

## بررسی همبسته‌های اجتماعی فعالیت‌های ورزشی دانشجویان دانشگاه مازندران

دکتر محمد اسماعیل ریاحی<sup>۱</sup>

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی میزان همبستگی بین جنسیت دانشجویان و الگوهای فعالیت‌های ورزشی (میزان مشارکت در فعالیت‌های ورزشی، نوع فعالیت‌های ورزشی مورد علاقه، و علل انجام فعالیت‌های ورزشی) انجام گردید. با استفاده از روش تحقیق پیمایش، تعداد ۳۰۳ نفر از دختران و پسران دانشجو در دانشگاه مازندران از طریق روش نمونه‌گیری سهمیه‌ای متناسب و به طور تصادفی انتخاب شده و بر اساس اطلاعات گردآوری شده از طریق پرسش‌نامه‌های خود اجراء در کلاس درس، الگوهای فعالیت ورزشی آنان مورد مطالعه قرار گرفت. یافته‌های تحقیق، حاکی از آن است که گرچه حدود سه پنجم از کل دانشجویان مورد بررسی به انجام فعالیت‌های ورزشی می‌پردازند، میزان مشارکت دانشجویان پسر در فعالیت‌های ورزشی به طور معناداری بیشتر از دانشجویان دختر می‌باشد. ورزش‌های مورد علاقه دانشجویان پسر به ترتیب اولویت عبارتند از: پیاده روی، فوتبال، شنا، نرمش و بدن‌سازی؛ در حالی که هم‌تایان دختر آن‌ها به پیاده روی، انجام نرمش‌های سبک، شنا و والیبال علاقه بیشتری دارند؛ مهم‌ترین دلایل انجام فعالیت‌های ورزشی در بین دانشجویان پسر به ترتیب اولویت عبارتند از: حفظ و ارتقای سلامتی، کسب لذت، تفریح و شادابی؛ در حالی که دانشجویان دختر برای کاهش وزن، تناسب‌اندام، و حفظ سلامت جسمی‌شان به فعالیت‌های ورزشی روی می‌آورند. همچنین، احتمال مشارکت در فعالیت‌های ورزشی در بین آن دسته از دانشجویان بیشتر می‌باشد که از حمایت اجتماعی بیشتری برخوردار بوده‌اند، توجه بیشتری به سلامتی خود داشته‌اند، یک یا چند نفر از اعضای خانواده‌شان ورزش می‌کرده‌اند، و دوستان ورزشکار داشته‌اند. به نظر می‌رسد سوق دادن توجه و علاقه دانشجویان به سوی با اهمیت پنداشتن سلامتی‌شان، همراه با ارتقای میزان دانش و آگاهی آن‌ها راجع به اثرات مفید ورزش برای کسب و حفظ سلامتی جسمی و روانی، و نیز ترویج ورزش عمومی در خانواده‌ها، می‌تواند در بالا بردن مشارکت ورزشی دانشجویان مؤثر باشد.

**واژه‌های کلیدی:** تفاوت‌های جنسیتی، مشارکت ورزشی، دانشجو، دلایل انجام فعالیت‌های ورزشی، دانشگاه مازندران، همبسته‌های اجتماعی

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
رتال جامع علوم انسانی