

## عنوان مقاله:

تاثیر فعالیت تفریحی ورزشی در افزایش سلامت اجتماعی دانشجویان

## محل انتشار:

سومین همایش ملی انجمن علمی مدیریت ورزشی ایران (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

## نویسندگان:

مرصیه شیخی - کارشناس ارشد مدیریت ورزشی اوقات فراغت

نسرین چشمبراه - کارشناس ارشد مدیریت ورزشی اوقات فراغت

حبیب هنری - دانشیار دانشگاه علامه طباطبائی

## خلاصه مقاله:

مقدمه: مطالعات نشان میدهند که بخش عظیمی از جمعیت جهان در فعالیتهای جسمانی کافی برای حفظ سلامتی شرکت نمیکنند 1 و 2). با نگاهی اجمالی به موارد پیشگفته، به راحتی میتوان به نقش داشتن فعالیت بدنی صحیح در جوامع امروز پی برد. حال آنکه هیچ بستری را مناسبتر از ورزش و به خصوص ورزشهای همگانی نمیتوان یافت. ورزش فواید بیشماری را ارائه میدهد. فعالیت بدنی به کنترل وزن، ساخت و تقویت عضلات و کاهش چربی کمک میکند، باعث عملکرد سالم سیستم قلبی عروقی، سیستم تنظیم هورمونی و سیستم ایمنی میگردد، منجر به تقویت استحکام استخوانی، مفصلی و عضلانی میشود و خطر چاقی را کاهش میدهد. (3) یکی از ابعاد مهم در ارتباط با ورزش، ارتقاء سلامت اجتماعی افراد میباشد. کیز (2004) در باب سلامت اجتماعی بیان میکند: سلامت اجتماعی یعنی درک فرد از اجتماع به صورت یک مجموعه معنیدار، قابل فهم، دارای نیروی بالقوه برای رشد و شکوفایی همراه با این احساس که متعلق به جامعه است و خود را در اجتماع و پیشرفت آن سهیم میداند. (4) بنابراین هدف پژوهش حاضر تاثیر فعالیت تفریحی ورزشی در افزایش سلامت اجتماعی دانشجویان دانشگاه آزاد واحد علوم تحقیقات بود. روش شناسی تحقیق: پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی بود که گردآوری اطلاعات به صورت میدانی انجام پذیرفت. جامعه آماری کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد واحد علوم تحقیقات تهران بودند (N=7000) که با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی ساده از جدول نمونه گیری مورگان 384 نفر از دانشجویان به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. که پس از توزیع و جمع آوری داده ها، تعداد 356 پرسشنامه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. ابزار گردآوری داده ها برای فعالیت ورزشی، پرسشنامه محقق ساخته ای بود که با الگوگیری از پرسشنامه های بک و شارکی (1986) تدوین شده بود که روایی صوری آن توسط چند تن از اساتید متخصص مدیریت ورزشی مورد تایید قرار خواهد گرفت. همچنین برای سنجش سلامت اجتماعی معلمین از پرسشنامه استاندارد کیز (2004) 1 استفاده گردید که روایی صوری و محتوایی آن در پژوهشهای داخلی از جمله نهادی (1392) مورد تایید قرار گرفت. همچنین پایایی پرسشنامه های پژوهش با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای پرسشنامه فعالیت ورزشی ( $\alpha=0/88$ ) و برای سلامت اجتماعی ( $\alpha=0/73$ ) بدست آمد که حاکی از قابل قبول بودن این ابزارها در پژوهش حاضر داشت. برای تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون همبستگی پیرسون جهت بررسی همبستگی بین متغیرهای پژوهش استفاده گردید. یافته های پژوهش: نتایج آمار استنباطی نشان داد که بین فعالیتهای ورزشی با سلامت اجتماعی دانشجویان دانشگاه آزاد واحد علوم تحقیقات ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد.  $r=0/503$  همچنین بین فعالیت ورزشی با ابعاد مختلف سلامت اجتماعی در معلمین نیز ارتباط مثبت و معناداری وجود داشت. بحث و نتیجه گیری: همانطور که نتایج آزمون همبستگی پیرسون نشان داد بین انجام فعالیت ورزشی با سلامت اجتماعی و ابعاد آن ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. آنچه در ابتدا باید به آن اشاره شود این است که سلامت موضوعی مطرح در تمامی فرهنگهاست و تعریف آن در هر جا ...

## کلمات کلیدی:

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1030785>

