



انتشارات موجك

# از تا خارج باي پارش



ابراهيم قرباني  
يعقوب بدري آذرین



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ  
مَا أَعْشَى وَمَا أَخْفَى

اللَّهُمَّ اغْلِقْ عَلَى الْجَاهِلِيَّةِ  
وَأَعْلَمْ عَلَى الْمُجْتَمِعِ  
الْمُسْلِمِ  
اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَّعَلَّمْ  
عَلَى أَهْلِ الْمَدِينَةِ  
وَأَهْلِكَ أَهْلَ الْمَدِينَةِ  
وَأَهْلِكَ أَهْلَ الْمَدِينَةِ



ورزش برای همه

از تئوری تا کاربرد

تالیف :

ابراهیم قربانی

دکتر یعقوب بدربی آذرین



انتشارات موجک



سرشناسه ۱۳۵۸: قربانی، ابراهیم،

عنوان و نام پدیدآور: ورزش برای همه، از تئوری تا کاربرد / تالیف: ابراهیم قربانی، دکتر یعقوب بدربی آذرین.

مشخصات نشر: تهران: انتشارات موجک، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری: ۱۱۹ ص؛ وزیری.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۳۰۷-۲۲-۸ : ۱۵۰۰۰ ریال.

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

موضوع: ورزش همگانی

موضوع: Sport for all\*

موضوع: ورزش همگانی -- نمونه پژوهی

موضوع: Sport of all -- Case studies\*

شناسه افزوده: دکتر یعقوب بدربی آذرین

G ۱۳۹۵: ۴ و ۳۶ ق / ۷۳۴۱

رده بندی کنگره: ۷۱/۶۱۳:

رده بندی دیوبی: ۴۲۳۰۵۳۰

شماره کتابشناسی ملی: ۴۲۳۰۵۳۰

### انتشارات موجک

مدیر مسئول: دکتر مجید رستمی بشمنی

تلفن مرکز پخش: ۰۹۰۱۷۶۷۲۵۰۲ - ۰۲۱۶۶۱۲۷۵۹۳

Email: mojakpublication@yahoo.com

Web: www.mojak.ir



عنوان: ورزش برای همه، از تئوری تا کاربرد

تالیف: ابراهیم قربانی، دکتر یعقوب بدربی آذرین

مشخصات ظاهری: ۱۱۹ صفحه، قطع وزیری

چاپ اول: بهار ۱۳۹۵

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد - قیمت: ۱۵۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۳۰۷-۲۲-۸

حقوق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است.

# فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱	سخن مولف
بخش اول: ورزش همگانی و عوامل تاثیر گذار در آن	
۵	فصل اول: ورزش همگانی
۵	۱- تعریف و مفهوم ورزش همگانی
۷	۲- فلسفه ورزش همگانی
۷	۳- تاریخچه ورزش‌های همگانی
۸	۴- تاریخچه فدراسیون ورزش‌های همگانی جمهوری اسلامی ایران
۱۰	۵- انگیزه‌های مردم به ورزش همگانی
۱۱	۶- مروری بر وضعیت ورزش‌های همگانی در چند کشور جهان
۱۳	فصل دوم: انگیزش، گرایش و نگرش
۱۳	۱- انواع انگیزش
۱۳	۱-۱- انگیزش داخلی
۱۳	۱-۲- انگیزش بیرونی
۱۴	۲- جنبه‌های متفاوت انگیزش
۱۴	۲-۱- جنبه‌های انسان شناسی
۱۴	۲-۲- جنبه‌های روانی - اجتماعی

۱۵.....	۲-۲-۳ جنبه‌های تاریخی - فرهنگی
۱۵.....	۲-۲-۴ جنبه‌های مربوط به سلامت
۱۵.....	۲-۳ تعریف گرایش
۱۷.....	۲-۴ گرایشات چطور شکل می‌گیرند؟
۱۸.....	۲-۵ گرایشات چطور بر رفتار تأثیر می‌گذارد؟
۱۹.....	۲-۶ تغییر گرایشات
۱۹.....	۲-۷ دو نظریه معروف مربوط به گرایش
۱۹.....	۲-۷-۱ نظریه فیش باین و آیزن
۲۱.....	۲-۷-۲ نظریه ساپ و هارود
۲۱.....	۲-۸ نگرش

۲۳.....	فصل سوم: نقش شخصیت، سرمایه اجتماعی و نهادهای جامعه پذیری در گرایش به ورزش
۲۳.....	۳-۱ والدین
۲۴.....	۳-۲ مدرسه
۲۴.....	۳-۳ دوستان
۲۵.....	۳-۴ ساخت قدرت در خانواده
۲۵.....	۳-۵ سرمایه اجتماعی
۲۶.....	۳-۶ انسجام اجتماعی
۲۸.....	۳-۷ اعتماد اجتماعی
۲۸.....	۳-۸ ساختارهای اعتماد
۲۹.....	۳-۹ اهمیت و کارکرد اعتماد
۳۰.....	۳-۱۰ ویژگیهای شخصیتی
۳۱.....	۳-۱۱ خود اثر بخشی
۳۳.....	۳-۱۲ تقدیر گرایی

۳۵	۱۳-۳ نقش رسانه در گسترش ورزش‌های همگانی.....
۳۵	۱۳-۱ رسانه‌ها در ایران و توسعه ورزش همگانی .....
۳۶	۱۳-۲ تلویزیون عاملی مؤثر در توسعه ورزش‌های همگانی در بین افراد جامعه .....
۳۷	۱۴-۳ سیزده مانع رشد ورزش همگانی در ایران .....

## بخش دوم: مطالعه موردی: بررسی عوامل تاثیر گذار در گرایش شهروندان مرد تبریزی به ورزش همگانی

۴۳	فصل چهارم: کلیات تحقیق.....
۴۳	۱-۴ مقدمه .....
۴۴	۲-۴ بیان مساله .....
۴۹	۱-۴-۲-۱ جنبه‌های آسیب زایی اوقات فراغت .....
۴۹	۱-۴-۲-۲ خصوصی شدن اوقات فراغت در ایران.....
۵۰	۱-۴-۲-۳ فردی شدن فراغت و غلبه گرایش‌های فردگرایانه .....
۵۱	۱-۴-۲-۴ رواج فراغتهای منفعل و ضرورت سیاستگذاری جدید .....
۵۲	۱-۴-۳ ضرورت و اهمیت موضوع .....
۵۶	۱-۴-۴ اهداف پژوهش .....
۵۷	۱-۴-۵ فرضیه‌های تحقیق .....
۵۷	۱-۴-۶ محدودیت‌های تحقیق .....
۵۹	فصل پنجم: پیشینه تحقیق .....
۵۹	۱-۵ تحقیقات داخلی .....
۶۶	۱-۵-۲ تحقیقات خارجی .....

۷۱	فصل ششم: روش پژوهش
۶-۱	۶-۱ مقدمه
۷۱	۶-۲ جامعه آماری، نمونه و روش آمارگیری
۷۱	۶-۲-۱ جامعه آماری
۷۱	۶-۲-۲ نمونه آماری
۷۲	۶-۲-۳ روش نمونه‌گیری
۷۲	۶-۳ ابزارهای گردآوری داده‌ها
۷۴	۶-۴ روش پژوهش
۷۴	۶-۵ روش آماری
۷۴	۶-۶ نحوه تجزیه و تحلیل داده‌ها
۷۵	۶-۷ متغیرهای تحقیق
۷۷	فصل هفتم: تجزیه و تحلیل داده‌ها
۷۷	۷-۱ مقدمه
۷۷	۷-۲ تجزیه و تحلیل متغیرهای جمعیت شناختی
۷۷	۷-۲-۱ توزیع فراوانی وضعیت تاہل
۷۸	۷-۲-۲ توزیع فراوانی وضعیت اشتغال
۷۹	۷-۲-۳ توزیع فراوانی محل سکونت فعلی
۸۰	۷-۲-۴ توزیع فراوانی تعداد اعضای خانواده
۸۱	۷-۲-۵ توزیع فراوانی تعداد اعضای بیکار خانواده
۸۱	۷-۲-۶ توزیع فراوانی سرپرست خانواده
۸۲	۷-۲-۷ توزیع فراوانی سطح تحصیلات
۸۳	۷-۲-۸ توزیع فراوانی درآمد خانوار
۸۴	۷-۲-۹ شاخص‌های توصیفی سن

۷-۳	شاخص‌های توصیفی متغیرها	85
۷-۴	بررسی نرمال بودن توزیع نمرات متغیرها	87
۷-۵	بررسی میزان متغیرهای مستقل	88
۷-۶	فرضیه‌های پژوهش	89
 فصل هشتم: بحث و نتیجه گیری		 95
۸-۱	مقدمه	95
۸-۲	فرضیه اول	95
۸-۳	فرضیه دوم	97
۸-۴	فرضیه سوم	98
۸-۵	فرضیه چهارم	98
۸-۶	فرضیه پنجم	99
۸-۷	فرضیه ششم	99
۸-۸	فرضیه هفتم	100
۸-۹	فرضیه هشتم	101
۸-۱۰	فرضیه نهم	103
۸-۱۱	فرضیه دهم	104
۸-۱۲	محدودیت‌های تحقیق	106
۸-۱۳	پیشنهادهای کاربردی	107
۸-۱۴	پیشنهادهای پژوهشی	109
۸-۱۵	پیشنهادهای کلی در زمینه ورزش همگانی	110
 منابع		113
منابع فارسی		113



## سخن مولف

در طی سالهای اخیر توجه به فعالیت‌های ورزشی همگانی بدلیل نقش و جایگاه ویژه آن در توسعه و اعتلای فرد و جامعه در کانون توجه دولتها و مؤسسات عمومی بوده است. از این رو در کشور ما نیز ضرورت پرداختن به این مهم و توسعه آن نسبت به گذشته بیش از پیش احساس می‌شود که همین مساله باعث گردیده اقداماتی قانونی و عملی در این خصوص انجام و امکاناتی توسط نهادهای ذیربط و از جمله شهرداری‌ها ایجاد شود که احداث ایستگاههای سلامت از آن جمله می‌باشد لیکن بنا به دلایلی هنوز این مسأله در کشور ما نهادینه نشده و آمار و ارقام بیانگر عدم همه گیر شدن ورزش در بین اقسام مختلف مردم می‌باشد. بنابراین در این تحقیق بر آن هستیم تا با بررسی ده عامل مهمی که می‌توانند تأثیراتی مثبت و منفی در گرایش مردم به ورزش همگانی داشته باشند و ارایه راهکارهای عملی در رابطه با نحوه تأثیر مثبت این عوامل در گرایش به ورزش، ارگانها و موسسات متولی امر توسعه ورزش همگانی برنامه‌ریزی‌های لازم را برای تقویت عوامل مثبت و کاستن و از بین بردن عوامل منفی بکار گیرند، چرا که هر برنامه‌ریزی و اقدامی در صورتی که بر یک شناخت علمی و منطقی و واقعی استوار نباشد نتایج مثبتی را به همراه داشته باشد. امید است که تحقیق حاضر بتواند در شناسایی دقیق این عوامل موفق بوده و در برنامه‌ریزی‌های شهری به عنوان پایه‌ای قابل اتكا مورد بهره برداری قرار گیرد.

ابراهیم قربانی، دکتر یعقوب بدربی آذرین

بهار ۱۳۹۵



انتشارات موجک

ISBN: 978-600-8307-22-8  
9 786008 307228

