

مقاله پژوهشی

مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان

دوره پنجم، شماره سوم، پاییز ۱۳۸۵، ۲۱۶-۲۰۹

بررسی و مقایسه نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان دختر دانشگاه‌های زنجان با تأکید بر نقش تربیت بدنی و ورزش

احمد رحمانی^۱، محمد پور رنجبر^۲، طیبه بخشی‌نیا^۳

دریافت مقاله: ۸۴/۳/۱۹ ارسال مقاله به نویسنده جهت اصلاح: ۸۴/۵/۳۰ دریافت اصلاحیه از نویسنده: ۸۵/۷/۱۷ پذیرش مقاله: ۸۵/۷/۲۹

چکیده

زمینه و هدف: در کشور ما علی‌رغم تمایل به شرکت در برنامه‌های ورزشی، نقش ورزش در گذران اوقات فراغت دانش‌آموزان و دانشجویان بسیار کم است. از این‌رو، هدف از انجام این پژوهش بررسی و مقایسه نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان دختر دانشگاه‌های شهر زنجان با تأکید بر ورزش و فعالیت‌های جسمانی بوده است.

مواد و روش‌ها: این پژوهش از نوع مقطعی و جامعه آماری شامل ۶۲۸۴ نفر از دانشجویان دختر دانشگاه‌های زنجان (علوم پزشکی، آزاد و ملی زنجان) بود که با استفاده از فرمول تعیین حجم نمونه، تعداد ۳۸۴ نفر از آن‌ها به روش تصادفی طبقه‌ای به عنوان نمونه آماری برگزیده شدند. جهت گردآوری اطلاعات از پرسش‌نامه استفاده گردید که پایایی به روش آلفای کرونباخ ($\alpha = 0.79$) تعیین شد. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از روش‌های آماری توصیفی (میانگین، فراوانی و ضریب همبستگی) و استنباطی (آزمون ناپارامتریک کروسکال-والیس) استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که در میان فعالیت‌های اوقات فراغت، شنیدن موسیقی، تماشای تلویزیون و هم صحبتی با دوستان به ترتیب در اولویت‌های اول تا سوم و پرداختن به ورزش در اولویت دهم قرار داشت. اما در زمینه میزان علاقه دانشجویان، ورزش جایگاه سوم را داشت. از سوی دیگر، بررسی روابط بین متغیرها نشان داد که بین نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان سه دانشگاه در فعالیت‌های مذهبی، دیدار اقوام، تمرین ساز و آواز، تماشای ویدئو، قدم زدن و گردش کردن، هم صحبتی با دوستان، سیاحت و زیارت تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($p < 0.05$).

نتیجه‌گیری: فعالیت‌های غیر حرکتی مانند تماشای تلویزیون و ... سهم عمده‌ای از ساعات فراغت دانشجویان را به خود اختصاص داده و ورزش در فعالیت‌های فراغتی جاری آن‌ها جایگاه درخور توجهی نداشت. از سوی دیگر، تفاوت در نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان در دانشگاه‌ها را می‌توان به تفاوت‌های فرهنگی، اجتماعی و علایق دانشجویان و هم‌چنین تفاوت امکانات و برنامه‌های اوقات فراغت دانشگاه‌ها نسبت داد.

واژه‌های کلیدی: اوقات فراغت، ورزش، دانشجویان دختر، تربیت بدنی

۱- (نویسنده مسئول) مربی و عضو هیأت علمی گروه آموزشی تربیت بدنی، دانشگاه زنجان

تلفن: ۰۲۴۱-۵۱۵۲۷۷۹، فاکس: ۰۲۴۱-۵۱۵۲۳۲۴، پست الکترونیکی: rahmani203@yahoo.com

۲- مربی و عضو هیأت علمی گروه آموزشی تربیت بدنی، دانشگاه علوم پزشکی کرمان

۳- کارشناس ارشد گروه آموزشی تربیت بدنی، آموزش و پرورش زنجان