دو فصلنامه مشارکت و توسعه اجتماعی، دوره ۳، شماره ۵، پاییز و زمستان ۱۳۹٦، صص۲۷-٤٦

جایگاه ورزش در زندگی بانوان روستایی شهرستان اصفهان و عوامل بازدارنده آن

امیرمظفر امینی[۱]
علی یوسفی[۲]
سودابه سرائی*[۳]
فروغ فتاحی[٤]

چکیده

هدف اصلی این تحقیق، شناخت و ارزیابی جایگاه ورزش در زندگی بانوان روستایی شهرستان اصفهان و سنجش عوامل محدود کننده آن بر مبنای مدل ساختاری غلبه بر محدودیت‌های اوقات فراغت با استفاده از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری می‌باشد. جامعه‌ی پژوهش، زنان روستایی ساکن در ۲٤٥ روستای شهرستان اصفهان بودند (۸۳۸۳۳ نفر) و حجم نمونه بر اساس بلوک‌بندی جغرافیایی با هدف توزیع متناسب و طبق فرمول کوکران ۲۲٤ نفر تعیین و به روش تصادفی ساده نمونه‌گیری شدند. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه ساخت‌یافته جمع‌آوری گردید. روایی و پایایی ابزار اندازه‌گیری با تحلیل عاملی (K.M.O=۰/۷۷) و ضریب آلفای کرونباخ (α=۰/۸۲) مورد تأیید قرار گرفت. برای تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی با استفاده از نرم‌افزار SPSS، همچنین معادلات ساختاری با نرم‌افزار Amos استفاده شد. نتایج حاکی از آن است که ورزش بانوان روستایی از جایگاه مناسبی برخوردار نمی‌باشد و محدودیت‌های اوقات فراغت، انگیزه و میزان غلبه بر محدودیت‌ها بر مشارکت ورزشی آنان اثر می‌گذارد.

واژه‌های کلیدی: *اوقات فراغت، بانوان روستایی، عوامل بازدارنده، ورزش.*

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹٦/۱۰/۱۱ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹٦/۱۲/۲۰

۱ دانشیار گروه توسعه روستایی، دانشکده کشاورزی دانشگاه صنعتی اصفهان.
۲ استادیار گروه توسعه روستایی، دانشکده کشاورزی دانشگاه صنعتی اصفهان.
۳ کارشناس ارشد گروه توسعه روستایی، دانشکده کشاورزی دانشگاه صنعتی اصفهان (نویسنده مسئول)، saraee@sepahan.iut.ac.ir
٤ دانش‌آموخته توسعه روستایی، دانشکده کشاورزی دانشگاه صنعتی اصفهان.

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

مقدّمه

نقش روستاها در فرایند توسعهٔ اقتصادی، اجتماعی و سیاسی در مقیاس محلی، منطقه‌ای و بین‌المللی و پیامدهای توسعه نیافتگی مناطق روستایی، موجب توجه بیشتر به توسعهٔ روستایی شده است. در اندیشهٔ بسیاری از محققان، توسعهٔ روستایی مقدمهٔ توسعهٔ اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی و نیز مؤخرهٔ آن در سطح ملی قلمداد می‌شود (پورطاهری و همکاران، ۱۳۸۹: ۲۵). بی‌توجهی و به فراموشی سپردن روستائیان که نیروهای مولّد و مؤثر در توسعه اقتصادی هستند و ضعف امکانات زیستی سبب مهاجرت‌های شدید روستا شهری می‌گردد (مطیعی‌لنگرودی، ۱۳۹۰: ۲۰). این مسئله، نه تنها سبب تنزل و انحطاط نسبی روستاها و فاصله گرفتن روستاییان از هویت فرهنگی و بومی خود می‌شود، بلکه مشکلات عدیده‌ای را سد راه مسئولان و برنامه‌ریزان شهری می‌نماید؛ بنابراین ضروری است به ارتقاء کمّی و کیفی سطح زندگی در نواحی روستایی و تأمین نشاط و سلامت جسمانی و روانی روستاییان توجه کافی صورت پذیرد (پاپ‌زن و همکاران، ۱۳۹٤).

جاذبه نداشتن و فقدان روحیه نشاط و شادابی برنامه‌های اوقات فراغت و کمبود امکانات و شرایط لازم برای گذراندن اوقات فراغت باعث شده، بسیاری از روستائیان اوقات فراغت خود را به بطالت بگذرانند. اگر به این مسئله توجه کافی و شایسته نشود، نه تنها مشکلات روحی و روانی و افسردگی جامعه روستایی را به دنبال خواهد داشت، بلکه در درازمدت باعث به‌وجود آمدن انواع آسیب‌های اجتماعی می‌شود که هم به‌صورت فردی و هم به‌صورت اجتماعی بروز می‌نماید. ورزش به‌عنوان نیاز فردی و ضرورتی اجتماعی و یکی از عوامل ارزشی مطرح در جامعه (حسن‌پور، ۱۳۸۷) از فعالیت‌هایی است که برای اوقات فراغت مناسب بوده و با کاهش خستگی‌های جسمانی و روانی، روح همکاری و تعاون و همبستگی را در افراد تقویت می‌کند و اثرات بسیار مفید آموزشی و تربیتی دارد (کاشف، ۱۳۷۸).

با توجه به این‌که زنان ارتباط مستقیمی با زندگی نیمی از افراد جامعه پیدا می‌کنند و به‌عنوان گروهی که سهم مهمی در توسعه جامعه دارند، باید از سلامت کامل برخوردار شوند، سلامت هریک از اعضای جامعه به‌ویژه زن مستقیماً بر تصویر کلی سلامت خانواده تاثیر می‌گذارد (ظهیری-نیا و همکاران، ۱۳۹٤: ٤۲). در این میان زنان و دختران روستایی بخش مهمی از این جمعیت محسوب می‌شوند؛ که در جوامع روستایی، با مشکلات و نابرابری‌هایی مانند نداشتن دسترسی به امکانات آموزشی برابر با مردان، فرصت‌های شغلی نابرابر، فقر و درآمد نابرابر، تنش‌های بیشتر و ایفای نقش‌های متعدد خانوادگی و تضاد در این نقش‌ها مواجهند؛ که تربیت‌بدنی و ورزش را نیز می‌توان به آن اضافه کرد (منظمی و همکاران، ۱۳۸۹). با توجه به شرایط خاص زنان روستایی

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

ورزش می‌تواند سبب‌ساز سلامتی جسم و روح، بازیابی سلامتی در افرادی که در اثـر فعالیـت‌هـای سخت آسیب دیده‌اند، افزایش اعتماد به نفس، پیشرفت تحصـیلی، بهبـود کـارایی آنـان در زمینـه‌ی خانه‌داری و تربیت فرزندانشان و نظایر آن گردد.

ورزش نوعی فعالیت جسمانی است که زاییده تفکر انسانی بوده و همزمان با زیستن و تعامل با انسان‌های دیگر، معنا یافته است. فعالیت‌های ورزشی می‌تواند تغییرات جدیدی در سبک زندگی به-وجود آورد (احمدی و کارگر، ۱۳۹۲).

مشارکت در فعالیت‌های ورزشی به‌صورت حرفه‌ای، تا همین اواخر فعالیتی مردانه بود و زنان سهم چندانی نداشتند (سازمان ملل، ۲۰۰۷)، اما عوامل گوناگون اجتماعی – فرهنگی، از جمله افزایش اوقات فراغت، بالا رفتن سطح زندگی، افزایش توجه به بهداشت عمومی و آمادگی جسمانی و بالاخره اهتمام نظام‌های سیاسی باعث شد از اواسط قرن بیستم، پیدایش نمونه‌های موفقیت‌آمیز زنان در عرصه‌های ورزشی افزایش یابد (کاکلی، ۲۰۰۷: ۱۲۷). پس از جنگ جهانی دوم و جنبش-های آزادی‌خواهانه از جمله جنبش‌های فمینیستی مشارکت ورزشی زنان گسترش یافت، به گونه‌ای که نرخ مشارکت زنان از صفر درصد در اولین دوره مسابقات المپیک در سال ۱۸۹۶ در اتن، به بیش از ٤۲ درصد کل ورزشکاران در المپیک ۲۰۰۸ پکن رسید (انورالخولی، ۱۳۸۱: ۹). علی‌رغم اهمیت و ضرورت مشارکت ورزشی برای زنان (بریک و همکاران[1] ۱۹۹۳؛ فتینگ[2] ۱۹۹۹؛ گراتون[3] ۲۰۰۰؛ مؤسسه اسپرت اسکاتلند، ۲۰۰۸) به‌عنوان یک قاعده جهانی، مشارکت توده زنان در فعالیت-های ورزشی محدود است (خسروی، ۱۳۸۲؛ دوفرانس، ۱۳۸۵؛ پالم[4] ۲۰۰۰). برای مثال، نرخ مشارکت ورزشی زنان در انگلستان ٥٦ درصد و در استرالیا ۵۹/۹ درصد بوده است (استراتون[5] ۲۰۰۵). طبق گزارش مرکز ملی آمارهای سلامت امریکا (۲۰۰۸)، ۳۷/۹ درصد از کل زنان آمریکایی در طول هفته هیچ فعالیت ورزشی ندارند و ۳۰/۳ درصد از آنان فقط در اوقات فراغت در طول هفته کمتر از ۱۰ دقیقه فعالیت ورزشی انجام می‌دهند. در ایران نیز نرخ مشارکت ورزشی زنان رضایت‌بخش نیست. مرکز امور مشارکت زنان (۱۳۸۰) نرخ مشارکت ورزشی زنان را بسیار پایین ارزیابی کرده است. تندنویس (۱۳۸۰) نشان می‌دهد ٤٥/۸ درصد زنان مورد تحقیق اصلاً ورزش نمی‌کنند. نتایج یک پیمایش ملی نشان داد تنها ٤۱/۲درصد از بانوان ایرانی کم و بیش به انجام

[1] Bric G., During, J.A., Maguire, R., & pearton, E.
[2] Fating, k.
[3] Gratton, Ch.
[4] Palm, J.
[5] Stratton, M.C., Conolly, L.

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

فعالیت‌های ورزشی می‌پردازند (محسنی، ۱۳۷۹: ۱۹۱). احسانی (۲۰۰۲) سهم زنان در ورزش همگانی را ۳۳ درصد ارزیابی می‌کند و لهسایی‌زاده و همکاران (۱۳۸۵) عدم تمایل و مشارکت زنان در ورزش را مسأله‌ای فراگیر در کشور می‌دانند.

مطالعات گوناگونی به توصیف موانع مشارکت بانوان در فعالیت‌های ورزشی، پرداخته و علل متعددی بیان شده‌اند (احسانی و عرب‌دفتران، ۱۳۸۲). دینگل (۲۰۰۵؛ برگرفته از احمدی و کارگر، ۱۳۹۲) با جمع‌بندی موانع گرایش زنان به ورزش، آنها را به سه دسته تقسیم‌بندی می‌کند: دسته اول، موانع عملی هستند مانند: کمبود وقت، بچه‌داری، ضعف بنیه مالی، کمبود حمل و نقل عمومی، امنیت شخصی و عدم دسترسی به تسهیلات ورزشی؛ دسته دوم، موانع شخصی هستند مانند: نوع تلقی زنان از بدن، پوشاک و تجهیزات ورزشی، فقدان اعتماد به نفس و نفوذ والدین و بزرگترها؛ و دسته سوم، موانع اجتماعی و فرهنگی هستند شامل حاکمیت فرهنگ مردانه در ورزش، پیشداوری-های جنسیتی، سوء استفاده‌های جنسی و عدم پوشش رسانه‌ای ورزش‌های زنان. در مطالعه‌ای علل ورزش نکردن دانشجویان دختر را متأثر از کمبود وقت، امکانات، علاقه، پول، وسیله نقلیه، روابط اجتماعی، ناآگاهی، مهارت و سلامتی دانسته‌است (احسانی و عرب‌دفتران، ۱۳۸۲). نتایج مطالعه‌ی دیگری نشان می‌دهد که بانوان به‌دلیل عوامل جسمانی نظیر بیماری، معلولیت، چاقی، و عوامل روانی نظیر بی‌حوصلگی، اضطراب، افسردگی، بی‌علاقگی، بی‌انگیزگی، و عوامل مربوط به نگرش خانواده، وضعیت اقتصادی، شرایط فیزیولوژیک، عدم‌دسترسی به‌فضای مناسب و عوامل فرهنگی و اجتماعی در فعالیت‌های ورزشی شرکت نمی‌کنند (سلامی و همکاران، ۱۳۸۳). مطالعه دیگری نیز عوامل بازدارنده‌ی مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی را به‌ترتیب در عدم‌دسترسی به امکانات ورزشی، مناسب نبودن زمان برنامه‌های ورزشی ویژه زنان، گرانی هزینه‌ی ثبت‌نام، نداشتن وقت و مخالفت اعضای خانواده دانسته‌است (صدراتی، ۱۳۸۵).

هدف مطالعه حاضر که ماحصل مطالعه‌ای میدانی از نوع پیمایشی است، شناخت و ارزیابی جایگاه ورزش در زندگی زنان روستایی شهرستان اصفهان است، که با بکارگیری روش مدل معادلات ساختاری، عوامل موثر بر ورزش بانوان روستایی در قالب «مدل ساختاری غلبه بر محدودیت‌های اوقات فراغت» مورد سنجش قرارگرفت.

مبانی نظری تحقیق

در فرهنگ لاروس اوقات فراغت چنین تعریف شده است: سرگرمی‌ها، تفریحات و فعالیت‌هایی که افراد به هنگام آسودگی از کار عادی با شوق و رغبت به آنها می‌پردازند (تندنویس، ۱۳۸۱: ۸).

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

اسلاوسن[1]معتقد است که انسان در اوقات فراغت خود به فعالیت‌هایی می‌پردازد که به طور معمول اختیاری و داوطلبانه هستند. و به دلیل خشنودی و لذتی که به دنبال دارند، یه به منظور برخی از ارزش‌های شخصی و اجتماعی که از آنها استنباط می‌شود، انتخاب می‌گردد (رجبی، ۱۳٦۷: ۳٤).

هانیس گونتروستر[2]معتقد است اوقات فراغت موضوعی چندبعدی است که عوامل مختلفی در آن نقش دارند. او این عوامل را این‌گونه برمی‌شمرد: در ابتدا رابطه بین کار و اوقات فراغت، و بعد از آن تقسیم‌بندی اوقات فراغت با توجه به موقعیت اجتماعی، سن و نحوه استفاده از اوقات فراغت و در نهایت جنبه‌های مکانی، اقتصادی و اجتماعی اوقات فراغت در زمینه سیاست‌گذاری‌ها است (Lippel Bodo, 1995). انجمن بین‌المللی جامعه‌شناسی فراغت، اوقات فراغت را این‌گونه تعریف می‌کند: " مجموعه‌ای از اشتغالات فرد که کاملا به رضایت خاطر خود، برای استراحت، تفریح یا به‌منظور توسعهٔ اطلاعات یا آموزش غیرانتفاعی، مشارکت اجتماعی و داوطلبانه بعد از آزاد شدن از الزامات شغلی، خانوادگی و اجتماعی بدان می‌پردازد " (گودرزی و اسدی، ۱۳۷۹، ۸٦). البته اوقات فراغت به معنای بیکاری نیست، چون در اوقات بیکاری فرد کاری برای انجام دادن ندارد ولی در اوقات فراغت کارهای متعددی می‌تواند داشته باشد که تفاوت آن با اوقات دیگر که در آنها نیز به انجام کار و فعالیت مشغول است. فقط هدف این کارها و فعالیت‌هاست که هدف از فعالیت‌های اوقات فراغت کسب آرامش و لذت است (لومسدن، ۱۳۸۰: ٦۵). سازمان ملی جوانان به بررسی تعاریف مختلف مبتنی بر سه رویکرد اقدام کرده است که این سه رویکرد عبارتند از: فراغت به مثابه زمان، فراغت به‌عنوان فعالیت و فراغت به‌عنوان یک تجربهٔ درونی در نظر گرفته می‌شود (سازمان ملی جوانان، ۱۳۸۱: ٦۹). از تعاریف متعدد صاحب‌نظران نکات مشترک را می‌توان به‌دست آورد از جمله این که، اوقات فراغت مخصوص قسمتی از اوقات آزاد فرد است نه زمان کار، بدیهی است با پیشرفت صنعت و تکنولوژی اوقات فراغت افراد افزایش یافته و از اهمیت بیشتری برخوردار می‌باشد و در نتیجه گذران اوقات فراغت نوعی رضایت خاطر، آرامش و رفع خستگی حاصل می‌شود. البته فعالیت‌های اوقات فراغت بسته به فراغت‌گر این‌گونه تعریف می‌شود که باید در زمان اوقات فراغت افراد را به‌دور از هر گونه تعهد شخصی، اجتماعی، خانوادگی و مذهبی دانست (احمدی، ۱۳۸۵: ۹۵). در مورد اوقات فراغت زنان روستایی، فرضی زاده و بابایی (۱۳۹٦: ۱۰۱) بیان می‌دارند نوع فصل، میزان برخورداری از اراضی کشاورزی، آب، دام و طیور تعیین‌کنندهٔ میزان اوقات فراغت زنان

[1] Aslavsn
[2] Hanys Guntrvstr

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

روستایی است. همچنین، نوع فعالیت‌های فراغتی و میزان زمان اختصاص‌یافته به آنها در نسل‌های مختلف زنان روستایی در مقایسه با گذشته تغییراتی کرده است. زنان روستایی نسل جوان به‌دلیل دگرگونی ارزش‌ها علاقهٔ چندانی به انجام دادن فعالیت کشاورزی ندارند و در مقایسه با نسل میان‌سال و کهنسال، اوقات فراغت بیشتری برای آنها به وجود آمده است. همچنین، نوع فعالیت‌های فراغتی آنها بر اثر تحولات نوین تغییراتی کرده است.

وایت مدلی را جهت سنجش تأثیر انگیزه، محدودیت‌های اوقات فراغت، غلبه بر محدودیت‌ها، تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها و آثار آن‌ها بر مشارکت پیشنهاد کرد که نتایج آن حاکی از آن‌است‌که محدودیت‌ها با مشارکت رابطه‌ی منفی و با غلبه بر محدودیت‌ها رابطه‌ی مثبت دارد. تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها نیز با محدودیت‌ها رابطه‌ی منفی دارد به‌طوری‌که هرچه محدودیت‌ها بیشتر شود تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها کاهش می‌یابد، ولی تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها با انگیزه رابطه‌ی مثبت دارد، به‌گونه‌ای که هرچه تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها بیشتر شود، فرد انگیزه‌ی بیشتری جهت مشارکت پیدا می‌کند. رابطه‌ی تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها و غلبه بر محدودیت‌ها مثبت است و با افزایش تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها تلاش فرد برای غلبه بر محدودیت‌ها افزایش می‌یابد (وایت[1] ۲۰۰۸).

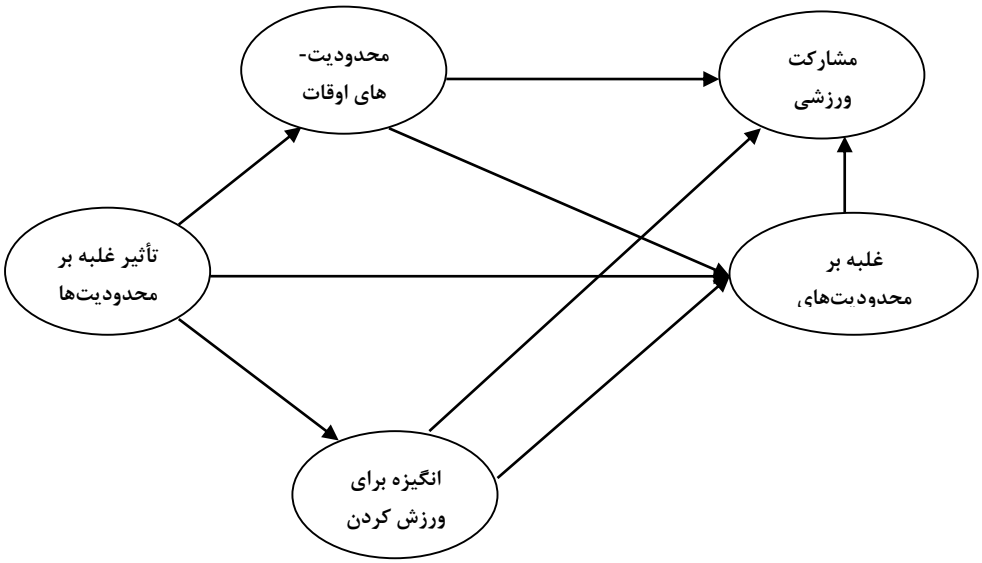
مدل مفهومی پژوهش منطبق با «مدل ساختاری غلبه بر محدودیت‌های اوقات فراغت» می‌باشد (وایت، ۲۰۰۸). مدل وایت با پنج متغیر به نام‌های محدودیت‌های اوقات فراغت[2] غلبه بر محدودیت‌های اوقات فراغت[3] تأثیر غلبه بر محدودیت‌های اوقات فراغت[4] انگیزه[5] و مشارکت ورزشی[6] تعریف می‌شود.

محدودیت‌های اوقات فراغت، محدودیت‌های درون‌فردی، بین‌فردی و ساختاری را شامل می‌شود (کرافورد و همکارانش، ۱۹۹۱). غلبه بر محدودیت‌های اوقات فراغت، توضیح چگونگی امکان غلبه کردن بر محدودیت‌های اوقات فراغت است که توسط جک‌سون و همکارانش در سال ۱۹۹۳ معرفی شده است. به عنوان مثال، وقتی فرد جهت شرکت در فعالیت خاصی با محدودیت نبود همراه مواجه می‌شود؛ سعی می‌کند در فعالیت‌های ورزشی گروهی شرکت کند. تأثیر غلبه بر محدودیت‌های اوقات فراغت نشانگر آنست که وقتی فرد بر محدودیت‌های فعالیتی غالب شود و بتواند به فعالیت دلخواه خود بپردازد، برایش آثار فردی و اجتماعی متفاوتی نظیر لذت روحی،

[1] White
[2] Leisure Constraints
[3] Negotiation
[4] Negotiation efficacy
[5] Motivation
[6] Participation

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

تشویق افراد خانواده و دوستان و ... را به ارمغان می‌آورد. تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها با ایجاد انگیزه و کاهش درک محدودیت‌ها به گونه‌ای غیرمستقیم بر مشارکت اثر می‌گذارد (وایت، ۲۰۰۸). انگیزه مفهومی مهم در تلاش برای غلبه بر موانع مشارکت در فعالیت‌های ورزشی می‌باشد نادریان و همکاران، ۱۳۸٦). مشارکت ورزشی به مشارکت فرد در فعالیت‌های ورزشی در بازه‌های زمانی خاص (روزانه، هفتگی، ماهانه) اطلاق می‌شود (جک‌سون و همکاران، ۱۹۹۳).



شکل ۱. مدل مفهومی تحقیق

روش‌شناسی پژوهش

روش این پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد. جامعه‌ی آماری پژوهش را زنان روستایی ساکن در ۲٤٥ روستای شهرستان اصفهان تشکیل می‌دهند که به‌تفکیک در چهار بخشِ جرقویه سفلی، کوهپایه، مرکزی و بن‌رود، و در پنج طبقه روستای بسیاربزرگ، بزرگ، متوسط، کوچک و بسیارکوچک تقسیم‌بندی شدند. بر طبق گزارش مرکز آمار ایران در سال ۱۳۹۰، جمعیت زنان روستایی این منطقه ۸۳۸۳۳ نفر می‌باشد. حجم نمونه طبق فرمول کوکران ۲۲٤ نفر محاسبه شد. از بین این ۲٤٥ روستا، بر اساس بلوک‌بندی جغرافیایی (شمال، جنوب، شرق و غرب) و با هدف توزیع متناسب جغرافیایی، از هر یک از چهار بخش به‌نسبت جمعیت نمونه‌گیری متناسب با حجم صورت گرفت. سهم بخش جرقویه سفلی ۱۰ نفر، بخش کوهپایه۱۲ نفر، بخش مرکزی ۱۸۲ نفر و بخش بن‌رود ۲۰ نفر محاسبه شد و به‌طور تصادفی روستاهای حیدرآباد ۱۰ نفر، زفره ۱۲ نفر، کفران

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

۲۰ نفر به ترتیب از بخش‌های جرقویه سفلی، کوهپایه و بن‌رود انتخاب شدند. در بخش مرکزی نیز از طبقات بسیاربزرگ تا بسیارکوچک به نسبت جمعیت هر طبقه، طبق فرمول انتساب متناسب نمونه‌گیری صورت گرفت. روستاهای موردنظر نیز به میزان فاصله تا مرکز اصفهان به‌طور تصادفی انتخاب شدند (جدول ۱).

جدول ۱. چگونگی توزیع جمعیت نمونه در بخش مرکزی

طبقات روستایی و تعداد کل نمونه	نام روستا	تعداد نمونه
بسیار بزرگ ۹۶ نفر	اصفهانک	۳۳
	سرشبادران	۱۷
	زیار	۲۹
	روران	۱۷
بزرگ ٥٤ نفر	ردان	۲۱
	جلوان	١٤
	جیلان‌آباد	۱۹
متوسط ۲۱ نفر	زردنجان	۱۱
	مولنجان	۱۰
کوچک و بسیار کوچک ۱۱ نفر	روشن‌دشت	۱۱

ابزار گردآوری داده‌ها، پرسشنامه‌ای محقق‌ساخته بود که پایایی آن با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ (α=۰/۸۲) مورد تأیید قرار گرفت. برای تعیین روایی پرسشنامه از لحاظ محتوا و ظاهر، تعدادی از پرسشنامه‌ها، بین صاحب‌نظران و استادان دانشگاه در رشتهٔ توسعه روستایی و مدیریت ورزشی توزیع شد و بر اساس نظرات آنها روایی پرسشنامه مورد بررسی و تأیید قرار گرفت. همچنین از تحلیل عاملی اکتشافی با هدف بررسی روایی سازهٔ پرسشنامه و در صورت لزوم حذف برخی گویه‌های کاهندهٔ این روایی (گویه‌هایی با مقادیر اشتراک استخراجی کمتر از ۰/۵) اقدام شد که نتایج نشان داد، تمام گویه‌ها، سازهٔ مورد نظر خود را می‌سنجند. در ادامه، از تحلیل عامل تأییدی به منظور تأیید ساختار عاملی هر کدام از مدل‌های اندازه‌گیری فرض شده در مدل مفهومی تحقیق استفاده شد، بر این اساس، برای آزمون قدرت و معنی‌داری سهم هر یک از متغیرها در اندازه‌گیری هر کدام از سازه‌ها، از مدل‌سازی معادلات ساختاری و نرم افزار Amos به شرح زیر استفاده شد. شرح متغیرهای مدل در جدول (۲) ذکر شده است.

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

جدول۲. متغیرها و سنجه‌های مورد استفاده در مدل ساختاری غلبه بر محدودیت‌های اوقات فراغت

متغیر	سنجه
محدودیت‌های اوقات فراغت	علاقه
	آگاهی
	سلامتی
	امنیت محیط
	مسئولیت‌های خانه
	وجود بیمار، سالمند در خانواده
	تعهدات شغلی
	نظر سایرین
	اهمیت به موضوع ورزش زنان
	کسب اجازه
	امکانات
	وسیله‌ی نقلیه
	هزینه
انگیزه	ورزش برای زندگی پرهیجان
	ورزش برای تضمین سلامتی جسمی
	ورزش موجب بازداشتن از کارهای روزمره
	داشتن تحرک کافی در طول روز
	خستگی جسمی به دنبال ورزش
	خستگی روحی به دنبال ورزش
غلبه بر محدودیت‌های اوقات فراغت	تمایل به گروه
	ضرورت وجود همراه
تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها	ورزش راه ارتباط با دوستان
	ورزش راه دیدار دیگران
	احساس آرامش با انجام فعالیت‌های ورزشی
Cronbach's alpha= ۰/۸۲	K.M.O.= ۰/۷۷

گویه‌های مربوط به سنجه‌های مدل، در قالب طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای (کم، بسیارکم، متوسط، زیاد، بسیار زیاد) مورد بررسی قرار گرفته‌اند که پس از آزمون مقدماتی (۳۰ پرسشنامه) و محاسبه ضریب آلفای کرونباخ و آماره KMO، پایایی و روایی شاخص‌ها مورد تایید قرار گرفت.

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

یافته‌های پژوهش

با توجه به نتایج جدول ۳ بیشترین ساعت اوقات فراغت هفتگی بـه تماشـای تلویزیـون اختصـاص دارد. پس از آن شرکت در جمع خانوادگی بیشترین ساعات اوقات فراغت زنان روستایی را به‌خـود اختصاص می‌دهد، که حاکی از همبستگی خانواده‌ها در جوامع روستایی اسـت. ورزش بـا میـانگین ۲/۱۹ ساعت در طول هفته جایگاه مناسبی در اوقات فراغت زنان روسـتایی نـدارد و افـراد سـاعات کمی را به ورزش و فعالیت بدنی اختصاص می‌دهند.

جدول ۳. میانگین ساعات هفتگی اختصاص داده‌شده به فعالیت‌های اوقات فراغت

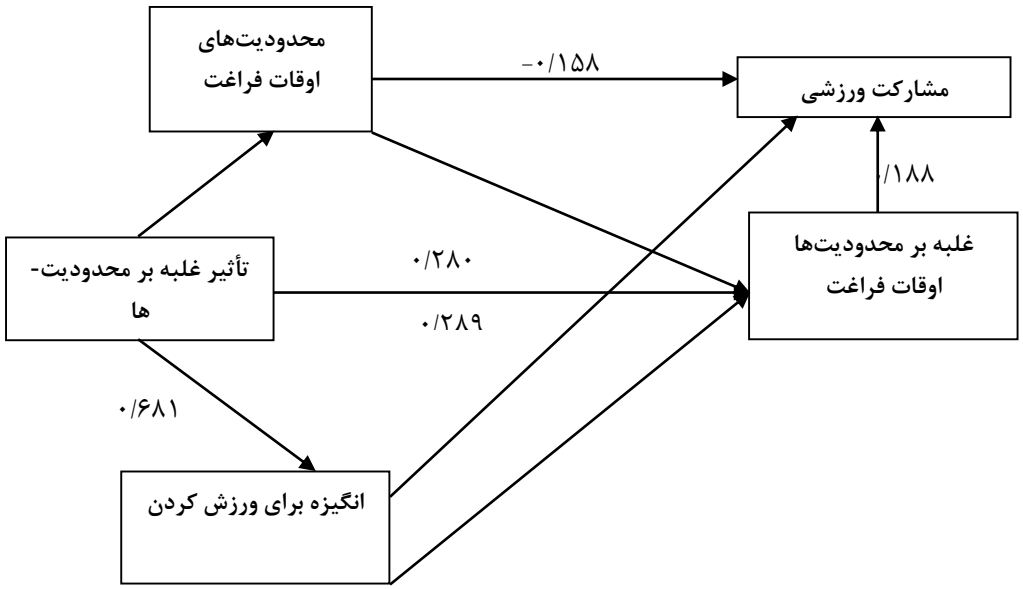
نوع فعالیت اوقات فراغت	فراوانی	اولویت
تماشای تلویزیون	۱۸/۳۳	۱
شرکت در جمع خانوادگی	۱۲/۷٦	۲
شرکت در جمع دوستان	۵/۷۱	۳
فعالیت‌های مذهبی (کلاس قرآن، نهج‌البلاغه و ...)	٤/۸۲	٤
گوش دادن به موسیقی	۳/۲۱	۵
رفتن به اماکن تفریحی	۲/٤۲	٦
گوش دادن به رادیو	۲/۲۵	۷
ورزش کردن	۲/۱۹	۸
مطالعه‌ی کتاب، مجله و ...	۱/۷۱	۹
استفاده از اینترنت	۰/۷	۱۰
تماشای برنامه‌های ورزشی تلویزیون	۰/٦٤	۱۱
فعالیت‌های علمی	۰/٤۷	۱۲
فعالیت‌های هنری (کلاس‌های خیاطی، گلدوزی و ...)	۰/۳۸	۱۳
فعالیت‌های فرهنگی (رفتن به کتابخانه، سینما و ...)	۰/۲۱	۱٤
رفتن به اماکن باستانی	۰/۱۹	۱۵
استفاده از سایت‌های ورزشی اینترنت	۰/۰۸	۱٦
گوش دادن به برنامه‌های ورزشی رادیو	۰/۰۳	۱۷

جدول ٤. شاخص‌های برازش و سطح احتمال مدل ساختاری غلبه بر محدودیت‌های اوقات فراغت

نوع برازش مدل	مقادیر شاخص‌ها
برازش مطلق	CIMIN=۰/۷۹۲
برازش تطبیقی	CFI= ۱/۰۰۰ TLI= ۱/۰۲۸ IFI= ۱/۰۰۵ RFI= ۰/۹۸۲ NFI= ۰/۹۹٦
برازش مقتصد	HOELTER 0.01= ۲۵۹۳ HOELTER 0.05= ۱٦۸۷
سطح احتمال مدل	۰/٦۷۳

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

چنان‌چه در جدول ٤ مشاهده می‌شود، مقدار برازش مطلق مدل، مقدار کمی به‌دست آمده که این مقدار هرچه به صفر نزدیک‌تر باشد برازش مدل بهتر خواهد بود. از شاخص‌های برازش تطبیقی CFI، TLI و IFI، به‌دلیل رسیدن به عدد یک، بهترین نوع برازش مدل می‌باشد. شاخص‌های RFI و NFI نیز بسیار به عدد یک نزدیک می‌باشند و حاکی از نیکویی برازش مدل می‌باشند. از شاخص‌های برازش مقتصد شاخص هلتر انتخاب شده که هرچه این عدد از مقدار ۲۰۰ بیشتر باشد، حاکی از بسیار خوب بودن برازش مدل می‌باشد. در سطر آخر جدول رقم سطح احتمال مدل درج شده‌است که آن‌هم بیش از ۰/۰۵ است و نشان‌دهنده‌ی معنادار شدن مدل می‌باشد.



شکل ۲. مدل تدوین شده بر مبنای مدل ساختاری غلبه بر محدودیت‌های اوقات فراغت

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

جدول ۵. وزن‌های رگرسیونی مدل ساختاری غلبه بر محدودیت‌های اوقات فراغت

روابط	وزن‌های رگرسیونی	P-value
تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها ← محدودیت‌های اوقات فراغت	-۰/۰۱۶	۰/۸۳۵
تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها ← انگیزه	۰/۶۸۸	***
محدودیت‌های اوقات فراغت ← غلبه بر محدودیت‌ها	۰/۰۱۸	۰/۷۶۴
انگیزه ← غلبه بر محدودیت‌ها	۰/۱۶۳	۰/۰۶۹
تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها ← غلبه بر محدودیت‌ها	۰/۳۰۳	***
محدودیت‌های اوقات فراغت ← مشارکت ورزشی	-۰/۴۵۵	۰/۰۰۹
غلبه بر محدودیت‌ها ← مشارکت ورزشی	۰/۵۵۸	۰/۰۰۴
انگیزه ← مشارکت ورزشی	۰/۹۲۰	***

با توجه به مقادیر P-value، بین تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها و محدودیت‌های اوقات فراغت، تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها و غلبه بر محدودیت‌ها، محدودیت‌های اوقات فراغت و مشارکت ورزشی، غلبه بر محدودیت‌ها و مشارکت ورزشی و انگیزه و مشارکت ورزشی رابطه‌ی معنادار وجود دارد. سایر روابط بی‌معنا می‌باشند.

جدول ٦. وزن‌های رگرسیونی استاندارد شده در مدل

روابط	وزن‌های رگرسیونی
تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها ← محدودیت‌های اوقات فراغت	-۰/۰۱٤
تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها ← انگیزه	۰/٦۸۱
محدودیت‌های اوقات فراغت ← غلبه بر محدودیت‌ها	۰/۰۱۸
انگیزه ← غلبه بر محدودیت‌ها	۰/۱۵۳
تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها ← غلبه بر محدودیت‌ها	۰/۲۸۰
محدودیت‌های اوقات فراغت ← مشارکت ورزشی	-۰/۱۵۸
غلبه بر محدودیت‌ها ← مشارکت ورزشی	۰/۱۸۸
انگیزه ← مشارکت ورزشی	۰/۲۸۹

همان‌طور که در جدول ٦ نمایش داده شده است، بیشترین وزن رگرسیونی بین تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها و انگیزه می‌باشد. وزن‌های استاندارد شده‌ی روابط معنادار، برای مثال وزن رگرسیونی تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها بر انگیزه که ۰/٦۸۱ می‌باشد، بدان معناست که با افزایش ۱ واحد انحراف استاندارد تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها، انگیزه ۰/٦۸۱ واحد انحراف استاندارد افزایش می‌یابد. وزن‌های رگرسیونی منفی حاکی از رابطه‌ی منفی بین دو متغیر می‌باشد. برای مثال، وزن رگرسیونی

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

محدودیت‌های اوقات فراغت بر مشارکت ورزشی، ۰/۱۵۸- می‌باشد و بدان معناست که با افزایش ۱ واحد انحراف استاندارد محدودیت‌های اوقات فراغت، مشارکت ورزشی ۰/۱۵۸ واحد انحراف استاندارد کاهش می‌یابد.

جدول ۷. آثار مستقیم استاندارد شده‌ی متغیرها بر یکدیگر

	غلبه بر محدودیت‌ها	محدودیت‌های اوقات فراغت	انگیزه	تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها
انگیزه	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/٦٨١
محدودیت‌های اوقات فراغت	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	-۰/۰۱٤
غلبه بر محدودیت‌ها	۰/۰۰۰	۰/۰۱۸	۰/۱۵۳	۰/۲۸۰
مشارکت ورزشی	۰/۱۸۸	-۰/۱۵۸	۰/۲۸۹	۰/۰۰۰

با توجه به داده‌های جدول ۷، بیشترین اثر مستقیم مثبت را متغیر "غلبه بر محدودیت‌ها" بر انگیزه می‌گذارد، بدان معنا که هرچه غلبه بر محدودیت‌ها بر فرد بیشتر اثر بگذارد، انگیزه‌ی وی برای مشارکت ورزشی افزایش می‌یابد. بیشترین اثر منفی مستقیم را محدودیت‌های اوقات فراغت بر مشارکت ورزشی می‌گذارد؛ به‌عبارتی هرچه محدودیت‌های اوقات فراغت افراد بیشتر باشد، مشارکت ورزشی آن‌ها کمتر می‌شود.

جدول ۸. آثار غیرمستقیم استاندارد شده‌ی متغیرها بر یکدیگر

	غلبه بر محدودیت‌ها	محدودیت‌های اوقات فراغت	انگیزه	تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها
انگیزه	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰
محدودیت‌های اوقات فراغت	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰
غلبه بر محدودیت‌ها	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۱۰٤
مشارکت ورزشی	۰/۰۰۰	۰/۰۰۳	۰/۰۲۹	۰/۲۷۱

نتایج جدول ۸ نشان می‌دهد که بیشترین اثر غیرمستقیم مثبت را بر مشارکت ورزشی، تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها می‌گذارد. این بدان معناست که هرچه غلبه بر محدودیت‌ها آثار بیشتری در پی داشته باشد، مشارکت ورزشی فرد نیز افزایش می‌یابد. این متغیر به‌طور غیرمستقیم بر مشارکت ورزشی فرد نیز اثر می‌گذارد. چنان‌چه مشاهده می‌شود، هیچ‌یک از متغیرها اثر غیرمستقیم منفی بر دیگری ندارند.

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

جدول ۹. آثار کلی استاندارد شده‌ی متغیرها بر یکدیگر

	غلبه بر محدودیت‌ها	محدودیت‌های اوقات فراغت	انگیزه	تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها
انگیزه	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/٦٨١
محدودیت‌های اوقات فراغت	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	-۰/۰۱٤
غلبه بر محدودیت‌ها	۰/۰۰۰	۰/۰۱۸	۰/۱۵۳	۰/۳۸٤
مشارکت ورزشی	۰/۱۸۸	-۰/۱۵٤	۰/۳۱۸	۰/۲۷۱

نتایج جدول ۹ حاکی از آن است‌که بیشترین اثر مثبت کلی را بر انگیزه، تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها دارد. به‌عبارتی، اگر متغیر تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها، ۱ واحد انحراف استاندارد افزایش یابد، انگیزه ۰/٦٨١ واحد انحراف استاندارد افزایش می‌یابد. وقتی تأثیر غلبه بر محدودیت‌ها برای فرد بالا رود، انگیزه‌ی وی نیز برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی افزایش می‌یابد. بیشترین اثر منفی کلی را نیز محدودیت‌های اوقات فراغت بر مشارکت ورزشی می‌گذارد؛ به این ترتیب که با افزایش ۱ واحد انحراف استاندارد بر محدودیت‌های اوقات فراغت، مشارکت ورزشی ۰/۱۵٤ واحد انحراف استاندارد کاهش می‌یابد. نکته‌ی حائز اهمیت این نتایج، وجود اثر کلی استاندارد شده‌ی غلبه بر محدودیت‌ها بر مشارکت ورزشی می‌باشد، به این صورت که با افزایش ۱ واحد انحراف استاندارد غلبه بر محدودیت‌های اوقات فراغت، مشارکت ورزشی افراد ۰/۱۸۸ واحد انحراف استاندارد افزایش می‌یابد.

بحث و نتیجه‌گیری

در مجموع مشاهده شده که میانگین ساعات هفتگی اوقات فراغت زنان روستایی نمونه‌ی مورد نظر ۳/۲۹ می‌باشد و این نتیجه حاکی از آن‌است‌که اوقات فراغت بانوان روستایی جامعه آماری پژوهش محدود می‌باشد. البته علی‌رغم اهمیت و ضرورت مشارکت ورزشی برای زنان (بریک[1]و همکاران، ۱۹۹۳؛ فتینگ[2] ۱۹۹۹؛ گراتون[3] ۲۰۰۰؛ مؤسسه اسپرت اسکاتلند، ۲۰۰۸) به عنوان یک قاعده جهانی، مشارکت توده زنان در فعالیت‌های ورزشی محدود است (خسروی، ۱۳۸۲؛ دوفراس، ۱۳۸۵؛ پالم[4] ۲۰۰۰). برای مثال نرخ مشارکت ورزشی زنان در انگلستان در طول یکماه قبل از انجام تحقیق

[1] Bric G.
[2] Fating, kari.
[3] Gratton. Chirs
[4] Palm, J.

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

٥٦ درصد و در استرالیا در طول یک سال قبل از انجام تحقیق ۵۹/۹ درصد بوده است (استراتون[1]، ۲۰۰۵). طبق گزارش مرکز ملی آمارهای سلامت[2]آمریکا (۲۰۰۸) بیش از ۳۷/۹ درصد از جمعیت ١١٦ میلیونی زنان این کشور در طول هفته هیچ فعالیت ورزشی ندارند و ۳۰/۳ درصد از آنان فقط در اوقات فراغت در طول هفته کمتر از ۱۰ دقیقه فعالیت ورزشی انجام می‌دهند. در ایران نیز نرخ مشارکت ورزشی زنان رضایت‌بخش نیست. مرکز امور مشارکت زنان (۱۳۸۰) نرخ مشارکت ورزشی زنان را بسیار پایین ارزیابی کرده است. تندنویس (۱۳۸۰) نشان می‌دهد ٤٥/٨ درصد زنان مورد تحقیق اصولاً ورزش نمی‌کنند. نتایج یک پیمایش ملی نشان داد تنها ٤١/٢ درصد از بانوان ایرانی کم و بیش به انجام فعالیت‌های ورزشی می‌پردازند (محسنی، ۱۳۷۹: ۱۹۱). احسانی (۲۰۰۲) سهم زنان در ورزش‌های همگانی را ۳۳ درصد ارزیابی می‌کند و لهسایی‌زاده و همکاران (۱۳۸۵) عدم تمایل و مشارکت زنان در ورزش را مسأله‌ای فراگیر در کشور می‌داند. یافته‌های تحقیق حاضر نیز از این لحاظ مؤید یافته‌های پیشین است. برای ارتقا جایگاه ورزش بانوان در روستا، به‌نظر می‌رسد باید نخست فرهنگ ورزش و فعالیت‌بدنی از طرق مختلف اشاعه یابد و پس از آن امکانات لازم نظیر فضای ورزشی عمومی مناسب برای بانوان فراهم شود که این امر مستلزم برنامه‌ریزی در سطح کلان است. ولی متأسفانه چنانچه افراخته و سرایی (۱۳۹۲: ۱۵۱) نیز بیان داشته‌اند بی‌توجهی به مقوله ورزش زنان و به ویژه زنان روستایی در برنامه پنجم توسعه جمهوری اسلامی ایران کاملاً مشهود است و در این برنامه نیز کماکان همچون برنامه‌های پیشین کوچک‌ترین اشاره‌ای به ورزش بانوان نشده است. امید است که برنامه‌ریزی برای تدوین برنامه‌های آموزشی ارتقاء سلامت جسمانی و روانی بانوان از طریق نهادینه کردن ورزش و مهارت‌های زندگی و شیوه‌های زندگی سالم که در برنامه‌های پیشین از آن غفلت شده بود (افراخته و سرایی، ۱۳۹۲: ۱۵۱)، در برنامه ششم در نظر گرفته شود. . مشاهده نگارندگان و مصاحبه‌های عمیق انجام گرفته نشان می‌دهد که استفاده از فضاهای ورزشی خصوصی موجود در پاره‌ای از روستاها، برای بخش قابل‌توجهی از بانوان روستایی هزینه‌های زیادی دارد و این نیز خود مانع ملموسی در عدم استقبال آن‌ها از این اماکن است. نتایج این مطالعه نشان داد که بین غلبه بر محدودیت‌ها و مشارکت ورزشی بانوان، رابطه‌ی معناداری وجود دارد، به این معنا که هرچه افراد بیشتر بر محدودیت‌ها غلبه کنند، مشارکت ورزشی وی افزایش می‌یابد. به‌عنوان مثال اگر فردی بتواند از طریق شرکت در گروه‌های ورزشی، بر محدودیت

[1] Stratton, M.
[2] National Center for Health Statistics

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

«نبود همراه برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی» غلبه کند، مشارکت ورزشی وی بهبود خواهد یافت.

وجود محدودیت‌ها همواره مانعی برای هر نوع فعالیت اوقات فراغت می‌باشد و گرچه برطرف کردن کامل آن‌ها، ادعایی بیش نمی‌تواند باشد، لیکن از طُرق مختلف باید از میزان محدودیت‌ها کاست. ورزش واقعیتی است که می‌تواند و باید به‌ساده‌ترین شکل در محیط زندگی هر شخصی تحقق یابد. مطابق نتایج کرافورد و همکارانش (۱۹۹۳)، بیشترین عامل بازدارندگی اوقات فراغت مربوط به‌عوامل درون‌فردی می‌باشد، که صرف‌نظر از عوامل بین‌فردی و ساختاری ورزش، در ساده-ترین شکل، می‌باید آگاهی افراد را در مورد ورزش و مزایای آن ارتقا داد و در افراد ایجاد انگیزه و علاقه نمود. بی‌شک، با برنامه‌ریزی‌های علمی و سیاست‌گزاری‌های اجرایی مناسب، تحقق این مهم امکان‌پذیر خواهد شد. مشاهده شد که بین انگیزه و مشارکت ورزشی بانوان روستایی رابطه‌ی معناداری وجود دارد، هرچه انگیزه‌ی فرد برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی بیشتر باشد، سطح مشارکت فرد بالا می‌رود. کلارک و هاریسون (۱۹۸٤؛ به نقل از عبدلی، ۱۳۸٤) نشان دادند شخصیت در انتخاب و شرکت در فعالیت‌های ورزشی نقش دارد و ورزش نیز در سازگاری‌های اجتماعی و شخصی دخیل است. نادریان و همکاران (۱۳۸۸) در پژوهشی با عنوان موانع مشارکت ورزشی زنان و ارتباط آنها با انگیزه (درونی، بیرونی و بی‌انگیزگی) نشان دادند موانع درون فردی (نداشتن علاقه، ناآگاهی و مشکلات فردی روانی) با انگیزه فرد رابطه دارند و از آن طریق می‌توانند بر میزان مشارکت فرد در ورزش اثر بگذارند. از این‌رو به‌نظر می‌رسد برای توسعه ورزش در روستاها و برخورداری هرچه بیشتر بانوان روستایی از این موهبت، باید در تقویت سازه‌ها و مولفه-های موجد برانگیختگی، هم به‌لحاظ برنامه‌ریزی و سیاست‌گزاری، و هم به‌جهت مدیریت اجرایی، اهتمام لازم به‌عمل آید. بی‌شک آگاه نمودن بانوان روستایی از مزایای ورزش و عواقب کم‌تحرکی، توسط تمام سازمان‌های مرتبط و یا افراد ذیربط می‌تواند تاثیر بی‌بدیلی در ارتقای فرهنگ ورزش بانوان و خلق انگیزه در دختران و زنان روستایی جهت شرکت در فعالیت‌های ورزشی داشته باشد. در ارتباط با تداوم مطالعاتی از این دست، پیشنهاد می‌شود اثر تک‌تک عوامل بازدارنده‌ی اوقات فراغت، در سطح گسترده، و اعم از فردی، بین‌فردی و یا ساختاری، بر مشارکت ورزشی بانوان روستایی در تحقیقات بعدی، سنجیده‌شود. به‌نظر می‌رسد چنان‌چه اثر انگیزه به‌طور مجزا و تحت عناوین انگیزه‌های درونی، بیرونی و بی‌انگیزگی نیز بر مشارکت ورزشی بانوان روستایی در این مطالعات در دستور کار قرار داده شود، گامی اساسی در هرچه بیشتر روشن شدن ابعاد و موانع بازدارندگی ورزش بانوان در روستاها باشد.

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

منابع

احسانی، م.، و عرب‌دفتران، م. (۱۳۸۲)، بررسی عامل‌های بازدارنده مشارکت در فعالیت‌های ورزشی دختران دانشجو. فصلنامه المپیک، سال ۱۱، پاییز و زمستان، شماره ۳ و ٤، صفحه ۳۸-۲۹.

احمدی، س.، و کارگر، س. (۱۳۹۲)، بررسی نگرش زنان به مشارکت ورزشی و عوامل اجتماعی – روانی مؤثر بر آن. جامعه‌شناسی کاربردی، سال ۲٤، شماره پیاپی ۵۲، شماره ٤، زمستان ۱۳۹۲، صفحه ۲۱۰-۱۸۹.

احمدی، م. (۱۳۸۵)، اقتصاد اوقات فراغت، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی مشهد.

افراخته، ح.، و سرایی، س. (۱۳۹۲)، جایگاه زنان در برنامه توسعه چهارم و پنجم جمهوری اسلامی ایران. مطالعات اجتماعی روان‌شناختی زنان، سال ۱۱، شماره ۳، پاییز ۱۳۹۲، صفحه ۱۵۸-۱۳۳.

امینی، ا.م.، و صفری‌شالی، ر. (۱۳۸۱)، ارزیابی تأثیر آموزش در موفقیت شرکت‌های تعاونی مرغداران. مجله علوم و فنون کشاورزی و منابع طبیعی، علوم آب و خاک. جلد ٦، شماره ۲، صفحه ۲۸-۱۷.

انورالخولی، ا. (۱۳۸۱)، ورزش و جامعه، ترجمه: حمیدرضا شیخی، تهران: انتشارات سمت، صفحه ۹.

بی‌نام. (۱۳۹۰)، ویژه‌نامه هیات ورزش روستایی و عشایری استان اصفهان، صفحه ۱۲.

پاپ‌زن، ع.، آگهی، ح.، و شاه‌مرادی، م. (۱۳۹٤)، توسعه ورزش روستایی با محوریت ورزش‌های بومی و محلی. دوفصلنامه مدیریت و توسعه ورزش، سال سوم، شماره دوم، پیاپی ۷، صفحه ۱-۱۵.

پورطاهری، م.؛ همدمی مقدم، ی.، و رکن‌الدین افتخاری، ع. (۱۳۸۹)، ارزیابی عملکرد شوراهای اسلامی در توسعه روستایی نمونه موردی: دهستان آلاداغ بجنورد. فصلنامه مدرس علوم انسانی برنامه‌ریزی و آمایش فضا، دوره ۱٤، شماره ٤، صفحه ۲۳-۳۸.

پورموسوی، م. (۱۳۹۰)، مشارکت شهروندان و برنامه‌های اوقات فراغت. جامعه و فرهنگ، شماره نخست.

تندنویس، ف. (۱۳۸۰)، بررسی جایگاه ورزش در اوقات فراغت زنان ایرانی. مجله حرکت، شماره ۱۲، صفحه ۸۷-۱۰٤.

تندنویس، ف. (۱۳۸۱)، نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان دانشگاه‌های تهران با تأکید بر فعالیت‌های ورزشی، تهران، انتشارات دانشکده تربیت‌بدنی.

حسن پور، غ.ح. (۱۳۸۷)، ورزش‌های بومی، سنتی، محلی. انتشارات بامداد کتاب، چاپ دوم.

خسروی، ز. (۱۳۸۲)، مبانی روان‌شناختی جنسیت، تهران: دفتر برنامه‌ریزی اجتماعی و مطالعات فرهنگی و اجتماعی وزارت علوم تحقیقات و فناوری.

دوفرانس، ژ. (۱۳۸۵)، جامعه‌شناسی ورزش، ترجمه: عبدالحسین نیک‌گهر، تهران: انتشارات توتیا، صفحه ۳۷-۱۲۱.

رجبی، ف. (۱۳۸۸)، ورزش و اوقات فراغت. نشریه ماهنامه اصلاح و تربیت، شماره ۹۳.

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

رحمانی، ب. (۱۳۷۳)، مقدمه‌ای بر جغرافیای ورزش. جغرافیای ورزش، انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرکز، تهران.

سازمان ملی جوانان (۱۳۸۱)، پروژه بررسی وضعیت اوقات فراغت جوانان، تهران، انتشارات سازمان ملی جوانان.

سلامی، ف.؛ نوروزیان، م.، و میرفتاح، ف. (۱۳۸۳)، توصیف موانع مشارکت بانوان در فعالیت‌های ورزشی، طرح پژوهشی، پژوهشکده‌ی تربیت بدنی، وزرات علوم، تحقیقات و فناوری.

صدراتی، م. (۱۳۸۵)، میزان دسترسی زنان به تولیدات و خدمات ورزشی در سراسر کشور، طرح تحقیقاتی، معاونت پژوهشی دانشگاه الزهرای تهران.

ظهیری‌نیا، م.، نیکخواه، ه.، و شفیعی، ن. (۱۳۹٤)، بررسی تاثیر خانواده و رسانه‌های گروهی بر مشاکت دانشجویان دختر در فعالیت‌های ورزشی (مورد مطالعه: دانشجویان دختر دانشگاه هرمزگان)، دوفصلنامه مشارکت و توسعه اجتماعی، سال اول، شماره ۱، پاییز و زمستان ۱۳۹٤، صفحه ٤۲-٦۱.

عبدلی، ب. (۱۳۷۳)، بررسی ویژگی‌های شخصیتی ورزشکاران نخبه، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت مدرس.

فرضی‌زاده، ز.، و بابایی، م. (۱۳۹٦)، بررسی وضعیت اوقات فراغت زنان در جامعه روستایی (مطالعه موردی: روستای حسن آباد سنجابی در شهرستان دلفان)، زن در سیاست و توسعه، دوره ۱۵، شماره ۱، صفحه ۱۰۱-۱۲۲.

قاسمی، و. (۱۳۹۲)، مدل‌سازی معادله ساختاری در پژوهش‌های اجتماعی با کاربرد Amos Graphics، چاپ دوم، جامعه‌شناسان.

کاشف، م. (۱۳۷۸)، پژوهشی پیرامون بازی‌های بومی و محلی آذربایجان غربی. نشریه حرکت، سال اول، شماره ۲، صفحه ۵۳-٦٦.

کشکر، س.، و احسانی، م. (۱۳۸٦)، بررسی اهمیت عوامل بازدارنده زنان تهران از مشارکت در ورزش تفریحی با توجه به متغیر خصوصیات فردی. مطالعات زنان، شماره ۲، صفحه ۱۱۳-۱۳٤.

گودرزی، م.، و اسدی، ح. (۱۳۷۹)، تحلیل میزان و نوع فعالیت‌های فراغتی و ورزشی استادان دانشگاه تهران. مجله حرکت، تهران، شماره ٤.

لومسدن، ل. (۱۳۸۰)، بازاریابی گردشگری، ترجمه محمد ابراهیم گوهریان، تهران، نشر دفتر پژوهش‌های فرهنگی.

لهسایی‌زاده، ع.؛ جهانگیری، ج.، و تابعیان، ح. (۱۳۸۵)، بررسی عوامل موثر بر علاقه دانشجویان به ورزش: مطالعه موردی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شیراز. مجله علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز، دوره ۲٤، شماره ۲، صفحه ۹۵-۱۰۵.

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

محسنی، م. (۱۳۷۹)، بررسی آگاهی‌ها، نگرش‌ها و رفتارهای اجتماعی و فرهنگی در ایران، تهران: دبیرخانه شورای فرهنگی عمومی کشور.

مرکز امور مشارکت زنان ریاست جمهوری (۱۳۸۰)، زنان و مشارکت سیاسی و اجتماعی، تهران: انتشارات برگ زیتون، صفحه ۱-۱۷.

مرکز آمار ایران، (۱۳۸۵)، سرشماری نفوس و مسکن.

مطیعی لنگرودی، ح. (۱۳۹۰)، برنامه‌ریزی روستایی با تأکید بر ایران، انتشارات جهاد دانشگاهی، مشهد، چاپ پنجم.

منظمی، م.؛ علم، ش.، و شتاب‌بوشهری، ن. (۱۳۸۹)، تعیین عوامل موثر بر توسعه تربیت بدنی و ورزش بانوان جمهوری اسلامی ایران. مدیریت ورزشی، شماره ۱۰، صفحه ۱۵۱-۱٦۸.

نادریان، م.؛ ذوالاکتاف، و.، و مشکل‌گشا، ا. (۱۳۸۸)، موانع مشارکت ورزشی زنان و ارتباط آنها با انگیزه. نشریه علوم حرکتی و ورزش، سال هفتم، جلد ۱، شماره ۱، صفحه ۱٥٤-۱٤٥.

Arab-Moghadam, N., Karla A.H., & Sheikholeslami, R. (2007). Women's Leisure and Constraints to Participation: Iranian Perspectives, Journal of Leisure Research, 1, 109-126.

Bric G., During, J.A., Maguire, R., & pearton, E. (1993). The Sports Process a Comparative and Development Approach, Human kinetics, Champagn, 71-80.

Coakley, J. (2007). Sport in society: Issues and controversies, Boston, Mass, Mc Graw Hill.

Crawford, D.W., Edgar L.J., & Godbey, G. (1991). A Hierarchical Model of Leisure Constraint, Leisure Sciences, 13, 309-320.

Dingle, L. (2005). Women in sport, overcoming barriers to participation, 3rd Annual coaching conference, University of Exeter.

Fating, k. (1999). Women and Sport, Olympic Review, 26, 43-45.

Gratton, Ch. (2000). Economic of Sport and Recreation, London and New York: E & FN spon, 33-35.

Jakson, E.L., Duane, W.C., & Godbey, G. (1993). Negotiation of Leisure Constraint, Leisure Sciences, 15, 1-12.

Liechty, T., Freeman, P., & Zabriskie, R. (2006). Body Image and Beliefs about Appearance: Constraints on the Leisure of College-Age and Middle-Age Women, Liesure Siences, 28, 311-330.

National Center for Health Statistics (2008). Summary health statistics for U.S. adults: National Health Interview Survey. U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention.

Palm, J. (2000). Sport for All and its Projection to the year 2000, http:www.Tafisa.net / content /index.Php?option =content task =view id =.

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]

Sportscotland (2008). 25 benefits for girls and women taking part in sport and physical activity.Edinburgh, Sportscotland. Available: http://www.angelinacoalition.org/parents/25Benefits_of_sports.pdf.

Stratton, M.C., Conolly, L. (2005). Sport and related recreational activity, The social correlates of participation and non –participation by adults, Sport Management Association of Australia and New Zealand (SMAANZ), Eleventh Annual Conference, Canbera.

United Nations (2007). Women, Equality and Sport, Department of Economic and Social Affairs.

Walseth, K. (2006). Young Muslim Women and Sport: the Impact of Identity Work, Leisure Studies, 25, 75-94.

Wang, J., & Wang, X. (2012). Structural Equation Modeling, first edition,WILEY.

White, D. (2008). A Structural Model of Leisure Constraints Negotiation in Outdoor Recreation, Leisure Sciences, 30, 342-359.

Wiley, C., Shaw, S., & Havitz, M.E. (2000). Men's and Women's Involvement in sports: An Examination of Gendered Aspects of Leisure Involvement, Leisure Sciences, 22, 19-31.

[Downloaded from jpsd.hormozgan.ac.ir on 2026-11-21]