

## بررسی و ارزیابی عوامل مؤثر بر نگرش، گرایش و عدم مشارکت خانواده‌ها به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی در ۸ شهر جمهوری اسلامی ایران

جواد نعمتی بیدگلی\*: دبیر آموزش و پرورش کاشان، مدرس گروه تربیت بدنی دانشگاه کاشان، کاشان، ایران.

**چکیده:** توصیف نگرش و گرایش مردم به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی در ۸ شهر مرکز استان‌های مختلف ایران هدف این پژوهش است. پرسشنامه محقق ساخته‌ای دارای سه بخش نگرش، گرایش و ویژگی‌های جمعیت شناختی در اختیار ۸۵۰۰ نفر قرار گرفت. از این تعداد ۴۹۳۰ مرد و ۳۵۷۰ زن پرسشنامه را تکمیل کردند. در طراحی بخش نگرشی پرسشنامه از ابزار نگرش‌سنج فعالیت بدنی کنیون (۱۹۶۸) استفاده شد. با استفاده از روش‌های تحلیل عاملی با آلفای ۰/۸۷ پایایی پرسشنامه محاسبه شد. در تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون‌های من ویتنی و کروسکال\_والیس در سطح معناداری ۰/۰۵ استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد به طور متوسط ۳۴/۶ درصد آزمودنی‌ها هیچ گونه فعالیت ورزشی نداشتند. آزمودنی‌ها، به ترتیب اولویت، عواملی چون کسب نشاط و شادابی، تقویت جسم و روان، کسب اعتماد به نفس و داشتن رفتار و اخلاق نیکو را مهم‌ترین علل و انگیزه‌های مشارکت در فعالیت‌های حرکتی و ورزشی معرفی نمودند. به طور کلی، نتایج این پژوهش حاکی از متفاوت بودن نگرش اقشار مختلف مردم به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی به تفکیک جنسیت، شغل و مدرک تحصیلی است. نتایج نشان داد، میزان هزینه‌های ورزشی خانوار در سال ۱۳۸۰ معادل ۷۴۱ میلیارد ریال، ۰/۱۹ درصد کل هزینه خانوار و ۰/۱ درصد GDP کشور می‌باشد. هزینه ورزشی یک خانوار در سال ۱۳۸۵ نسبت به سال ۱۳۸۰ دارای رشد واقعی ۱۲۴ درصدی است، ولی به دلیل پایین بودن درآمد و سهم مشارکت ورزشی مردم ایران نسبت به کشورهای پیشرفته، هنوز هزینه‌های ورزشی درصد قابل قبولی را در سبد هزینه‌های خانوار به خود اختصاص نمی‌دهد.

**واژگان کلیدی:** نگرش، گرایش، فعالیت‌های حرکتی و ورزشی، هزینه‌های ورزشی.

\***نویسنده‌ی مسؤول:** دبیر آموزش و پرورش کاشان، مدرس گروه تربیت بدنی دانشگاه کاشان، کاشان، ایران.

(Email: jvdnemati@gmail.com)

## مقدمه

توجه به نقش خانواده در سرنوشت فرد و اجتماع و کارکردهای متنوع آن از یک سو و تأثیر دگرگون کننده تحولات اجتماعی و تکنولوژی دهه‌های اخیر بر روی ساختارهای اجتماع و اندیشه و رفتارهای انسان و خانواده، ضرورت مطالعات و پژوهش‌های مستمر علمی را در حوزه مسائل خانواده و آموزش و پرورش نمایان می‌سازد. این دو نهاد خانواده و آموزش و پرورش از جمله نهادهایی هستند که تحت تأثیر یکدیگر قرار دارند و در عین حال متأثر از مسائل جامعه، سیاست، اقتصاد و فناوری هستند. نحوه تعامل خانه و مدرسه از دیرباز موضوع مشترک خانواده و نظام آموزش و پرورش بوده است. شاید بتوان گفت عدم اهتمام و توجه لازم به این امر سبب بروز مسئله‌های فراوانی برای هر دو نهاد در سال‌های اخیر گردیده است. در این رابطه فریمو می‌گوید: "اثر خانواده بر اشخاص از تمام نیروهایی که تا به حال شناخته شده بیشتر است. یعنی اثر خانواده فراتر از فرهنگ جامعه، دنیای کار، دوستان، نزدیکان و امثال آنهاست" (ثنائی، ۱۳۷۸). سرمایه فرهنگی گرایش‌ها و عادات دیر پای است که در طی فرایند جامعه پذیری حاصل می‌شوند و نیز اهداف فرهنگی ارزشمند نظیر صلاحیت‌های تحصیلی و فرهنگی را شامل می‌شود. از جمله گرایش‌ها و عادات می‌توان به مهارت‌های غیررسمی بین اشخاص مانند سبک زندگی، وضعیت تحصیلی، سلیقه و زبان اشاره نمود. سرمایه فرهنگی در بین سرمایه‌ها پابرجاترین و ثابت‌ترین سرمایه است (وکیلیان، ۱۳۸۶).

بوردی و مفاهیمی چون عادات، سرمایه و ورزش را مورد بررسی قرار می‌دهد. عادات، ذهنیت اجتماعی مردم را شرح داده و سیستم طبقه‌بندی را که رفتارها، اعتقادات، سلاقت و تکنیک‌های جسمانی مردم را به وجود می‌آورند معرفی می‌نماید. رفتارها و عادات، در برگزیده ظرفیت بی حد و حصر در زمینه ایجاد تفکر، ادراک، حالات و رفتارهایی است که به تناسب در شرایط و موقعیت‌های اجتماعی و تاریخی ایجاد می‌شود. ورزش بیشتر با واقعیت عینی اجتماع مرتبط است و شامل یکسری روابط تاریخی و عینی بین موقعیت‌ها در اشکال مختلف قدرت است. این واژه‌ها به یکدیگر وابسته هستند. عادات هر فرد با سرمایه وی عجین شده و به موقعیت ورزشی وی می‌افزاید. در نهایت حرکات و تمرینات فرهنگی او را تعیین خواهد کرد. بوردیو در مباحث خود به طبقه اجتماعی و ورزش نیز اشاره می‌کند. وی معتقد است عادات هر طبقه اجتماعی از طریق ورزش و سایر فعالیت‌های

فرهنگی مشخص و آشکار می‌گردد. ورزش، تنوعی از فعالیت جسمانی است که زائیده تفکر انسانی بوده و هم زمان با زیستن و تعامل با انسان‌های دیگر، معنا یافته است. از آنجا که ورزش ساختار اجتماعی دارد، سبب شده است که جامعه شناسان آن را در ارتباط با روابط اجتماعی و فرآیندهای سیاسی، اجتماعی و اقتصادی مطالعه کنند. بنابراین، ورزش یک رویداد فرهنگی است که در مکان و زمان‌های مختلف فرق می‌کند. نگاه اجتماعی به ورزش در یک جامعه با هر ابعادی یا فرهنگ و حتی خرده فرهنگ‌ها، به منظور درک همه جانبه آن ضروری است. از زمان‌های گذشته داشتن فعالیت بدنی منظم در اقشار مختلف مردم، آرمان متعالی جوامع بوده است (آرنت و مچنهایوت ۲۰۰۲) با وجود تأیید، هنوز بسیاری از جوامع با نبود یا کمبود فعالیت بدنی در اقشار مختلف خود مواجه‌اند. این امر در حالی است که فعالیت بدنی منظم یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های اثرگذار بر سبک زندگی سالم محسوب می‌شود (کمارالدین ۲۰۰۷). یافته‌های پژوهشی اخیر نشان می‌دهند فعالیت بدنی آثار مثبت و معناداری بر سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی افراد در تمامی دوره‌های زندگی دارد و ابزاری کارآمد در ارتقای کیفیت زندگی اقشار مختلف مردم است (کمارالدین ۲۰۰۷). آنچه مسلم است ادراک و نگرش افراد به موانع و مزایای مشارکت در فعالیت بدنی عاملی اثرگذار بر تصمیم‌گیری‌های آنان برای مشارکت در فعالیت‌های منظم و سلامت‌محور است. لذا، ارزیابی ادراک و نگرش افراد به فعالیت‌های حرکتی، جایگاه ویژه‌ای را در پژوهش‌های کاربردی به خود اختصاص داده است (دفلاندر و همکاران ۲۰۰۴).

اثرات متقابل حضور در فعالیت‌های حرکتی و ورزشی بر نگرش افراد، متفاوت بودن این نگرش‌ها با توجه به تفاوت‌های فردی، یکسان نبودن نیازها، تفاوت در میزان بهره‌مندی از تأثیرات حرکت و فعالیت‌های ورزشی، و به طور کلی در هم آمیختگی زندگی فردی و اجتماعی عواملی هستند که بیش از پیش اهمیت پرداختن به مقوله نگرش را یادآور می‌شوند و بر تأثیرات اجتماعی انکارناپذیر فعالیت‌های حرکتی و ورزشی صحنه می‌گذارند (رمضانی نژاد، ۱۳۷۶؛ ماتیز ۱۹۹۸، ساندر ۱۹۹۰). طرز تلقی افراد به فعالیت بدنی، ریشه در طبقه و انتظارات اجتماعی افراد دارد (ناوسلار ۱۹۹۲) و دستیابی به نگرش افراد بهترین راه تشخیص رفتار افراد در فعالیت‌های حرکتی است (ذاکارین و همکاران ۱۹۹۴).

(ذاکارین و همکاران ۱۹۹۴). هارت (۱۹۹۳) در یک پژوهش ملی در آمریکا، نگرش ۱۱۰۸ فرد غیر فعال و ۱۰۰۶ فرد بالای ۱۸ سال را به فعالیت‌های حرکتی و جسمانی بررسی و مقایسه کرد. نتایج پژوهش وی نشان داد ۵۱ درصد افراد فعال، وضعیت آمادگی و سلامتی خود را مطلوب ارزیابی کردند. این میزان در افراد غیر فعال ۲۱ درصد تعیین شد. افراد غیر فعال مهم‌ترین دلیل خود را برای عدم مشارکت در فعالیت‌های حرکتی و جسمانی نداشتن وقت (۴۳ درصد) ذکر کردند. این در حالی است که ۶۴ درصد آنان اظهار داشتند در صورت پیدا کردن وقت، علاقه‌مند به حضور در فعالیت‌های جسمانی و در نهایت ارتقای مشارکت تمرینی خود هستند (هارت ۱۹۹۳). کاونوا (۱۹۹۵) نگرش دو گروه از دانش‌آموزان را که در کلاس‌های آمادگی جسمانی و تربیت بدنی شرکت می‌کردند با استفاده از پرسشنامه ATPA بررسی کرد. نتایج نشان داد بین پنج حیطه از حیطه‌های نگرش این پرسشنامه رابطه معناداری مشاهده شد. فقط در حیطه «رشد اجتماعی» رابطه معناداری مشاهده نشد. همچنین، بر پایه نتایج وی بین نگرش کلی و جنسیت رابطه معناداری مشاهده نشد (کاونوا ۱۹۹۵).

کانال و همکاران (۲۰۰۴) نگرش ۸۶۷ دانش‌آموز دختر و پسر دبیرستانی را به تربیت بدنی بررسی کردند و دریافتند نگرش افراد ورزشکار از غیر ورزشکار به طور معناداری بهتر است. بین نگرش دختران و پسران به تربیت بدنی نیز تفاوت معناداری وجود داشت. البته پسران نگرش مطلوب‌تری داشتند (کانان و گیستین ۲۰۰۴). گرابس و کارتر (۲۰۰۲) نیز در پژوهش خود ۱۴۷ دانشجو را بررسی کردند و دریافتند میان گرایش به فعالیت منظم با عملکرد جسمانی و ظاهر افراد ارتباط معناداری وجود دارد. دانشجویان دختر به طور قابل ملاحظه‌ای علاقه‌مند به حفظ وضعیت ایده‌آل و شکل ظاهری خود هستند (گروپس و کارتر ۲۰۰۲). سالیس (۲۰۰۲)، و تراست و همکاران (۲۰۰۲) در تحقیقات مشابهی دریافتند پسران جوان در مقایسه با دختران فعالیت‌های حرکتی بیشتری داشتند. گرایش به فعالیت در هر دو جنس با افزایش سن کاهش می‌یابد (تروس و همکاران ۲۰۰۲). عطارزاده و سهرابی (۱۳۸۶) در پژوهش خود، ۹۷۶ مرد و زن بالای ۱۶ سال شهر مشهد با استفاده از ابزار تجدید نظر شده ATPA بررسی کردند. آنها دریافتند در زمان اجرای پژوهش، ۳۲ درصد افراد در فعالیت‌های حرکتی و ورزش شرکت نمی‌کردند. همچنین، نتایج پژوهش آنان نشان داد کسب نشاط و شادابی

بر اساس یافته‌های پژوهش، نگرش مثبت یا منفی اقشار مختلف جامعه به فعالیت‌های حرکتی و ورزش، دو پیامد مطلوب و نامطلوب دارد. از یک طرف داشتن نگرش مثبت افراد به فعالیت‌های حرکتی و ورزش باعث ایجاد پایگاهی قوی در پذیرش، گرایش، و حفظ آن به عنوان بخش قابل توجهی از یک زندگی می‌شود. از طرف دیگر، داشتن نگرش منفی افراد جامعه، هرگونه راهبرد و برنامه‌ریزی را در جهت توسعه مشارکت ورزشی با مشکل مواجه خواهد ساخت. از این رو، شناخت نیازها، نگرش‌ها و گرایش‌های مردم در حیطه تربیت بدنی، ورزش و تفریحات سالم به مسئولان، مدیران و برنامه‌ریزان تربیت بدنی و ورزش در تمامی نهادهای ورزشی کشور کمک می‌کند تا برنامه‌ریزی‌ها و تصمیم‌گیری‌هایی منطقی و اثربخش داشته باشند از برنامه‌ریزی‌های غیر عملی، بی‌اثر و تحمیل برنامه‌های غیر منطقی و غیرقابل اجرا اجتناب کنند. کنیون (۱۹۶۸) جزء اولین پژوهشگرانی است که به طراحی و توسعه ابزاری مناسب در تعیین نگرش در حوزه تربیت بدنی و ورزش اقدام کرد (کنیون ۱۹۶۸). ابزار وی که به اختصار ATPA (Attitudes Toward Physical Activity) نام دارد، نگرش افراد به فعالیت‌های حرکتی را در شش خرده مقیاس زیر ارزیابی می‌کند:

۱- فعالیت‌های حرکتی برای رشد اجتماعی، ۲- تندرستی و آمادگی جسمانی، ۳- فعالیت‌های حرکتی توأم با هیجان و خطر، ۴- عامل تحسین زیبایی حرکت، عامل آرام بخشی و رهایی از فشار و ۶- تجربه‌ای دشوار و توأم با ریاضت. استفاده قابل ملاحظه محققان از این ابزار به منظور تعیین نگرش گروه‌ها و اقشار مختلف اجتماعی، همچنین تلاش‌های بسیار برای تعیین روایی و پایایی و حتی توسعه آن، زمینه‌ی توجه هر چه بیشتر پژوهشگران به مقوله نگرش و اهمیت آن را در تمامی اقشار جامعه به ویژه نوجوانان و جوانان فراهم کرد. ابزار نگرش نوجوانان به فعالیت‌های حرکتی (CATPA) Children Attitude Toward Physical Activity را سیمون و اسمول (۱۹۷۴) ابداع کردند که نوع تجدید نظر شده ابزار کنیون است برای نوجوانان (سایمون و همکاران ۱۹۷۴). پژوهش‌های متعددی با استفاده از ابزار کنیون انجام گرفت و دلایل کافی در تایید پایایی آن وجود دارد. نکته مهم تاکید قابل ملاحظه پژوهشگران بر نگرش نوجوانان و جوانان است. به زعم اکثر آنان، دوره‌های سنی جوانی و نوجوانی دوره‌هایی‌اند که نگرش‌ها رشد می‌کنند و علاوه بر شکل‌گیری، زمینه برای تغییر مساعد آنها فراهم است

( کامارودین و فوزی ۲۰۰۷). نتایج پژوهش که توسط رحیمی، (۱۳) با عنوان، توصیف و گرایش مردم به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی در جمهوری اسلامی ایران، نشان داد ۳۴/۵ درصد آزمودنی‌ها هیچ فعالیت حرکتی نداشتند. از نظر آزمودنی‌ها، به ترتیب اولویت، عواملی چون کسب نشاط و شادابی، تقویت جسم و روان، کسب اعتماد به نفس و داشتن رفتار و اخلاق نیکو مهم‌ترین علل و انگیزه‌های مشارکت در فعالیت‌های حرکتی و ورزشی بودند. ضمن اینکه بین نگرش کلی آزمودنی‌های زن و مرد به فعالیت‌های حرکتی و ورزش تفاوت معناداری مشاهده نشد ( $p = 0/13 \alpha = -1/48$ ). به طور کلی، نتایج این پژوهش حاکی از متفاوت بودن نگرش اقشار مختلف مردم به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی به تفکیک جنسیت، شغل و مدرک تحصیلی است. با توجه به مطالب گفته شده هدف از این پژوهش بررسی و ارزیابی عوامل موثر بر نگرش، گرایش و عدم مشارکت خانواده‌ها به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی می‌باشد.

### روش پژوهش

روش تحقیق در این پژوهش توصیفی (discriptive) از نوع پیمایشی (survey) است. جامعه آماری را تمامی مردان و زنان متأهل و دارای فرزند در مراکز پیش دبستانی شهرهای تهران، اصفهان، مشهد، تبریز، زاهدان، کرمانشاه، گرگان، بوشهر تشکیل می‌دهد که با روش تصادفی و مستقیم نمونه آماری انتخاب شدند. بر اساس جامعه آماری مراکز پیش دبستانی در مناطق جغرافیایی مختلف هر شهر مشخص شدند. سپس به صورت نمونه گیری خوشه ای جمعاً ۸۵۰۰ نفر انتخاب شدند و پرسشنامه بین آنها توزیع و پس از پاسخ دهی جمع آوری شد. در این تحقیق از پرسشنامه ای شبیه مقیاس (american ( APTA ) public transportation association کانیون (Canyon) استفاده شد. این پرسشنامه با استفاده از نگرش سنجی فعالیت‌های حرکتی و ورزشی سال ۱۳۷۸ دکتر امیر احمد مظفری طراحی شد. پرسشنامه اولیه شامل ۶۰ عبارت نگرشی است که همانند پرسشنامه کانیون در قالب ۶ بعد یا مؤلفه، نگرش مردان و زنان متأهل و دارای فرزند علاقمند را به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی می‌سنجد. ضریب پایانی اثبات درونی پرسشنامه تجدید نظر شده با استفاده از روش آماری آلفای کرونباخ ۰/۷۸ محاسبه شد. برای این منظور، نخست پرسشنامه فرم بلند، ۶۰ عبارت نگرشی را ۷۰ آزمودنی که به طور تصادفی از مناطق مختلف شهر انتخاب شده بودند تکمیل کردند. سپس با استفاده از روش آماری تحلیل عاملی،

مهم‌ترین علل مشارکت و عقب ماندن از کارهای روزانه و مهم‌ترین مانع عدم مشارکت در فعالیت‌های حرکتی و ورزشی محسوب می‌شود. آنان همچنین بین نگرش به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی در افراد با ویژگی‌های مختلف سن، تأهل/تجرد، تعداد اعضای خانواده، نوع شغل، گرایش و عدم گرایش به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی تفاوت معنادار مشاهده کردند. این در حالی است که میان نگرش به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی در افراد با ویژگی‌های مختلف جنسیت، سطح تحصیلات، درآمد ماهانه، هزینه خانوار، هزینه ماهانه ورزشی، تعداد جلسات تمرین در هفته، مدت زمان تمرین در هر جلسه، رفاه و ایمنی مکان ورزشی و سابقه ورزشی تفاوت معناداری مشاهده نشد (عطارزاده حسینی، سهرابی، ۱۳۸۶). صفانیا و همکاران (۱۳۸۵) در پژوهشی نگرش و میزان مشارکت ۴۹۰ دانشجو را در فعالیت‌های ورزشی و تفریحی بررسی کردند. بر پایه نتایج تحقیق آنان، بیش از ۷۵ درصد آزمودنی‌ها مشارکت منظم در ورزش‌های تفریحی را موجب سلامتی، آمادگی جسمانی، بهبود سطح مهارت‌های ورزشی و در نهایت افزایش سطح مهارت‌های اجتماعی خود می‌دانند. به زعم دانشجویان، مهم‌ترین موانع فرا روی آنان در مشارکت ورزشی، عواملی چون کمبود تسهیلات ورزشی، کمبود منابع مالی، فقدان وقت و علاقه شخصی است (صفانیا و همکاران، ۱۳۸۵).

صمدی و همکاران (۱۳۸۵) نیز در پژوهشی دیگر، سطح آگاهی، نگرش و عملکرد کارکنان یکی از دانشگاه‌های ایران را به فعالیت جسمانی تعیین کردند. نتایج پژوهش آنان نشان داد ۶۰/۹ درصد افراد از فعالیت جسمانی آگاهی متوسطی داشتند. مهم‌ترین موانع فقدان مشارکت ورزشی از نظر کارکنان، کمبود وقت، عدم وجود تسهیلات لازم در محل کار و زندگی و ناکافی بودن تسهیلات در دسترس بودند (صمدی و همکاران، ۱۳۸۵). کامارادینوفازی (۲۰۰۷) نگرش ۸۰ دانشجو را به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی بررسی کردند. نتایج نشان داد لذت بردن از تمرین و کاهش استرس و فشار، اصلی‌ترین دلایل مشارکت دانشجویان دختر و پسر در فعالیت‌های حرکتی و ورزشی محسوب می‌شوند. همچنین، نداشتن وقت برای دختران و اولویت داشتن کارهای دیگر برای پسران، مهم‌ترین موانع فرار وی مشارکت دانشجویان در فعالیت‌های حرکتی بود. برپایه نتایج تحقیق آنان، پرهزینه بودن ورزش، نبود تشویق خانواده، و در نهایت وقتگیر بودن مشارکت در فعالیت‌های حرکتی و ورزش سایر موانع مشارکتی افراد در فعالیت‌های حرکتی بودند

تحصیلات بالاتر و درآمد بالای خانوار و همچنین مشاغلی که دارای وقت آزاد و از جنبه سختی کار وضعیت بهتری داشتند، نگرش کلی بهتری نسبت به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی نشان دادند. در حالی که بین گرایش به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی با متغیرهای سن و هزینه خانوار رابطه معنی داری مشاهده نشد ( $P > 0/05$ ).

۲- فعالیت‌های ورزشی مورد علاقه آزمودنی‌ها کدامند؟

**جدول شماره ۲- توصیف فراوانی و درصد فراوانی میزان**

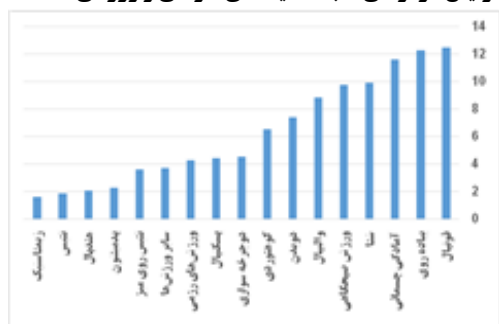
**گرایش آزمودنی‌ها به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی**

ردیف	گرایش	درصد	ردیف	گرایش	درصد
۱	فوتبال	۱۲/۵۳	۱۰	بسکتبال	۴/۴۸
۲	پیاده روی	۱۲/۳۳	۱۱	ورزش‌های رزمی	۴/۳۲
۳	آماده‌گی جسمانی	۱۱/۶۶	۱۲	سایر ورزش‌ها	۳/۷۵
۴	شنا	۹/۹۴	۱۳	تنیس روی میز	۳/۶۳
۵	ورزش صبحگاهی	۹/۷۸	۱۴	بدمینتون	۲/۳۳
۶	والیبال	۸/۸۵	۱۵	هندبال	۲/۱۰
۷	دویدن	۷/۴۴	۱۶	تنیس	۱/۹۱
۸	کوهنوردی	۶/۵۴	۱۷	ژیمناستیک	۱/۶۵
۹	دوچرخه سواری	۴/۵۷	-	-	-

با توجه به جدول (۲) و نمودار (۱) می‌توان گفت از میان فعالیت‌های تعریف شده برای آزمودنی‌ها، ورزش فوتبال با ۱۲/۵۳ درصد مورد علاقه ترین فعالیت ورزشی از نظر آزمودنی‌ها بود و پس از آن پیاده روی، آمادگی جسمانی، شنا و . . . قرار داشتند. هندبال، تنیس و ژیمناستیک در رده‌های آخر علاقمندی‌های آزمودنی‌ها قرار داشتند.

**نمودار شماره ۱- توصیف فراوانی و درصد فراوانی میزان**

**گرایش آزمودنی‌ها به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی**



۳- مهم‌ترین دلایل عدم شرکت افراد در فعالیت‌های ورزشی و حرکتی کدامند؟

**جدول شماره ۳- مهم‌ترین علل عدم مشارکت آزمودنی‌ها در**

**فعالیت‌های حرکتی و ورزشی**

ردیف	علل	درصد	ردیف	علل	درصد
۱	عقب ماندن از کارهای روزانه	۲۱/۲۳	۸	به دستور پزشک	۴/۴۰
۲	تنبلی و بی‌حوصلگی	۱۹/۱۱	۹	عدم اجازه خانواده	۴/۳۴
۳	در دسترس نبودن اماکن ورزشی	۱۶/۶۵	۱۰	عدم آشنایی با مهارت‌های ورزشی	۳/۹۵
۴	عادت نداشتن	۱۳/۱۴	۱۱	سایر موارد	۳/۵۴
۵	مشکلات مالی	۹/۵۴	۱۲	ترس از آسیب دیدن	۳/۰۹
۶	بی‌علاقگی	۷/۷۸	۱۳	خجالتی بودن	۲/۴۰
۷	ترجیح دادن نمایش تلویزیون	۶/۴۳	-	-	-

عبارت‌های نگرشی دارای ضریب همبستگی پایین حذف و فرم پرسشنامه کوتاه شده با ۳۶ عبارت نگرشی در قالب ۶ بعد یا مؤلفه تدوین گردید. در پایان، با استفاده از روش آماری کرونباخ ضریب پایایی پرسشنامه کوتاه شده ۰/۸۴ محاسبه شد. از روش توزیع مستقیم استفاده و پرسشنامه‌ها به صورت مستقیم تحویل پاسخ دهندگان شد و پس از تکمیل از آنان اعاده شد. مجموعه داده‌های مربوط به ویژگی‌های فردی، عبارت نگرشی و گرایش و زیر بخش‌های آن به طور جداگانه طبقه بندی و به منظور انجام عملیات آماری در محیط Spss صورت پذیرفت. از شیوه‌های آمار توصیفی و آمار استنباطی (آزمون کروسکالوالیس) در جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد.

**یافته‌ها**

۵۵۷۶ نفر (۶۵/۶) اظهار داشتند در فعالیت‌های حرکتی و ورزش شرکت می‌کنند. ۲۹۴۱ نفر (۳۴/۶٪) نیز به این سؤال پاسخ منفی دادند. از نظر سنی، بیشترین تعداد آزمودنی‌ها، چه مرد و چه زن، از طبقه سنی ۱۶-۲۰ سال (۵۱/۷٪ مرد و ۴۸/۳۰٪ زن) بودند. بیشترین تعداد آزمودنی‌ها چه در گروه مردان و چه زنان مدرک تحصیلی دیپلم (۴۸/۳٪ مرد و ۵۱/۷٪ زن) و کمترین تعداد در هر دو گروه دارندگان مدرک حوزوی بودند. اکثر آزمودنی‌ها در گروه مردان، شغل آزاد (۱۹/۴۳٪) داشتند. در گروه زنان گزینشی شغل مربوط به سایر مشاغل (۱۱/۱۰٪) مشخص شد.

۱- آیا بین نگرش آزمودنی‌ها به فعالیت‌های ورزشی و حرکتی به تفکیک متغیرهای (جنسیت، سن، تحصیلات، درآمد، هزینه‌های زندگی، شغل) تفاوت معنی داری وجود دارد؟

**جدول شماره ۱- مقایسه نگرش کلی نسبت به فعالیت‌های**

**حرکتی و ورزشی در افراد با ویژگی‌های مختلف**

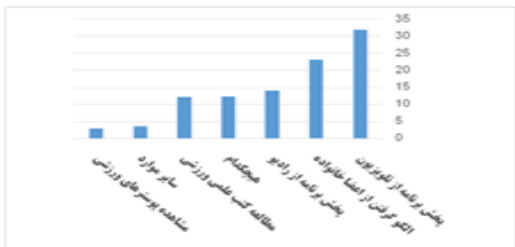
ویژگی‌ها	مجدور کای	درجه آزادی	P
جنسیت	۳/۴۴۸	۱	۰/۰۰۱
سن	۹/۸۴۴	۵	۰/۹۹۵
میزان تحصیلات	۸/۴۴۳	۴	۰/۰۰۱
درآمد ماهانه	۶/۱۵۴	۴	۰/۰۰۱
هزینه خانوار	۶/۲۶۷	۴	۰/۱۷۹
شغل	۱/۱۲۹	۱۰	۰/۰۰۶

معنی داری  $P < 0/05$

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد بین گرایش به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی در افراد با ویژگی‌های مختلف جنسیت، میزان تحصیلات، درآمد ماهیانه و شغل رابطه معنی داری وجود دارد ( $P < 0/05$ ). به این معنی که در مردان به نسبت زنان، نگرش بهتری نسبت به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی وجود داشت، میزان

### نمودار شماره ۳- مهم‌ترین عوامل کمک کننده به آزمودنی‌ها

#### به منظور مشارکت در فعالیتهای حرکتی



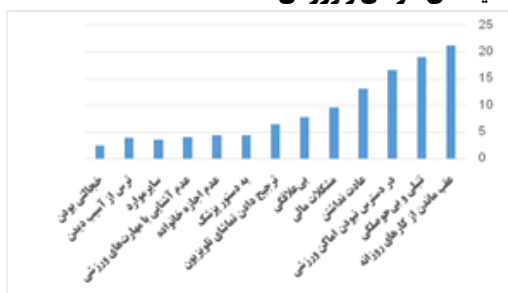
#### بحث

درخصوص تعیین اولویتهای علل و انگیزه‌ی شرکت آزمودنی‌ها در فعالیتهای حرکتی و ورزشی، به ترتیب عواملی چون کسب نشاط و شادابی، تقویت جسم و روان، کسب اعتماد به نفس، و داشتن رفتار و اخلاق نیکو مهم‌ترین علل مشارکت ورزشی تعیین شدند که کمابیش با نتایج تحقیقات تری (۱۹۹۶)، واعظ موسوی (۱۳۷۵)، عطارزاده حسینی و سهرابی (۱۳۸۶)، و کاماردین و فازی (۲۰۰۷) همخوانی دارند. این حالی است که اکثر آزمودنی‌ها از قشر کم درآمد جامعه بودند و به نظر می‌رسد گرفتار مسائل و مشکلات زندگی خود باشند. با این حال ملاحظه می‌شود باور آنها بر این محوریت قرار گرفته که از طریق شرکت در فعالیتهای حرکتی و ورزشی می‌توان نشاط، شادابی و قوای جسمی و روانی لازم را کسب کرد. این امر نشان دهنده رشد آگاهی مردم به تأثیرات فعالیتهای حرکتی و ورزشی است. قرار گرفتن عواملی چون کسب اعتماد به نفس و رفتار و اخلاق نیکو اولویتهای بعدی گرایش به فعالیتهای حرکتی و ورزشی محسوب می‌شوند که اعتقاد مردم به اساسی‌ترین ارزشهای نهفته در فعالیتهای حرکتی و ورزشی را علی‌رغم حاکم شدن ورزش قهرمانی بر ورزش همگانی و کم‌رنگ شدن ارزشهای رفتاری و اخلاقی محیطهای رقابتی ورزش نشان می‌دهد. براساس نتایج تحقیق، عقب ماندن از کارهای روزانه، در دسترس نبودن اماکن ورزشی، عادت نداشتن، تنبلی و بی حوصلگی، و مشکلات مالی از جمله موانع ذکر شده برای عدم مشارکت آزمودنی‌ها در فعالیتهای حرکتی و ورزشی است.

با توجه به جدول (۳) و نمودار (۲) می‌توان گفت از میان عوامل تعریف شده برای آزمودنی‌ها، عقب ماندن از کارهای روزانه با ۲۱/۲۳ درصد، بیشترین علل عدم مشارکت آزمودنی‌ها در فعالیتهای حرکتی و ورزشی بود و پس از آن تنبلی و بی حوصلگی، در دسترس نبودن اماکن ورزشی، عادت نداشتن و ... قرار داشتند. ترس از آسیب دیدن و خجالتی بودن در رده‌های آخر علل عدم مشارکت آزمودنی‌ها در فعالیتهای حرکتی و ورزشی قرار داشتند.

### نمودار شماره ۲- مهم‌ترین علل عدم مشارکت آزمودنی‌ها در

#### فعالیت‌های حرکتی و ورزشی



۴- چه عواملی در علاقمند شدن و گرایش به انجام فعالیتهای ورزشی و حرکتی مؤثرند؟

### جدول شماره ۴- مهم‌ترین عوامل کمک کننده به آزمودنی‌ها

#### به منظور مشارکت در فعالیتهای حرکتی

ردیف	عوامل	درصد	ردیف	عوامل	درصد
۱	پخش برنامه از تلویزیون	۳۲/۰	۵	مطالعه کتب علمی ورزشی	۱۲/۱۲
۲	الگو گرفتن از اعضا خانواده	۲۳/۱۴	۶	سایر موارد	۳/۴۵
۳	پخش برنامه از رادیو	۱۴/۱۰	۷	مشاهده پوسترهای ورزشی	۲/۸۶
۴	هیچکدام	۱۲/۳۴	-	-	-

با توجه به جدول (۴) و نمودار (۳) می‌توان گفت از میان عوامل تعریف شده برای آزمودنی‌ها، پخش برنامه از تلویزیون با ۳۲/۰ درصد، مهم‌ترین عامل کمک کننده به آزمودنی‌ها به منظور مشارکت در فعالیتهای ورزشی و حرکتی بود و پس از آن الگو گرفتن از اعضا خانواده، پخش برنامه از رادیو و ... قرار داشتند. مشاهده پوسترهای ورزشی در رده آخر عوامل کمک کننده به آزمودنی‌ها به منظور مشارکت در فعالیتهای ورزشی و حرکتی قرار داشتند.

ورزشی نداشته‌اند. این امر مؤید بسیاری از عوارض و مشکلات اجتماعی ناشی از کمبود یا نبود فعالیت بدنی در جامعه در حال رشد ایران است. هرچند نتایج این تحقیق نشان می‌دهد که سهم هزینه‌های ورزشی در سبد هزینه‌های خانوار از سال ۱۳۸۰ تا ۱۳۸۵ به ترتیب ۰/۱۹ و ۳۱/۰ درصد، و دارای رشد واقعی ۱۲۴ درصدی است، ولی نسبت به کشورهای پیشرفته، بسیار کمتر است (در کشورهای پیشرفته، هزینه‌های ورزشی خانوار ۲ تا ۲/۵ درصد کل هزینه‌های خانوار را تشکیل می‌دهد). براساس نظر آندرف، هزینه‌های ورزشی خانوار با اندازه بازار کالاهای ورزشی هر کشور متناسب است و هزینه ورزشی خانوار فرانسه، آلمان، ایتالیا، اسپانیا، سوئیس و انگلستان با بیش از هفت میلیارد دلار، نشانگر بزرگی بازار کالاها و خدمات ورزشی این کشورهاست (آندرف، ۱۹۹۷، ۱۹۹۴). این در حالی است که ۱۰ کشور پیشرفته، بیش از ۸۰ درصد بازار جهانی و ۷۵ درصد تجارت بین‌المللی را از آن خود کرده‌اند. آمریکا ۳۰ درصد، اتحادیه اروپا ۳۳ درصد، ژاپن ۲۲ درصد و کانادا ۳ درصد بازار تجهیزات ورزشی را دارا هستند و فقط ۱۲ درصد مابقی مربوط به سایر کشورهاست.

بزرگ‌ترین بازار تجهیزات ورزشی اروپا با ۶/۵۷۵، ۲/۲۸۴، ۲/۰۱۲، ۱/۹۱۶ میلیارد دلار به ترتیب مربوط به انگلستان، آلمان، ایتالیا و فرانسه است (آندرف، ۱۹۹۵). ارزش بازار کالاهای ورزشی چین نیز در سال ۲۰۰۱ حدود ۱/۲ میلیارد دلار و در سال ۲۰۰۴ تا میزان ۲ میلیارد دلار گزارش شده است، این در حالی است که ارزش کالاهای ورزشی تولیدی ایران در سال ۱۳۷۰ بالغ بر ۳۵۰ میلیون دلار بوده ولی در سال ۱۳۸۰ به میزان ۴۵ درصد کاهش داشته است (مطالعات تفصیلی توسعه تجهیزات ورزشی، ۱۳۸۲). از آنجا که تحقیقات نشان می‌دهند هزینه‌های ورزشی خانوار، ارتباط مستقیمی با میزان مشارکت ورزشی و میزان درآمد و رفاه مردم یک کشور دارد (نانا و همکاران، ۲۰۰۲)، بنابراین از مهم‌ترین عوامل پایین بودن میزان هزینه‌های ورزشی از هزینه‌های خانوار و GDP کشور نسبت به سایر کشورهای پیشرفته می‌توان به پایین بودن میزان مشارکت ورزشی در ایران نسبت به کشورهای پیشرفته (۳۱/۷ درصد از افراد ۶ ساله به بالا در ایران، در مقابل بیش از ۶۰ درصد از افراد ۱۵ ساله به بالا در کشورهای پیشرفته) (رجب زاده، ۱۳۸۱؛ آندرف، ۱۹۹۴) و پایین بودن میزان تولید ناخالص داخلی سرانه ایران نسبت به کشورهای پیشرفته (براساس اطلاعات موجود، تولید ناخالص داخلی سرانه ایران در سال ۲۰۰۶ معادل ۸۹۰۰

یک سوم نمونه آماری بزرگ این پژوهش که اکثر آن‌ها را افراد ۱۶ تا ۲۰ ساله تشکیل می‌دهند، به دلیل فقر و مشکلات مالی نمی‌توانند از اماکن و تأسیسات ورزشی کشور استفاده کنند. به راستی چرا امکانات ورزشی کشور به طور عادلانه در اختیار اقشار مختلف جامعه گذاشته نمی‌شود؟ و چه راهکارهایی برای رفع این مشکل وجود دارد؟ در حالی که قانون اساسی حق استفاده مردم از امکانات و تأسیسات ورزشی را به طور رایگان تعیین کرده است، پاسخ به این سؤال نیازمند تحقیقات بیشتر در این زمینه است. این یافته‌ها با نتایج تحقیقات کاماردین و فازی (۲۰۰۷)؛ عطارزاده حسینی و سهرابی (۱۳۸۶)؛ صفانیا و همکاران (۱۳۸۵) و صمدی و همکاران (۱۳۸۵) همخوانی دارد. بنابراین، چندان تعجب آور نیست که هر ساله شاهد افزایش مرگ ناشی از بیماری‌های قلبی-عروقی، سکته‌های قلبی و مغزی، و یا سایر بیماری‌هایی هستیم که علل عمده آن‌ها کم تحرکی و فقر حرکتی است. این یافته‌ها با نتایج تحقیقات آرمز (۱۹۹۹)؛ دستغیب (۱۳۷۸) و واعظ موسوی (۱۳۷۵) همخوانی دارند.

بر پایه‌ی نتایج تحقیق، وجود تفاوت معنادار میان نگرش زنان و مردان در پنج حیطة نگرش به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی، نشان از کارکرد عوامل پیچیده و متفاوت اجتماعی است که از این میان می‌توان به شکاف‌های جنسیتی حاکم بر ورزش ایران که پیش از این با ساختاری مردانه شناخته می‌شد، همچنین عواملی چون وجود فرصت‌های بیشتر برای فعالیت آقایان، انتظارات متفاوت جامعه، مناسبات قومی و فرهنگی، و جز آن اشاره کرد. بر اساس نتایج تحقیق، تفاوت معناداری در نگرش کلی و شش گانه آمودنی‌ها به تفکیک طبقات سنی وجود دارد. این در حالی است که جوانان در مقایسه با سایر آمودنی‌ها نگرش ضعیفتری دارند. از دلایل این امر کمتر شرکت کردن این افراد در فعالیت‌های حرکتی است. همچنین، دلایلی چون بی‌علاقگی، تنبلی و فقر مادی نیز در این باره مطرح اند. نکته مهم در این باره به صدا در آمدن زنگ خطر برای مدیران و برنامه ریزان کشور است. جامعه‌ای که نسل فردای آن با فقر حرکتی و نگرشی ضعیف به ورزش و فعالیت‌های حرکتی روبه روست جامعه‌ای خواهد بود با مشکلاتی اساسی. بی شک این چالش‌ها را به نسل‌های آتی نیز منتقل خواهد کرد. این یافته‌ها با نتایج تحقیق چلیچتایله (۱۹۸۲)؛ پاترسون (۱۹۹۰) و عطارزاده حسینی و سهرابی (۱۳۸۶) همخوانی داشت. چالش اساسی زمانی است که ۳۴/۶ درصد از نمونه پژوهش در زمان اجرای تحقیق هیچ نوع فعالیت حرکتی و

همچنین، پیشنهاد می‌شود، طرح عملیاتی جامع و ستاد برنامه ریزی مشترکی با حضور تمامی نهادهای دولتی و غیر دولتی پیشبینی گردد تا آگاهی لازم به تأثیرات مثبت فعالیت‌های حرکتی و ورزش به مردم داده شود و زمینه برای ترغیب و تشویق آنان به حضور مستمر در اینگونه فعالیت‌ها فراهم گردد. نکته دیگر این که اکثر آزمودنی‌های جوان، دانش آموز، و دانشجوی این پژوهش در مقایسه با سایر طبقات سنی، چه در نگرشی کلی و چه در اکثر حیطه‌های نگرشی نگرش ضعیفی داشتند. لذا، پیشنهاد می‌شود به رشد نگرشی آنان در برنامه‌های آموزشی تربیت بدنی و ورزش توجه ویژه اعمال شود و شرایط رشد نگرش اینگونه افراد که آینده سازان این مرز و بوم اند فراهم گردد. در نهایت می‌توان گفت با اصلاح نگرش خانواده‌ها به انجام فعالیت‌های ورزشی، آشنایی کامل با ورزش و فعالیت بدنی و توجه بیشتر مسئولان به آن تمایل زنان و مردان به ورزش افزایش می‌یابد. به نظر می‌رسد باید تحقیقات بیشتری در زمینه گسترش فرهنگ ورزش و فعالیت بدنی در خانواده‌ها انجام شود تا ورزش در میان زنان و مردان جایگاه بالایی یابد و در نتیجه، آنها به این فعالیت‌ها بیشتر ترغیب و تشویق شوند. اهمیت دادن به ورزش خانواده‌ها باعث رشد و تعالی آنها می‌شود. هر اندازه افراد جامعه از سلامت جسمانی و روانی بیشتری برخوردار باشند، استحکام خانواده‌ها بیشتر خواهد شد. یکی از راه‌های عملی تشویق افراد جامعه به ورزش اعتقاد به تأیید ورزش و فعالیت بدنی در رشد توانایی‌های آنان است که می‌تواند از طریق رسانه‌های دیداری، شنیداری و نوشتاری از جمله: رادیو، تلویزیون، مجلات و روزنامه‌ها انجام شود. لازم است پژوهش‌هایی در خصوص هنجارهای اجتماعی، سلامت جسمانی و نفوذ اعتقادات دینی انجام شود تا از این طریق بتوان به سلامت جامعه و در نتیجه سلامت افراد آن کمک بیشتری نمود. با استفاده از نتایج این تحقیق به طور واقعی می‌توان به رفع مشکلات ذیل نیز همت گمارد: کمک به تدوین برنامه‌های منطقی (استانی یا کشوری) با توجه به نوع نگرش و گرایش افراد، جلوگیری از هدر رفتن بودجه‌های اختصاص یافته به ورزش استان و هدایت سرانه‌های ورزش در جهت بازدهی و کارایی بیشتر، صرفه‌جویی در هزینه‌های اختصاص یافته به بخش ورزش استان و کمک به ساماندهی ورزش استان کمک به برنامه‌ریزی آموزشی مراکز پیش دبستانی برای غنی سازی برنامه‌های تربیت بدنی کودکان.

دلار است و در رتبه ۸۱ دنیا قرار دارد، در حالی که در کشورهای پیشرفته آمریکا، کانادا، استرالیا، آلمان، انگلیس و فرانسه، تولید ناخالص داخلی سرانه به ترتیب ۳۱۴۰۰، ۳۱۴۰۰، ۳۴۱۰۰، ۳۵۲۰۰، ۴۳۵۰۰ و ۳۰۱۰۰ دلار است) اشاره کرد. یافته‌ها نشان می‌دهند، هر چه سطح تحصیلات و درجه‌ی مدرک تحصیلی افراد بالاتر باشد، نگرش آنان به فعالیت‌های حرکتی و ورزشی نیز درجه‌ی مطلوب‌تری خواهد داشت. آنچه مسلم است، هر چه میزان دانش و آگاهی افراد جامعه ارتقاء یابد، نگرش آنان به مقوله‌های اجتماعی، از جمله تربیت بدنی و ورزش نیز بهتر و قوی‌تر خواهد شد. بر همین اساس، انتظار بر این است که مشغولیت‌های کاری مدیران و افراد تحصیل کرده، عذر و بهانه‌ای برای کنار گذاشتن فعالیت‌های حرکتی و جسمانی نیست. بین نگرش آزمودنی‌های دارای مشاغل مختلف، چه در نگرش کلی و چه در هر یک از حیطه‌های ششگانه به فعالیت‌های حرکتی و ورزش تفاوت معناداری وجود داشت. ضمناً نگرش دانش آموزان به طور معناداری ضعیف‌تر از دانشجویان، بازنشسته‌ها، مشاغل آزاد، و سایر مشاغل بود. نگرش دانشجویان، ضعیف‌تر از افراد فرهنگی و کارمندان بود. همچنین، نگرش افراد فرهنگی به طور معناداری قویتر از افراد دانشگاهی، کارمندان، دارندگان مشاغل آزاد، کارگران، و سایر مشاغل بود. آنچه مسلم است، سن، تجربه و نوع مشاغلی که افراد در آن ارتباطات مستمر دارند در ایجاد نگرش قوی و مثبت مؤثر است.

طرز تلقی و نگرش مثبت به ورزش از سوی خانواده‌های جوانان، ضرورتی برای سالم سازی جامعه محسوب می‌شود و افزایش و حفظ امنیت جامعه را در پی خواهد داشت. در این خصوص، آلیسون (۲۰۰۶) معتقد است برای افزایش نگرش مثبت به ورزش باید ورزش را در تمامی مناطق و شهرها توسعه داد، به طوری که مناطق محروم و برخوردار، امکانات ورزشی یکسانی داشته باشند. بسیاری از ورزشکاران نخبه از مناطق محروم برخاسته‌اند و علت اصلی آن وجود نگرش مثبت در بین اعضای خانواده‌های این مناطق به ورزش بوده که توانسته است آنها را در سطح اول قهرمانی جهان مطرح کند. پیشنهاد می‌شود در تمامی آموزش‌های مستقیم و غیر مستقیم، مسؤولان، معلمان و مربیان برنامه‌های آموزشی خود را چنان تنظیم کنند که تمامی شرکت‌کنندگان با حیطه‌های مختلف آشنایی کافی پیدا کنند و در طولانی مدت نگرش مثبتی در تمامی حیطه‌ها کسب نمایند.



among College Students", *Pakistan Journal of Psychological Research*; summer; 22, 1/2; Academic Research Library, Pp. 43.

Kenyon, G.S 1968. Six Scales for Assessing Attitude toward Physical Activity. *Research Quarterly*. Vol.39, Pp.566-574.

Matthys J.M, Christopher D.L 1998. The effect of different activity modes on attitudes towards physical activity. *AHPERD Journal*, Vol. 31, No.2.

.Mockenhaupt, R.E 2002. Active for life: Addressing physical activity for midlife and older adults. *Healthy Weight Journal*, Vol.16, No.5, Pp.76-78.

Nauslar, J.O 1992 . Psychosocial factors influencing adolescents' intent to exercise, *A dissertation presented for the degree of doctor of education*, University of Nebrask, August.

Patterson, P, Faucella, N 1990. "Attitude toward Physical Activity of Fourth and Fifth Grade Boys and Girls", *Research Quarterly for Exercise and Sport*, Vol.61, No.4, Pp.415-418.

Rahimi Arsanjani, E 1995. *Physical education in schools*, printing, Shiraz University Press.

Ramezani Nejad, R. Hematinejad, M.A 2004. Q needs assessment in physical education and sport in primary school. Sixth National Conference on Physical Education and Sport Sciences. *Faculty of Physical Education and Sport Sciences*, University of Isfahan (Persian).

Ramezani Nejad, R 1997. personality an d sport, *Olympic quarterly*, fifth year (1, 2), Pp. 67- 73 (Persian).

Safarnia, M.A, Ghadimi, B, Maddah, M.T, etal 2006. Evaluation of student participation in sports and recreational Islamic Azad University Sari. *First International Congress of Physical Education and Sport Sciences*, Tehran, Iran (Persian).

Sallis, J.F 2002, Age-related decline in physical activity: a synthesis of human and animal studies [electronic version], *Medicine & Science in Exercise & Sport*, Vol.32, No.9, Pp. 1598-1600

## References

Arent, S.M, Landers D.M, Etnier J.L 2000, The effects of exercise on mood in older adults: A meta analytic review. *Journal of Ageing and Physical Activity*, No.8, Pp. 407-430 .

Atarzadeh Hosseini, R, Sohrabi, M 2007, describe the attitude of people towards movement and sports in Mashhad . *Olympic Journal*, Vol.37, No.1 , Pp. 37- 48 (Persian).

Atarzadeh Hosseini S.R 2004, *Explained the attitude and orientation of the city of Mashhad*, motor and sport " research project in Physical Education Department of Physical Education Organization of Khorasan Razavi province (Persian).

Canan, K, Giyasettin, D 2004, "An examination of high school students' attitudes toward physical education with regard to sex and sport participation", *Perceptual and Motor Skills*, Jun, Vol. 98, No.3, Pp. 754-758.

Cavanaugh, C.A 1995. Student Attitudes towards Physical Activities in Physical Education (Skill and Fitness for Life Course). *Sport Discus*. No.3, Pp. 12-97.

Dastgheyb, F 1999. socio-cultural barriers to women's sport development, thesis of a Masters in Sociology, *Islamic Azad University*, branch of Center of Tehran (Persian).

Deflandre, A, Antonini, P.R, Corant, J 2004. "Perceived benefits and barriers to physical activity among children, adolescents and adults", *International Journal of Psychology*, Vol.35, Pp. 23-36

Grubbs, L, Carter, J 2002. The relationship of perceived benefits and barriers to reported exercise behavior in college undergraduates. *Family and Community Health*, Vol.25, No.2, Pp. 76-84 .

Hart, P.D 1993. American attitudes toward physical activity & fitness, A national survey, President's council on physical fitness & sports in collaboration with the sporting goods manufacturers association, October .

Kamarudin, K, Fauzee M.S 2007, "Attitudes toward Physical Activities

Vaez Mousavi, S.M.K 2006, Iranian Revolutionary Guards Islamic Revolution attitude toward physical fitness and sport. *a research project of Imam Hussein University* (Persian).

Vakilian , S. A 2008, *Cultural capital and how to use the Internet in dormitory students* (with a case study university dormitories), Faculty of Social Sciences of Allameh Tabatabai University(Persian).

Zakarian, J.M, Hovell, M.F, Hofstetter,C, etal 1994. "Correlates of vigorous exercise in a predominantly low SES and minority high school population", *Preventive Medicine*, Vol. 23, No.3, Pp.314-321 .

Samadi, M, Sanaei Nasab, H, Delavari A.R, etal 2006. The level of knowledge attitude and practice of the staffs of Baghiatollah University of Medical Sciences towards physical activity. *Abstract book of International Congress on new approaches Physical Education and Sport Sciences*, Tehran, Iran(Persian).

Sana'i , B 1999. The role of core family in marriage of children. *Journal of Iranian Counseling Association*. Vol.1, No.2 (Persian).

Schlichthaele, E 1982, Changes in attitude towards physical activity of children and adolescents in their leisure time over the past five year. *Sportunterricht*, Vol.31, No.6, Pp. 213-218.

Sinon 1974, An instrument for assessing children's attitudes toward physical activity. *Research Quarterly*, Vol.45, Pp.407-415 .

## Study and Evaluation of the Families` Attitude and tendency to the Physical Activities and Exercise in 8 cities of Iran

Javad Nemati Bidgoli <sup>1,\*</sup>

<sup>1</sup>:Instructor of Kashan Education & Training, Instructor of Education Group of Kashan University Physical, Kashan, Iran.

**Abstract:** Description of people`s attitudes and tendency toward physical and exercise in 8 cities of different province centers is the objective of the study, the author questionnaire comprises three parts of attitude, tendency and demographic specifications which was provided to 8500 people. Of this number, 4930 men and 3570 women filled the questionnaire out. To design the attitude part of the questionnaire, Kenyon physical activity attitude meter (1986) was used. The questionnaire stability was calculated by functional analysis methods with  $\alpha=0.87$ . To analyze the data, Manvietny and Cruscal –Valis used in a significance level of 0.05. The data analysis showed that average 34.7% of the subjects had no physical activity. The subjects noticed factors such as happiness and exhilaration, physical and mental health, self confidence gain and having good temper, as the main motivations and reasons to participate in physical activities, respectively. In general, the results of the study show the difference between various people group attitudes toward physical activities in terms of sexuality, occupation and education degree. The results showed that the families` exercise expense in 2001 was about 741 billion dollars, 0.19% of which is the total family expense and 0.1% is GDP of the country. The exercise expense of a family shows a real growth of 124 % in 2006 than it was in 2001, but because of low income and people exercise participation compared with developed countries, the sport and exercise expenses do not involve an acceptable percent of the families` spending basket.

**Keywords :** Attitude, Tendency, Physical Activities, Exercise Expense.

**\*Corresponding author:** Instructor of Kashan Education & Training, Instructor of Education Group of Kashan University Physical, Kashan, Iran.

**Email:** jdnemati@gmial.com