

چکیده:

هدف از تحقیق حاضر فراتحلیل موانع موثر بر مشارکت در فعالیت های ورزشی زنان ایرانی بین سال های ۱۳۸۵ تا ۱۳۹۵ بود. روش تحقیق از نظر هدف کاربردی است و به دلیل بکارگیری روش فراتحلیل و با توجه به ماهیت داده ها در زمره پژوهش های کمی و کیفی قرار می گیرد. جامعه آماری این پژوهش شامل پایان نامه ها و مقاله های انجام شده در حوزه موانع مشارکت در فعالیت های ورزشی زنان ایرانی در بین سال های ۱۳۹۵-۱۳۸۵ شامل مقالات، پایان نامه ها و طرح های پژوهشی فارسی زبان موجود پایگاه های علمی و همایش ها و همچنین پایگاه های علمی بین المللی به تعداد ۹۳۵ پژوهش که از میان آنها ۱۸ پژوهش انتخاب شدند. جهت ارزیابی کیفیت مطالعات از چک لیست ارزیابی مطالعات کمی استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل مطالعات و داده ها از روش فراتحلیل استفاده شد و نتایج نشان داد بیشترین موانع ورزشی زنان که در مطالعات مطرح شده مربوط به عوامل تبلیغاتی (۶۲٪)، عدم وجود مربی با تجربه (۶۱/۸٪) و محدودیت زمانی ۵۶/۱٪ بوده است. کمترین عوامل مرتبط به عوامل علمی ۲/۹٪، فنی ۶/۳٪، و عوامل فردی ۱۰/۶٪ بود. همچنین براساس نتایج مطالعات مختلف عوامل زمانی، ساختاری و فرهنگی به ترتیب بیشترین همبستگی با عدم شرکت در فعالیت های ورزشی را داشتند. عوامل اجتماعی، تجهیزات و عوامل فردی نیز کمترین همبستگی با عدم شرکت در فعالیت های ورزشی داشتند. با توجه به یافته های پژوهش به طور کلی می توان نتیجه گرفت که با شناسایی موانع موثر بر مشارکت ورزشی زنان موجود در مطالعات و ترکیب و تلخیص موانع و در اختیار قرار دادن نتایج پژوهش به مراکز تحقیقاتی و برنامه ریزی بتوان گام هایی را برای از بین بردن موانع و افزایش مشارکت زنان در فعالیت های ورزشی برداشت.

واژگان کلیدی: فراتحلیل، موانع، مشارکت، فعالیت ورزشی، زنان ایرانی

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱	فصل اول.....
۱	کلیات پژوهش.....
۲	۱-۱-مقدمه.....
۴	۲-۱-بیان مسئله.....
۶	۳-۱-اهمیت و ضرورت انجام تحقیق.....
۸	۴-۱-اهداف تحقیق.....
۸	۴-۱-۱-هدف کلی.....
۸	۴-۱-۲-اهداف اختصاصی.....
۸	۵-۱-سوال های تحقیق.....
۸	۶-۱-قلمرو تحقیق.....
۸	۶-۱-۱-قلمرو موضوعی.....
۹	۶-۱-۲-قلمرو زمانی.....
۹	۶-۱-۳-قلمرو مکانی.....
۹	۷-۱-محدودیت های تحقیق.....
۹	۸-۱-تعریف واژه ها و اصطلاحات تحقیق.....
۹	۸-۱-۱-ورزش.....
۹	۸-۱-۲-مشارکت ورزشی.....
۹	۸-۱-۳-موانع.....
۱۰	۸-۱-۴-فرا تحلیل.....
۱۱	فصل دوم.....
۱۱	پیشینه تحقیق.....
۱۲	۱-۲-مقدمه.....
۱۲	۲-۲-مبانی نظری تحقیق.....
۱۲	۲-۲-۱-تعریف ورزش.....
۱۲	۲-۲-۲-زن و ورزش.....
۱۳	۲-۲-۳-تعریف مشارکت.....

۱۴	۴-۲-۲- مفهوم فعالیت های ورزشی.....
۱۴	۵-۲-۲- تعریف موانع و عوامل بازدارنده.....
۱۴	۶-۲-۲- مدل های عوامل بازدارنده.....
۱۴	۱-۶-۲-۲- مدل موانع مشارکت ورزشی کراوفورد، جکسون و گادبی.....
۱۵	۲-۵-۲-۲- مدل سلسله مراتبی جکسون و همکاران.....
۱۶	۳-۵-۲-۲- الگوی استقلال مشارکت.....
۱۶	۶-۲-۲- عوامل بازدارنده در مشارکت ورزشی بانوان.....
۱۶	۷-۲-۲- فراتحلیل.....
۱۷	۱-۷-۲-۲- تعریف فراتحلیل.....
۱۸	۲-۷-۲-۲- تاریخچه فراتحلیل.....
۱۹	۳-۷-۲-۲- ضرورت انجام فراتحلیل.....
۲۱	۴-۷-۲-۲- هدف پژوهش های فراتحلیلی.....
۲۱	۵-۷-۲-۲- انواع تحلیل های مورد نیاز.....
۲۲	۶-۷-۲-۲- اندازه اثر.....
۲۳	۷-۷-۲-۲- محاسبه اندازه اثر.....
۲۳	۸-۷-۲-۲- روش های فراتحلیل.....
۲۶	۹-۷-۲-۲- امتیازات فراتحلیل.....
۲۷	۱۰-۷-۲-۲- ویژگی های فراتحلیل.....
۲۸	۱۱-۷-۲-۲- کارکرد فراتحلیل.....
۳۰	۱۲-۷-۲-۲- مراحل فراتحلیل.....
۳۲	۳-۲- پیشینه تحقیق.....
۳۲	۱-۳-۲- پیشینه داخلی موانع مشارکت زنان.....
۳۴	۲-۳-۲- پیشینه خارجی موانع مشارکت زنان.....
۳۵	۳-۳-۲- پیشینه داخلی فراتحلیل.....
۳۶	۴-۳-۲- پیشینه خارجی فراتحلیل.....
۳۷	۵-۳-۲- جمع بندی.....
۳۸	فصل سوم
۳۸	روش شناسی تحقیق

۳۹	۱-۳- مقدمه.....
۳۹	۲-۳- روش تحقیق.....
۳۹	۳-۳- جامعه آماری.....
۳۹	۴-۳- نمونه آماری، حجم نمونه، روش نمونه گیری.....
۳۹	۵-۳- ابزار اندازه گیری.....
۳۹	۶-۳- استخراج اطلاعات.....
۳۹	۷-۳- استراتژی جستجو.....
۴۰	۸-۳- ملاک های ورود و خروج مطالعات.....
۴۰	۹-۳- روش تجزیه و تحلیل داده ها.....
۴۲	فصل چهارم
۴۲	تجزیه و تحلیل داده ها
۴۳	۱-۴- مقدمه.....
۴۳	۲-۴- یافته های توصیفی.....
۴۳	۱-۲-۴- آمار توصیفی تحقیقات برگزیده شده در فراتحلیل.....
۴۶	۲-۲-۴- یافته های توصیفی متغیرهای دموگرافیک (جمعیت شناختی) در تحقیقات مورد بررسی.....
۴۶	۱-۲-۲-۴- سن.....
۴۷	۲-۲-۲-۴- سطح تحصیلات.....
۴۸	۳-۲-۲-۴- شغل.....
۴۹	۴-۲-۲-۴- وضعیت تاهل.....
۵۰	۵-۲-۲-۴- تعداد فرزند.....
۵۰	۳-۴- سوالات تحقیق.....
۵۰	۱-۳-۴- موانع مشارکت در فعالیت های ورزشی زنان در پژوهش های انجام شده کدامند؟.....
۵۰	۲-۳-۴- اندازه اثر موانع مشارکت در فعالیت های ورزشی زنان در پژوهش های انجام شده چگونه است؟.....
۵۴	۳-۳-۴- میزان ارتباط بین هر یک از موانع با مشارکت در فعالیت های ورزشی زنان در پژوهش های انجام شده چگونه است؟.....
۵۶	۵-۴-۳-۳-۴- چگونه است؟.....
۵۷	فصل پنجم
۵۷	نتیجه گیری و پیشنهادها
۵۸	۱-۵- مقدمه.....

۵۸.....	۲-۵-خلاصه تحقیق.....
۵۹.....	۳-۵-بحث و نتیجه گیری.....
۵۹.....	۱-۳-۵-بحث و نتیجه گیری سوال اول تحقیق.....
۵۹.....	۲-۳-۵-بحث و نتیجه گیری سوال دوم تحقیق.....
۶۱.....	۳-۳-۵-بحث و نتیجه گیری سوال سوم.....
۶۱.....	۴-۵-پیشنهادات.....
۶۱.....	۵-۵-محدودیت های مطالعه.....
۶۳.....	منابع و مآخذ.....

فهرست جداول

عنوان	صفحه
جدول ۱-۲: فرمول های تبدیل شاخص ها به I.....	۲۴
جدول ۲-۲: فرمول های تبدیل شاخص ها به d.....	۲۵
جدول ۳-۲: تفسیر اندازه اثر کوهن (آنکم، ۲۰۰۵).....	۲۵
جدول ۱-۴: ویژگی مطالعات یافت شده در مرور سیستماتیک موانع فعالیت های ورزشی در زنان.....	۴۴
جدول ۲-۴: وضعیت افراد مورد بررسی به تفکیک سن.....	۴۶
جدول ۳-۴: وضعیت افراد مورد بررسی به تفکیک سطح تحصیلات.....	۴۷
جدول ۴-۴: وضعیت افراد مورد بررسی به تفکیک شغل.....	۴۸
جدول ۵-۴: وضعیت افراد مورد بررسی به تفکیک وضعیت تاهل.....	۴۹
جدول ۶-۴: وضعیت افراد مورد بررسی به تفکیک تعداد فرزند.....	۵۰
جدول ۷-۴: موانع مشارکت در فعالیت های ورزشی زنان.....	۵۱
جدول ۸-۴: میانگین فراوانی نسبی برآورد شده هریک از عوامل بازدارنده فعالیت های ورزشی زنان به روش متآنالیز.....	۵۵
جدول ۹-۴: همبستگی بین هریک از عوامل بازدارنده با مشارکت در فعالیت های ورزشی زنان به روش متآنالیز.....	۵۶

فهرست اشکال

عنوان	صفحه
شکل ۱-۲: مدل هرمی موانع سه گانه ی مشارکت از نظر کراوفورد و همکاران (۱۹۹۱).....	۱۵
شکل ۲-۲: الگوی استقلال مشارکت (ماننل وهوب بارت، ۲۰۰۱).....	۱۶
شکل ۳-۲: مراحل انجام فراتحلیل.....	۳۱
شکل ۱-۴: نمودار میله‌های وضعیت افراد مورد بررسی به تفکیک سن.....	۴۶
شکل ۲-۴: نمودار میله‌های وضعیت افراد مورد بررسی به تفکیک سطح تحصیلات.....	۴۷
شکل ۳-۴: نمودار میله‌های وضعیت افراد مورد بررسی به تفکیک شغل.....	۴۸
شکل ۴-۴: نمودار میله‌های وضعیت افراد مورد بررسی به تفکیک وضعیت تاهل.....	۴۹
شکل ۵-۴: نمودار میله‌های وضعیت افراد مورد بررسی به تفکیک تعداد فرزندان.....	۵۰

فصل اول

کلیات پژوهش

ورزش به عنوان یکی از فعالیتهای فراغتی از نوع فعال، نقش تعیین کننده ای در حفظ سلامت جسمی و روانی انسانها دارد. داشتن یک زندگی سالم مستلزم تحرک و فعالیتهای جسمی است (صفانیا، ۱۳۸۰). امروزه، تفریح و چگونگی گذران اوقات فراغت وسیله ای مؤثر برای پرورش قوای فکری، جسمی و اخلاقی افراد است و عاملی نیز برای جلوگیری از کجروی های اجتماعی به شمار می آید. اوقات فراغت حساس ترین، ارزشمندترین و پربارترین اوقات زندگی آدمی است. این اوقات مانند شمشیر دو لبه ای هست که یک لبه ی آن می تواند زمینه ساز خلاقیت و هنرآرایی و لبه ی دیگر آن می تواند عاملی در جهت گرایش به بزهکاری و آسیب اجتماعی باشد (تندنویس، ۱۳۷۵).

ورزش یکی از شیوه هایی است که افراد می توانند با استفاده از آن بر فشارهای جسمی، روانی و اجتماعی فایز آیند. تحقیقات نشان داده است افرادی که به طور منظم به ورزش می پردازند، کمتر از دیگران دچار ناراحتی های قلبی عروقی شده، فشارهای عصبی کمتری را تحمل می کنند و از اعتماد به نفس بیشتری برخوردارند، آنها نسبت به زندگی خوشبین تر بوده و کمتر دچار افسردگی می شوند (وریکر و همکاران، ۲۰۰۹).

امروزه ورزش زنان به عنوان یکی از موضوعات اساسی در حیطه ورزش مطرح است این مسئله به دلیل ویژگی جسمانی زنان است. تحقیقات نشان داده است که پرداختن به ورزش و فعالیت بدنی در زنان تاثیر عمیقی بر دوران بارداری، شیردهی و همچنین سلامتی در دوران کهن سالی خواهد گذاشت با وجود نقش مهم ورزش در سلامت زنان هنوز جامعه ایران به اهمیت و ضرورت ورزش در بین دختران که مادران آینده جامعه محسوب می شوند و سلامت افراد جامعه آینده در گرو سلامتی آنان است، پی نبرده است به عبارت دیگر عدم تحرک جسمانی دختران و بانوان یعنی محروم شدن بخش مهم جامعه از سلامتی و بهداشت جسمانی و روانی، شادابی و کارایی لازم که بی شک صدمات جبران ناپذیری برای کل جامعه به دنبال خواهد داشت (میرغفوری و همکاران، ۱۳۸۷).

متخصصان علوم پزشکی و ورزش، تنها راه علاج و نجات بشر از انواع بیماریها را ورزش کردن و روی آوردن انسان ها به سمت حرکت و فعالیت و تقویت قوای بدنی و روانی و عقلانی و ... می دانند. امروزه ثابت شده است که پیروی از یک سبک زندگی فعال در پیشگیری از امراض موثر بوده و بطور مثبت با سلامتی و بهزیستی افراد ارتباط دارد. تربیت بدنی در ارتقای سلامت جامعه سهیم بوده و در دستیابی آحاد جامعه به پیروی از یک سبک زندگی فعال، صرف نظر از سن، نژاد، جنس، نوع ناتوانی، درآمد، سطح تربیت یا مکان جغرافیایی را می تواند تضمین کند. متأسفانه فرهنگ ورزش کردن در جامعه ما بطور اعم و در بین زنان و دختران بطور اخص، به نحوی که باید حاکم نشده است. با توجه به موارد فوق لازم است

جایگاه ویژه ای را برای تربیت بدنی و ورزش در کشورمان پیش بینی نماییم. در نتیجه کم تحرکی و فقر حرکتی نارسایی هایی در جامعه ایجاد شده است که جنبه های مختلف جسمی، روانی و اجتماعی را تحت تاثیر قرار داده است. برون رفت از وضع موجود نیازمند ابزارهای درخور و شایسته ای، از جمله فعالیتهای ورزشی به عنوان یک ابزار چند بعدی با تاثیرات گسترده بهداشتی، اقتصادی، اجتماعی، کمک به اوقات فراغت سالم و ایجاد نشاط و شادابی است (قره، ۱۳۸۴).

با توجه به نقش محوری ورزش در سلامت زنان به عنوان مادران جامعه و به تبع آن سلامت فرزندان این موضوع باید بررسی و زمینه های حضور پر رنگ تر آنان در عرصه های ورزش فراهم شود. طی ۴۱ سال گذشته مطالعات زیادی به آگاهی ما درباره سلامتی و فعالیت های جسمانی افزوده است. استواری و دوام یک جامعه سالم و پویا بی شک در گرو سلامت یکایک اعضا است و زنان بخشی تفکیک ناپذیر از جامعه هستند. سلامتی جسمانی زنان جوان مسئله بنیادی و حیاتی است که سلامت و تندرستی افراد جامعه را تضمین می کند. یکی از راه های افزایش ظرفیت کارایی بدن، فعالیت های جسمانی است که باید به عنوان بخش مکملی از برنامه های تعلیم و تربیت در آید (فاضلی فر، ۱۳۸۶).

امروزه حجم بسیار زیاد نوشته های علمی در زمینه های تخصصی ویژه و به روز شدن مستمر آنها، کاربرد آن را برای پژوهشگران دشوار ساخته است. به این دلیل تا به امروز تلاشهای مختلفی برای جمع بندی و مرور یافته های محققان قبلی صورت گرفته است. یکی از روشهای علمی ارائه شده برای فائق آمدن به مشکلات روشهای سنتی، ترکیب تحقیقات یعنی فراتحلیل است. فراتحلیل روشی آماری برای استخراج و جمع بندی و بازنگری نظام مند مهمترین و روزآمدترین رویکردها و روشهای علمی است که به شکل متمایزی از روشهای سنتی امکان تلخیص، ادغام، ترکیب و تفسیر داده ها، شواهد و نتایج پژوهشهای کمی و کیفی و حتی بسط و گسترش نظریه ها و مدل‌های مفهومی را در بسیاری از حوزه های مطالعاتی فراهم می کنند (قربانی زاده، ۱۳۹۲).

با انجام یک مطالعه فراتحلیل، می توان متغیرها و زمینه های بیشتری را در ارتباط با یک مسأله شناسایی و تحقیق نمود. بنابراین، نتایج تحقیقات می تواند تکمیل کننده یکدیگر بوده و در یک الگوی نسبتاً جامع ارایه گردد. از نظر روش شناختی، فراتحلیل، می تواند آزمونی از پژوهش های انجام شده به لحاظ روایی و پایایی آن ها، شناخت ظرفیت ها و محدودیت های پژوهش ها و ضرورت انجام آن ها باشد. فراتحلیل یک تکنیک است که تعیین می کند که آیا مطالعات در اندازه اثر مشارکت دارند؟ به عبارت بهتر، آیا یک اندازه اثر کلی وجود دارد که اهمیت و تاثیر مداخله را توجیه کند؟ اگر چنین نیست، باید عواملی وجود داشته باشند که در اختلاف بین اندازه اثرهای جدا گانه دخیل باشند (صانعی، ۱۳۸۴).