

ص ص ۷۱-۸۵

تاریخ دریافت: ۸۷/۰۲/۰۷

تاریخ پذیرش: ۸۷/۱۰/۲۰

## مقایسه انگیزه شرکت در فعالیت‌های مختلف ورزشی روزمره در بین گروه‌های مختلف شهر شیراز

دکتر رحیم رضائی‌نژاد<sup>۱</sup>شهرام شفیعی<sup>۲</sup>محمد رضا شفیعی<sup>۳</sup>سمانه ده‌پناه<sup>۴</sup>

### چکیده

گروه‌های مختلف اجتماعی با انگیزه‌های متفاوتی در ورزش همگانی روزمره شرکت می‌کنند. بدین منظور از بین ۲۸۰۰ نفر افراد شرکت‌کننده، تعداد ۴۳۶ نفر به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. ابزار تحقیق، یک پرسش‌نامه محقق‌ساخته بود که با استفاده از مبنای نظری و بررسی نظرات ۱۶ عضو هیأت علمی تدوین گردید و در یک مطالعه راهنما، پایایی ( $\alpha = 0.72$ ) آن برآورد شد. انگیزه‌های شرکت‌کنندگان با ۳۰ سؤال ۵ ارزشی لیکرت (از بسیار زیاد تا بسیار کم) اندازه‌گیری شد. کلیه پرسش‌نامه‌ها با حضور محقق توزیع و پس از ۳۰ دقیقه جمع‌آوری شد. اطلاعات ۴۳۶ پرسش‌نامه کامل (۸۷٪) با استفاده از آزمون آماری یومن‌ویتنی و کروسکال‌والیس در سطح  $P \leq 0.05$  تجزیه و تحلیل گردید. بررسی انگیزه‌های شرکت در فعالیت‌های ورزشی نشان داد که انگیزه سلامتی و آمادگی و انگیزه لذت و نشاط در اولویت اول و دوم قرار دارد. کم‌هزینه بودن ورزش و مفرح بودن محیط، یکی از دلایل اصلی آزمودنی‌ها در ورزش همگانی بود. با این که زنان با انگیزه بیشتری از مردان در فعالیت‌ها شرکت می‌کردند، تفاوت معنی‌داری بین آن‌ها وجود نداشت. افراد متأهل، انگیزه بیشتری (به جز انگیزه تعامل اجتماعی) نسبت به افراد مجرد داشتند. ضمناً افراد میان‌سال (۴۰-۶۰ سال) با انگیزه سلامتی و بهبود روابط شغلی بالاتری در این فعالیت‌ها شرکت می‌کردند؛ در صورتی که افراد کهن‌سال، انگیزه تعامل اجتماعی بالاتری داشتند. افراد با تحصیلات دیپلم و زیر دیپلم، انگیزه تعامل اجتماعی و بهبود روابط شغلی بیشتری از گروه‌های دیگر داشتند. وضعیت انگیزه افراد با وضعیت مالی و اقتصادی مختلف، بسیار متغیر و بی‌ثبات بود.

**واژه‌های کلیدی:** انگیزه سلامتی، انگیزه لذت و نشاط، فعالیت‌های ورزشی روزمره و ورزش همگانی.

۱. استادیار دانشگاه گیلان

۲. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه گیلان

۳. دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه شهید بهشتی تهران

۴. کارشناس تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه گیلان

## مقدمه

محققان و نظریه‌پردازان در حیطه رفتار سازمانی و روان‌شناسی ورزش از انگیزه‌های مختلفی برای انجام کار و فعالیت‌های اجتماعی نام می‌برند؛ مثلاً، بر اساس نظریه مازلو، نیازهای اجتماعی مانند تکامل و نیازهای امنیتی، مانند ارتقای سلامتی و حتی خودشکوفایی ورزشی می‌تواند محرک شرکت در فعالیت‌های ورزشی باشد؛ البته در ورزش همگانی، دو نیاز اول ممکن است موجب ایجاد انگیزه شود، یا در نظریه آلدرفر، نیاز به ارتباط می‌تواند انگیزه شرکت در گروه‌های اجتماعی و تعامل با دیگران را ایجاد نماید و همین نیاز در نظریه انگیزشی مک کلند (انگیزه ایجاد ارتباط با دیگران) به عنوان یکی از سه نیاز اصلی افراد مورد توجه قرار گرفته است؛ البته ممکن است این نیازها و انگیزه‌ها در سطح فرهنگ ملی و منطقه‌ای متغیر باشد (۵). برخی از این انگیزه‌ها، نیز در تدوین پرسش‌نامه مورد استفاده قرار گرفته است. صرف نظر از بیماری‌های ناشی از کم‌تحرکی در سنین مختلف (۱۱ و ۱۲) و اثرات مفید عاطفی - اجتماعی شرکت در ورزش تفریحی و همگانی (۱۴ و ۱۷)، مدیریت و سازماندهی ورزش همگانی، آگاهی از انگیزه‌های شرکت‌کنندگان را ضروری می‌سازد. تحقیقات انجام گرفته در این زمینه نیز روند افزایش آگاهی عمومی و مشارکت ورزشی بیشتر مردم را نشان می‌دهد (۲ و ۱۴)؛ ولی این تحقیقات کاملاً مشخص نکرده‌اند که چه تفاوتی بین اهداف و انگیزه‌های اقشار مختلف جامعه وجود دارد. به عبارت دیگر، بسیاری از این تحقیقات، اهداف و انگیزه‌های همه شرکت‌کنندگان را به صورت کلی و صرف نظر از ویژگی‌های اجتماعی - اقتصادی بیان کرده‌اند (۱۵، ۱۶ و ۱۹). به ویژه این که شناسایی انگیزه‌های اقشار مختلف مردم در کشورها کمتر مورد توجه قرار گرفته است. بنابراین برای مدیریت و جهت‌دهی ورزش همگانی در سطح کشور و با توجه به ویژگی‌های فرهنگی و اجتماعی هر استان و منطقه جغرافیایی، ضروری است که با شناخت این انگیزه‌ها، مشارکت عموم مردم را افزایش داد. ارائه فرایند شناسایی و جهت‌دهی انگیزه‌ها و همچنین مشارکت بیشتر مردم می‌تواند از نظر اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی بسیار مفید و سازنده باشد.

نتایج برخی از تحقیقات نشان می‌دهد که بین شرکت بانوان در کلاس‌های آمادگی جسمانی با وضعیت اجتماعی - اقتصادی مختلف، تفاوت معنی‌داری وجود دارد (۲۰). تحقیق دیگری نیز نشان داد که بیشتر شرکت‌کنندگانی که در کلاس‌های آمادگی جسمانی در شمال شهر تهران زندگی می‌کنند، از نظر تحصیلات بالاترین درصد به زنان دیپلم اختصاص دارد و سن اغلب آن‌ها زیر ۲۵ سال است (۱). شفیع با بررسی وضعیت اجتماعی - اقتصادی شرکت‌کنندگان در ورزش همگانی تهران نشان داد که بیشترین و کمترین تعداد شرکت‌کننده به ترتیب در وضعیت اقتصادی متوسط به بالا و بسیار خوب قرار داشتند. از طرف دیگر، مدرک تحصیلی بیشتر شرکت‌کنندگان دیپلم بود. از نظر وضعیت شغلی، افراد بیکار (خانه‌دار، محصل و بازنشسته) درصد بالایی از شرکت‌کنندگان را تشکیل می‌دادند (۱۰). شیخ‌الاسلامی و روزیانی نیز یافته‌های مشابهی را در مورد وضعیت تحصیلی و شغلی زنان شرکت‌کننده در ورزش‌های آبی گزارش کردند (۷ و ۱۲).

بررسی‌های زیادی در کشورهای مختلف انجام گرفته است. چون ورزش همگانی مانند هر پدیده‌ای تحت تأثیر وضعیت رفاه عمومی مردم، فرهنگ و سایر عوامل اجتماعی می‌باشد (۲۰). مثلاً برخی به بررسی ارتباط ورزش همگانی با فناوری و رسانه‌ها (۱۹) و برخی مسائل اقتصادی (۴۳)، گروهی به گرایش‌ها و تقاضاهای اجتماعی (۲۳) و تأثیر آن بر توریسم (۲۱) پرداخته‌اند. اپاشوسکی<sup>۱</sup>، با بررسی مدت و شدت فعالیت ورزش همگانی مردم آلمان نشان داد که زنان بیشتر از مردان در این فعالیت شرکت می‌کنند. ۵۸ درصد مردان، هفته‌ای یک جلسه و ۷۰ درصد زنان هفته‌ای ۲-۳ جلسه تمرین می‌کنند (۳۳). بیرستد<sup>۲</sup> نیز در همین کشور نشان داد که بیشترین شرکت‌کنندگان در گروه سنی جوان قرار دارند (۳۷). مؤسسه ورزشی ساساکاوا<sup>۳</sup> بیان می‌کند که مردم ژاپن نیز هفته‌ای ۲ بار و هر بار ۳۰ دقیقه فعالیت ورزش همگانی را ترجیح می‌دهند (۳۲). کنی<sup>۴</sup> در ایتالیا با بررسی وضعیت مشارکت گروه‌های سنی ۳-۶۵ سال نشان داد که گروه سنی ۱۵-۲۴ سال، ۳۰ درصد شرکت‌کنندگان در ورزش همگانی بودند و اکثر شرکت‌کنندگان نیز جوان می‌باشند (۲۵). بیشتر تحقیقات روی متغیرهای اجتماعی شرکت‌کنندگان، مربوط به متغیر سن و جنسیت است. یکی از این تحقیقات نشان می‌دهد که تفاوت بین گروه‌های سنی، ناچیز است؛ ولی مردان به طور معناداری بیشتر از زنان در فعالیت‌های ورزش همگانی شرکت می‌کنند (۳۸). در مورد انگیزه مشارکت ورزشی دختران و زنان، تأکید بیشتری بر انگیزه سلامت ظاهری و روابط اجتماعی شده است (۴۱). برخی از محققان وضعیت اجتماعی - اقتصادی شرکت‌کنندگان در ورزش همگانی را با متغیرهای دیگری مورد مقایسه قرار داده‌اند. گیلز، درایور و کالت<sup>۵</sup> با بررسی انگیزه افراد کهن‌سال ایتالیایی نشان دادند که انگیزه حفظ سلامتی، بالاترین انگیزه شرکت در ورزش همگانی است و تفاوت معنی‌داری بین زنان و مردان، گروه‌های سنی، شغلی و تحصیلات مختلف پیدا نکردند (۳۱). وینبرگ<sup>۶</sup> نیز در سنین بالا، انگیزه کسب تندرستی و آرامش را در اولویت قرار می‌دهد (۴۱). آنکینسون و راسل<sup>۷</sup> با بررسی ارتباط عوامل محیطی با مشارکت ورزشی در فضاهای روباز نشان دادند که متغیرهای مختلف اقتصادی - اجتماعی مانند تحصیلات، میزان درآمد و وضعیت شغلی با میزان مشارکت ورزشی مرتبط است. به عبارت دیگر، افراد با درآمد و تحصیلات بالا و شغل بهتر، تمایل بیشتری به شرکت دارند (۸). همین نتیجه‌گیری به وسیله هات زی‌هاربست<sup>۸</sup>، جامیسون و کاترین ماریه<sup>۹</sup>، و سلرز<sup>۱۰</sup> انجام

1. Opashowski, 1987

2. Bierstedt, 1983

3. Sasakava

4. Coni, 1999

5. Giles, Driver, & Kolt, 2004

6. Weinberg, 2000

7. Atkinson & Rassel, 1981, 1989

8. Hat Ziharist, 1990

9. Jamieson & Katherine marie, 1992

10. Sellers, 1992

گرفته است (۲۸، ۲۹ و ۳۶)؛ البته نتایج دیگری نیز وجود دارد؛ مثلاً، گری اریکناکس<sup>۱</sup> نشان داد که فقط ۳۱ درصد از سوارکاران جزء طبقات بالای اجتماعی و اقتصادی هستند و بیشتر آن‌ها را افرادی از طبقات متوسط تشکیل می‌دهند (۲۷).

راویو و گرون<sup>۲</sup> بیان کردند که سن بر انگیزه شرکت در ورزش همگانی تأثیر می‌گذارد. در صورتی که انگیزه بزرگسالان، تجربه حرکت، سلامتی و آمادگی است؛ ولی جوانان بیشتر با انگیزه لذت و رفع نیازهای عاطفی شرکت می‌کنند. جالب توجه است که در اکثر تحقیقات، انگیزه‌های سلامتی و آمادگی یا مدیریت و کنترل بدن، تعامل اجتماعی و بهداشت روانی در اولویت قرار دارند (۲۴). سالمن و رابرت<sup>۳</sup> بیان می‌کنند که متغیر اقتصادی حتی بر میزان آمادگی جسمانی مؤثر است. آن‌ها با مقایسه آمادگی جسمانی دانش‌آموزان سفید و سیاه پوست نشان دادند که این متغیر، تأثیر معنی‌داری روی کسب آمادگی جسمانی و آگاهی از آن دارد (۳۵). حتی از نظر ویلز و کمپیل<sup>۴</sup>، دانش‌آموزان با وضعیت اقتصادی - اجتماعی بهتر در فعالیت ورزشی موفق‌ترند (۳۹). ژوناس آرنولد<sup>۵</sup>، متغیرهای مختلف اثرگذار بر آمادگی جسمانی دانش‌آموزان را بررسی کرد و نشان داد که وضعیت اجتماعی - اقتصادی والدین با عملکرد آمادگی جسمانی دانش‌آموزان، رابطه معنی‌داری دارد (۳۰). سالیس<sup>۶</sup> نیز بیان می‌کند که دانش‌آموزان با وضعیت اجتماعی - اقتصادی بالا، مدت بیشتری به فعالیت بدنی می‌پردازند و بیشتر نیز در کلاس‌های خارج از مدرسه شرکت می‌کنند (۳۴).

بررسی دلایل عدم شرکت در ورزش همگانی نیز نشان می‌دهد که عوامل اجتماعی - اقتصادی می‌تواند مشارکت افراد را محدود نماید؛ مثلاً، در مورد دانش‌آموزان حجم زیاد دروس، مسائل فرهنگی و مشکلات اقتصادی برای دانش‌آموزان (۸)، مشکلات روزمره زندگی و خستگی ناشی از کار زیاد (۴)، کار زیاد زنان در منزل (۲۰)، مشغله زیاد در مورد دانشجویان (۳)، عوامل فرهنگی - اجتماعی و اقتصادی برای زنان به عنوان عوامل محدودکننده بیان شده است. ولانسکا<sup>۷</sup> با بررسی وضعیت ورزشی همگانی لهستان بیان می‌کند که عمده‌ترین دلیل رشد اندک ورزش همگانی در این کشور، پایین بودن قدرت خرید افراد جامعه است و به همین دلیل، این فعالیت رشد اندکی دارد (۴۲). مقبلی نیز نشان داد که پایین بودن سطح درآمد و توان مالی مردم، امکانات مشارکت در ورزش را بسیار پایین می‌آورد (۱۸). شجاع‌الدین نیز دریافت که کمبود درآمد، داشتن شغل دوم و انجام اضافه کار باعث کم شدن ساعات فراغت در بین کارمندان شده است (۹) و همچنین آن‌ها ناگزیرند فعالیت‌های

1. Grey Ericlennox, 1989

2. Ravive R Geron, 1995

3. Salmon & Robert, 1991

4. Wills & Campbel, 1992

5. Jonas Arnold, 1993

6. Sallis, 1999

7. Wolanska. T, 1990

تفریحی خود را در منزل انجام دهند (۱۷). والک<sup>۱</sup> با بررسی درصد هزینه اقشار مختلف مردم لهستان از کل سبد هزینه خانواده که صرف ورزش همگانی و تفریحات می‌شود؛ نشان داد که خانواده‌های مشاغل آزاد، کارمندی و کارگری به ترتیب بیشتر از سایر مشاغل برای ورزش همگانی هزینه می‌کنند (۴۰)

به طور کلی، مرور این پیشینه، نشان می‌دهد افراد با اهداف و انگیزه‌های متفاوتی در فعالیت‌های روزمره ورزشی و ورزش همگانی شرکت می‌نمایند، بنابراین بررسی وضعیت اجتماعی - اقتصادی و انگیزه این شرکت‌کنندگان بسیار مهم می‌باشد (۶). چون از یک طرف، محققان و کارشناسان ورزشی می‌توانند اهداف فعالیت‌های مختلف ورزشی را بر اساس اهداف شناخته شده تربیت بدنی و ورزش تنظیم کنند؛ از طرف دیگر، دولت و سایر سازمان‌های محلی مرتبط می‌توانند امکانات ورزشی - تفریحی را در جهت برآوردن اهداف و انگیزه‌های شرکت‌کنندگان توسعه دهند.

### روش‌شناسی تحقیق

این تحقیق از نوع توصیفی است که با ابزار پرسش‌نامه، وضعیت اجتماعی - اقتصادی و انگیزه‌های شرکت‌کنندگان ورزش همگانی را در شهر شیراز مورد بررسی قرار داده است.

جامعه و نمونه آماری تحقیق: جامعه تحقیق شامل کلیه شرکت‌کنندگان زن و مرد، در ایستگاه‌های ورزش همگانی شهر شیراز می‌باشد. در این تحقیق، محدوده سنی خاصی برای شرکت‌کنندگان در نظر گرفته نشده است و تمام افراد و تمامی گروه‌های سنی جزو جامعه آماری در نظر گرفته شدند. طبق آمار ارائه شده از سوی هیأت ورزش همگانی اداره کل تربیت بدنی استان فارس، ۲۸۰۰ نفر (۱۰۰۰ نفر مرد و ۱۸۰۰ نفر زن) به صورت سازمان‌یافته در ۲۵ ایستگاه (۱۶ ایستگاه بانوان و ۹ ایستگاه آقایان) ثبت‌نام کرده بودند و بر اساس جدول اودینسکی، تعداد نمونه آماری ۳۳۸ نفر تعیین گردید. هر ایستگاه به عنوان خوشه نمونه‌برداری انتخاب شد و با توجه به تعداد تعیین شده برای هر ایستگاه زنان و مردان، پرسش‌نامه توزیع گردید. پرسش‌نامه‌ها در زمان‌های مختلف و با احتمال افت آزمودنی‌ها و عدم تکمیل در اختیار ۵۰۰ نفر قرار گرفت. در نهایت ۴۳۶ پرسش‌نامه کامل (۸۷٪) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**ابزار تحقیق:** با توجه به مبانی نظری و بررسی پیشینه تحقیق، یک پرسش‌نامه محقق‌ساخته، تدوین و تنظیم شد. مثلاً، چن<sup>۲</sup> سه انگیزه اصلی مدیریت بدن، بهداشت روانی و تعامل اجتماعی (۳۰ سؤال) را نام می‌برد که در پرسش‌نامه تحقیق حاضر از انگیزه بهداشت روانی برای تدوین سؤالات مربوط به انگیزه لذت و نشاط و از انگیزه دوم برای تدوین سؤالات مربوط به انگیزه تعامل اجتماعی استفاده شد (۲۴). هم‌چنین از پرسش‌نامه انگیزه شرکت

1. Walec, 1994.1997

2. Chen, 1998

جوانان در ورزش رقابتی و فعالیت بدنی وینبرگ<sup>۱</sup> سؤالات مربوط به انگیزه آمادگی و سلامتی، و تخلیه انرژی و انگیزه بیرونی برای تدوین انگیزه‌های پیشگیری و درمان، روابط شغلی و سایر دلایل شخصی استفاده گردید (۴۱). پرسش‌نامه، حاوی ۲ قسمت بود. قسمت اول، حاوی ۲۲ سؤال بود که ویژگی‌های فردی مانند: جنسیت، سن، شغل، میزان تحصیلات، وضع مسکن، وضعیت اقتصادی و سابقه فعالیت ورزشی را اندازه‌گیری می‌کرد. برای تعیین انگیزه‌های شرکت‌کنندگان از ۳۰ سؤال بسته استفاده شد که ۵ بعد از انگیزه‌های شرکت‌کنندگان، شامل انگیزه تعامل اجتماعی (۵ سؤال)، انگیزه لذت و نشاط (۵ سؤال)، انگیزه پیشگیری و درمان (۴ سؤال)، انگیزه روابط شغلی زندگی (۵ سؤال)، انگیزه سلامتی و آمادگی جسمانی (۵ سؤال) و دلایل شخصی (۶ سؤال) برای شرکت در ورزش همگانی را مورد بررسی قرار می‌داد. برای این که بتوان انگیزه‌های افراد شرکت‌کننده در فعالیت ورزش همگانی را دقیقاً مشخص نمود، از مقیاس کمی ۵ ارزشی لیکرت، بسیار زیاد (نمره ۵) تا بسیار کم (نمره ۱) استفاده شد. پس از بررسی پیشینه تحقیق، پرسش‌نامه اولیه تهیه شد. سپس برای تعیین روایی آن‌ها و استفاده از نظرات تخصصی، پرسش‌نامه مقدماتی در اختیار ۲۰ نفر از متخصصان و کارشناسان تربیت بدنی و ورزش دانشگاه گیلان قرار گرفت و از آن‌ها خواسته شد تا نظرات تخصصی خود را در مورد چگونگی نگارش سؤال، تعداد سؤالات، حذف یا اضافه کردن آن‌ها، محتوای پرسش‌نامه، ارتباط سؤالات با گزینه‌ها و هماهنگی سؤالات با اهداف تحقیق، اعلام نظر کنند. از بین ۲۰ پرسش‌نامه توزیع شده، ۱۶ پرسش‌نامه عودت داده شد. پس از بررسی مجدد و لحاظ نظرات و پیشنهادها، تنظیم نهایی پرسش‌نامه صورت گرفت. پرسش‌نامه نهایی به صورت تصادفی در اختیار ۳۰ نفر از افراد شرکت‌کننده در ورزش همگانی قرار گرفت و پایایی درونی انگیزه‌های اصلی آن نیز بین ۰/۷۲ تا ۰/۹۵ برآورد گردید.

روش جمع‌آوری و تجزیه و تحلیل داده‌ها: پس از هماهنگی با اداره کل تربیت بدنی و رئیس هیأت ورزش‌های همگانی شهر شیراز، مجوز و معرفی‌نامه دریافت گردید. برای تکمیل پرسش‌نامه با مسؤولان ایستگاه‌های مورد نظر هماهنگی لازم انجام شد، سپس در طول دو هفته و به طور متناوب در جلسات صبح و عصر به ایستگاه‌ها مراجعه شد و پرسش‌نامه در اختیار شرکت‌کنندگان قرار گرفت و در همان زمان تکمیل و پس از ۳۰ دقیقه جمع‌آوری گردید. برای تعیین میزان شرکت افراد در ورزش همگانی در طول یک ماه از فرمول محقق ساخته زیر استفاده شد. دقایق شرکت افراد در ۱ جلسه تمرین (X) تعداد جلسات در ۱ هفته ۴X (تعداد هفته‌های ماه). مقدار به دست آمده میزان مشارکت فرد را در مدت ۱ ماه در فعالیت‌های ورزش همگانی نشان می‌داد. اطلاعات به دست آمده با استفاده از برنامه کامپیوتری SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و برای رسم نمودارها و جدول‌ها

از نرم‌افزار Excel استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل استنباطی از آزمون‌های یومان‌ویتنی<sup>۱</sup> و کروسکال‌والیس<sup>۲</sup> در سطح معناداری ( $p \leq 0.05$ ) استفاده شد.

## نتایج

مقایسه ویژگی‌های مختلف نمونه آماری تحقیق، نشان داد که مردان (۶۸٪) بیشتر از زنان (۳۲٪) در این فعالیت‌ها شرکت می‌کنند. اغلب این افراد نیز جوان بودند و کمتر از ۳۵ سال سن داشتند (۵۲/۳٪) و فقط ۵/۳٪ افراد بیش از ۶۰ سال سن داشتند. ضمناً ۶۳/۵٪ افراد متأهل بودند و ۵۶/۴٪ نیز فرزندی نداشتند. از نظر شغلی ۴۰/۴٪ افراد خانه‌دار و ۲۳/۹٪ بیکار، ۱۲/۶٪ کارمند، ۸/۳٪ بازنشسته بودند و ۱۴/۷٪ نیز شغل آزاد داشتند. از نظر وضعیت تحصیلی، ۷۸/۷٪ افراد در سطح دیپلم و زیر دیپلم و ۱۲/۷٪ افراد نیز در سطح تحصیلات لیسانس و بالاتر بودند. از نظر اقتصادی، ۷۶/۸٪ افراد در منازل غیرآپارتمانی زندگی می‌کردند و زیربنای مساحت مسکونی ۵۶/۲٪ افراد بالاتر از ۱۲۰ مترمربع و ۲۱/۳٪ نیز بین ۱۲۰ - ۸۵ متر مربع بود. از نظر وضعیت مالکیت، ۷۴/۵٪ افراد در منازل شخصی زندگی می‌کردند. ۴۲/۷٪ از نمونه تحقیق در خانواده‌های ۳-۴ نفره و ۳۲/۱٪ در خانواده‌های ۵-۶ نفره بودند. با توجه به این شاخص‌ها، ۵۴/۸٪ وضعیت اقتصادی خود را متوسط، ۲۹/۶٪ خوب و خیلی خوب، و ۱۵/۶٪ نیز در حد پایین و بسیار پایین اعلام کرده‌اند؛ البته میزان درآمد ماهیانه، ۳۳/۳٪ افراد بین ۲۰۰-۴۰۰ هزار تومان، ۴۷/۹٪ بین ۱۰۰-۲۰۰ هزار تومان بود و ۱۸/۸٪ نیز بالاتر از ۴۰۰ هزار تومان در ماه درآمد داشتند.

از نظر میزان مشارکت در ورزش همگانی و سطح فعالیت بدنی، ۳۰٪ افراد کمتر از ۳ ماه، ۲۰/۸٪ بین ۴-۱۲ ماه و ۴۹/۸٪ نیز بیش از یک سال به ورزش همگانی پرداختند. علاوه بر این، ۳۸/۱٪ هر روز، ۳۲/۶٪ سه روز در هفته و ۲۹/۴٪ نیز بین ۱-۲ روز در هفته فعال بودند. مدت فعالیت ۴۸/۴٪ افراد بین ۳۰-۴۵ دقیقه و ۵۱/۶٪ افراد بین ۱ ساعت و بیشتر از ۱ ساعت بود. ۷۸/۹٪ در صبح و ۱۵/۴٪ نامنظم و فقط ۵/۵٪ افراد در عصر ورزش می‌کردند. ۴۲/۹٪ افراد به پیاده‌روی در خیابان می‌پرداختند و ۱۲/۴٪ افراد در منزل، ۲۱/۸٪ افراد در پارک و ۱۷/۷٪ افراد نیز در سالن‌های ورزشی مشغول به فعالیت بودند. ۴۶/۳٪ افراد با اعضای خانواده، ۲۲/۷٪ افراد با دوستان و همکاران و ۱۶/۷٪ نیز با باشگاه به فعالیت ورزشی می‌پرداختند. از نظر نوع فعالیت نیز ۵۸/۷٪ افراد به پیاده‌روی و نرمش مشغول بودند و ۲۴/۸٪ نیز فعالیت دویدن را ترجیح می‌دادند. مقایسه انگیزه شرکت‌کنندگان در فعالیت‌های ورزشی روزمره نشان می‌دهد که انگیزه سلامت و آمادگی جسمانی ( $M=4.27, SD=\pm 1.07$ ) انگیزه

1. Mann-WithneyU.test

2. Kruskal.wallis test

لذت و نشاط ( $M=4.16, SD=\pm 0.086$ ) به ترتیب در اولویت اول و دوم قرار دارند، انگیزه بهبود روابط شغلی و زندگی ( $M=4.10, SD=\pm 1$ ) و انگیزه پیشگیری و درمان بیماری‌ها ( $M=4.10, SD=\pm 0.95$ ) در اولویت سوم و انگیزه تعامل اجتماعی ( $M=3.77, SD=\pm 1.08$ ) در اولویت چهارم قرار دارند (نمودار ۱).

مقایسه دلایل شرکت در ورزش همگانی مانند کم‌هزینه بودن ورزش و محیط فرح‌بخش و باصفای ورزشی، توصیه پزشک، توصیه دوستان، تشویق اعضای خانواده و توصیه رسانه‌های گروهی نشان داد که دلیل اصلی شرکت در این فعالیت‌ها به ترتیب ۱- توصیه پزشک ۲- توصیه رسانه‌های گروهی ۳- توصیه دوستان ۴- تشویق اعضای خانواده می‌باشد. به طوری که گزینه‌های زیاد و بسیار زیاد برای دلایل اول و دوم به ترتیب به وسیله ۵۵/۵٪ و ۵۴/۳٪ انتخاب شده است.

فرضیه‌های تحقیق نیز با استفاده از آزمون یومن - ویتنی و کروسکال - والیس در سطح  $P \leq 0.05$  مورد مقایسه قرار گرفت (جدول ۱). این یافته‌ها نشان می‌دهد که ۱- انگیزه‌های پیشگیری و درمان و ۲- انگیزه سلامتی و آمادگی جسمانی، موجب بیشترین تفاوت معنی‌دار در گروه‌های مختلف مورد مقایسه شده است.

مقایسه سایر گروه‌های آزمودنی، نشان می‌دهد که ترتیب و اولویت انگیزه‌های مختلف در افرادی که با دوستان و همکاران، همسایگان، اعضای خانواده و سایر افراد در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنند، نه فقط بسیار متغیر و بی‌ثبات است؛ بلکه تفاوت انگیزه‌های این گروه‌ها (به جز انگیزه تعامل اجتماعی) معنی‌دار نمی‌باشد. به عبارت دیگر، فقط انگیزه تعامل اجتماعی افرادی که با دوستان و همکاران در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنند، بیشتر از افرادی است که با اعضای خانواده و همسایگان به این فعالیت‌ها می‌پردازند ( $P < 0.01$ ). یافته مهم دیگر نشان می‌دهد کلیه انگیزه‌های مشارکت ورزشی در افرادی که از وسایل حمل و نقل عمومی و غیر شخصی استفاده می‌کنند، بیشتر از افرادی است که از وسایل حمل و نقل نقلیه شخصی استفاده می‌کنند؛ البته این تفاوت فقط در انگیزه تعامل اجتماعی ( $P < 0.01$ )، سلامتی و آمادگی جسمانی ( $P < 0.03$ ) معنی‌دار بود.

مقایسه انگیزه شرکت افراد با وضعیت مالی و اقتصادی مختلف نشان داد که ترتیب و اولویت کلیه انگیزه‌ها در بین گروه‌ها بسیار به هم نزدیک است؛ به عبارت دیگر، مجموع رتبه این انگیزه‌ها در گروه‌های مورد مقایسه، معنی‌دار نبود. به طور کلی، افراد شرکت‌کننده در ورزش همگانی با وضعیت اقتصادی مختلف از نظر انگیزه‌های شرکت در فعالیت‌های ورزشی روزمره، تفاوت معنی‌داری با هم نداشتند.

## بحث و بررسی

مشارکت بیشتر مردان نسبت به زنان در تحقیق حاضر و سایر تحقیقات (۳۸ و ۳۳) چندین واقعیت را در این زمینه نشان می‌دهد. نخست این که علی‌رغم روند افزایش مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی هنوز مردان به دلیل شرایط اجتماعی و فرهنگی، آسان‌تر می‌توانند از امکانات ورزشی بهره‌مند شوند؛ در صورتی که چنین وضعیتی برای



زنان به دلیل مسؤولیت‌های متعدّد و عدم وجود امکانات ویژه وجود ندارد. اگر مطابق با یافته‌های شفیع (۱۰)، افراد خانه‌دار و بازنشسته جزو افراد بیکار محسوب شوند، بیشترین افراد شرکت‌کننده در ورزش همگانی را افراد بیکار تشکیل می‌دهند. از نظر وضعیت تحصیلی نیز چنین مشابهتی بین یافته‌های این تحقیق و سایر تحقیقات داخل کشور (۱۲ و ۱۰،۷،۱) وجود دارد، در صورتی که مشارکت بیشتر افراد تحصیل کرده در تحقیقات خارج از کشور (۲۹،۲۸،۲۲ و ۳۶) نشان می‌دهد که فرهنگ ورزش تفریحی هنوز در کشور گسترش لازم را پیدا نکرده است؛ چون در این تحقیق و اکثر تحقیقات داخلی، بیشتر شرکت‌کنندگان مدرک تحصیلی پایینی داشتند (۱۲ و ۱۰،۷،۱).

به طور کلی و بر اساس نتایج تحقیق حاضر، وضعیت اقتصادی شرکت‌کنندگان در ورزش همگانی، زیر متوسط و پایین بود و اکثر شرکت‌کنندگان را نیز گروه سنی زیر ۳۵ سال و بیکار (خانه‌دار و بازنشسته) تشکیل می‌دادند. در صورتی که انتظار می‌رفت افراد تحصیل کرده و با درآمد بالا بیشتر در این فعالیت‌ها شرکت کنند، یا افراد میان‌سال به دلیل افت تدریجی عملکرد بدنی به این فعالیت‌ها روی می‌آورند؛ البته حضور بیشتر افراد جوان را می‌توان به عواملی مانند ایاب و ذهاب آسان، آگاهی بیشتر و غیره نسبت داد. از این رو، به نظر می‌رسد مشارکت افراد تحصیل کرده و با درآمد بالا در کشورهای پیشرفته گسترش بسیاری پیدا کرده است (۳۴). این نتایج نشان می‌دهد که هنوز موانع زیادی برای شرکت اقشار کارمند و شاغل، دانش‌آموزان و دانشجویان در ورزش همگانی وجود دارد (۴۲ و ۲۰،۱۸،۱۷،۹،۳،۴).

فعالیت پیاده‌روی در خیابان، انجام تمرینات سبک در منزل و فعالیت‌های ورزشی در پارک در بین شرکت‌کنندگان بیشتر از استفاده از اماکن و سالن‌های ورزشی متداول بود. بنابراین به نظر می‌رسد که با وجود امکانات ساده و گسترده در فضاهای روباز می‌توان به توسعه ورزش همگانی کمک نمود، هرچند شاید همین موضوع از عوامل محدودکننده مشارکت ورزشی زنان باشد. چون کم‌هزینه بودن ورزش در خیابان، منزل و پارک، اولین و مهم‌ترین دلیل شرکت در ورزش همگانی بود. جالب است که با توجه به اولویت انگیزه‌های پیشگیری از بیماری و کسب سلامتی و آمادگی در بین گروه‌های مختلف اجتماعی (نمودار و جدول ۱) با اولویت دلیل شرکت در ورزش همگانی (توصیه پزشک) بسیار مرتبط است. از طرف دیگر، اولویت سایر دلایل شرکت‌کنندگان نشان می‌دهد که نقش وسائل ارتباط جمعی، فرهنگ خانواده و گروه دوستان تا چه اندازه در گرایش افراد به ورزش همگانی مؤثر است.

جدول ۱. مقایسهٔ مجموع رتبهٔ انگیزه‌های شرکت در فعالیت‌های ورزشی روزمرهٔ بین گروه‌های مختلف آزمودنی

سلامتی و آمادگی جسمانی	پیشگیری و درمان بیماری‌ها	بهبود روابط شغلی و زندگی	لذت و نشاط	تعامل اجتماعی	انگیزهٔ گروه‌های مقایسه	
					زن	جنسیت
۲۲۳/۵	۲۲۲/۵	۲۲۲/۵	۲۱۹	۲۲۱	زن	جنسیت
۲۰۷	۲۱۰	۲۱۰	۲۱۶	۲۱۳	مرد	
۲۱۵	۲۱۹	۲۱۴	۲۱۵	۲۰۵	زیر ۴ سال	سن
۲۵۷**	۲۳۴	۲۵۴	۲۴۲	۲۴۰	۴۰-۶۰ سال	
۲۲۲/۵	۲۰۹	۲۱۴	۲۲۳	۲۲۰/۵	۶۰ سال به بالا	
۱۸۵	۱۹۲	۲۰۰	۲۰۱	۲۱۰	مجرد	وضعیت تأهل
۲۳۸**	۲۳۴**	۲۲۹	۲۲۸	۲۲۳	متاهل	
۱۶۸	۱۷۹	۱۶۸	۱۸۸	۱۹۶	بیکار	شغل
۲۴۰*	۲۳۸*	۲۳۶	۲۲۷	۲۳۸	خانه دار	
۲۲۶	۲۳۲	۲۳۱	۲۳۱/۵	۲۰۴	کارمند و آزاد	
۲۲۷	۱۹۰	۲۳۲	۲۱۷	۲۲۷	بازنشسته	
۲۴۰*	۲۲۸/۵*	۲۳۹*	۲۲۸	۲۰۶	۱-۲	تعداد اعضای خانواده
۲۲۰	۲۲۸/۵*	۲۲۱	۲۲۰	۲۲۷	۳-۴	
۱۹۶	۲۰۰	۱۹۴	۲۰۶	۲۰۷	و بیشتر	
۲۲۴	۲۲۳	۲۲۳	۲۲۲	۲۲۲	زیر دیپلم و دیپلم	وضعیت تحصیلی
۲۱۲	۱۸۱	۲۱۳	۲۱۵	۱۹۵	فوق دیپلم و لیسانس	
۱۶۴	۱۷۰	۱۶۰	۱۵۳	۲۶۳	فوق لیسانس و بالاتر	

\*\* در سطح  $P \leq 0.01$  معنی‌دار است.

\* در سطح  $P \leq 0.05$  معنی‌دار است.

جدول ۲. مقایسهٔ مجموع رتبهٔ انگیزه‌های شرکت در فعالیت‌های ورزشی روزمرهٔ بین گروه‌های مختلف بر اساس وضعیت اقتصادی

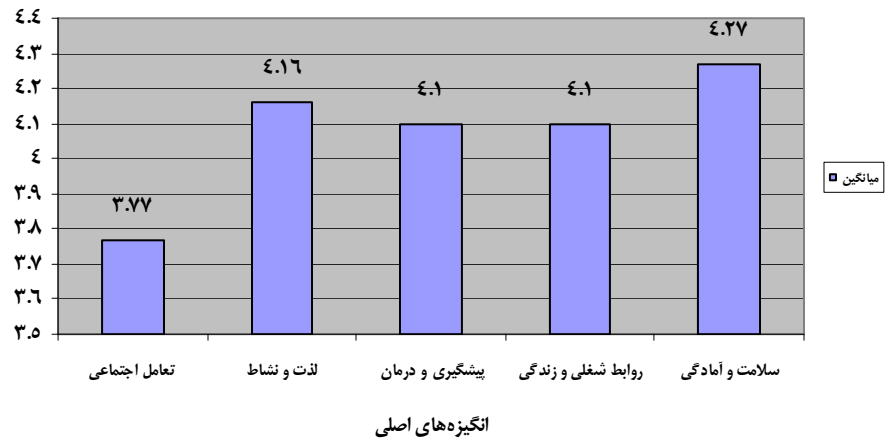
گروه‌های مقایسه	انگیزه				
	تعامل اجتماعی	لذت و نشاط	پیشگیری و درمان بیماری‌ها	بهبود روابط شغلی و زندگی	سلامتی و آمادگی جسمانی
درآمد ماهیانه	۲۳۰/۵	۲۳۱	۲۲۲	۲۲۵/۵	۲۲۷/۵
	۱۹۹	۲۱۰	۲۱۲	۲۰۵/۵	۲۱۱
	۲۱۷	۲۲۰	۲۲۳	۲۲۶	۲۱۲
مالکیت مسکن	۲۱۹	۲۲۰	۲۱۸	۲۱۸	۲۱۶
	۲۱۵	۲۱۵/۵	۲۲۷/۵	۲۲۰	۲۳۳
	۲۰۳/۵	۲۸۷/۵	۲۴۵	۲۵۱/۵	۲۷۶
مساحت زیربنا	۲۴۵/۵	۲۳۱	۲۵۲/۵	۲۱۹	۲۳۱
	۲۰۱/۵	۲۰۵	۲۰۸	۲۰۸/۵	۲۰۳/۵
	۲۱۷	۲۲۴	۲۱۷/۵	۲۲۴/۵	۲۲۵/۵
وضعیت اقتصادی کلی*	۲۲۹/۵	۲۰۴	۲۱۴	۲۰۲	۱۹۶
	۲۱۲	۲۵۶	۲۲۰/۵	۲۲۸/۵	۲۲۷/۵
	۲۵۷/۵	۲۳۰	۲۲۵/۵	۲۰۷/۵	۲۲۲

\* وضعیت اقتصادی کلی از دیدگاه آزمودنی‌ها طبقه‌بندی شده است.

ترتیب و اولویت انگیزه‌های شرکت در ورزش همگانی با نتایج بسیاری از تحقیقات در داخل و خارج کشور همخوانی دارد (۷، ۱۳، ۱۰، ۴۰، ۲۵ و ۴۱). بنابراین می‌توان انگیزهٔ سلامتی و کسب آمادگی جسمانی و همچنین انگیزهٔ لذت و نشاط را مهم‌ترین انگیزهٔ مشارکت ورزشی در نظر گرفت؛ اما مقایسهٔ این انگیزه‌ها در گروه‌های مختلف اجتماعی و اقتصادی، نشان داد که انگیزهٔ سلامتی و نشاط، باعث مشارکت همهٔ مردم (پیر و جوان، زن و مرد، درآمد بالا و درآمد پایین و غیره) در ورزش همگانی می‌شود. انگیزهٔ بالاتر افراد میان‌سال نسبت به افراد جوان و کهن‌سال نیز احتمالاً به اهمیت عامل سلامتی و بهبود روابط شغلی افراد میان‌سال وابسته است. چون افراد میان‌سال در دوران افت عملکرد جسمانی قرار دارند و از طرف دیگر می‌کوشند با حفظ سلامتی، نگرانی‌های مربوط به شغل را کاهش دهند. انگیزهٔ کمتر افراد بیکار نسبت به افراد خانه‌دار و بازنشسته و شغل آزاد، طبیعی به نظر می‌رسد؛ اما انگیزهٔ کمتر افراد تحصیل‌کرده به بررسی دقیق و جدی نیاز دارد. به نظر می‌رسد افراد تحصیل‌کرده به

دلیل شرایط اجتماعی - فرهنگی هنوز نگرش لازم و مثبت را نسبت به فعالیت‌های ورزشی - تفریحی پیدا نکرده - اند، در صورتی که توسعه فرهنگ ورزش تفریحی و تفریحات سالم از طریق این قشر امکان‌پذیر است. در مورد مقایسه اولویت‌های انگیزه‌های افراد دارای وضعیت مالی و اقتصادی مختلف می‌توان ادعا کرد که در کشور ما، تأثیر این عامل، بسیار متغیر و بی‌ثبات است و می‌توان انگیزه‌های متفاوتی را برای گروه‌های اجتماعی - اقتصادی مختلف در نظر گرفت.

بنابراین، همه مردم صرف نظر از وضعیت و پایگاه اقتصادی - اجتماعی در ورزش همگانی شرکت می‌کنند و انگیزه‌های این اقشار اجتماعی می‌تواند مشابه و یکسان باشد. هرچند افراد دارای فرزندان کمتر، زنان خانه‌دار و غیره مشارکت بیشتری دارند، می‌توان با برنامه‌های اطلاع‌رسانی عمومی در مورد فواید پیشگیرانه و درمانی ورزش همگانی و تفریحی به مشارکت بیشتر اقشار جامعه کمک نمود، به ویژه این که بسیاری از مردان در فضاهای روباز به ورزش می‌پرداختند. ضمناً توسعه امکانات و تسهیلات ورزشی برای زنان، راهکار دیگری است که مدیران و مسؤولان توسعه ورزش همگانی می‌توانند آن را تعقیب نمایند.



نمودار ۱. مقایسه اولویت‌های انگیزه‌های اصلی شرکت در ورزش همگانی

## منابع و مأخذ

۱. اتقیا، ناهید، ۱۳۸۳، الگوسازی ملی برای ورزش‌های همگانی بانوان ایران، اولین همایش بین‌المللی علوم ورزشی دانشگاه‌های حاشیه دریای خزر.
۲. الخولی، امین انور، ترجمه حمیدرضا شیخی، ۱۳۸۱، ورزش و جامعه، بنیاد پژوهش‌های اسلامی آستان قدس رضوی.
۳. تندنویس، فریدون، ۱۳۷۵، نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان دانشگاه‌های کشور با تأکید بر فعالیت‌های ورزشی، رساله دکتری، دانشگاه تهران.
۴. حمیدی، مهرزاد و چوبینه، سیروس، ۱۳۸۰، نحوه گذران اوقات فراغت کارکنان وزارت علوم، تحقیقات و فناوری با تأکید بر فعالیت‌های ورزشی، پژوهشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی.
۵. رابینز، استیفن پی، ۱۹۹۸، رفتارزمانی، ترجمه علی پارساییان و سیدمحمد اعرابی، جلد اول، چاپ ششم، فصل ۶.
۶. رضائی‌نژاد، رحیم، ۱۳۷۸، جزوه درسی اصول و فلسفه تربیت بدنی، دانشگاه گیلان.
۷. روزیانی، مانیا، ۱۳۸۰، مقایسه برخی از ویژگی‌های زنان شرکت‌کننده در ورزش‌های همگانی شهر تهران (پارک‌ها، باشگاه‌ها و کوهپایه‌ها)، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی - واحد تهران.
۸. زارعی، علی، ۱۳۸۰، نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان علوم پزشکی کشور با تأکید بر فعالیت‌های ورزشی و مقایسه آن با سایر دانشگاه‌های غیر پزشکی، رساله دکتری، دانشگاه آزاد اسلامی - واحد علوم و تحقیقات.
۹. شجاع‌الدین، صدرالدین، ۱۳۷۰، نحوه گذران اوقات فراغت کارمندان ادارات آموزش و پرورش تهران با تأکید بر نقش تربیت بدنی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم تهران.
۱۰. شفیعی، محسن، ۱۳۷۳، بررسی وضعیّت اجتماعی - اقتصادی (SES) افراد شرکت‌کننده در ورزش همگانی شهر تهران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم تهران.
۱۱. شکروش، بهجت، ۱۳۷۸، شیوه زندگی، ورزش و سلامتی، مجموعه مقالات دومین کنگره علمی ورزش مدارس انتشارات اداره کل تربیت بدنی وزارت آموزش و پرورش، ص ۸۶-۶۷.
۱۲. شیخ الاسلامی، زهرا، ۱۳۷۶، مطالعه توصیفی عوامل مؤثر در شرکت بانوان در کلاس‌های ورزش در آب، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم تهران.
۱۳. شیر، بیژن، ۱۳۷۶، بررسی انگیزه‌های شرکت‌کنندگان در دوی همگانی شهرداری تهران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران.
۱۴. صالحی، محمدتقی، ۱۳۷۹، ورزش بزرگسالان و ورزش همگانی، چاپخانه اطلاعات، تهران.

۱۵. کاشف، میرمحمد، ۱۳۷۵، وضعیت ورزش همگانی در آذربایجان غربی، دفتر تحقیقات و آموزش سازمان تربیت‌بدنی جمهوری اسلامی ایران.
۱۶. کارگر فرد، مهدی و صادقی، کامران، ۱۳۸۲، بررسی تعداد افراد شرکت‌کننده در فعالیت‌های بدنی و ورزش شهر اصفهان، چکیده مقالات دومین کنگره خاورمیانه‌ای ای اچ پر، اکادمی ملی المپیک.
۱۷. مرادی بارفروش، فریده، ۱۳۵۶، بررسی چگونگی گذران اوقات فراغت کارمندان متأهل، پایان‌نامه کارشناسی دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه تهران.
۱۸. مقبلی، جلال، ۱۳۵۳، بررسی چگونگی گذران اوقات فراغت و یافتن تأثیر وضع اجتماعی و اقتصادی و مذهب بر فعالیت‌های اوقات فراغت، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
۱۹. مهربانی، جواد، ۱۳۸۴، تأثیر الگوی پیشنهادی ورزش همگانی بر عوامل آمادگی جسمانی دانشجویان پسر غیر ورزشکار، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه گیلان.
۲۰. باوری، ناهید، ۱۳۸۱، بررسی وضعیت اجتماعی - اقتصادی بانوان شرکت‌کننده در کلاس‌های آمادگی جسمانی شهر یزد، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی - واحد تهران.
- Canada National sport - university of Montreal \_21. A report to the federal government  
2001. policy recommendations,
22. Atkinson and George Rassel, 1981, The relationship between outdoor recreation participation and environmental concern, AAC 8126671 Proquest dissertation abstracts.
23. Bauman A, Owen N, 1999, Physical activity of adult Australians: epidemiological evidence and potential strategies for health, Journal of science, Medicine and sport, 41.2:30
24. Chen Weiyun, 1998, Chinese & American college students motive for participation in physical activity, perceptual and motor skills, 87, 1463
25. Coni, P, 1994, Motivating people to be physically active championing. Journal of Health promotion, 6,424
26. Geron, E Raviv, S, 1995, Competition sport in the leisure time of children and youth. AIESEP world congress: wingate Institute, Israel.
27. Grey, Ericlennox, 1989, Axocial class and social function assessment. AAC 1339615, Proquest, dissertation abstracts.
28. Hatziharistos, D, 1990, DDT of physical education and sport science, University of Athense, Book of Abstracts world congress on sport for all.
29. Jamieson, B, Katherine, M, 1992, the influence of Ethnicity and socio-economic status on sport participation levels among Mexican American females, AAC 1348026 Proquest dissertation.

30. Jonas, Rodeny Arnold, 1993, The influence of parental psychosocial factors on school – age childrens health – related physical fitness, (Vol. 1and2) ,AAC 9324676 Proquest – Dissertation Abstracts.
31. Kolt GS,Driver RP,Giles LC, 2004,Why older Australians participate in exercise and sport, J Aging Phys Act, Apr;12 (2):185-98.
32. Masaru, Ikeda, 2001, Sport for all in japan, Sasakawa sports foundation .
33. Opaschowski, R, 1987, the stage and processes of exercise adoption and maintenance in a worksite sample, Health pshchology, 11,386-395.
34. Sallis James F. ET all, 1999, Ethnics socioeconomic and sex differences in physical activity among adolescents. Available online, www.google.com.
35. Salmon P, Donald R, 1991, an analysis of health related fitness partices in the mishigan secondary school physical education curriculum, AAC 1347057 Proquest – Dissertation Abstracts
36. Sellers. RM. Sociology of sport journal (1992), Vol. q, Iss. Pp 48-59.
37. Sharp Shire J, 1997, Family variable and children s physical activity influence of social – economic status, Journal of sport education and society Abingdon/ England Vol (2). P95-116.
38. Stetd B, Taking step toward increased physical activity:Using pedometers to measure and motivate,Research Digest: Presidents Council on physical fitness and sport, 3(17),1-80, 1983.
39. The value of recreational sports in higher education impact on student enrollment success, and buying power / national intramural\_ recreational sport association (NIRSA), 2004.
40. Walec B, 1997, Participatiopn in exercise, Recreation and sport. Journal of sport education and society. Vol (3). P: 83-102.
41. Weinberg Robert, 2000, Motivation for youth participation in sport and physical activity: Relationships to culture, self-reported activity levels and gender. Int. J. sport physical, 31,321-346.
42. Wolanska T, 1990,Changing society – changing values of “sport for all” and sport policy in polan, Book of abstracts, World congress on “sport for all” , June 3-7, tampere finland.
43. Wolf Rosita, Tony Meenaghan, Paol OSullivan, 2002, the sport network insight into the shifting balance of power, Journal of Business Research, 137:611-622.