

## توصیف عوامل گرایش یا عدم گرایش شهروندان تبریزی به ورزش همگانی

مختار معتمدین<sup>۱</sup>، بهمن مددی<sup>۲</sup>، دکتر فریبا عسکریان<sup>۳</sup>

۱. مربی مرکز تربیت معلم تبریز

۲. کارشناس ارشد تربیت بدنی

۳. استادیار دانشگاه تبریز

تاریخ دریافت مقاله: ۸۶/۶/۲۱

تاریخ پذیرش مقاله: ۸۷/۹/۱۶

### چکیده

هدف پژوهش حاضر، توصیف عوامل مؤثر در گرایش یا عدم گرایش شهروندان تبریزی به ورزش همگانی، بررسی مزایا و معایب احتمالی انجام ورزش همگانی از دیدگاه افراد شرکت کننده و غیرشرکت کننده در ورزش همگانی است.

روش تحقیق از نوع پس رویدادی است. با استفاده از پرسشنامه محقق ساخته، طی یک فرایند منسجم و منظم علمی داده‌های به دست آمده از ۶۰۰ آزمودنی عضو گروه نمونه پژوهش با استفاده از روش نمونه گیری خوشه ای، با استفاده از شاخص‌های آماری درصد و رتبه گذاری وزنی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که از مهم‌ترین عوامل مؤثر در گرایش به انجام ورزش همگانی، کسب سلامت روح و جان، پیشگیری از بیماری‌های مختلف و جلوگیری از افزایش وزن است. از عوامل عدم گرایش به انجام ورزش همگانی، بالا بودن هزینه‌ها و شهریه‌های سنگین باشگاه‌ها، داشتن مشغله زیاد زندگی، کمبود امکانات ورزشی و عدم امکان انجام ورزش زنان در پارک‌ها و اماکن عمومی است.

---

آگاهی از اهمیت ورزش در کسب سلامت جسمانی و روانی و شادابی شهروندان تبریزی و بالا بودن شهریه‌های باشگاه‌ها، از مهم‌ترین عوامل عمده گرایش یا عدم گرایش شهروندان تبریزی به ورزش همگانی محسوب می‌شوند. کاهش شهریه مکان‌های ورزشی در سطح شهر تبریز پیشنهاد می‌شود.

**کلیدواژه‌های فارسی:** ورزش همگانی، علل گرایش، علل عدم گرایش، شهروندان تبریزی.

---



**مقدمه**

نوع زندگی در قرن حاضر، ماشینی است. پیشرفت تکنولوژی و تاثیر آن در پهنه زندگی انسان‌ها، بشر را با فقر حرکتی روبه‌رو ساخته است (۱). از آنجایی که حرکت، زندگی و پویایی بشر است و عدم حرکت یا همان فقر حرکتی در هر سنی با عوارض جانبی چون چاقی، ضعف عضلات، بیماری‌های دستگاہ گردش خون، تنفس و اختلالات روانی همراه است، بنابراین می‌توان گفت حرکت جزء جدا نشدنی زندگی انسان‌هاست (۲). کاهش تحرک و فعالیت بدنی در زندگی روزمره که به واسطه توسعه و گسترش امکانات و وسایل رفاهی و شیوه‌های نوین زندگی به وجود می‌آید، ضرورت پرداختن به ورزش و تربیت بدنی را بیش از پیش ایجاب می‌کند و انجام مستمر و منظم حرکات بدنی در این راستا، امری لازم و حیاتی به نظر می‌رسد (۳). تربیت بدنی و علوم ورزشی یکی از حوزه‌های معارف بشری است (۴) و ورزش همگانی یکی از شاخه‌های آن محسوب می‌شود که در تأمین سلامت و بهداشت تن و روان انسان‌ها از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است (۵).

اکثر روان‌شناسان ورزش معتقدند که تنها یک علت یا انگیزه سبب بروز رفتار نیست، بلکه عوامل مختلفی باعث گرایش یا عدم گرایش افراد به امر ورزش می‌شوند (۶). امروزه ورزش همگانی به لحاظ وسعت دامنه شمول، قابل اجرا بودن در شرایط و اماکن گوناگون، کم هزینه و در دسترس بودن و سهولت اجرا برای تمامی اقشار و سنین مختلف افراد جامعه به شدت مورد توجه دانشمندان و دانش پژوهان تربیت بدنی و علوم ورزشی قرار گرفته است (۷). لزوم انجام تمرینات مختلف با برنامه‌ریزی‌های دقیق برای جلوگیری از بروز انواع بیماری‌های مختلف جسمانی و حتی روانی مورد تأیید قرار گرفته است (۸)، (۹)، (۱) و (۳). تأیید توصیه‌های سقراط به راه رفتن جهت جلوگیری از اضافه وزن (۳)، توجه به تربیت و تقویت بدن و آمادگی جسمانی همه جانبه (۱۰) و عوامل بروز بیماری‌های مختلف جسمانی در بین شهروندان شهرهای بزرگ که زندگی آنها خالی از هر نوع تحرک لازم است (۸) در تحقیقات مختلف مورد تأیید قرار گرفته است. رضانی خلیل آبادی (۱۳۷۳) کسب نشاط و احساس لذت، لمس فواید ورزش و آثار مثبت آن، ایجاد مصونیت از ابتلا به بیماری‌ها، فرح بخش بودن، عدم خطر جدی در انجام ورزش همگانی، تخلیه انرژی و دفع سموم بدن، برخوردار شدن از عواطف اجتماعی، احساس تعلق به گروه، درمان بیماری‌های جسمانی، کم هزینه بودن، عدم نیاز به وسایل و امکانات ویژه و در نهایت گریز از مشکلات زندگی و فراموش کردن آنها را از عوامل مؤثر در گرایش افراد شرکت‌کننده به ورزش همگانی شناسایی کرده است (۴).

شفیعی (۱۳۷۳) طی پژوهشی گزارش می‌کند که ۲۸ درصد از افراد (بالاترین فراوانی) گروه نمونه تحقیق شرکت کننده در ورزش همگانی بین ۳۶ تا ۴۵ سال دارند. همچنین ۹۰ درصد از آنها متأهل و از نظر وضعیت اجتماعی- اقتصادی نیز ۷۷ درصد از آنان (به عنوان بیشترین تعداد) از طبقه متوسط جامعه بودند (۶). کاشف (۱۳۷۹) پیشگیری از بروز بسیاری از ناراحتی‌ها و مشکلات متعدد جسمانی و روانی را از عوامل شرکت مردم در ورزش همگانی کرده است (۳).

آندرف و فرانسوئیس<sup>۱</sup> (۲۰۰۰، ترجمه جزایری، ۱۳۸۰) عوامل گرایش روبه رشد مردم فرانسه به ورزش همگانی را افزایش اوقات فراغت، گرایش به تندرستی، رایج شدن شرکت در فعالیت‌های ورزشی و افزایش درآمدهای خانواده‌ها اعلام کردند (۱۱). باروس و زیمانسکی<sup>۲</sup> (۲۰۰۰) در یک تحقیق بین فرهنگی که در چند کشور اروپایی انجام دادند، دریافتند که در جوامع پیشرفته، روزانه مردم تا حدود زیادی وقت خود را به انجام حرکات ورزشی و تفریحات سالم می‌گذرانند (۱۲). همچنین چان و همکاران<sup>۳</sup> (۲۰۰۳؛ نقل از عسکریان، ۱۳۸۳) افزایش آگاهی مردم از بهداشت روانی و سلامت، کوتاه شدن زمان کار در اکثر کشورهای توسعه یافته را از عوامل گرایش مردم به ورزش و انجام فعالیت‌های ورزش همگانی اعلام کرده‌اند. آنها همچنین گزارش می‌کنند که به طور معمول بیش از ۶۰ درصد از مردم کشورهای پیشرفته اروپایی در فعالیت‌های منظم جسمانی و ورزش همگانی شرکت می‌کنند (۱۳).

به نقل از خانه ورزش کانادا<sup>۴</sup> (۱۹۹۸) در کشور کانادا بیش از ۷۸ درصد از مردم در فعالیت‌های ورزشی از جمله ورزش همگانی شرکت می‌کنند (۱۴). آندرف<sup>۵</sup> (۱۹۹۴) در صد افراد شرکت کننده در فعالیت‌های منظم ورزشی از جمله ورزش همگانی را کشورهای آلمان، فرانسه و سوئیس، به ترتیب برابر با ۰/۶۹، ۰/۷۴ و ۰/۷۵ اعلام کرده‌اند (۱۵). کاستلو<sup>۶</sup> (۱۹۹۹)؛ به نقل از عسکریان، (۱۳۸۳) گزارش می‌دهد که سرانه هزینه ورزش و تفریحات سالم خانواده‌های استرالیایی در مقایسه با هزینه‌های اولیه زندگی مانند: خوراک، مسکن و حمل و نقل - بعد از سه هزینه یاد شده - در رتبه اول قرار دارد (۱۶). ساندرسون، هریس، رسل و چیس<sup>۷</sup> (۲۰۰۰)

1 . Andreff & Fransoeice

2 . Barros & Szymanski

3 . Channe et all

4 . Canada Sport House (CSH)

5 . Andreff

6 . Castello

7 . Sanderson; Harris; Russel & Chase

افزایش سلامت و کاهش هزینه‌های درمان (۱۷)؛ نانا، ساندرسون و گودهید<sup>۱</sup> (۲۰۰۲) جلوگیری از فشارهای روانی ناشی از بازنشسته شدن و کاهش هزینه‌های درمان بزرگسالان (۱۸) را از انگیزه‌های انجام فعالیت‌های ورزش همگانی توسط ورزشکاران این رشته اعلام کرده‌اند. با توجه به اینکه تحقیقات متعددی عوامل گرایش مردم به ورزش همگانی را در جوامع مختلف با فرهنگ‌های متفاوت مورد بررسی قرار داده و نتایج مختلفی به دست آورده‌اند، از این رو، در تحقیق حاضر به توصیف عوامل گرایش شهروندان تبریزی به ورزش همگانی از دیدگاه افراد شرکت‌کننده و غیر شرکت‌کننده در این نوع ورزش پرداخته‌ایم. سؤال کلی پژوهش حاضر این است که چه عواملی باعث گرایش یا عدم گرایش شهروندان تبریزی به ورزش همگانی می‌شود؟ همچنین مزایا و معایب احتمالی انجام ورزش همگانی کدام‌اند؟ سؤال دیگری که در پژوهش حاضر به دنبال یافتن جواب به آن هستیم، داشتن وضعیت فیزیکی مناسب، جسم سالم و قوی، مقابله با فقر حرکتی و پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های متعدد ناشی از آن، شرکت در گروه‌های اجتماعی سالم و پر کردن مطلوب اوقات فراغت و نیاز به شادابی و نشاط، شناسایی عوامل مؤثر در گرایش یا عدم گرایش شهروندان تبریزی به ورزش همگانی جهت انجام برنامه‌ریزی‌های صحیح و لازم است که ضرورت انجام پژوهش حاضر را تبیین می‌کنند. با توجه به سؤال اساسی پژوهش، هدف اصلی و کلی پژوهش حاضر این است که عوامل مؤثر در گرایش یا عدم گرایش شهروندان تبریزی به ورزش همگانی را مورد شناسایی قرار دهد. از اهداف ویژه تحقیق، تعیین مزایا و معایب احتمالی انجام ورزش همگانی از نظر مردان و زنان شرکت‌کننده در ورزش همگانی، تهیه و ساخت پرسشنامه و ارائه راهبردهای کاربردی و عملی برای افزایش رغبت و علاقه مردم به ورزش همگانی، به امید ایجاد جامعه ای سالم، شاداب، تندرست و به دور از هر نوع انحرافات اجتماعی است.

### جامعه نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری تحقیق حاضر را کلیه افراد شرکت‌کننده در ایستگاه‌های ورزش همگانی شهر تبریز و افراد هم محله‌ای غیرفعال آنها تشکیل داده‌اند. شرکت‌کنندگان در سال (۱۳۸۵) در ایستگاه‌های ورزش همگانی و پارک‌های عمومی به فعالیت‌های آزاد ورزشی و سایر بازی‌های رایج در این ایستگاه‌ها می‌پرداختند، این در حالی است که افراد هم محله‌ای آنها اصلاً ورزش نمی‌کردند. برای تعیین اعضای نمونه از بین جامعه مورد پژوهش، ابتدا شهر تبریز به پنج منطقه جغرافیایی شمال، جنوب، شرق، غرب و مرکز تقسیم شد، سپس از هر منطقه جغرافیایی با

<sup>۱</sup> . Nana; Sanderson & Goodehid

توجه به تعداد کل شرکت‌کنندگان در ورزش همگانی و همچنین با توجه به نسبت شرکت افراد در ورزش همگانی در هر منطقه جغرافیایی، در مورد تعداد ۳۰۰ نفر ورزشکار (تقریباً ۵ درصد از اعضای جامعه) با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای اقدام به نمونه‌گیری شد. در ضمن، تعداد ۳۰۰ نفر از هم‌محل‌های‌های شرکت‌کنندگان در ورزش همگانی نیز به عنوان افراد غیر فعال انتخاب شدند که بدین ترتیب تعداد اعضای نمونه جمعاً به ۶۰۰ نفر رسید.

### روش تحقیق

روش تحقیق پژوهش حاضر از نوع توصیفی است (۱۹). به عبارت روشن‌تر، این پژوهش به صورت میدانی اجرا و به صورت توصیفی ارزیابی شد.

### نحوه اجرا (جمع‌آوری اطلاعات)

برای جمع‌آوری اطلاعات، محقق با کمک همکاران پس از انجام هماهنگی‌های لازم با اداره ورزش همگانی استان آذربایجان شرقی و اخذ مجوز تحقیق از اداره برنامه‌ریزی، تحقیقات و آموزش سازمان تربیت بدنی استان آذربایجان شرقی، به سراغ ایستگاه‌های ورزش همگانی و پارک‌های بزرگ تبریز که در آن مکان‌ها ورزش همگانی انجام می‌شد و در نمونه تحقیق به صورت تصادفی انتخاب شده بودند، رفت. سپس یک پرسشنامه برای پر کردن توسط شرکت‌کننده در تحقیق و یک پرسشنامه برای پر کردن توسط هم‌محل‌های‌ها که از لحاظ (سن، جنسیت، تحصیلات و میزان درآمد) شبیه آنها بودند، به آزمودنی‌ها تحویل داده شد. از شرکت‌کنندگان در تحقیق خواسته شد تا پس از پر کردن پاسخنامه‌ها، آنها را به محقق و همکارانش عودت دهند. پرسشنامه‌های پر شده، در مدت یک هفته جمع‌آوری و بدین ترتیب اطلاعات لازم تحقیق گردآوری شدند.

### ابزار اندازه‌گیری

در این پژوهش، جهت گردآوری داده‌ها از پرسشنامه محقق ساخته استفاده شده است. این پرسشنامه از چهار بخش الف) عوامل گرایش به انجام ورزش همگانی ب) عوامل عدم گرایش به انجام ورزش همگانی، ج) مزایای عمده ورزش همگانی د) معایب احتمالی انجام ورزش همگانی تشکیل شده است. چهار سؤال کلی از روی چهار مورد یاد شده به شکل زیر طراحی شد: ۱- به نظر شما عوامل مؤثر در گرایش شهروندان تبریزی به انجام ورزش همگانی کدام‌اند؟ ۲- به نظر شما عوامل عدم گرایش به انجام ورزش همگانی در بین شهروندان تبریزی کدام‌اند؟ ۳- به نظر

شما مزایای عمده انجام ورزش همگانی کدامند؟ ۴- به نظر شما معایب احتمالی انجام ورزش همگانی کدامند؟ پرسشنامه‌ای که آماده شده بود، مورد بازبینی قرار گرفت و به رویت استاد ناظر طرح و چند تن از استادان دانشگاه رسید و اصلاحات پیشنهادی لازم اعمال شد. در ادامه، جهت اطمینان از اعتبار پرسشنامه از اعتبار محتوا استفاده شد.

**اعتبار:** جهت تعیین اعتبار محتوای پرسشنامه محقق ساخته، پس از جمع آوری نظر استادان و متخصصان تربیت بدنی، ۲۱ سؤال روی عامل اول (عوامل گرایش مردم به انجام ورزش همگانی)، تعداد ۲۲ سؤال روی عامل دوم (عوامل عدم گرایش به انجام ورزش همگانی)، ۱۹ سؤال روی عامل سوم (مزایای عمده ورزش همگانی) و ۶ سؤال روی عامل چهارم (معایب احتمالی انجام ورزش همگانی) باقی ماند.

**پایایی:** ضریب همبستگی حاصل از دو آزمون (آزمون - بازآزمون) پرسشنامه محقق ساخته برابر با ۰/۸۴ به دست آمد (۱۹) که نشانگر رضایت‌بخش بودن پایایی پرسشنامه ورزش همگانی است.

### روش‌های تجزیه و تحلیل داده‌ها

جهت تحلیل داده‌های به دست آمده، از شاخص‌های آماری: درصد، نمودار و روش رتبه گذاری وزنی (۲۰) استفاده شد. به منظور دقت و پرداختن به جزئیات یافته‌های پژوهش حاضر از روش آماری رتبه گذاری وزنی (صداقت، ۱۳۸۴) که در اثر آن داده‌ها به مقیاس فاصله ای تبدیل می‌شوند، جهت تحلیل داده‌های به دست آمده استفاده شد که در ادامه به بررسی و تحلیل داده‌های گردآوری شده تحقیق می‌پردازیم.

### یافته‌های تحقیق

مقایسه جنسیت افراد با عوامل مؤثر در گرایش به ورزش همگانی: نتایج مندرج در جدول شماره (۱) نشان می‌دهد که بیشترین فراوانی در افراد مذکر مربوط به کسب سلامتی روح و جان (۷۷/۷ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به توصیه پزشکی (۱۱/۶ درصد)، همچنین بیشترین فراوانی در افراد مؤنث مربوط به کسب سلامتی روح و جان (۷۹/۷ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به فرار از زندگی آپارتمان نشینی (۱۳ درصد) می‌باشد. در کل، بیشترین و کمترین فراوانی به ترتیب مربوط به کسب سلامتی روح و جان (۷۸/۷ درصد) و فرار از زندگی آپارتمان نشینی (۱۴/۹ درصد) است.

جدول ۱. مقایسه جنسیت افراد با عوامل گرایش به ورزش همگانی

درصد کل	درصد		عوامل و عوامل مؤثر ...	درصد کل	درصد		عوامل و عوامل مؤثر ...
	مؤنث	مذکر			مؤنث	مذکر	
۱۴/۹ درصد	۱۳ درصد	۱۷ درصد	۱۲- فرار از آپارتمان ...	۵۷/۱ درصد	۶۷/۵ درصد	۴۵/۵ درصد	۱- جهت کاهش وزن ...
۲۸/۹ درصد	۳۱/۷ درصد	۲۵/۹ درصد	۱۳- علاقه به گروه ...	۵۷/۴ درصد	۵۵/۳ درصد	۵۹/۸ درصد	۲- رفع بیماری‌ها ...
۳۱/۹ درصد	۳۴/۱ درصد	۲۹/۵ درصد	۱۴- کسب شادابی ...	۷۸/۷ درصد	۷۹/۷ درصد	۷۷/۷ درصد	۳- سلامتی روح و جان ...
۵۹/۱ درصد	۶۲/۶ درصد	۵۵/۴ درصد	۱۵- جلوگیری از ...	۱۹/۱ درصد	۲۲/۸ درصد	۱۵/۲ درصد	۴- پایین بودن هزینه ...
۵۵/۷ درصد	۴۹/۶ درصد	۶۲/۵ درصد	۱۶- تقویت اعصاب ...	۱۶/۲ درصد	۱۹/۵ درصد	۱۲/۵ درصد	۵- رهایی از تنهایی ...
۴۶/۸ درصد	۴۵/۵ درصد	۴۸/۲ درصد	۱۷- کسب آرامش ...	۵۵/۳ درصد	۶۵ درصد	۴۴/۶ درصد	۶- اندام متناسب ...
۲۱/۳ درصد	۲۲ درصد	۲۰/۵ درصد	۱۸- آسان بودن ...	۱۷/۴ درصد	۱۶ درصد	۱۸/۸ درصد	۷- فرار از مشکلات ...
۲۵/۱ درصد	۲۴/۴ درصد	۲۵/۹ درصد	۱۹- عدم محدودیت سن ...	۱۷ درصد	۲۲ درصد	۱۱/۶ درصد	۸- بنا به توصیه پزشک ...
۲۳/۸ درصد	۱۶/۳ درصد	۳۲/۱ درصد	۲۰- پیشگیری از اعتیاد ...	۶۲/۶ درصد	۵۹ درصد	۶۶/۲ درصد	۹- پیشگیری از بیماری‌ها ...
۳۷/۱ درصد	۲۵/۲ درصد	۵۰ درصد	۲۱- دوری از مفاسد ...	۱۸/۳ درصد	۱۷ درصد	۱۸/۸ درصد	۱۰- راهنمایی دوستان ...
				۵۰/۶ درصد	۵۶ درصد	۴۴/۶ درصد	۱۱- رفع افسردگی ...



جدول ۲. مقایسه میزان تحصیلات افراد با عوامل گرایش به ورزش همگانی

عوامل و عوامل مؤثر ...	میزان تحصیلات	بیسواد	ابتدایی	راهنمایی	متوسطه	دیپلم	دیپلم فوق	لیسانس	کل
۱- جهت کاهش وزن ...	۵۰ درصد	۴۱/۴ درصد	۵۵/۳ درصد	۷۸/۶ درصد	۵۸/۲ درصد	۶۸/۲ درصد	۵۶/۶ درصد	۵۷/۱ درصد	
۲- رفع بیماری‌ها ...	۶۶/۷ درصد	۷۹/۳ درصد	۵۰ درصد	۷۱/۴ درصد	۵۴/۵ درصد	۶۸/۲ درصد	۴۹/۱ درصد	۵۸/۵ درصد	
۳- سلامتی روح و جان ...	۸۳/۳ درصد	۶۵/۵ درصد	۷۸/۹ درصد	۵۸/۷ درصد	۷۶/۴ درصد	۸۱/۸ درصد	۸۶/۸ درصد	۷۹/۳ درصد	
۴- پایین بودن هزینه ...	—	۲۴/۱ درصد	۱۸/۴ درصد	—	۲۰ درصد	۲۷/۳ درصد	۲۶/۴ درصد	۲۰/۷ درصد	
۵- رهایی از تنهایی ...	۵۰ درصد	۱۳/۸ درصد	۱۸/۴ درصد	۱۴/۳ درصد	۱۴/۵ درصد	۱۸/۲ درصد	۱۱/۳ درصد	۱۵/۷ درصد	
۶- اندام متناسب ...	۵۰ درصد	۲۷/۶ درصد	۳۹/۵ درصد	۴۲/۹ درصد	۶۷/۳ درصد	۵۹/۱ درصد	۶۹/۸ درصد	۵۴/۸ درصد	
۷- فرار از مشکلات ...	—	۲۴/۱ درصد	۱۵/۸ درصد	۱۴/۳ درصد	۱۸/۲ درصد	۱۳/۶ درصد	۲۲/۶ درصد	۱۸/۴ درصد	
۸- بنا به توصیه پزشک ...	۳۳/۳ درصد	۱۰/۳ درصد	۲۱/۱ درصد	۲۱/۴ درصد	۱۴/۵ درصد	۳۶/۴ درصد	۱۳/۲ درصد	۱۸/۱ درصد	
۹- پیشگیری از بیماری‌ها ...	۶۶/۷ درصد	۷۲/۴ درصد	۵۰ درصد	۷۱/۴ درصد	۶۵/۵ درصد	۷۲/۷ درصد	۵۸/۵ درصد	۶۳/۱ درصد	
۱۰- راهنمایی دوستان ...	۱۶/۷ درصد	۲۰/۷ درصد	۲۱/۱ درصد	۷/۱ درصد	۲۱/۸ درصد	۱۳/۶ درصد	۱۳/۲ درصد	۱۷/۵ درصد	
۱۱- رفع افسردگی ...	۳۳/۳ درصد	۵۱/۷ درصد	۵۷/۹ درصد	۴۲/۹ درصد	۴۰ درصد	۵۴/۵ درصد	۵۴/۷ درصد	۴۹/۸ درصد	
۱۲- فرار از آپارتمان ...	—	۱۰/۳ درصد	۱۰/۵ درصد	۱۴/۳ درصد	۱۲/۷ درصد	۱۳/۶ درصد	۲۴/۵ درصد	۱۴/۷ درصد	
۱۳- علاقه به گروه ...	۵۰ درصد	۱۷/۲ درصد	۳۶/۸ درصد	۲۸/۶ درصد	۲۹/۱ درصد	۲۲/۷ درصد	۳۴ درصد	۳۰/۱ درصد	
۱۴- کسب شادابی ...	۳۳/۳ درصد	۴۱/۴ درصد	۴۲/۱ درصد	۷/۱ درصد	۲۱/۸ درصد	۳۱/۸ درصد	۳۰/۲ درصد	۳۰/۵ درصد	
۱۵- جلوگیری از ...	۵۰ درصد	۵۸/۶ درصد	۵۷/۹ درصد	۵۷/۱ درصد	۷۰/۹ درصد	۵۴/۵ درصد	۵۶/۶ درصد	۶۰/۴ درصد	
۱۶- تقویت اعصاب ...	۶۶/۷ درصد	۵۵/۲ درصد	۵۵/۳ درصد	۵۷/۱ درصد	۵۶/۴ درصد	۵۰ درصد	۵۶/۶ درصد	۵۵/۸ درصد	
۱۷- کسب آرامش ...	۳۳/۳ درصد	۵۸/۶ درصد	۴۲/۱ درصد	۶۴/۳ درصد	۳۶/۴ درصد	۳۶/۴ درصد	۵۴/۷ درصد	۴۶/۵ درصد	
۱۸- آسان بودن ...	—	۳۱ درصد	۱۸/۴ درصد	۱۴/۳ درصد	۲۰ درصد	۱۸/۲ درصد	۲۴/۵ درصد	۲۱/۲ درصد	
۱۹- عدم محدودیت سن ...	—	۲۰/۷ درصد	۲۳/۷ درصد	—	۳۲/۷ درصد	۲۷/۳ درصد	۳۰/۲ درصد	۲۵/۳ درصد	
۲۰- پیشگیری از اعتیاد ...	۳۳/۳ درصد	۳۷/۹ درصد	۳۴/۲ درصد	۲۸/۶ درصد	۲۷/۳ درصد	۹/۱ درصد	۱۱/۳ درصد	۲۴/۴ درصد	
۲۱- دوری از مفاسد ...	۳۳/۳ درصد	۵۸/۶ درصد	۵۵/۳ درصد	۶۴/۳ درصد	۳۰/۹ درصد	۲۷/۳ درصد	۲۴/۵ درصد	۳۹/۳ درصد	

جدول ۳. مقایسه جنسیت افراد با عوامل عدم گرایش به انجام ورزش همگانی

درصد کل	درصد		موانع احتمالی	درصد کل	درصد		موانع احتمالی
	مؤنث	مذکر			مؤنث	مذکر	
۶۶/۸ درصد	۶۳/۹ درصد	۶۹/۹ درصد	۱۲- هزینه‌های سنگین...	۴۸/۹ درصد	۶۹/۷ درصد	۲۶/۵ درصد	۱- پایین بودن سطح ...
۲۸/۶ درصد	۳۹/۳ درصد	۱۶/۸ درصد	۱۳- تعصبات بی‌جا ...	۲۰/۴ درصد	۱۸ درصد	۲۳ درصد	۲- منفی بودن دیدگاه ...
۳۱/۲ درصد	۲۷ درصد	۳۵/۴ درصد	۱۴- نبودن هماهنگی‌ها ...	۶۳/۴ درصد	۵۵/۷ درصد	۷۱/۸ درصد	۳- کمبود امکانات ...
۱۱/۹ درصد	۵/۷ درصد	۱۸/۶ درصد	۱۵- عدم علاقه ...	۶۶/۴ درصد	۶۴/۸ درصد	۶۸/۱ درصد	۴- داشتن مشغله زیاد ...
۱۰/۶ درصد	۱۲/۳ درصد	۸/۸ درصد	۱۶- عدم گروه‌بندی ...	۴۳/۴ درصد	۴۳/۴ درصد	۴۳/۴ درصد	۵- عدم شناخت ...
۱۹/۶ درصد	۱۱/۵ درصد	۲۸/۳ درصد	۱۷- زمان‌بندی نادرست...	۱۲/۳ درصد	۹ درصد	۱۵/۹ درصد	۶- عدم علاقه ...
۲۳/۴ درصد	۲۵/۴ درصد	۲۱/۲ درصد	۱۸- کم اهمیت شمردن...	۳۰/۷ درصد	۳۴/۴ درصد	۲۶/۵ درصد	۷- تنبلی ...
۴۱/۴ درصد	۵۵/۷ درصد	۲۵/۷ درصد	۱۹- نبود امنیت ...	۴۰/۵ درصد	۳۹/۳ درصد	۴۱/۶ درصد	۸- نداشتن توانایی مالی...
۴۱/۸ درصد	۳۵/۲ درصد	۴۸/۷ درصد	۲۰- عدم توجه جدی ...	۴۱ درصد	۵۷/۴ درصد	۲۳ درصد	۹- جان‌فقدان ...
۲۶/۹ درصد	۲۵/۴ درصد	۲۸/۳ درصد	۲۱- محدود بودن ...	۳۶/۳ درصد	۳۲/۸ درصد	۳۹/۸ درصد	۱۰- در دسترس نبودن...
۳۹/۲ درصد	۴۵/۹ درصد	۳۱/۹ درصد	۲۲- عدم همکاری...	۳۵/۸ درصد	۲۶/۲ درصد	۴۶ درصد	۱۱- عدم تبلیغ...

جدول ۴. مقایسه میزان تحصیلات افراد با عوامل عدم گرایش به انجام ورزش همگانی

میزان تحصیلات	بی سواد	ابتدایی	راهنمایی	متوسطه	دیپلم	دیپلم فوق	لیسانس	کل
۱- پایین بودن سطح ...	۵۰ درصد	۳۱/۱ درصد	۴۲/۱ درصد	۳۵/۷ درصد	۶۱/۱ درصد	۶۳/۶ درصد	۵۰ درصد	۴۹/۳ درصد
۲- منفی بودن دیدگاه ...	—	۲۷/۷ درصد	۴۲/۱ درصد	۳۵/۷ درصد	۱۱/۱ درصد	۲۲/۷ درصد	۹/۳ درصد	۲۰/۷ درصد
۳- کمبود امکانات ...	۶۶/۰ درصد	۵۱/۷ درصد	۷۶/۳ درصد	۵۷/۲ درصد	۶۳ درصد	۵۰ درصد	۶۸/۵ درصد	۶۳/۶ درصد
۴- داشتن مشغله زیاد ...	۸۳ درصد	۶۹ درصد	۶۳/۲ درصد	۶۴/۴ درصد	۵۱/۹ درصد	۷۷/۳ درصد	۷۵/۹ درصد	۶۶/۴ درصد
۵- عدم شناخت ...	۶۶/۷ درصد	۴۴/۸ درصد	۴۴/۷ درصد	۵۰ درصد	۵۰ درصد	۳۱/۸ درصد	۴۰/۷ درصد	۴۴/۸ درصد
۶- عدم علاقه ...	—	۲۷/۷ درصد	۱۸/۵ درصد	۷/۱ درصد	۱۱/۲ درصد	۱۳/۶ درصد	۵/۶ درصد	۱۲/۹ درصد
۷- تنبلی ...	۱۶/۷ درصد	۳۱ درصد	۲۸/۹ درصد	۱۴/۳ درصد	۲۲/۲ درصد	۴۰/۹ درصد	۴۰/۷ درصد	۳۰/۵ درصد
۸- نداشتن توانایی مالی ...	۱۶/۷ درصد	۵۱/۷ درصد	۶۰/۵ درصد	۳۵/۷ درصد	۴۰/۷ درصد	۳۱/۸ درصد	۲۹/۶ درصد	۴۱/۱ درصد
۹- جانفیتادن ...	۵۰ درصد	۳۴/۵ درصد	۳۱/۶ درصد	۲۱/۴ درصد	۳۵/۲ درصد	۵۴/۵ درصد	۵۳/۷ درصد	۴۰/۷ درصد
۱۰- در دسترس نبودن ...	۵۰ درصد	۴۱/۴ درصد	۴۲/۱ درصد	۲۸/۶ درصد	۳۳/۳ درصد	۲۷/۳ درصد	۳۸/۹ درصد	۳۶/۹ درصد
۱۱- عدم تبلیغ ...	۱۶/۷ درصد	۳۱ درصد	۳۶/۸ درصد	۴۲/۹ درصد	۳۵/۲ درصد	۲۲/۷ درصد	۴۲/۶ درصد	۳۵/۶ درصد
۱۲- هزینه های سنگین ...	۶۶/۷ درصد	۶۹ درصد	۶۳/۲ درصد	۸۵/۷ درصد	۸۱/۵ درصد	۶۸/۲ درصد	۵۰ درصد	۶۷/۳ درصد
۱۳- تعصبات بی جا ...	۳۳/۳ درصد	۴۱/۴ درصد	۳۶/۸ درصد	—	۲۵/۹ درصد	۱۸/۲ درصد	۳۱/۵ درصد	۲۹/۱ درصد
۱۴- نبودن هماهنگی ها ...	۱۶/۷ درصد	۳۱ درصد	۳۶/۸ درصد	۳۵/۷ درصد	۲۷/۸ درصد	۱۸/۲ درصد	۳۱/۵ درصد	۳۰/۱ درصد
۱۵- عدم علاقه ...	—	۲۷/۷ درصد	۱۳/۲ درصد	۷/۱ درصد	۹/۳ درصد	۱۳/۶ درصد	۷/۴ درصد	۱۲/۱ درصد
۱۶- عدم گروه بندی ...	—	۲۰/۸ درصد	۱۰/۵ درصد	۷/۱ درصد	۵/۶ درصد	۱۳/۶ درصد	۹/۳ درصد	۱۰/۱ درصد
۱۷- زمان بندی نادرست ...	۱۶/۷ درصد	۱۷/۲ درصد	۲۱/۲ درصد	۲۱/۴ درصد	۱۶/۷ درصد	۳۱/۸ درصد	۷/۴ درصد	۱۷/۱ درصد
۱۸- کم اهمیت شمردن ...	۱۶/۷ درصد	۳۱ درصد	۲۶/۳ درصد	۲۸/۶ درصد	۲۰/۴ درصد	۴/۵ درصد	۲۴/۱ درصد	۲۲/۶ درصد
۱۹- نبود امنیت ...	۵۰ درصد	۴۴/۸ درصد	۳۶/۸ درصد	۲۱/۴ درصد	۵۳/۷ درصد	۴۰/۹ درصد	۳۳/۳ درصد	۴۱/۱ درصد
۲۰- عدم توجه جدی ...	۱۶/۷ درصد	۵۵/۲ درصد	۳۱/۶ درصد	۵۷/۲ درصد	۳۵/۲ درصد	۲۷/۴ درصد	۴۶/۳ درصد	۴۰/۲ درصد
۲۱- محدود بودن ...	۳۳/۳ درصد	۲۷/۶ درصد	۲۸/۹ درصد	۱۴/۳ درصد	۲۲/۲ درصد	۱۸/۲ درصد	۳۱/۵ درصد	۲۵/۸ درصد
۲۲- عدم همکاری ...	۳۳/۳ درصد	۳۱ درصد	۲۶/۳ درصد	۲۸/۶ درصد	۲۸/۹ درصد	۲۷/۳ درصد	۵۹/۳ درصد	۳۸/۸ درصد

جدول ۵. مقایسه جنسیت افراد با مزایای عمده ورزش همگانی

درصد کل	درصد		مزایای عمده ...	درصد کل	درصد		مزایای عمده ...
	مؤنث	مذکر			مؤنث	مذکر	
۳۰/۷ درصد	۳۳/۶ درصد	۲۷/۴ درصد	۱۱- آمادگی برای ...	۸۶/۱ درصد	۸۷/۷ درصد	۸۴/۱ درصد	۱- شادابی، نشاط، ...
۵۳/۶ درصد	۵۶/۶ درصد	۵۰/۴ درصد	۱۲- افزایش امید ...	۳۰/۷ درصد	۳۲ درصد	۲۹/۲ درصد	۲- همبستگی و ...
۱۸/۷ درصد	۲۰/۵ درصد	۱۶/۸ درصد	۱۳- کاهش هزینه ...	۶۱/۳ درصد	۶۵/۶ درصد	۵۶/۶ درصد	۳- افزایش اعتماد به ...
۵۰/۶ درصد	۴۹/۲ درصد	۵۲/۲ درصد	۱۴- داشتن شهری ...	۴۴/۷ درصد	۳۵/۲ درصد	۵۴/۹ درصد	۴- دوری از مواد ...
۱۹/۶ درصد	۲۰/۵ درصد	۱۸/۶ درصد	۱۵- بالا بردن کارایی ...	۷۵/۳ درصد	۷۷/۹ درصد	۷۲/۷ درصد	۵- کسب سلامت ...
۲۶/۱ درصد	۲۴/۶ درصد	۲۷/۴ درصد	۱۶- کم شدن اختلافات ..	۶۶/۸ درصد	۶۷/۲ درصد	۶۶/۴ درصد	۶- جلوگیری از شیوع ...
۳۸/۴ درصد	۳۶/۹ درصد	۳۹/۸ درصد	۱۷- بهبود ارتباطات ...	۳۲/۴ درصد	۳۳/۶ درصد	۳۱ درصد	۷- ایجاد نظم ...
۱۹/۶ درصد	۱۶/۴ درصد	۲۳ درصد	۱۸- ایجاد زمینه ...	۶۴/۳ درصد	۷۳/۸ درصد	۵۴ درصد	۸- جلوگیری از افزایش ...
۶۶/۸ درصد	۶۷/۲ درصد	۶۶/۴ درصد	۱۹- افزایش عمر ...	۳۱/۹ درصد	۳۰/۳ درصد	۳۳/۶ درصد	۹- ایجاد رفاقت ...
				۳۱/۲ درصد	۳۲/۸ درصد	۲۹/۲ درصد	۱۰- افزایش دقت ...

جدول ۶. مقایسه میزان تحصیلات افراد با مزایای عمده ورزش همگانی

میزان تحصیلات مزایای عمده ...	بی سواد	ابتدایی	راهنمایی	متوسطه	دیپلم	فوق دیپلم	لیسانس	کل
۱- شادابی، نشاط، ...	۱۰۰ درصد	۸۹/۷ درصد	۸۴/۲ درصد	۷۱/۴ درصد	۷۷/۸ درصد	۱۰۰ درصد	۸۸/۹ درصد	۵۸/۷ درصد
۲- همبستگی و ...	۱۶/۷ درصد	۲۰/۷ درصد	۲۸/۹ درصد	۵۰ درصد	۳۱/۵ درصد	۲۷/۳ درصد	۳۵/۲ درصد	۳۰/۹ درصد
۳- افزایش اعتماد به ...	۵۰ درصد	۶۲/۱ درصد	۶۵/۸ درصد	۳۵/۷ درصد	۵۷/۴ درصد	۵۴/۵ درصد	۶۸/۵ درصد	۶۰/۴ درصد
۴- دوری از مواد ...	۵۰ درصد	۵۱/۷ درصد	۵۷/۹ درصد	۵۷/۲ درصد	۴۲/۶ درصد	۳۶/۴ درصد	۳۸/۹ درصد	۴۶/۱ درصد
۵- کسب سلامت ...	۱۰۰ درصد	۶۲/۱ درصد	۷۱/۱ درصد	۵۷/۲ درصد	۸۵/۲ درصد	۸۱/۸ درصد	۷۰/۴ درصد	۷۴/۲ درصد
۶- جلوگیری از شیوع ...	۶۶/۷ درصد	۶۲/۱ درصد	۷۱/۱ درصد	۷۸/۶ درصد	۶۱/۱ درصد	۶۸/۲ درصد	۷۰/۴ درصد	۶۷/۳ درصد
۷- ایجاد نظم ...	—	۲۷/۶ درصد	۳۱/۶ درصد	—	۳۷/۰ درصد	۲۲/۷ درصد	۴۸/۱ درصد	۳۲/۷ درصد
۸- جلوگیری از افزایش ...	۵۰ درصد	۵۸/۶ درصد	۷۱/۱ درصد	۶۴/۳ درصد	۶۴/۸ درصد	۶۸/۲ درصد	۶۴/۸ درصد	۶۵ درصد
۹- ایجاد رفاقت ...	۱۶/۷ درصد	۳۴/۵ درصد	۲۳/۷ درصد	۲۱/۴ درصد	۳۵/۲ درصد	۳۱/۸ درصد	۳۳/۳ درصد	۳۰/۹ درصد
۱۰- افزایش دقت ...	۱۶/۷ درصد	۲۴/۲ درصد	۳۱/۶ درصد	۷/۱ درصد	۲۷/۸ درصد	۲۷/۳ درصد	۴۲/۶ درصد	۳۰ درصد
۱۱- آمادگی برای ...	۵۰ درصد	۲۴/۲ درصد	۲۱/۲ درصد	۲۱/۴ درصد	۲۵/۹ درصد	۴۰/۹ درصد	۴۲/۶ درصد	۳۰/۹ درصد
۱۲- افزایش امید ...	۳۳/۳ درصد	۵۸/۶ درصد	۵۵/۳ درصد	۵۰/۱ درصد	۴۸/۱ درصد	۵۹/۱ درصد	۵۹/۳ درصد	۵۴/۴ درصد
۱۳- کاهش هزینه ...	۱۶/۷ درصد	۲۴/۲ درصد	۲۱/۲ درصد	۷/۱ درصد	۱۶/۸ درصد	۲۲/۷ درصد	۱۶/۸ درصد	۱۸/۴ درصد
۱۴- داشتن شهری ...	۱۶/۷ درصد	۵۱/۷ درصد	۵۵/۳ درصد	۴۲/۹ درصد	۴۸/۱ درصد	۶۳/۶ درصد	۵۱/۹ درصد	۵۱/۲ درصد
۱۵- بالا بردن کارایی ...	—	۲۰/۷ درصد	۱۳/۲ درصد	—	۲۰/۴ درصد	۱۸/۲ درصد	۲۹/۶ درصد	۱۹/۴ درصد
۱۶- کم شدن اختلافات ...	—	۳۱/۱ درصد	۲۸/۹ درصد	۲۱/۴ درصد	۲۲/۲ درصد	۲۲/۷ درصد	۳۱/۵ درصد	۲۶/۳ درصد
۱۷- بهبود ارتباطات ...	—	۳۱/۱ درصد	۳۴/۲ درصد	۵۰/۱ درصد	۴۲/۶ درصد	۵۰ درصد	۳۸/۹ درصد	۳۸/۷ درصد
۱۸- ایجاد زمینه ...	۱۶/۷ درصد	۲۷/۷ درصد	۲۱/۲ درصد	۷/۱ درصد	۱۱/۲ درصد	۲۷/۳ درصد	۱۸/۵ درصد	۱۸/۴ درصد
۱۹- افزایش طول عمر ...	۶۶/۷ درصد	۷۵/۹ درصد	۸۱/۶ درصد	۷۱/۴ درصد	۶۱/۱ درصد	۵۹/۱ درصد	۵۷/۴ درصد	۶۶/۴ درصد

جدول ۷. مقایسه جنسیت افراد با معایب احتمالی انجام ورزش همگانی

درصد کل	درصد		معایب احتمالی ...
	مؤنث	مذکر	
درصد ۵۸/۲	درصد ۶۵/۸	درصد ۴۹/۵	۱- سرایت بیماری‌ها ...
درصد ۲۶/۳	درصد ۳۳/۳	درصد ۱۸/۲	۲- غفلت از گرایش ...
درصد ۵۸/۲	درصد ۶۵/۸	درصد ۴۹/۵	۳- نگرانی از آسیب ...
درصد ۵۳/۳	درصد ۵۱/۸	درصد ۵۵/۶	۴- آلودگی هوا ...
درصد ۶۲/۹	درصد ۶۵/۸	درصد ۵۹/۶	۵- خطر سقوط و ...
درصد ۶۴/۸	درصد ۶۲/۴	درصد ۶۷/۷	۶- احتمال شکستن ...

جدول ۸. مقایسه تحصیلات افراد با معایب احتمالی انجام ورزش همگانی

کل	لیسانس	فوق دیپلم	دیپلم	متوسطه	راهنمایی	ابتدایی	بی‌سواد	میزان تحصیلات
								معایب احتمالی ...
درصد ۵۸/۳	درصد ۶۰/۹	درصد ۴۷/۶	درصد ۵۸	درصد ۴۱/۷	درصد ۶۱/۱	درصد ۶۰/۷	درصد ۸۳/۳	۱- سرایت بیماری‌ها ...
درصد ۲۵/۶	درصد ۱۷/۴	درصد ۱۹	درصد ۲۰	درصد ۲۵	درصد ۴۱/۷	درصد ۳۵/۷	درصد ۱۶/۷	۲- غفلت از گرایش ...
درصد ۵۹/۸	درصد ۵۸/۷	درصد ۶۱/۹	درصد ۶۰	درصد ۳۳/۳	درصد ۶۳/۹	درصد ۵۷/۱	درصد ۱۰۰	۳- نگرانی از آسیب ...
درصد ۵۲/۳	درصد ۳۹/۱	درصد ۴۲/۹	درصد ۵۲	درصد ۵۰	درصد ۷۲/۲	درصد ۶۰/۷	درصد ۳۳/۳	۴- آلودگی هوا ...
درصد ۶۴/۴	درصد ۵۰	درصد ۶۶/۷	درصد ۶۴	درصد ۵۸/۳	درصد ۷۵	درصد ۷۸/۶	درصد ۶۶/۷	۵- خطر سقوط و ...
درصد ۶۶/۳	درصد ۵۴/۳	درصد ۶۱/۹	درصد ۶۴	درصد ۹۱/۷	درصد ۸۳/۳	درصد ۶۰/۷	درصد ۶۶/۷	۶- احتمال شکستن ...

مقایسه میزان تحصیلات افراد با عوامل مؤثر در گرایش به ورزش همگانی: نتایج مندرج در جدول شماره (۲) نشان می‌دهد که در افراد بی‌سواد بیشترین فراوانی مربوط به کسب سلامت روح و جان (۸۳/۳ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به راهنمایی‌ها و تشویق دوستان و اطرافیان (۱۶/۷ درصد) می‌باشد. در افراد با تحصیلات ابتدایی بیشترین فراوانی مربوط به برطرف کردن بیماری‌ها (۷۹/۳ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به توصیه پزشک؛ و فرار از زندگی آپارتمان نشینی (۱۰/۳ درصد) است. در افراد با تحصیلات راهنمایی، بیشترین فراوانی مربوط به کسب سلامت روح و جان (۷۸/۹ درصد) و کمترین

فراوانی مربوط به فرار از زندگی آپارتمان نشینی (۱۰/۵ درصد) می‌باشد. در افراد با تحصیلات متوسطه، بیشترین فراوانی مربوط به کاهش وزن (۷۸/۶ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به راهنمایی‌ها و تشویق دوستان و اطرافیان؛ و کسب شادابی و نشاط (۷/۱ درصد) می‌باشد. در افراد با مدرک تحصیلی دیپلم، بیشترین فراوانی مربوط به کسب سلامت روح و جان (۷۶/۴ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به فرار از زندگی آپارتمان نشینی (۱۲/۷ درصد) است. در افراد با مدرک تحصیلی فوق دیپلم، بیشترین فراوانی مربوط به کسب سلامت روح و جان (۸۱/۸ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به پیشگیری از اعتیاد (۹/۱ درصد) می‌باشد. در افراد با مدرک تحصیلی لیسانس، بیشترین فراوانی مربوط به کسب سلامت روح و جان (۸۶/۸ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به پیشگیری از اعتیاد؛ و رهایی از تنهایی (۱۱/۳ درصد) است. در کل، در همه مقاطع تحصیلی، بیشترین فراوانی مربوط به کسب سلامتی روح و جان (۷۹/۳ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به رهایی از تنهایی (۱۵/۷ درصد) است.

مقایسه جنسیت افراد با موانع احتمالی انجام ورزش همگانی: بر اساس اطلاعات مندرج در جدول شماره (۳) در افراد مذکر بیشترین فراوانی مربوط به کمبود امکانات ورزشی مانند سالن‌های سرپوشیده (۷۱/۸ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به عدم انجام گروه‌بندی‌های لازم حداقل بر اساس سن (۸/۸ درصد) بوده است. بیشترین فراوانی در افراد مؤنث مربوط به پایین بودن سطح فرهنگ جامعه مانند عیب شمردن ورزش بانوان در پارک‌های عمومی شهر (۶۹/۷ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به عدم علاقه به ورزش (۹ درصد) بوده است.

مقایسه میزان تحصیلات افراد با عوامل عدم گرایش به انجام ورزش همگانی: نتایج مندرج در جدول شماره (۴) نشان می‌دهد که در افراد بی‌سواد بیشترین فراوانی مربوط به داشتن مشغله زیاد در زندگی، نداشتن وقت کافی و گرفتاری‌های روزمره (۸۳ درصد)، و کمترین فراوانی مشترکاً مربوط به تنبلی، کسالت و افسردگی، نداشتن توانایی مالی و تأمین نبودن، عدم تبلیغ و تشویق و آگاهی دادن به مردم توسط رسانه‌های مختلف، نبودن هماهنگی‌ها و برنامه‌ریزی‌های لازم از طرف مسئولان سازمان تربیت بدنی، زمانبندی نادرست از طرف مسئولان تربیت بدنی با توجه به شغل ورزشکاران، کم اهمیت شمردن و صرفاً گذران اوقات فراغت دانستن ورزش‌های همگانی و عدم توجه جدی مسئولان به ورزش به‌ویژه ورزش همگانی (۱۶/۷ درصد) است. در افراد با تحصیلات ابتدایی، بیشترین فراوانی مربوط به داشتن مشغله زیاد در زندگی، نداشتن وقت کافی و گرفتاری‌های روزمره، هزینه‌ها و شهریه‌های سنگین باشگاه‌ها (۶۹ درصد)، و کمترین فراوانی مربوط به زمانبندی نادرست از طرف مسئولان تربیت بدنی با توجه به شغل

ورزشکاران (۱۷/۲ درصد) است. در افراد با تحصیلات راهنمایی بیشترین فراوانی مربوط به کمبود امکانات ورزشی از قبیل سالن‌های سرپوشیده، لباس ورزشی و باشگاه‌های محلی (۷۶/۳ درصد) و کمترین فراوانی، مربوط به عدم انجام گروه‌بندیهای لازم توسط مربیان از ورزشکاران حداقل بر اساس سن (۱۰/۵ درصد) می‌باشد. در افراد با تحصیلات متوسطه بیشترین فراوانی مربوط به هزینه‌ها و شهریه‌های سنگین باشگاه‌ها (۸۵/۷ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به عدم علاقه به ورزش، عدم علاقه به شرکت در گروه‌های دسته جمعی و عدم انجام گروه‌بندیهای لازم توسط مربیان از ورزشکاران حداقل بر اساس سن (۷۱/۱ درصد) می‌باشد. در افراد با مدرک تحصیلی دیپلم، بیشترین فراوانی مربوط به هزینه و شهریه‌های سنگین باشگاه‌ها (۸۱/۵) و کمترین فراوانی مربوط به عدم انجام گروه‌بندیهای لازم توسط مربیان از ورزشکاران حداقل بر اساس سن (۵/۶ درصد) است. در افراد با مدرک تحصیلی فوق دیپلم، بیشترین فراوانی مربوط به هزینه‌ها و شهریه‌های سنگین باشگاه‌ها (۶۸/۲ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به کم اهمیت شمردن و صرفاً گذراندن اوقات فراغت دانستن ورزش همگانی (۴/۰۵ درصد) است. در افراد با مدرک تحصیلی لیسانس بیشترین فراوانی مربوط به داشتن مشغله زیاد در زندگی، نداشتن وقت کافی و گرفتاریهای روزمره (۷۵/۹ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به عدم علاقه به شرکت در گروه‌های دسته جمعی و زمانبندی نادرست از طرف مسئولان با توجه به شغل ورزشکاران (۷/۴ درصد) است. در کل، بیشترین فراوانی مربوط به هزینه‌ها و شهریه‌های سنگین باشگاه‌ها (۶۷/۳ درصد) و کمترین فراوانی، مربوط به عدم انجام گروه‌بندیهای لازم توسط مربیان از ورزشکاران حداقل بر اساس سن (۱۰/۱ درصد) است.

مقایسه جنسیت افراد با مزایای عمده ورزش همگانی: براساس نتایج مندرج در جدول شماره (۵) در افراد مذکر، بیشترین فراوانی مربوط به شادابی، نشاط، تندرستی و قوی بودن بدن (۸۴/۱ درصد) و کمترین فراوانی، مربوط به کاهش هزینه درمان‌های شخصی ورزشکاران ورزش همگانی (۱۶/۸ درصد) می‌باشد. در افراد مؤنث بیشترین فراوانی مربوط به شادابی، نشاط، تندرستی و قوی بودن بدن (۸۷/۷ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به ایجاد زمینه برای ورزش‌های قهرمانی (۱۶/۴ درصد) می‌باشد.

مقایسه میزان تحصیلات افراد با مزایای عمده ورزش همگانی: بر اساس اطلاعات مندرج در جدول شماره (۶) در افراد بی‌سواد بیشترین فراوانی مربوط به شادابی، نشاط، تندرستی و قوی بودن بدن و کسب سلامت جسمانی و روانی (۱۰۰ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به همبستگی و اتحاد بین اعضای جامعه، ایجاد رفاقت و دوستی بین افراد ورزشکار افزایش دقت عمل در سر کار، کاهش هزینه درمان‌های شخصی ورزشکاران ورزش همگانی، داشتن شهری

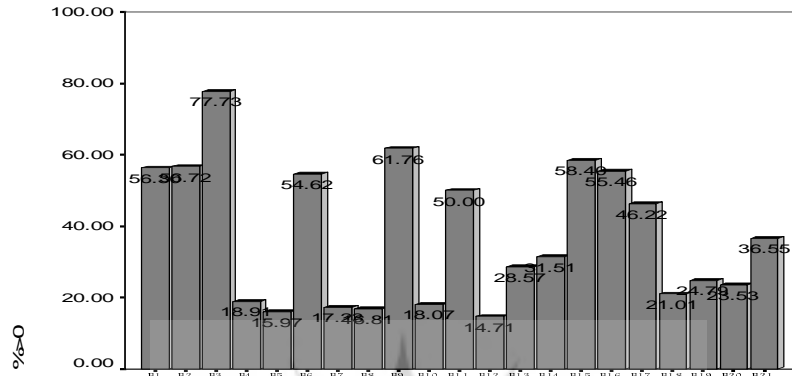


سالم با شهروندان سالم و ایجاد زمینه برای ورزش‌های قهرمانی (۱۶/۷ درصد) می‌باشد. در افراد با تحصیلات ابتدایی بیشترین فراوانی مربوط به شادابی، نشاط، تندرستی و قوی بودن بدن (۸۹/۷ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به همبستگی و اتحاد بین اعضای جامعه و بالا بردن کارایی فرد در حرفه‌های مختلف (۲۰/۷ درصد) می‌باشد. در افراد با تحصیلات راهنمایی، بیشترین فراوانی مربوط به شادابی، نشاط، تندرستی و قوی بودن بدن (۸۴/۲ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به بالا بردن کارایی فرد در حرفه‌های مختلف (۱۳/۲ درصد) است. در افراد با تحصیلات متوسطه، بیشترین فراوانی مربوط به جلوگیری از شیوع بیماری‌های قلبی و عروقی (۷۸/۶ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به افزایش دقت عمل در سر کار کاهش هزینه درمان‌های شخصی ورزشکاران ورزش همگانی و ایجاد زمینه برای ورزش‌های قهرمانی (۷/۱ درصد) می‌باشد. در افراد با مدرک تحصیلی دیپلم، بیشترین فراوانی مربوط به کسب سلامت جسمانی و روانی (۸۵/۲ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به ایجاد زمینه برای ورزش‌های قهرمانی (۱۱/۲ درصد) می‌باشد. در افراد با مدرک تحصیلی فوق‌دیپلم، بیشترین فراوانی مربوط به شادابی، نشاط، تندرستی و قوی بودن بدن (۱۰۰ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به بالا بردن کارایی فرد در حرفه‌های مختلف (۱۸/۲ درصد) است. در افراد با مدرک تحصیلی لیسانس، بیشترین فراوانی مربوط به شادابی، نشاط، تندرستی و قوی بودن بدن (۸۸/۹ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به کاهش هزینه درمان‌های شخصی ورزشکاران ورزش همگانی (۱۶/۸ درصد) می‌باشد. در کل، در همه مقاطع تحصیلی بیشترین فراوانی مربوط به کسب سلامت جسمانی و روانی (۷۴/۲ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به کاهش هزینه درمان‌های شخصی ورزشکاران ورزش همگانی و ایجاد زمینه برای ورزش‌های قهرمانی (۱۸/۴ درصد) است.

مقایسه جنسیت افراد با معایب احتمالی انجام ورزش‌های همگانی: نتایج مندرج در جدول شماره (۷) نشان می‌دهد که بیشترین فراوانی در افراد مذکر مربوط به احتمال شکستن دست و پا به علت تراکم جمعیت ورزشکاران ورزش همگانی (۶۷/۷ درصد) و در افراد مؤنث مربوط به سرایت بیماری‌های مسری در بین ورزشکاران ورزش همگانی و نگرانی از آسیب رسیدن به بدن بر اثر ورزش کردن و خطر سقوط و یا افتادن در محل انجام ورزش همگانی مثل پارک‌ها (۶۵/۸ درصد)، و کمترین فراوانی در افراد مذکر مربوط به غفلت از گرایش به ورزش‌های قهرمانی و حرفه‌ای (۱۸/۲ درصد) و در افراد مؤنث مربوط به غفلت از گرایش به ورزش‌های قهرمانی و حرفه‌ای (۳۳/۳ درصد) می‌باشد. در کل، بیشترین فراوانی مربوط به احتمال شکستن دست و پا به علت تراکم جمعیت ورزشکاران ورزش‌های همگانی (۶۴/۸ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به غفلت از گرایش به ورزش‌های قهرمانی و حرفه‌ای (۲۶/۳ درصد) می‌باشد.

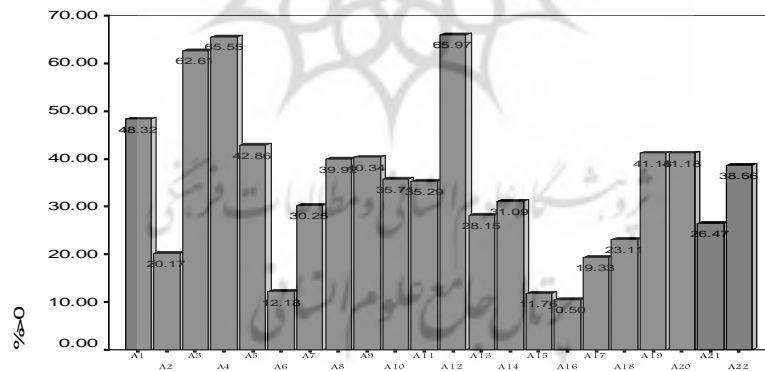
مقایسه میزان تحصیلات افراد با معایب احتمالی انجام ورزش همگانی: براساس نتایج مندرج در جدول شماره ۸) در افراد بی سواد بیشترین فراوانی مربوط به نگرانی از آسیب رسیدن به بدن بر اثر ورزش کردن (۱۰۰ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به غفلت از گرایش به ورزش‌های قهرمانی و حرفه‌ای (۱۶/۷ درصد) است. در افراد با تحصیلات ابتدائی، بیشترین فراوانی مربوط به خطر سقوط و یا افتادن در محل انجام ورزش همگانی مثل پارک‌ها (۷۸/۶ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به غفلت از گرایش به ورزش‌های قهرمانی و حرفه‌ای (۳۵/۷ درصد) می‌باشد. در افراد با تحصیلات راهنمایی، بیشترین فراوانی مربوط به احتمال شکستن دست و پا به علت تراکم جمعیت ورزشکاران ورزش همگانی (۸۳/۳ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به غفلت از گرایش به ورزش‌های قهرمانی و حرفه‌ای (۴۱/۷ درصد) است. در افراد با تحصیلات متوسطه، بیشترین فراوانی مربوط به احتمال شکستن دست و پا به علت تراکم جمعیت ورزشکاران ورزش همگانی (۹۱/۷ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به غفلت از گرایش به ورزش‌های قهرمانی و حرفه‌ای (۲۵ درصد) می‌باشد. در افراد با مدرک تحصیلی دیپلم، بیشترین فراوانی مربوط به احتمال شکستن دست و پا به علت تراکم جمعیت ورزشکاران ورزش همگانی و خطر سقوط یا افتادن در محل انجام ورزش همگانی (۶۴ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به غفلت از گرایش به ورزش‌های قهرمانی و حرفه‌ای (۲۰ درصد) می‌باشد. در افراد با مدرک تحصیلی فوق دیپلم، بیشترین فراوانی مربوط به خطر سقوط و یا افتادن در محل انجام ورزش همگانی مثل پارک‌ها (۶۶/۷ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به غفلت از گرایش به ورزش‌های قهرمانی و حرفه‌ای (۱۹ درصد) می‌باشد. در افراد با مدرک تحصیلی لیسانس، بیشترین فراوانی مربوط به سرایت بیماری‌های مسری در بین ورزشکاران ورزش همگانی (۶۰/۹ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به غفلت از گرایش به ورزش‌های قهرمانی و حرفه‌ای (۱۷/۴ درصد) است. در کل، بیشترین فراوانی مربوط به احتمال شکستن دست و پا به علت تراکم جمعیت ورزشکاران ورزش همگانی (۶۶/۳ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به غفلت از گرایش به ورزش‌های قهرمانی و حرفه‌ای (۲۵/۶ درصد) می‌باشد.

در بررسی کلی داده‌ها، نتایج نشان داده است که در مورد علت گرایش به ورزش همگانی، بیشترین فراوانی‌ها مربوط به کسب سلامتی روح و جان؛ پیشگیری از بیماری‌های مختلف و جلوگیری از افزایش وزن و کمترین فراوانی‌ها مربوط به فرار از زندگی آپارتمان‌نشینی، رهایی از تنهایی و فرار از مشکلات زندگی می‌باشد (نمودار شماره ۱ را ببینید).



نمودار ۱. عوامل گرایش به ورزش همگانی

نکته: توضیح شماره‌های افقی این نمودار در جدول شماره ۱ آمده است.

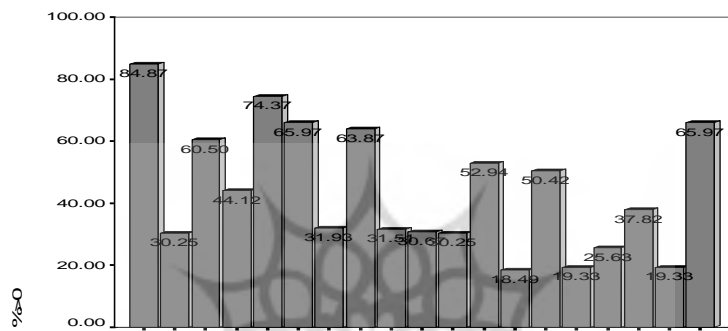


نمودار ۲. عوامل عدم گرایش به انجام ورزش همگانی

نکته: توضیح شماره‌های افقی این نمودار در جدول شماره ۳ آمده است.

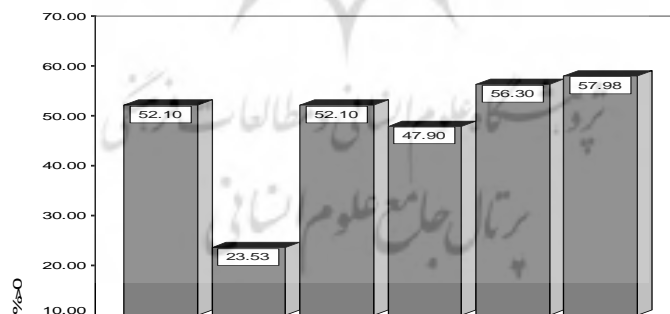
نتایج مندرج در نمودار شماره (۲) نشان می‌دهد که در زمینه عوامل عدم گرایش به انجام ورزش همگانی، بیشترین فراوانی‌ها مربوط به هزینه‌ها و شهریه‌های سنگین باشگاه‌ها، داشتن مشغله زیاد در زندگی، کمبود امکانات ورزشی و کمترین فراوانی‌ها مربوط به عدم انجام

گروه‌بندیهای لازم توسط مربیان از ورزشکاران حداقل بر اساس سن، عدم علاقه به شرکت در گروه‌های دسته جمعی، عدم علاقه به ورزش و زمانبندی نادرست از طرف مسئولان تربیت بدنی با توجه به شغل ورزشکاران است.



نمودار ۳. مزایای عمده ورزش همگانی

نکته: توضیح شماره‌های افقی این نمودار در جدول شماره ۵ آمده است.



نمودار ۴. معایب احتمالی ورزش همگانی

نکته: توضیح شماره‌های افقی این نمودار در جدول شماره ۷ آمده است.

نتایج مندرج در نمودار شماره (۳) نشان می‌دهد که در زمینه مزایای انجام ورزش همگانی، بیشترین فراوانی‌ها مربوط به شادابی، نشاط، تندرستی و قوی بودن بدن، کسب سلامتی جسمانی و روانی، جلوگیری از شیوع بیماری‌های قلبی و عروقی و افزایش طول عمر و کمترین

فراوانی مربوط به کاهش هزینه‌های درمان‌های شخصی ورزشکاران، بالا بردن کارآئی فرد در حرفه‌های مختلف و ایجاد زمینه برای ورزش‌های قهرمانی می‌باشد.

نتایج مندرج در نمودار شماره (۴) نشان می‌دهد که در زمینه معایب احتمالی انجام ورزش همگانی، بیشترین فراوانی مربوط به احتمال شکستن دست و پا به علت تراکم جمعیت ورزشکاران و کمترین فراوانی مربوط به غفلت از گرایش به ورزش‌های قهرمانی و حرفه‌ای بوده است.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر، به منظور توصیف عوامل مؤثر در گرایش یا عدم گرایش شهروندان تبریزی به ورزش همگانی، همچنین مزایا و معایب احتمالی انجام ورزش همگانی از دیدگاه افراد شرکت کننده و غیر شرکت کننده در ورزش همگانی شهر تبریز انجام شده است. تحلیل داده‌های گردآوری شده نشان می‌دهد که کسب سلامت روح و جان اولین عامل مؤثر در گرایش افراد ورزشکار ورزش همگانی به انجام این ورزش است. این یافته، با یافته محققان قبلی از جمله (کاشف، ۱۳۷۹؛ رضانی خلیل آبادی، ۱۳۷۳؛ آندرف و فرانسوئیس، ۲۰۰۰ و چان و همکاران، ۲۰۰۳) همخوانی دارد. تأثیر ورزش و انجام حرکات ورزشی از جمله ورزش همگانی بر سلامت جسم و جان علاوه بر تأیید عقلانی و تأیید تجارب شخصی افراد، پشتوانه نظری و تحقیقی داشته و دلیلی منطقی و اساسی برای گرایش افراد ورزشکار ورزش همگانی شهر تبریز به انجام این ورزش است. پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های مختلف، علت اصلی بعدی است که باعث گرایش شهروندان تبریزی به ورزش همگانی می‌شود. این یافته، با یافته تحقیقات قبلی از جمله (کاشف، ۱۳۷۹؛ رضانی خلیل آبادی، ۱۳۷۳؛ رضوی، ۱۳۸۱؛ ساندرسون، هریس، رسل و چیس، ۲۰۰۰ و نانا، ساندرسون و گودهید، ۲۰۰۲) همسو می‌باشد. به نظر می‌رسد انجام حرکات ورزشی - به شکل صحیح خود- به سلامت و تندرستی افراد کمک می‌کند، لذا می‌تواند به عنوان متغیر تاثیرگذار بر پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های مختلف توسط ورزشکاران عمل کند و در آنها به منظور شرکت در حرکات منظم ورزشی ایجاد انگیزه نماید. جلوگیری از افزایش وزن، سومین عامل گرایش شهروندان تبریزی به انجام ورزش همگانی شناسایی گردید. نظر به ماشینی بودن زندگی انسان‌های امروزی (معتمدین، ۱۳۸۳) و روبه‌رو شدن افراد با فقر حرکتی (احمدی، ۱۳۸۱) و گسترش امکانات رفاهی در زندگی انسان‌ها (رضانی خلیل آبادی، ۱۳۷۳) عارضه افزایش وزن در افراد بیشتر دیده می‌شود. بنابراین منطقی به نظر می‌رسد که جلوگیری از افزایش وزن از عوامل اساسی در گرایش ورزشکاران ورزش همگانی به انجام این ورزش باشد.

در توصیف عوامل عدم گرایش شهروندان تبریزی به انجام ورزش همگانی، اولین علت تاثیر گذار در بین افراد گروه نمونه، بالا بودن هزینه‌های باشگاه‌ها و دومین علت اساسی وجود مشغله زیاد در زندگی افراد غیرشرکت کننده در ورزش همگانی است. این یافته، با یافته تحقیقات غربی از جمله (آندرف و فرانسوئیس، ۲۰۰۰، باروس و زیمانسکی، ۲۰۰۰؛ چان و همکاران، ۲۰۰۳؛ خانه ورزش کانادا، ۱۹۹۸؛ آندرف، ۱۹۹۴ و کاستلو، ۱۹۹۹) مغایر می‌باشد. به نظر می‌رسد تفاوت‌های بارز وضعیت اقتصادی جوامع مغرب زمین با جامعه تحقیق حاضر این مغایرت را باعث شده است. پایین بودن وضعیت اقتصادی افراد جامعه پژوهش حاضر، آنها را مجبور به انتخاب شغل دوم و حتی شغل سوم می‌کند و اوقات فراغتی برای آنها باقی نمی‌گذارد تا به ورزش بپردازند. تأیید این تبیین، وجود مشغله زیاد در زندگی افراد گروه نمونه به عنوان دومین عامل در عدم گرایش شهروندان تبریزی به ورزش همگانی است. کمبود امکانات ورزشی، به‌خصوص با توجه به آب و هوای سرد و کوهستانی تبریز، امکان انجام هر نوع فعالیت ورزشی در فضای آزاد و ایستگاه‌های ورزشی و پارک‌ها را به مدت کمتر از ۶ ماه کاهش می‌دهد. در زمینه، کاهش هزینه مکان‌ها و سالن‌های ورزشی، تاسیس سالن‌ها و مراکز ورزشی بیشتر در سطح شهر تبریز، ارائه امکاناتی از قبیل اهدای یارانه ورزش به ورزشکاران و آحاد جامعه، گسترش محدوده مکان‌های ورزشی انجام ورزش همگانی، حضور مربیان و پزشکان متخصص در محل‌های انجام ورزش همگانی و گنجاندن دروسی در کتاب‌های درسی دانش‌آموزان در مورد ورزش همگانی پیشنهاد می‌شود.

## منابع:

۱. معتمدین، مختار (۱۳۸۳). مقایسه اثربخشی دو روش درمانی- ورزشی انعطاف پذیری و پلايومتریک در بهبود عارضه کیفوز (گوژ پستی) در بین دانش آموزان پسر سال اول راهنمایی شهر اهواز. شورای تحقیقات، سازمان آموزش و پرورش، استان خوزستان.
۲. احمدی، ایرج (۱۳۸۱). بررسی میزان ناهنجاری‌های اندام فوقانی دانشجویان مرد دانشگاه شهید چمران اهواز و پیشنهاد ورزش‌های اصلاحی به آنها. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی، دانشگاه شهید چمران اهواز.
۳. کاشف، محمد (۱۳۷۹). بررسی وضعیت ورزش همگانی در ایران و توصیه برای توسعه آن. چهارمین همایش ملی تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه گیلان.

۴. رضانی خلیل آبادی، غلامرضا (۱۳۷۳). بررسی انگیزه‌های افراد شرکت کننده در ورزش‌های همگانی شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت معلم تهران.
۵. رضوی، آمنه (۱۳۸۱). رهیاب‌هایی در جهت همگانی کردن ورزش در بین جوانان. خلاصه مقالات اولین همایش علمی - کاربردی. بسط و توسعه ورزش در بین جوانان.
۶. شفیعی، محسن (۱۳۷۳). بررسی وضعیت اجتماعی - اقتصادی افراد شرکت کننده در ورزش‌های همگانی شهر تهران. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت معلم تهران.
۷. معتمدین، مختار (۱۳۸۵). مقایسه اثربخشی دو روش درمانی - ورزشی انعطاف پذیری و پلايومتریک در بهبود عارضه گوژ پستی در بین دانش آموزان پسر سال اول راهنمایی شهر اهواز. پژوهش در علوم ورزشی، شماره دهم، صص: ۱۰۵-۱۲۳.
۸. سلطانی هفشجانی، بیات (۱۳۷۳). حرکات اصلاحی. تهران: دانشگاه امام حسین.
۹. فراهانی، رضا (۱۳۸۰). حرکات اصلاحی (رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی). تهران: دانشگاه پیام نور.
۱۰. ایزدی، علی اکبر و دیگران (۱۳۸۱). تربیت بدنی ۱. تهران: دانشگاه پیام نور.
۱۱. آندرف، ولادیمیر و فرانسوئیس، ژان (۲۰۰۰). اقتصاد ورزش. ترجمه الهوردی جزایری (۱۳۸۰)، تهران: سازمان تربیت بدنی.
12. Barros, C. P. & Szymanski, I. (2000). *Transatlantic Sport. Conference held in Lisbon.*
۱۳. چان، ال. و همکاران (۲۰۰۳). توسعه ورزش. نقل از فریبا عسکریان (۱۳۸۳). رساله دکتری تخصصی (Ph. D) مدیریت و برنامه‌ریزی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران.
14. Canada Sport House (1998). *Sport in Canada. Leadership, Partnership and Accountability, Every body's Business.*
15. Andreff, W. (1994). *The economic of sport in Europe.* Financing and economic impact (14<sup>th</sup> Informal meeting of European sport Ministers, Strasburg: Council of Europe.

۱۶. کاستلو، اچ. (۱۹۹۹). ورزش در استرالیا. نقل از فریبا عسکریان (۱۳۸۳). رساله دکتری تخصصی (Ph. D) مدیریت و برنامه‌ریزی ورزشی. دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران.

17. Sanderson, K.; Harris, F.; Russel, S. & Chase, S. (2000). *The Economic Benefits of Sport: A Review*. Business and Economic Research Ltd (BERL).

18. Nana, G.; Sanderson, K. & Goodehid, M. (2002). *Economic Impact of Sport*. Business and Economic Research Ltd (BERL).

۱۹. سرمد، زهره؛ بازرگان، عباس و حجازی، الهه (۱۳۸۲). روش‌های تحقیق در علوم تربیتی. تهران: آگاه.

۲۰. صداقت، کامران (۱۳۸۴). رتبه‌گذاری وزنی. فصلنامه پژوهش سازمان سنجش کشور، شماره‌های ۷ و ۸.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی