

مقدمه

در سال ۱۹۸۷ دولت پادشاهی تایلند، اولین برنامه توسعه ملی ورزش (۱۹۸۸-۱۹۹۶) را تنظیم کرد که

هدف آن ارتقای سطح آمادگی جسمانی و تفریحی شهروندان و همچنین توسعه ورزش به عنوان یک فعالیت اجتماعی است.

این برنامه شامل برگزاری مسابقات ورزشی در سطح ملی و بین المللی، ایجاد مراکز ورزشی و تفریحی، و همچنین توسعه ورزش به عنوان یک فعالیت اجتماعی است.

در سال ۱۹۸۷ دولت پادشاهی تایلند، اولین برنامه توسعه ملی ورزش (۱۹۸۸-۱۹۹۶) را تنظیم کرد که

هدف آن ارتقای سطح آمادگی جسمانی و تفریحی شهروندان و همچنین توسعه ورزش به عنوان یک فعالیت اجتماعی است.

این برنامه شامل برگزاری مسابقات ورزشی در سطح ملی و بین المللی، ایجاد مراکز ورزشی و تفریحی، و همچنین توسعه ورزش به عنوان یک فعالیت اجتماعی است.

## شرکت افراد میانسال و سالمند تایلندی در فعالیتهای و فستیوالهای ورزشی\*

تهیه: واحد آموزش و پژوهش

مقدمه:

در حال حاضر این مطلب که ورزش و شرکت در بازیها، در بین مردم جنبه عمومی یافته کاملاً پذیرفته شده است. ایجاد شرایط مساعد برای شیوع برخی از بیماریها مانند بیماریهای قلبی - عروقی و فشارخون در چند دهه اخیر، تشدید شده است؛ بیماریهایی که کمبود تحرک یکی از عوامل مهم ایجاد آنهاست. این مسأله خود یکی از دلایل شرکت فعال در ورزشهاست. علاوه بر سودمندی ورزش از جنبه بدنی، ورزش و تمرین می تواند به جنبه های روانی و عاطفی نیز کمک کند. بسیاری از مردم به عنوان تفریحات سالم به ورزش می پردازند.

### طرح توسعه ورزش همگانی

در سال ۱۹۸۷ دولت پادشاهی تایلند، اولین برنامه توسعه ملی ورزش (۱۹۸۸-۱۹۹۶) را تنظیم کرد که

\* - Sports participation of Thai Middle Aged and Sport Festival in Thailand

شامل شش طرح اصلی بود. طرح توسعه ورزش همگانی که یکی از این شش طرح بود، شامل استراتژیهای زیر است:

- ۱- پیشبرد فعالیتهای و ورزشهایی که برای تمامی گروههای سنی مناسبند؛
  - ۲- توسعه مکانهای ورزشی و ورزش همگانی؛
  - ۳- توسعه تکنیکی و تقسیمات آن؛
  - ۴- تشویق رهبران گروهها در تمامی سطوح و تمام حرفه ها برای شرکت در ورزش و تمرین؛
  - ۵- تأکید بر ورزش همگانی برای تندرستی و اهداف تفریحی، در مقابل ورزشهای رقابتی.
- برای عملی شدن استراتژیهای فوق، تایلندیها مؤسسات و سازمانهای مختلفی را به منظور رهبری فعالیتهای ایجاد کردند و توسعه دادند که مؤسسات و سازمانهای آموزشی، دولتی، نظامی، پزشکی و بهداشت عمومی، ورزشی، فرهنگی و خصوصی را شامل می شوند.

### اطلاعات مقدماتی

در ماه مه ۱۹۸۷، مرکز ملی آمار تایلند، در زمینه شرکت تایلندیها در ورزش تحقیق ملی انجام داد. بعد از یک رشته نمونه برداری تصادفی، از فرد ارشد و یا بزرگسال خانواده درباره شرکت اعضای خانواده در ورزش سؤال شد. با توجه به بحث ما که راجع به افراد میانسال است این مقاله تمامی توجه خود را بر گروه سنی بین ۴۰-۵۹ سال متمرکز کرده است.

در فاصله سنی ۴۰-۵۹ سال، ۷،۹۳۱،۹۱۰ نفر مورد بررسی قرار گرفتند که ۱۴/۸۴٪ جمعیت مورد بررسی را تشکیل می دادند. در این میان ۴/۵۶۶/۹۵۰ یا ۵۷/۵۸٪ بین ۴۰-۴۹ سال ۳/۳۶۴/۹۶۰ یا ۴۲/۴۲٪ بین ۵۰-۵۹ سال داشتند.

در زیر اطلاعات جالب توجهی ارائه شده است:

	سال	سال	
	۵۹ تا ۵۰	۴۹ تا ۴۰	
کسانی که ورزش می کنند	۲/۴۸٪	۳/۳۲٪	
مرد	۷۸/۷۱٪	۶۹/۳۰٪	
زن	۲۱/۲۹٪	۳۱/۷۰٪	
ساکن مناطق شهری	۵۱/۲۸٪	۵۴/۸۲٪	
ساکن مناطق غیرشهری	۴۸/۷۲٪	۴۵/۱۸٪	

### نوع ورزش

دویدن آهسته	%۲۱/۴۰	%۴۱/۶۳
نرمشهای بدنی	%۱۵/۴۷	%۱۸/۱۵
پیاده روی	%۵/۰۱	%۱۶
بدمینتون	%۱۳/۹۴	%۳/۷۶
فوتبال	%۹/۱۳	%۳/۷۴
نت تاکرا <sup>(۱)</sup>	%۶/۷۱	%۰/۴۲
رینگ تاکرا <sup>(۲)</sup>	%۵/۳۸	%۴/۳۲

### زمانی که صرف ورزش می شود

۱۰-۲۹ دقیقه	%۳۷/۳۵	%۳۰/۱۰
۶۰ دقیقه و بیشتر	%۳۰/۹۶	%۳۵/۶۹

### هزینه سالانه

هیچ	%۶۸/۲۷	%۷۴/۰۸
بیشتر از ۵۰۰ بات (واحد پول تایلند)	%۲۴/۰۵	%۱۹/۰۲

### نحوه شرکت در فعالیت

شرکت در کلوب، جمعیت، گروه	%۵/۸۹	%۳/۶۲
شرکت بصورت انفرادی	%۵۹/۹۱	%۸۳/۱۷

### تماشای برنامه های ورزشی

گاهگاه	%۳۵/۳۷	%۳۰/۰۴
--------	--------	--------

1- Net Takraw

2- Ring Takraw

هیجگاه	
۴۸/۳۰%	۵۶/۹۸%
<b>دنبال کردن رویدادهای ورزشی</b>	
گهگاه	
۲۶/۶۱%	۲۱/۹۰%
هیجگاه	
۶۹/۷۵%	۶۳/۰۱%
<b>شغل افرادی که ورزش می‌کردند (سن بالای ۱۳ سال)</b>	
کشاورزان	
۴۱/۶۴%	
کارگران	
۱۳/۷۱%	
کارگران حرفه‌ای و متخصص	
۱۱/۰۸%	
فروشندهگان	
۱۱/۰۵%	

### شرکت افراد میانسال و سالمند تایلندی در ورزش و تمرینات ورزشی

چون در تایلند فواید ورزش و تمرینات ورزشی در طول چند دهه اخیر برای مردم روشن شده، ورزش همگانی در سطح کشور پیشرفت داشته است. دویدن آهسته یکی از مورد توجه‌ترین تمرینات است و چنانکه از آمار و ارقام برمی‌آید، ۱۳۷ کلوب «دویدن آهسته» (Jogging) در سراسر کشور وجود دارد. گرچه ما آمار دقیقی از اعضای این کلوبها در دست نداریم، اما تخمین زده می‌شود که تعداد میانسالانی که در این فعالیت شرکت می‌کنند نباید کمتر از ۶۰/۰۰۰ نفر باشد.

از سال ۱۹۸۵، در اداره کل ورزش تایلند (SAT) بخش ورزش همگانی را دنبال کند؛ گرچه قبل از ایجاد این بخش ویژه نیز، فعالیت‌هایی انجام شده بود. برای پیشبرد فعالیت‌های ورزشی همگانی، این بخش نسبت به تأسیس یک مرکز بهبود تندرستی نیز اقدام کرده است که در آن برنامه‌های ورزشی و تمرینی ارائه می‌شود. حدود یک هزار نفر از اعضای این مرکز، هر روز بخصوص صبح‌های زود و بعدازظهرها از امکانات آن استفاده می‌کنند. SAT به طراحی «پارک آمادگی جسمانی» که دارای پیست پیاده‌روی، دویدن آهسته و ۱۲ ایستگاه تمرین است نیز همت گماشته است. امروزه حدود ۵۰۰ پارک آمادگی جسمانی در سراسر کشور ساخته شده است.

تایلندیها از سالها پیش با ورزش و تمرینات ورزشی آشنا بوده‌اند. آنها بعدازظهرها بخصوص در مناطق غیرشهری که فضای کافی برای ورزش در هوای آزاد دارند و مردم آن نیز دارای وقت کافی هستند به ورزش می‌پرداخته‌اند. در فستیوال‌های سنتی، بازیها و ورزشهای متعددی مانند بوکس تایلندی، تاکرو و مسابقات

قایقرانی مورد توجه بودند. در تابستان هر سال فستیوال ورزشهای سنتی تایلند که شامل موارد زیر است در بانکوک برگزار می شود:

جنگ بادبادکهای، تاکرا، شطرنج تایلندی، دفاع شخصی تایلندی و برنامه های فرهنگی. به دلیل اینکه بیشتر شهرهای تایلند در جلگه رودخانه ها قرار دارد، مسابقات قایقرانی تایلند پس از پایان فصل بارندگی صورت می گیرد.

در زمینه ورزشهای بین المللی نیز فستیوالهای گوناگونی وجود دارد که سالانه برگزار می شود. این فستیوالها سطوح مختلفی مانند مسابقات مدرسه ای زیر منطقه ای و سطح استانی تا مسابقات دانشجویی، مسابقات دانشجویان تربیت بدنی، مسابقات جوانان (زیر ۱۸ سال) و مسابقات دانشگاهی را در بر می گیرد. ۲۵ سال است که SAT مسابقات ملی را در استانهای داوطلب برگزار می کند. در اوقات خاصی مانند امسال، برای بزرگداشت شصتمین سالروز تولد ملکه، انجمن کلوبهای ورزشی آماتور تایلند، مسابقات TASA را در ماه مه برگزار می کند.

فرآیندی برجامه شناسی ورزش



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

پرتال جامع علوم انسانی