

تحلیل عوامل انگیزشی مشارکت دانشجویان در فعالیتهای فوق برنامه ورزشی دانشگاه

صدیقه سادات امامی^۱، صدیقه حیدری نژاد^۲، پروانه شفیع نیا^۳

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه شهید چمران اهواز

۲- دانشیار گروه مدیریت ورزشی دانشگاه شهید چمران اهواز*

۳- دانشیار گروه رفتار حرکتی دانشگاه شهید چمران اهواز

تاریخ دریافت: ۹۲/۰۵/۲۷ تاریخ پذیرش: ۹۲/۱۲/۲۴

چکیده

انگیزه مشارکت در فعالیتهای ورزشی به تفاوت‌های فردی و ماهیت رشته‌های مختلف ورزشی بر می‌گردد. هدف این تحقیق تحلیل عوامل انگیزشی مشارکت دانشجویان در فعالیتهای فوق برنامه ورزشی دانشگاه بود. این تحقیق توصیفی تحلیلی و به شکل میدانی انجام شده است. جامعه آماری کلیه دانشجویان دختر و پسر مقطع کارشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز در سال تحصیلی ۱۳۹۱-۱۳۹۲ بودند (N=۱۱۲۹۰) و نمونه آماری از طریق جدول کرجسی مورگان، به روش تصادفی - طبقه‌ای تعیین شد (n=۳۷۵). ابزار اندازه‌گیری شامل پرسشنامه مشخصات فردی و پرسشنامه محقق ساخته انگیزه مشارکت ورزشی شامل ۲۲ سوال که با مقیاس پنج ارزشی لیکرت تنظیم شد، بود. روایی صوری و محتوایی پرسشنامه توسط ۱۲ نفر از اساتید دانشکده تربیت بدنی بررسی و تأیید شد. روایی سازه به روش تحلیل عاملی اکتشافی و تاییدی، کفایت نمونه‌گیری (KMO=۰/۸۹)، و پایایی به روش آلفا کرونباخ ۰/۸۰ محاسبه شد. از روش‌های آمار توصیفی و آمار استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون، آزمون رتبه بندی فریدمن) استفاده شد. نتایج نشان داد پنج اولویت دانشجویان برای مشارکت در فعالیتهای فوق برنامه ورزشی به ترتیب انگیزه‌های کسب سلامتی، تعامل و شناخت اجتماعی، رقابت ورزشی، نشاط و شادابی، و پیشرفت مهارت بودند. با توجه به یافته‌های تحقیق توصیه می‌شود مدیران فوق برنامه ورزشی در دانشگاه بر اساس علایق، نیازها و انگیزه‌های دانشجویان فرصت‌هایی را فراهم سازند تا آنان بتوانند علاوه بر تحصیل از مزایا و فواید جسمانی روانی و اجتماعی فعالیتهای ورزشی تفریحی در دانشگاه نیز بهره‌مند شوند.

کلیدواژگان: عوامل انگیزشی، فوق برنامه ورزشی دانشگاه، دانشجویان.

مقدمه

ورزش به عنوان یکی از مظاهر فردی و اجتماعی، ضمن حفظ و بقای سلامت روحی و جسمی آحاد جامعه از جهت ایفای صحیح نقش‌های فردی، خانوادگی و اجتماعی نیز حائز اهمیت است (۱). لذت بردن از تجربه های ورزشی می تواند ارزش و کرامت انسانی را ارتقا بخشد، به بدن و ذهن انسان شکل دهد و پیشرفت کلی فرد را در پی داشته باشد (۲). در همین راستا سلامت دانشجویان و دانش آموزان به عنوان فرهیختگان علم و چهار چوب اصلی پیکره جامعه جوان حائز اهمیت بوده و انجام فعالیت های بدنی در کنار علم اندوزی می تواند در یادگیری آنان تاثیر قابل توجهی داشته باشد (۳). برنامه ریزی در زمینه تربیت بدنی و ورزش به منظور ایجاد انگیزه، علاقه، شادابی و طراوت در جوانان به ویژه دانش آموزان و دانشجویان ضرورتی خاص دارد (۴). حضور مدام چند میلیون جوان فکور، پر انرژی و مستعد یادگیری در پهنه آموزشگاه ها و دانشگاه ها سرمایه بسیار ارزنده و گران بهایی است که در اختیار وزارت آموزش و پرورش و وزارت فرهنگ و آموزش عالی است (۵).

امروزه فعالیت های ورزشی در دانشگاه های ایران به شکل ارائه دو واحد درس تربیت بدنی (یک و دو) که برای دانشجویان سایر رشته ها اجباری است. همچنین فعالیت های ورزشی فوق برنامه دانشگاه شامل سه بخش رقابتی (برگزاری مسابقات درون دانشگاهی و بین دانشگاهی)، بخش آموزشی (یادگیری مهارت های ورزشی) و بخش تفریحی همگانی (بهینه سازی اوقات فراغت دانشجویان) می شود. فعالیت های ورزشی فوق برنامه را می توان بر روی یک پیوستار ترسیم کرد که در یک انتهای آن فعالیت های تفریحی، همگانی، سرگرم کننده و فاقد سازماندهی قوی (مانند فعالیت های ورزشی تفریحی و فعالیت های بدون هدف قهرمانی) قرار دارند و فعالیت های ورزشی نیازمند برنامه ریزی و رعایت قوانین و مقررات که حتماً باید توسط افراد حرفه ای، تجهیزات مناسب و داوران با تجربه هدایت شوند در انتهای دیگر پیوستار قرار می گیرند (۶).

اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری یکی از ادارات کل معاونت دانشجویی است که اجرا، سیاستگزاری، برنامه ریزی، سازماندهی و نهایتاً نظارت بر فعالیتهای ورزش دانشگاهها و موسسات آموزش عالی سراسر کشور را عهده دار است و جهت تحقق اهداف فوق بر اساس چارت پیشنهادی از سه معاونت طرح و توسعه، معاونت فنی و مسابقات قهرمانی، و معاونت بانوان تشکیل گردیده است. یکی از مهمترین اهداف و ماموریت های اداره کل تربیت بدنی تعیین راهبردهایی جهت فراگیری و توسعه فعالیت های ورزشی در دانشگاه ها به منظور توسعه ورزش همگانی بین دانشجویان است که در سال های اخیر مورد تاکید فراوان قرار گرفته است (۷). هدف اصلی فوق برنامه ورزشی دانشگاه ها، افزایش توانایی دانشجویان جهت ارتقای

حس مسؤولیت پذیری و مشارکت مؤثر در فعالیت های اجتماعی به عنوان یک شهروند است. این امر می تواند نقش مهمی در تربیت عمومی و تقویت ابعاد جسمانی، روانی حرکتی، عاطفی، عقلانی، اخلاقی و اجتماعی دانشجویان از طریق پرداختن به فعالیت های مفرح و سلامت بخش به صورت آزاد و داوطلبانه ایفا نماید (۸). به طور کلی شرکت در فعالیت های ورزشی فوق برنامه دانشگاهی باعث بهره مندی دانشجویان از مزایای برنامه ها و خدمات ورزشی تفریحی می شود. این ورزش ها که در زمان فراغت دانشجویان و فارغ از هدف های مادی فقط جهت تفنن، استراحت و ارضای خاطر خود فرد صورت می گیرد، در ایجاد حس مشارکت اجتماعی نقش عمده ای دارد و ابزار نیرومندی برای تعامل دانشجویان با یکدیگر و محیط دانشگاه بوده است. بررسی ها نشان می دهد دانشجویانی که از امکانات این ورزش ها استفاده می کنند، در مقایسه با افرادی که از این خدمات بهره نمی برند، از اعتماد به نفس و خود اتمادی بالاتری برخوردارند. همچنین ورزش های تفریحی فواید متعددی از جمله کاهش استرس، خودباوری، پیشرفت دانشجو و سهولت و یکپارچگی اجتماعی را دارد (۹،۲).

با توجه به برنامه ریزی، امکانات و فضاهای ورزشی اختصاص یافته در دانشگاه ها جهت فعالیت های ورزشی، میزان مشارکت دانشجویان در فعالیت های فوق برنامه ورزشی در دانشگاه های مختلف متفاوت است. دانشگاه بریستول جهت افزایش سلامت جسمانی، روانی و کسب آمادگی جسمانی در محیط خوابگاه و دانشگاه برای دانشجویان و پرسنل برنامه های متنوع ورزشی تفریحی ارائه می کند. دانشگاه استون^۱ مرکز ورزش های همگانی و تفریحی را در خوابگاه در تمام ایام هفته با تمام امکانات فراهم نموده که دانشجویان از طریق ۳۰ باشگاه ورزشی به فعالیت های ورزش همگانی می پردازند (۱۰). در دانشگاه صوفیه در محیط خوابگاه امکانات ورزش همگانی از طریق باشگاه های ورزشی برای دانشجویان مهیا است (۹). دانشگاه بیرمنگام^۲ برای دانشجویان کلاس های ورزش همگانی و باشگاه های ورزشی را در تمامی رشته ها دائر نموده است (۱۱). دانشگاه لیون^۳ خدمات امکانات و برنامه های ورزش همگانی را با هدف ارتقای سطح آمادگی جسمانی، روانی و بهداشتی دانشجویان فراهم نموده است (۱۲). بخش ورزش دانشگاه کنت^۴، سیاست ورزش را برای همه دانشجویان سرلوحه اهداف و برنامه های ورزشی خود قرار داده است و برای تشویق دانشجویان جهت شرکت در فعالیت های ورزشی و

-
1. Bristol university
 - 2 . Birmingham university
 3. Lyon university
 4. kent

دستیابی به سلامت جسمانی و روانی، برنامه های متنوع جالب و تفریحی تدارک دیده است (۱۳). در آفریقای جنوبی ۸۰ درصد از دانشجویان در فعالیت های ورزشی داخل دانشگاه شرکت می کنند و در دانشگاه پکن ساعت ۵ تا ۶ بعد از ظهر دانشجویان به طور داوطلبانه در ورزش همگانی دانشگاه شرکت می کنند (۱۴). بررسی تحقیقات داخل کشور نشان می دهد تنها ۲۹/۳ درصد فعالیت های ورزش دانشگاه ها به فعالیت ورزش همگانی و تفریحی اختصاص دارد. این در حالی است که دانشجویان به ترتیب اولویت برنامه های ورزش همگانی و تفریحی (۴۵/۴ درصد)، آموزش و یادگیری مهارت های ورزشی (۳۲ درصد) و مسابقات ورزشی (۲۶/۶ درصد) را در خواسته هایشان مطرح کردند (۱۵).

انگیزه مشارکت در فعالیت های ورزشی به تفاوت های فردی بر می گردد. زیرا با توجه به تفاوت های فردی و تنوع رشته های ورزشی، نوع انگیزش افراد در دستیابی به اهداف ورزشی اهمیت خاصی دارد. انشل^۱ (۱۹۹۳) انگیزش را عاملی برای انتخاب و جهت دادن به رفتار و پایداری تا رسیدن به هدف تعریف می کند. انگیزش از دو منبع انگیزه درونی و بیرونی سرچشمه می گیرد که هر دو منبع در ورزش دارای اهمیت اند و برای بهبود عملکرد توسط روان شناسان ورزشی به کار گرفته می شوند (۱۶). وروم^۲ (۱۹۶۴) انگیزش درونی را پرداختن به یک فعالیت به خاطر خود فعالیت می داند. انگیزش درونی در ورزش شامل تهییج، تفریح، علاقه به عمل، فرصتی برای اثبات توانایی های خود، بهبود مهارت و لذت بردن از ورزش است (۱۷). تحقیقات متعدد نشان می دهند انگیزه های مختلف (تعامل اجتماعی، لذت و نشاط، پیشگیری و درمان، کاهش فشارهای روانی، کنترل وزن، روابط شغلی و زندگی، سلامتی و آمادگی جسمانی و ...) باعث گرایش به امر ورزش می شود (۲۰-۱۸). انگیزش بیرونی در جریان تقویت های مثبت و منفی که فرد از منابع بیرونی دریافت می کند، شکل می گیرد و تمایل به ورزش ناشی از انگیزه درونی است که با انگیزه بیرونی تقویت می شود (۲۱). در شناسایی ارتباط بین عوامل انگیزشی موثر بر مشارکت در برنامه های ورزشی، گووا و همکاران^۳ (۲۰۰۸) و نیشیدا^۴ (۲۰۰۷) تاکید دارند بین تمامی متغیرهای انگیزشی دانشجویان و شرکت آنان در فعالیت های ورزشی ارتباط مثبت معناداری وجود دارد (۲۲، ۲۳). لیندر و همکاران^۵ (۲۰۰۱) نشان دادند شرکت دانش آموزان و دانشجویان هنگ کنگی در فعالیت های بدنی و ورزشی

-
1. Enshel
 2. Veroom
 3. Goa et al
 4. Nishida
 5. Lindner et al

تحت تاثیر عوامل انگیزشی، موقعیتی و درون فردی است (۲۴). جعفری و همکاران (۲۰۱۰) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که دانشجویان دختر و پسر با انگیزه های مشابهی نظیر حفظ سلامتی، تناسب اندام، علاقه مندی به ورزش، تعامل اجتماعی، به فعالیت های ورزشی می پرداختند (۲۰). کاماردین^۱ و همکاران (۲۰۰۷) در پژوهشی نشان دادند لذت بردن از تمرین و کاهش استرس و فشار، اصلی ترین دلایل مشارکت دانشجویان دختر و پسر در فعالیت های حرکتی و ورزشی محسوب می شوند (۲۵). کیلپاتریک و همکاران^۲ (۲۰۰۵) انگیزه های دانشجویان دانشگاه های جنوب شرقی آمریکا را در مشارکت ورزشی و فعالیت بدنی، مسابقه، لذت بردن، با دوستان سپری کردن، رقابت طلبی، جذاب بودن، توصیه پزشک به ورزش کردن، پیشگیری از بیماری ها، چابکی، داشتن بدنی سالم، نشان دادن خود به دیگران، شناخت اجتماعی، قدرت و استقامت، کنترل وزن و کنترل استرس بیان کردند. همچنین نتایج تحقیقشان نشان داد که بین دانشجویان دختر و پسر در پنج انگیزه، مسابقه، رقابت طلبی، شناخت اجتماعی، قدرت و استقامت و کنترل وزن تفاوت معناداری وجود دارد. پسران در این پنج انگیزه، نمرات بالاتری را نسبت به دختران به خود اختصاص داده بودند. بین انگیزه سلامتی و کنترل وزن با میزان مشارکت ورزشی در هر دو جنس رابطه مثبتی یافت شد (۱۹). مطالعه اونگوس^۳ و همکاران (۲۰۰۹) در یکی از دانشگاه های یونان، بین جنسیت و نگرش به فعالیت های ورزشی دانشجویان رابطه معناداری نشان نداد (۲۶). رودریگوز و همکاران^۴ (۲۰۰۲) دریافتند میان گرایش به فعالیت بدنی منظم با انگیزه سلامتی جسمانی و ظاهر افراد ارتباط معناداری وجود دارد و دانشجویان دختر به طور قابل ملاحظه بیشتر از پسران، به حفظ وضعیت ایده آل و شکل ظاهری خود علاقه مند هستند (۲۷). سیراد و همکاران^۵ (۲۰۰۶) در تحقیق خود ۳ دسته عوامل موثر برای مشارکت هر دو جنس در برنامه های ورزشی شناسایی کردند که شامل رقابت، تناسب اندام و مزیت های اجتماعی برای پسران و مزیت های مهارتی، اجتماعی، رقابت و تناسب اندام برای دختران بود (۱۸). نتایج تحقیق قدرت نما و حیدری نژاد (۱۳۹۲) نشان داد کسب سلامتی، نشاط و تعامل اجتماعی با میزان فعالیت بدنی دانشجویان رابطه مثبت معنادار دارد (۲۸). قره و همکاران (۱۳۸۸) نشان دادند تداوم مشارکت ورزشی تحت شرایط مختلف با هر سطحی از مهارت، با برخی از عوامل انگیزشی مشارکت ورزشی دانشجویان

-
- 1 . Kamarudin et al
 2. Kilpatrick
 - 3 . Evangelos et al
 - 4 . Rodriguez et al
 5. Sirard. et al

به ویژه عوامل انگیزش درونی مرتبط است (۲۹). در تحقیق نوربخش و مزارعی (۱۳۸۵) یکی از انگیزه های مهم دانشجویان جهت مشارکت در برنامه های ورزشی، پیوند جویی و کار گروهی ذکر شده است.

علی رغم این که دانشجویان بخش وسیعی از افراد جامعه را تشکیل می دهند و سلامت جسمی و روانی آنان از اهمیت ویژه ای برخوردار است، اما ورزش و فعالیت بدنی در اوقات فراغت دانشجویان امروزی بسیار کم رنگ شده است. زیرا اکثر دانشجویان بیشتر وقت خود را صرف مطالعات درسی کرده و در اوقات فراغت خود زمان کمتری را به فعالیت بدنی اختصاص می دهند (۲۸). این امر در دراز مدت مشکلات جسمی و روانی بی شماری را برای آنان به بار خواهد آورد. در سال های اخیر توسعه ورزش همگانی و تفریحی و مشارکت بیشتر دانشجویان در فوق برنامه ورزشی دانشگاه ها به عنوان یکی از مسائل مهم جامعه علمی ورزش کشور در دستور کار وزارت علوم، تحقیقات و فناوری قرار گرفته است. در این راستا هدف تحقیق حاضر تحلیل عوامل انگیزش درونی موثر بر مشارکت دانشجویان در فعالیت های فوق برنامه ورزشی دانشگاه شهید چمران اهواز است. محقق امیدوار است نتایج این تحقیق به مدیران فوق برنامه ورزشی دانشگاه ها و مسئولین اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم کمک کند تا از طریق ارائه برنامه های ورزشی مورد علاقه دانشجویان به ارتقاء سلامت جسمانی و روانی این آینده سازان میهن اسلامی کمک نمایند.

روش پژوهش

این تحقیق از نظر روش تحلیلی پیمایشی و از نظر هدف کاربردی و به شکل میدانی انجام شده است. جامعه آماری تحقیق شامل کلیه دانشجویان دختر و پسر مقطع کارشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز (۶۸۸۶ دختر و ۴۴۰۴ پسر) در سال تحصیلی ۱۳۹۱-۱۳۹۲ بودند (N=۱۱۲۹۰). نمونه آماری بر اساس جدول کرجسی و مورگان شامل (۲۱۸ دختر و ۱۵۷ پسر) به روش تصادفی - طبقه ای برای هر گروه آموزشی تعیین شد (n=۳۷۵). ابزار جمع آوری داده ها شامل پرسشنامه ویژگی های فردی (سن، جنسیت، وضعیت تاهل، گروه آموزشی، سابقه ورزشی) و پرسشنامه محقق ساخته در پنج دسته عوامل انگیزشی (نشاط و شادابی، تعامل و شناخت اجتماعی، کسب سلامتی، پیشرفت در مهارت و رقابت ورزشی) بود. لازم به ذکر است پرسشنامه اولیه شامل ۳۳ سوال بود. روان سنجی پرسشنامه از طریق سه روش تحلیل سوال^۱، تعیین اعتبار^۲، و تعیین پایایی^۱ بررسی شد. در مرحله تحلیل سوالات با استفاده از درجه

1. Item analysis
2. Validity

دشواری^۲، ضریب تمیز^۳ و روش لوپ^۴ در نهایت ۲۲ سوال در قالب ۵ خرده مقیاس (نشاط و شادابی^۱، ۳، ۵)، خرده مقیاس (تعامل اجتماعی^{۱، ۴، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۶})، خرده مقیاس (کسب سلامتی^{۸، ۹، ۱۵، ۱۷، ۲۰})، خرده مقیاس (پیشرفت مهارت^{۶، ۷، ۱۸}) و خرده مقیاس (رقابت ورزشی^{۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲}) قرار گرفتند. روایی محتوایی و صوری پرسشنامه توسط دوازده تن از اساتید دانشکده تربیت بدنی دانشگاه چمران اهواز بررسی شد. روایی سازه به روش تحلیل عاملی اکتشافی و تاییدی بررسی و کفایت نمونه گیری ($KMO=0/۸۹$) محاسبه شد. پایایی پرسشنامه از روش آلفای کرونباخ $0/۸۰$ محاسبه شد. جدول ۱ نتایج همبستگی درونی عوامل انگیزشی پرسشنامه را نشان می‌دهد.

جدول ۱. نتایج ضریب همبستگی پیرسون برای همبستگی درونی عوامل انگیزشی پرسشنامه

عامل	۱	۲	۳	۴	۵
نشاط و شادابی	۱				
تعامل و شناخت اجتماعی	$0/۵۵^{**}$	۱			
کسب سلامتی	$0/۵۱^{**}$	$0/۷۱^{**}$	۱		
پیشرفت در مهارت	$0/۵۳^{**}$	$0/۶۷^{**}$	$0/۵۷^{**}$	۱	
رقابت ورزشی	$0/۱۹^{**}$	$0/۳۷^{**}$	$0/۳۵^{**}$	$0/۵۰^{**}$	۱

بر اساس نتایج جدول (۱) دامنه ضرایب همبستگی بین $0/۱۹$ (انگیزه رقابت ورزشی) تا $0/۷۱$ (انگیزه کسب سلامتی) متغیر است. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و آمار استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون، آزمون رتبه بندی فریدمن برای اولویت بندی عوامل انگیزشی و خرده مقیاس های عوامل پنجگانه) استفاده شد.

نتایج

یافته های تحقیق در دو بخش توصیفی و استنباطی ارائه می شود. همان گونه که در جدول ۲ مشاهده می شود اکثریت دانشجویان در رده سنی ۲۱-۲۳ سال و در گروه آموزشی علوم انسانی قرار دارند. هم چنین، تنها $۱۴/۴$ درصد دانشجویان در تیم های دانشگاه عضویت دارند. اولویت بندی عوامل درونی انگیزش موثر بر مشارکت در فعالیتهای فوق برنامه ورزشی در جدول ۳ ارائه شده است.

1. Reliability
2. Difficulty index
3. Discriminative index
4. Loop method

جدول ۲. توصیف مهمترین ویژگی های فردی آزمودنی ها

سن	درصد	جنسیت	درصد	ناهل	درصد	گروه آموزشی	درصد	سابقه ورزشی	درصد
۱۸-۲۰ سال	۳۴/۴	دختر	۵۸/۱	مجرد	۹۰/۹	علوم انسانی	۴۵/۳	عضویت در تیم دانشگاه	۱۴/۴
۲۱-۲۳ سال	۶۰/۵	پسر	۴۱/۹	متاهل	۸/۵	علوم پایه	۲۳/۵	عدم عضویت در تیم دانشگاه	۸۵/۱
۲۳-۲۶ سال	۵/۱	-	-	-	-	فنی و مهندسی	۱۴/۴	-	-
-	-	-	-	-	-	کشاورزی	۱۱/۲	-	-
-	-	-	-	-	-	دامپزشکی	۵/۳	-	-

همان گونه که در جدول ۳ مشاهده می شود انگیزه "کسب سلامتی با میانگین ۴/۹۹" و انگیزه "پیشرفت مهارت با میانگین ۱/۶۴" به ترتیب بیشترین و کمترین رتبه را به خود اختصاص می دهند. برای مشخص شدن تفاوت بین خرده مقیاس های عوامل انگیزش درونی از آزمون فریدمن استفاده شد که در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج آزمون فریدمن برای رتبه بندی عوامل انگیزش درونی مؤثر بر مشارکت در فوق برنامه ورزشی

عوامل	میانگین	رتبه ها	خی دو	درجه آزادی	سطح معنی داری
کسب سلامتی	۴/۹۹	۱			
تعامل و شناخت اجتماعی	۳/۳۲	۲			
رقابت ورزشی	۲/۶۹	۳	۹۱۴/۵۲	۴	۰/۰۰۱
نشاط و شادابی	۲/۳۶	۴			
پیشرفت در مهارت	۱/۶۴	۵			

بر اساس نتایج جدول ۴ در عامل کسب سلامتی، خرده مقیاس های "تندرستی با میانگین ۴/۷۵" و "توصیه پزشک با میانگین ۱/۹۷" به ترتیب بیشترین و کمترین رتبه را به خود اختصاص دادند. در عامل تعامل و شناخت اجتماعی، خرده مقیاس های "کسب آرامش روحی و روانی با میانگین ۳/۸۰" و "یافتن دوستان جدید با میانگین ۲/۰۸" به ترتیب بیشترین و

کمترین رتبه را به خود اختصاص دادند. در عامل رقابت ورزشی، خرده مقیاس‌های "مقام گرایی با میانگین ۲/۸۸" و "رقابت طلبی با میانگین ۲/۱۴" به ترتیب بیشترین و کمترین رتبه را به خود اختصاص دادند. در عامل نشاط و شادابی، خرده مقیاس‌های "کسب لذت و نشاط با میانگین ۲/۰۷" و "علاقه مندی به ورزش با میانگین ۱/۹۵" به ترتیب بیشترین و کمترین رتبه را به خود اختصاص دادند. در عامل پیشرفت در مهارت، خرده مقیاس‌های "پیشرفت مهارت ورزشی با میانگین ۲/۱۸" و "پیشرفت در امور درسی با میانگین ۱/۶۵" به ترتیب بیشترین و کمترین رتبه را به خود اختصاص دادند.

جدول ۴. نتایج آزمون فریدمن برای رتبه بندی مولفه های عوامل درونی انگیزش

سوال	میانگین رتبه ای	مولفه ها	
۹	۴/۷۵	تندرستی	
۸	۴/۵۸	کنترل وزن	
۲	۴/۳۱	تناسب اندام	عامل کسب سلامتی
۱۷	۲/۳۴	برطرف کردن ناهنجاری ها	
۱۵	۱/۹۷	توصیه پزشک	
۱۱	۳/۸۰	کسب آرامش روحی و روانی	
۱۰	۳/۵۷	افزایش اعتماد بنفس	
۱۳	۳/۴۰	احساس رضایتمندی	عامل تعامل و شناخت اجتماعی
۱۴	۳/۰۸	رهایی از کسالت و تنهایی	
۱۲	۲/۷۶	کنترل خشم و پرخاشگری	
۴	۲/۶۱	تعامل اجتماعی	
۱۶	۲/۰۸	یافتن دوستان جدید	
۲۰	۲/۸۸	مقام گرایی	
۲۱	۲/۸۵	گرایش به یک رشته ورزشی	عامل رقابت ورزشی
۲۲	۲/۱۴	عضویت در تیم دانشگاه	
۱۹	۲/۱۴	رقابت طلبی	
۱	۲/۰۷	کسب لذت و نشاط	عامل نشاط و شادابی
۳	۱/۹۷	تفریح و بازی	
۵	۱/۹۵	علاقه مندی به ورزش	
۷	۲/۱۸	پیشرفت مهارت ورزشی	عامل پیشرفت در مهارت
۶	۲/۱۷	یادگیری مهارت ورزشی جدید	
۱۸	۱/۶۵	پیشرفت در امور درسی	

بحث و نتیجه گیری

دانشگاه شهید چمران اهواز یکی از دانشگاه های جامع و بزرگ در منطقه جنوب غربی کشور است و هر ساله پذیرای دانشجویان بی شماری از سراسر کشور در مقاطع و رشته های مختلف تحصیلی است. بسیاری از این دانشجویان از محیط گرم خانه دور بوده و به دلیل سکونت در خوابگاه ها، علاوه بر مشکلات تحصیلی در معرض فشارها و استرس های روحی روانی زیادی قرار دارند. برای کاهش این فشار و ایجاد محیطی که دانشجو احساس آرامش و آسایش داشته باشد، وجود فعالیت های فوق برنامه ورزشی در دانشگاه ضروری به نظر می رسد. دانشجویان با شرکت در این فعالیت های ورزشی تفریحی هم از سلامت جسمی و روانی لازم برخوردار می شوند و در نهایت نیز به دلیل گرایش به ورزش و فعالیت بدنی زندگی آینده فعالی برای خود داشته باشند.

در ابتدای بحث ذکر این نکته ضروری است که در اکثر تحقیقات مرور شده، انگیزه های مشارکت ورزشی به طور کلی بررسی و اولویت بندی شده بود. بنابراین اولین یافته تحقیق حاضر با یافته های سایر تحقیقات مقایسه و بحث می شود. لیکن نقطه قوت تحقیق حاضر این است که خرده مقیاس های هر یک از انگیزه های ۵ گانه موثر بر مشارکت ورزشی دانشجویان نیز بررسی و اولویت بندی شده است که در ادامه با توجه به مبانی نظری توجیه و تفسیر می شوند.

اولین یافته تحقیق حاضر نشان داد از دیدگاه دانشجویان به ترتیب انگیزه های کسب سلامتی، تعامل و شناخت اجتماعی، رقابت ورزشی، نشاط و شادابی و پیشرفت در مهارت، نقش موثری در مشارکت آنان در فعالیت های فوق برنامه ورزشی دانشگاه دارد. این یافته با نتایج قدرت نما و همکاران (۱۳۹۰)، جعفری و همکاران (۲۰۱۰)، گرابس و کارتر (۲۰۰۲) همخوان است. زیرا این محققین هم بر انگیزه کسب سلامتی و حفظ آمادگی جسمانی در گرایش افراد به فعالیت بدنی منظم تاکید نموده اند. در توجیه منطقی این یافته و بر اساس مبانی نظری می توان گفت امروزه تاثیر مثبت فعالیت های بدنی بر سلامت جسمانی و روانی افراد امر مسلم و اثبات شده ای است تا به آن جا که اتخاذ سبک زندگی فعال به عنوان یک نیاز در جامعه ماشینی و صنعتی محسوب می شود. قشر دانشجو (به خصوص دانشجویان دختر) مانند سایر اقشار جامعه و هم چنین به دلیل حضور در کلاس های درس و انجام مطالعه و تحصیل، از فقر حرکتی رنج می برد. لذا طبیعی است مهمترین انگیزه آنان در مشارکت ورزشی حفظ سلامتی و کسب آمادگی جسمانی باشد. این یافته با نتایج جعفری (۱۳۸۹)، لی یو و همکاران (۲۰۱۱)، کاماردین و همکاران (۲۰۰۷)، کیلپاتریک و همکاران (۲۰۰۵)، ناهمخوان است. زیرا آنان انگیزه

های دیگر مثل کسب نشاط و احساس لذت، رقابت طلبی، دوست یابی، کسب هیجان و تخلیه انرژی را به عنوان مهمترین انگیزه در مشارکت ورزشی شناسایی کردند، از دلایل احتمالی ناهمخوانی می توان به تفاوت های فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و همچنین سن آزمودنی ها اشاره نمود.

از دیدگاه دانشجویان در بین خرده مقیاس های عامل کسب سلامتی، به ترتیب انگیزه های کسب سلامتی و تندرستی، کنترل وزن، تناسب اندام، برطرف کردن ناهنجاری ها و توصیه پزشک به ترتیب اهمیت قرار دارند. این نتایج با یافته های تحقیق قدرت نما و همکاران (۱۳۹۰)، جعفری و همکاران (۲۰۱۰)، کیلیپاتریک و همکاران (۲۰۰۵) همخوان است. در تمام این تحقیقات کسب سلامتی، تناسب اندام، پیشگیری از بیماری ها، چابکی، داشتن بدنی سالم، کنترل وزن، توصیه پزشک تاکید شده است. به علاوه، پژوهش رودریگوز و همکاران (۲۰۰۹) نشان داد دانشجویان دختر بیشتر از پسران و به طور قابل ملاحظه ای علاقه مند به حفظ وضعیت ایده آل و شکل ظاهری خود هستند. به طور کلی در سه دهه اخیر شعار ورزش برای همه، به صورت اصل بنیادی در اولویت برنامه های ورزشی اغلب کشورهای جهان پذیرفته شده است و تحقق آن به افزایش کیفیت شیوه های زندگی، میزان تفریح، شادابی و ارتقاء بهداشت و سلامتی افراد منجر خواه شد، لذا این بخش از یافته ها منطقی به نظر می رسد.

از دیدگاه دانشجویان در بین خرده مقیاس های عامل تعامل و شناخت اجتماعی، به ترتیب انگیزه های کسب آرامش روحی و روانی، افزایش اعتماد به نفس، احساس رضایتمندی، رهایی از کسالت و تنهایی، کنترل خشم و پرخاشگری، تعامل اجتماعی و یافتن دوستان جدید به ترتیب اهمیت قرار دارند. این یافته ها با نتایج تجاری و همکاران (۱۳۹۰)، قدرت نما و همکاران (۱۳۹۰)، قره و همکاران (۱۳۸۸)، نوربخش و مزارعی (۱۳۸۵)، جعفری و همکاران (۲۰۱۰) همخوان است. در تحقیقات مورد اشاره رهایی از کسالت و تنهایی، دوست یابی، پیوند جویی، تعامل اجتماعی و همراهی با گروه به عنوان انگیزه های درونی افراد جهت مشارکت در فعالیت های ورزشی تاکید شده است. در توجیه این یافته می توان گفت انگیزش درونی از خود فرد سرچشمه می گیرد. انگیزش درونی در ورزش شامل، تهییج، تفریح، علاقه به همراهی با گروه، فرصتی برای اثبات توانایی های خود، بهبود مهارت و لذت بردن از ورزش است

از دیدگاه دانشجویان در بین خرده مقیاس های عامل رقابت ورزشی، به ترتیب مقام گرایی، گرایش به یک رشته ورزشی، عضویت در تیم دانشگاه و رقابت طلبی به عنوان مهمترین انگیزه های درونی بیان شد. این یافته ها با نتایج قره و همکاران (۱۳۸۸)، جعفری و همکاران (۲۰۱۰)، نوربخش و مزارعی (۱۳۸۵)، کیلیپاتریک و همکاران (۲۰۰۵) همخوان است. تحقیقات

ذکر شده همگی رقابت طلبی و کسب مقام را به عنوان عاملی انگیزاننده برای شرکت در فعالیت های ورزشی اعلام کردند. لازم به ذکر است انگیزه افرادی که در ورزش های رقابتی شرکت می کنند، با انگیزه شرکت کنندگان در ورزش ها و فعالیت های تفریحی متفاوت است. افراد شرکت کننده در ورزش های رقابتی، روی منابع انگیزش بیرونی تمرکز دارند، در حالی که افراد شرکت کننده در فعالیت های تفریحی بیشتر روی انگیزه های درونی (سرگرمی، علاقه مندی و توسعه مهارت) متمرکز بودند

از دیدگاه دانشجویان در بین خرده مقیاس های عامل نشاط و شادابی، به ترتیب کسب لذت و نشاط، تفریح و بازی، علاقه مندی به ورزش به عنوان مهمترین انگیزه های درونی بیان شد. این یافته ها با نتایج قدرت نما و همکاران (۱۳۹۰)، قره و همکاران (۱۳۸۸)، جعفری و همکاران (۲۰۱۰)، رودرگوئیز و همکاران (۲۰۰۹)، کاماردین و همکاران (۲۰۰۷)، کیلیپاتریک و همکاران (۲۰۰۵) همخوان است. این تحقیقات کسب لذت و شادابی، تفریح، سرگرمی، علاقه مندی به ورزش را از انگیزه های مهم افراد جهت مشارکت در فعالیت های ورزشی ذکر نموده اند. یافته های اخیر حاکی از آن است که آثار ورزش بر سیستم هورمونی، پیامبرهای عصبی و سیستم شیمیایی خون، باعث تعدیل پاسخ بدن به تنش های خارجی می شود. در اثر ورزش منظم، مواد شبه مخدر مهمی در مغز و سیستم عصبی ساخته می شود که باعث ایجاد نشاط و سرزندگی و خوشحالی می گردد

از دیدگاه دانشجویان در بین خرده مقیاس های عامل پیشرفت مهارت، به ترتیب انگیزه های پیشرفت در مهارت ورزشی، یادگیری مهارت ورزشی جدید، پیشرفت در امور درسی از طرف دانشجویان به عنوان مهمترین انگیزه برای شرکت در فعالیت های فوق برنامه ذکر شده است. این یافته با نتایج تجاری و همکاران (۱۳۹۰)، قره و همکاران (۱۳۸۸) همخوان است، در این تحقیقات نیز کسب مهارت، توسعه و بهبود مهارت، حتی پیشرفت تحصیلی دانشجویان از انگیزه های مهم مشارکت در ورزش های تفریحی ذکر شده است.

در پایان می توان گفت دانشجویان به عنوان اصلی ترین سرمایه ی ملی و منبع جوشان رشد و توسعه ی اجتماعی و اقتصادی مخاطبان اصلی دانشگاه ها را تشکیل می دهند. جوانانی که باید نیازهای جسمی و روحی آنان را شناخت و راه های رشد و شکوفایی استعداد های آنان را هموار ساخت. در دانشگاه های بزرگ و معتبر جهان فعالیت های ورزش تفریحی جزئی از برنامه زندگی روزانه دانشجویان است و ورزش دانشگاهی مکمل زندگی اجتماعی و فرهنگی آنان به حساب می آید. نتایج تحقیق حاضر نشان داد اگر چه درصد کمی (۱۴/۴٪) از دانشجویان دانشگاه شهید چمران در فعالیت های فوق برنامه ورزشی دانشگاه مشارکت دارند، ولی انگیزه

های درونی مثل کسب سلامتی، تعامل و شناخت اجتماعی، رقابت ورزشی، نشاط و شادابی و پیشرفت در مهارت در میزان مشارکت آنان موثر است. در این جا توجه به این نکته ضروری است که از یک طرف، برای مشارکت در فعالیت های ورزشی هر دو منبع انگیزه های درونی و بیرونی دارای اهمیت هستند، ولی در نهایت این انگیزه ی درونی است که باعث تداوم و استمرار عادت ها و رفتارهای ورزشی می شود و انگیزه درونی زمانی به بیشترین حد خود می رسد که فرد احساس شایستگی کند و نسبت به محیط خود دارای خود مختاری باشد، از طرف دیگر با توجه به این که در سال های اخیر توجه به توسعه ورزش همگانی تفریحی در دانشگاه ها از طرف وزارت علوم بیشتر شده است، مدیران فوق برنامه ورزشی در دانشگاه باید برای جذب اعتبارات بیشتر در این زمینه تلاش نمایند و فضاها، امکانات و تجهیزات ورزشی به همراه برنامه ریزی مناسب را فراهم نمایند تا از طریق تقویت عوامل انگیزشی بیرونی، دانشجویان با توجه به علائق، نیازها و انگیزه هایشان بتوانند از مزایا و فواید جسمانی روانی اجتماعی فعالیت های ورزشی فوق برنامه دانشگاه بهره مند شوند. پیام نهایی تحقیق حاضر این که سلامت دانشجویان به عنوان فرهیختگان علمی و چار چوب اصلی پیکره جامعه جوان جهت ایفای نقش های فردی، علمی و اجتماعی حائز اهمیت است و انجام فعالیت های ورزشی تفریحی در کنار علم اندوزی می تواند در یادگیری و پیشرفت تحصیلی آنان تاثیر قابل توجهی داشته باشد. بنابراین توجه خاص مدیران عالی به ویژه مدیران ورزش دانشگاهی را می طلبد.

منابع

۱. رحمانی فیروزجاه علی، شارع پور محمود، رضایی پاشا صدیقه. سنجش تمایز سرمایه اجتماعی جوانان با محوریت مشارکت ورزشی مطالعه موردی: دانشجویان ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه مازندران. فصلنامه جامعه شناسی مطالعات جوانان. ۱۳۹۰؛ ۲(۲): ۶۲-۳۷.
2. Chen, Jun. International Conference on Physics Science and Technology: Physics Procedia (22). (2011). PP: 610 ° 615.
۳. فتحی سروش. تبیین جامعه شناختی مشارکت ورزشی دانشجویان. پژوهش نامه علوم اجتماعی. ۱۳۸۸؛ ۳(۴): ۱۴۵-۱۷۳.
۴. کیانی خسرو. بررسی دیدگاه و علائق دانشجویان دانشگاه تهران در خصوص ورزش همگانی. پایان نامه کارشناسی ارشد: دانشگاه تهران؛ ۱۳۸۸. ص ۴۲.
۵. خداداد کاشی حمید. تعیین اثر بخشی فعالیت های ورزشی فوق برنامه دانشگاه های تهران

- و ارائه الگوی اثربخش. رساله دکتری تربیت بدنی و علوم ورزشی: دانشگاه تربیت مدرس؛ ۱۳۸۴. ص ۹۴.
۶. مقصودی ایمن حمید رضا، هادوی فریده، ابراهیمی مهدی، اسماعیلی محمد. تحلیل وضعیت هزینه کرد بودجه در برنامه های فوق برنامه ی ورزشی دانشگاه های ایران. پژوهش نامه مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی. ۱۳۹۰؛ ۷(۴): ۵۰-۳۱.
۷. سایت وزارت علوم تحقیقات و فناوری، www.msrt.ir
۸. تجاری فرشاد، اسماعیلی غلامرضا، حجت خواه الهه. مزایای اجتماعی ورزشهای فوق برنامه. همایش ملی دستاوردهای جدید علمی در توسعه ورزش و تربیت بدنی؛ ۱۳۹۰؛ دانشگاه گیلان.
9. Dimtror, L. National sport academy vassillevski: Students Kingaurd, Sofia. Bulgarian. 2007: 35-42.
۱۰. سایت دانشگاه بریستول، www.gly.bristol.ac.uk.
۱۱. سایت دانشگاه بیرمنگام، www.birmingham.ac.uk.
12. Donlud, wig. Lyon university center of recreational sport. 2007: 18-24.
۱۳. سایت دانشگاه کنت، www.kent.ac.uk/sport.
۱۴. نوریخش پریوش، مزارعی ابراهیم. مقایسه انگیزش شرکت دانش آموزان و دانشجویان پسر ورزشکار در فعالیت های ورزشی و رابطه آن با هدف گرایی ورزشی آنان. فصلنامه المپیک. ۱۳۸۵؛ ۲(۳۴): ۳۱-۴۲.
۱۵. عزیزی بیستون، جلالی فراهانی مجید، خبیری محمد. بررسی نگرش دانشجویان ساکن در خوابگاههای دانشگاه تهران به ورزش همگانی. مدیریت ورزشی. ۱۳۹۰؛ ۸(۸): ۷۵-۹.
۱۶. جارویس مت. روانشناسی ورزشی. ترجمه: علی خواجهوند. تهران، انتشارات کوثر؛ ۱۳۷۹.
17. Verroom, N. Psychosocial aspects of physical education (Basic Stuff Series I) : Journal of Sport Science. 1964. Vol7 :19-25.
18. Sirard J R, Karin A. Pfeiffer, R P. Motivational factors associated with sports program participation in middle school students: Journal of Adolescent Health. 2006. Vol3 :696° 703.

19. Kilpatrick, M; Hebert, E; Bartholomew, J: College Students Motivation for Physical Activity: Differentiating Men s and Women s Motives for Sport Participation and Exercise. *Journal of American College Health*. 2005; vol (54). No (2) :87-94.
20. Jafari Siavashani, F; Ghadimi, B; Behaeen, B; Jafari , F; Same, H: Study of Student Motivation for Doing Physical Activities (Health-Related Factors Against Physical Appearance Related Factors). *World Applied Sciences Journal*. 201; vol (10).No (2): 322-326.
۲۱. ریو جان مارشال. انگیزش و هیجان. ترجمه: یحیی سید محمدی. تهران، انتشارات ویرایش: ۱۹۸۷.
22. Goa, Z. Xiang, P. Lee, A. M. & Harrison, L: Self-efficacy and outcome expectancy in beginning weight training class: their relations to student s behavioral intention and actual behavior. *Research quarterly for exercise and sport*. 2008; Vol(79).No(1). :92-100.
23. Nishida, T: Relations of participation motives with number of golf round and will to continue playing golf. *Psychological reports*. 2007; Vol (101). No (2): 525-526.
24. Lindner, K, J. Kerr, J .H: Meta Motivational orientation in sport participations and non-participants. *personality and individual difference*. 2001;30(5): 759-773.
25. Kamarudin, K. Fauzee, M. S: Attitudes Toward physical among college students. *Pakistan. journal of psychological research*, summer: 22, academic research library. 2007: 43-58.
26. Evangelos, B. Panagiotis, A: Gender differences on attitudes, computer use and physical activity among Greek university students. *Journal of educational Technology-Tojet*. 2009; Vol (8), No (2): 74-89.
27. Rodriguez, R.G. Boned-Pascual, C. Garrido-Munoz. M: Reasons for and Barriers to exercising and sport participation in Madrid. *Pan American Journal of Public Health*. 2009; Vol (26). No (3): 171-188.

۲۸. قدرت نما اکبر، حیدری نژاد صدیقه. رابطه انگیزه مشارکت ورزشی با فعالیت بدنی دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز. نشریه مطالعات مدیریت ورزشی. ۱۳۹۲؛(۱۸): ۱۸۹-۲۰۲.

۲۹. قره محمد علی، توکلی محمد حسن، محمدی جعفر، عرب نرمی زهرا. مقایسه عوامل انگیزشی مشارکت منظم دانشجویان در فعالیت های بدنی (به تفکیک جنسیت و خودکارآمدی). پژوهش در علوم ورزشی. ۱۳۸۸؛(۲۵): ۱۶۲-۱۵۱.

