد و روش ها

پژوهش حاضر به لحاظ هدف کاربردی، به لحاظ نوع توصیفی - پیمایشی و به لحاظ زمان مقطعی است. جامعه آماری این پژوهش را بانوان شهر اصفهان تشکیل می دهند. حجم نمونه برابر با جدول مورگان ۳۸۴ نفر در نظر گرفته شد و روش نمونه گیری از نوع تصادفی ساده بود. برای گردآوری داده ها از پرسشنامه کیفی سازی اوقات فراغت زنان و دختران مبتنی بر فعالیت های جسمانی مستحفظیان، رهبری و موحد (۱۳۹۹) که دارای ۴۵ گویه و ۱۲ مؤلفه به نام های جذابیت های محیطی (سؤالات ۱ تا ۳)، شرایط محیطی (سؤالات ۴ تا ۶)، جذابیت های ورزشی (سؤالات ۷ تا ۹)، حمایت دیگران مهم (سؤالات ۱۰ تا ۱۳)، ساماندهی (سؤالات ۱۴ تا ۱۵)، کاربردی بودن فعالیت ها (سؤالات ۱۶ تا ۱۹)، نهادینه سازی فعالیت ها (سؤالات ۲۰ تا ۲۳)، تغییرات تکاملی (سؤالات ۲۴ تا ۲۸)، موانع فرهنگی و اجتماعی (سؤالات ۲۹ تا ۳۳)، هژمونی جنسیتی (سؤالات ۳۴ تا ۳۷)، کلان روندها (سؤالات ۳۸ تا ۴۲)، موانع ساختاری (سؤالات ۴۳ تا ۴۵) است استفاده شد. نحوه نمره دهی به این پرسشنامه براساس طیف ۵ ارزشی لیکرت از خیلی کم تا خیلی زیاد خواهد بود. روایی آزمون به توانایی ابزار مورد نظر در اندازه گیری صفتی که آزمون برای اندازه گیری آن ساخته شده است، اشاره دارد. به منظور تضمین اعتبار محتوایی پرسشنامه ها از نظر اساتید دانشگاه در راستای حذف و تعدیل برخی از سوالات پژوهش استفاده گردید. پایایی یا قابلیت اعتماد، یکی از ویژگی های فنی ابزار اندازه گیری است. مفهوم یاد شده با این امر سر و کار دارد که ابزار اندازه گیری در شرایط یکسان تا چه اندازه نتایج مسابهی به دست می دهد. دامنه ضریب قابلیت اعتناده بین صفر تا یک می باشد و هر چه این ضریب به سمت یک میل کند از پایایی بیشتری برخوردار است. در این پژوهش به منظور تعیین پایایی آزمون از روس آلفای کرونباخ استفاده شده است. با توجه به اینکه آلفای کرونباخ در تمامی متغیرهای پرسشنامه بیشتر از ۰/۸ می باشد بنابراین می توان گفت پرسشنامه از پایایی خوبی برخوردار است. برای تجزیه و تحلیل داده های جمع آوری شده از روش های آمار توصیفی و آمار استنباطی استفاده شده است. انجام تحلیل های آماری با استفاده از نرم افزارهای SPSS و PLS مقذور گردید.

۳- یافته ها و آرایه جدول ها

با تأیید روایی سازه ابزار اندازه گیری با استفاده از آزمون تی تک نمونه ای به آزمون فرضیه های مربوطه پرداخته شد.

مطابق نتایج جدول ۱، میانگین عوامل موثر (جذابیت های محیطی، شرایط محیطی، جذابیت ورزشی، حمایت دیگران مهم، ساماندهی، کاربردی بودن فعالیت ها، نهادینه سازی فعالیت ها، تغییرات تکاملی، کلان روندها) از حد وسط امتیاز ۳ (در طیف ۵ ارزشی لیکرت حد وسط امتیاز ۳ می باشد)، بیشتر است. همچنین سطح معناداری حاصل شده کمتر از ۰/۰۱ بود. بر این اساس این فرضیه که عوامل مذکور بر کیفی سازی اوقات فراغت بانوان شهر اصفهان مبتنی بر فعالیت های جسمانی تأثیر دارد، تأیید و در فرض صفر رد می شود. همچنین مطابق نتایج جدول



۱، میانگین عوامل موانع فرهنگی و اجتماعی، موانع ساختاری، هژمونی جنسیتی از حد وسط، کمتر است. همچنین سطح معناداری حاصل شده کمتر از ۰/۰۱ بود. بر این اساس این فرضیه که عوامل مذکور بر کیفی-سازي اوقات فراغت بانوان شهر اصفهان مبتنی بر فعالیت‌های جسمانی تاثیر دارد، تأیید و در فرض صفر رد می-شود. با این حال لازم است به این نکته توجه شود که نوع اثرگذاری این سه عامل از نوع منفی است چرا که در جهت عکس امتیاز کمتری را کسب کرده است.

جدول ۱- تأثیر عوامل مؤثر بر کیفی سازی اوقات فراغت

متغیر	میانگین	انحراف معیار	آماره t	درجه آزادی	سطح معناداری	میزان اختلاف
جذابیت‌های محیطی	۳/۹۸۵	۰/۶۹۴	۲۷/۰۵۰	۳۶۴	۰/۰۰۱	۰/۹۸۲
شرایط محیطی	۳/۸۹۰	۰/۶۵۳	۲۶/۰۱۷	۳۶۴	۰/۰۰۱	۰/۸۹۰
جذابیت ورزشی	۳/۷۸۰	۰/۸۷۵	۱۷/۰۴۲	۳۶۴	۰/۰۰۱	۰/۷۸۰
حمایت دیگران مهم	۳/۸۰۱	۰/۷۴۳	۲۰/۵۸۳	۳۶۴	۰/۰۰۱	۰/۸۰۱
ساماندهی	۳/۷۲۱	۰/۸۴۸	۱۶/۲۵۶	۳۶۴	۰/۰۰۱	۰/۷۲۱
کاربردی بودن فعالیت‌ها	۳/۷۳۰	۰/۶۹۳	۲۰/۱۴۴	۳۶۴	۰/۰۰۱	۰/۷۳۰
نهادینه‌سازی فعالیت‌ها	۳/۹۷۹	۰/۶۹۷	۲۶/۸۳۷	۳۶۴	۰/۰۰۱	۰/۹۷۹
تغییرات تکاملی	۳/۸۴۷	۰/۶۳۳	۲۵/۵۵۰	۳۶۴	۰/۰۰۱	۰/۸۴۷
موانع فرهنگی و اجتماعی	۲/۲۳۴	۰/۷۹۱	-۱۸/۴۸۳	۳۶۴	۰/۰۰۱	-۰/۷۶۶
هژمونی جنسیتی	۲/۴۴۳	۰/۷۹۵	-۱۴/۰۰۶	۳۶۴	۰/۰۰۱	-۰/۵۵۶
کلان روندها	۳/۶۶۵	۰/۷۶۶	۱۶/۵۸۱	۳۶۴	۰/۰۰۱	۰/۶۶۵
موانع ساختاری	۲/۱۲۷	۰/۷۵۷	-۲۱/۹۹۳	۳۶۴	۰/۰۰۱	-۰/۸۷۲

۴- بحث و نتیجه‌گیری

در مجموع با توجه به نتایج تحقیق، می‌توان گفت که برخی از عوامل مؤثر بر کیفی سازی اوقات فراغت بانوان شهر اصفهان مبتنی بر فعالیت‌های جسمانی به خود بانوان، برخی به سایر افراد به ویژه خانواده آنها و برخی دیگر به سازمان های ورزشی و نهادهای مرتبط با ورزش بر می‌گردد و ترتیب آنها با مولفه های مطرح شده در مدل های خارجی متفاوت است. این موضوع به نوبه خود می‌تواند ناشی از تفاوت‌های کشورهای با یکدیگر و شرایط محیطی و فرهنگی متفاوت حاکم بر آنها باشد. با وجود این، اگر مسولان ورزشی کشور و استان خواهان رشد و توسعه هر چه بیشتر ورزش زنان هستند باید به ورزش نوجوانان دختر دانش آموز توجه بیشتری داشته باشند. بدیهی است که گسترش مشارکت دختران در ورزش، تشریک مساعی و تلاش همه منابع از جمله سازمان های ورزشی را در این زمینه می‌طلبد. لذا، با توجه به نقش و اهمیت ورزش برای بانوان و دختران، حایز اهمیت است که با در نظر گرفتن نیازها و انتظارات معقول آنها، در جهت کیفی سازی اوقات فراغت به دست آمده در این تحقیق شامل جذابیت‌های محیطی، شرایط محیطی، جذابیت‌های ورزشی، حمایت دیگران مهم، ساماندهی، کاربردی بودن فعالیت‌ها، نهادینه‌سازی فعالیت‌ها، تغییرات تکاملی، موانع فرهنگی و اجتماعی، هژمونی جنسیتی، کلان روندها، و موانع ساختاری مبادرت گردد.

وجود بخش‌های مختلف تصمیم گیر ورزشی در کشور و تعدد مدیریت‌های مستقل در ارگان‌های مختلف، معزل دیگری است که مسبب بسیاری از موازی کاری‌ها و صرف انرژی و هزینه‌هایی است که متناسب با آن شاهد بازدهی لازم نیستیم. مدیریت یکپارچه در ورزش منجر به پیشرفت چندجانبه ورزش شده و با برنامه ریزی

با شعار

**کسب و کار دانش بنیان و اشتغال آفرین
سلامتی و تندرستی در اقصاء مختلف جامعه**

تاریخ برگزاری:

۲۷ و ۲۸ اردیبهشت ماه ۱۴۰۲



**2nd International and 3rd National
Leisure Congress 2023**

**دومین همایش بین المللی
و سومین همایش ملی نیمه مجازی**

اوقات فراغت

صحیح میتوان از بودجه‌های موجود به بازدهی بیشتری دست یافت. این درحالیست که بسیاری از زیرساخت‌ها و امکانات در اختیار ارگان‌های مختلف، این پتانسیل را دارند که به صورت بهینه مورد استفاده قرار گیرند اما گسستگی مدیریتی باعث عدم همپوشانی نیازهای مختلف افراد جامعه در بخش ورزش بانوان شده و این امر باعث شده به جای استفاده بهینه از امکانات و زیرساخت‌های سطح جامعه در جهت سلامت و تفریح جامعه، این زیرساخت‌ها در انحصار گروه و ارگان خاص، آنهم به صورت محدود قرار گیرد. این درحالیست که اگر هر ارگان با توجه به پتانسیل خود برای کارکنان و خانواده‌های ایشان برنامه ریزی ورزشی داشته باشد، جمعیت حداکثری جامعه تحت پوشش خدمات تفریحی قرار میگیرد.

۵- مراجع

مرادی، مهدی، شجاع، رضا، و سوری، رحمان. (۱۳۹۸). تحلیل وضعیت مشارکت ورزش همگانی در ایران و تبیین چالش‌ها و موانع کلان. مطالعات آموزش و فرهنگ (گروه ورزش، میراث فرهنگی و گردشگری)، مرکز پژوهش‌ها مجلس شورای اسلامی.

وحدت جناقزاد، وحید، اخوان راد، ساناز و حسامیان، پریناز. (۱۴۰۱). ارزیابی کیفیت خدمات و اوقات فراغت پارک بانوان مطالعه موردی: پارک بانوان شهر ادریبل. فصلنامه علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی. سال اول، شماره اول، صص: ۸۹-

۷۶.