

## شناسایی و اولویت‌بندی انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی

رضا اندام<sup>۱</sup>، لیلا مرتضایی<sup>۲</sup>، مهدی ناظمی<sup>۳</sup>

### چکیده

**مقدمه و هدف:** توجه اصلی ورزش‌های آبی بر ارزش‌های اجتماعی همچون بهبود کیفیت زندگی، اهمیت سلامت جسمانی و روانی، ارضای نیازهای شخصی، سرگرمی و انگیزه است. تحقیق حاضر قصد دارد انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی را شناسایی و اولویت‌بندی نماید تا از این طریق بتواند با تشویق و ترغیب زنان جامعه برای مشارکت بیشتر در این گونه ورزش‌ها، به سلامت جسمانی، روانی و عاطفی آنان کمک کند.

**روش شناسی:** جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه زنان استان خراسان رضوی بود که در ورزش‌های تفریحی آبی مشارکت داشتند. در این تحقیق تعداد ۲۸۳ نفر از زنان استان خراسان رضوی از بین حدود ۴۰۰۰ نفر به روش خوشه‌ای تصادفی به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه محقق ساخته استفاده شد. ۱۰ نفر از متخصصان صاحب نظر و اساتید مدیریت ورزشی روایی صوری و محتوایی ابزار را تأیید کردند. پس از بررسی روایی محتوا جهت بررسی روایی سازه از تحلیل عاملی اکتشافی استفاده شد. پایایی پرسشنامه در یک مطالعه راهنما توسط یک گروه ۳۰ نفری از زنان که در امکان ورزشی و تفریحی آبی مشارکت داشتند به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹۰ محاسبه شد.

**یافته‌ها:** یافته‌های پژوهش نشان داد، مهمترین انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی شامل: کسب لذت و آرامش (۴/۴۳)، تناسب اندام (۴/۳۹)، سلامتی و بهداشت (۴/۲۶)، مهارت (۴/۱۵)، جنبه‌های اجتماعی (۴/۰۳)، کسب موفقیت و شناخت (۳/۹۲)، پیشگیری و درمان بیماریها (۳/۸۸) و برتری طلبی (۳/۷۶) بود.

**بحث و نتیجه‌گیری:** از این رو پیشنهاد می‌شود، توجه برنامه‌ریزان ورزش‌های همگانی و تفریحی، سازمان‌ها و نهادهای مجری توسعه ورزش بانوان به این عوامل بیشتر معطوف گردد تا موجبات گسترش سطح مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی برای بهره‌مند شدن از عواید مفید و سودمند این‌گونه ورزش‌ها فراهم گردد.

**واژگان کلیدی:** انگیزه‌های مشارکت، ورزش‌های تفریحی آبی، لذت و آرامش

۱. دانشیار مدیریت ورزشی دانشگاه شاهرود

۲. دانش آموخته کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه شاهرود (نویسنده مسئول): تلفن: ۰۹۱۵۳۳۱۹۵۵۱-پست الکترونیکی: (lmortezae@yahoo.com)

۳. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه فردوسی مشهد

## مقدمه

ورزش به عنوان یک پدیده اجتماعی فراگیر با بسیاری از مظاهر زندگی اجتماعی افراد جامعه، ارتباط نزدیکی دارد و فعالیت‌های مرتبط با آن، زمان و انرژی فراوانی را از افراد هر جامعه به خود اختصاص داده و جایگاه مهمی در فرهنگ جوامع مختلف پیدا کرده است (۱). کاهش تحرک و فعالیت بدنی در زندگی امروزی که متعاقب توسعه و گسترش امکانات و وسایل رفاهی و شیوه‌های نوین زندگی به وجود آمده است، ضرورت پرداختن به ورزش و تربیت بدنی را بیش از پیش ایجاب می‌نماید. در این راستا، انجام مستمر و منظم حرکات بدنی، امری لازم و حیاتی به نظر می‌رسد (۲). طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی، افزایش فعالیت فیزیکی می‌تواند باعث کاهش هزینه‌های مراقبت‌های بهداشتی و کاهش میزان مرگ و میر باشد. برنامه‌های ورزشی می‌توانند با هزینه‌های کم اجرا شوند، به نظر می‌رسد پرداختن به آن‌ها و تشویق مردم در این زمینه، راه عاقلانه‌ای برای بهبود سلامت عمومی جامعه باشد. امروزه زنان به عنوان اساس و بنیان خانواده، برای سالم‌سازی جسم و روان خود می‌بایست از امکانات مناسبی برخوردار باشند که تحقق این امر مستلزم گرایش آن‌ها به سوی انجام فعالیت‌های ورزشی است. در کنار مشکلات متعدد و از جمله کمبودهایی نظیر تأسیسات، امکانات، تجهیزات، وسایل و میادین ورزشی، مسئله مهم نگرش افراد جامعه به ورزش زنان است. بسیاری از زنان علی‌رغم دسترسی به امکانات ورزشی، به دلیل نگرش‌ها و خرده فرهنگ‌های موجود نمی‌توانند از این موهبت بهره‌مند شوند. مشارکت زنان در ورزش با توجه به آسیب‌پذیری بالای روانی و جسمانی، و نقش و جایگاه مهم خانوادگی آنان از اهمیت به‌سزایی برخوردار است، همچنین عدم دسترسی و مناسب نبودن امکانات ورزشی برای این قشر، به‌طور بالقوه آثار مخربی را به دنبال دارد (۳). تاثیر ورزش و فعالیت‌های ورزشی بر سلامت جسمانی و روانی انکارناپذیر است؛ با این همه با اینکه بسیاری از افراد از اثرات فعالیت‌های ورزشی اطلاع دارند ولی برای مشارکت در این فعالیت‌ها بی‌ رغبتند، همین امر موجب شده که دولت‌ها به فکر برنامه‌ریزی و سرمایه‌گذاری در امر ورزش و تفریحات سالم از طریق سازمان‌های اجرایی خود شوند (۴). در شرایط کنونی باید چشم‌انداز و راهکارهای مناسبی برای ورزش زنان در نظر گرفت. آمار نشان می‌دهد زنان جامعه دچار پیروی زودرس می‌شوند، جامعه ما یکی از جوان‌ترین جوامع دنیاست و دولت باید راهکار تازه‌ای برای بهینه‌سازی اوقات فراغت دختران بیاندیشد. امروزه برای برنامه‌ریزی ورزش همگانی به‌ویژه در زنان و زیر پوشش قرار دادن آنان در این برنامه‌ها، باید به طور اساسی اندیشید و اقدامی جدی و سریع به‌عمل آورد. از آنجایی که مشارکت افراد در ورزش‌های تفریحی به‌صورت داوطلبانه است و بیشتر در وقت‌های آزاد انجام می‌شود، از این رو گسترش موفقیت‌آمیز این گونه برنامه‌ها ایجاب می‌کند، برنامه‌ریزان و سیاست‌گذاران از انگیزه‌های مختلف مشارکت و شاید به‌طور مهمتری از چگونگی مشارکت و دلایل و عوامل عدم شرکت افراد در برنامه‌های ورزشی آگاه شوند (۵). بررسی سه عامل ویژگی‌ها و عقاید، اهداف و انگیزه‌های افراد و محیط و رفتار فردی و گروهی، برای تحلیل مشارکت ورزشی اقشار مختلف در هر جامعه ضرورت دارد. براساس دیدگاه پینتریک و شاروین<sup>۱</sup> از بین این

سه عامل، شناخت انگیزه‌ها از اجزای ضروری و پیش‌نیاز فعالیت‌های ورزشی است و میزان تلاش یا استقامت و تعهد فرد را در رسیدن به اهداف نشان می‌دهد (۶). امروزه ارائه خدمات کیفی، یکی از مهمترین عوامل مشارکت ورزشی است. انجمن سلامتی کانادا در سال ۱۹۹۳ دلائل و انگیزه‌های اصلی مشارکت ورزشی در فعالیت‌ها و برنامه‌های آمادگی جسمانی و ورزش‌های تفریحی را بین ۴۵۰۰ نفر (۱۰ تا ۱۹ سال) بررسی کرد و پنج انگیزه اصلی مشارکت را: شادابی و نشاط، احساس بهتر بودن در زندگی، کنترل وزن و تناسب اندام، آزاد کردن انرژی و رقابت گزارش داد (۵). انگیزه‌ها کلید انجام هر کار و فعالیتی به شمار می‌روند و می‌توانند رفتارهای افراد را تحریک، تقویت و هدایت کنند یا باعث کنترل و توقف آن شوند. عموم روان‌شناسان ورزش بر این عقیده‌اند که تنها یک عامل یا انگیزه سبب بروز رفتار نیست، بلکه انگیزه‌های 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 می‌شود (۷). یکی از فعالیت‌های مفرح که باعث سلامت جسم و روح می‌شود، ورزش شنا است. در پزشکی علاوه بر معاینات و تجویز داروها و اعمال جراحی که در مورد بیماری‌های مختلف صورت می‌گیرد، از ورزش شنا هم به عنوان یک وسیله در جهت بهبودی و سلامتی استفاده می‌شود. توجه اصلی ورزش‌های آبی بر ارزش‌های اجتماعی همچون بهبود کیفیت زندگی، اهمیت سلامت جسمانی و روانی، ارضای نیازهای شخصی، سرگرمی و انگیزه است. همه این‌ها ما را به این اعتقاد هدایت می‌کند که مردم گرایش‌های جدیدی به فعالیت‌های بدنی و ورزش دارند. این گرایش‌ها و تمایلات همراه با اهمیت شنا به عنوان یک فعالیت بدنی، توسط بسیاری از متخصصان بهداشت توصیه شده است که با توجه به تقاضای بخش‌های مختلفی از مردم منجر به افزایش برنامه‌های فعالیت آبی شده است. به همین دلیل، در حال حاضر فعالیت‌های آبی، نقش مهمی را در فعالیت‌های بدنی و عادات ورزشی مردم به‌عهده دارند. در سال‌های اخیر تعداد افرادی که به انجام این فعالیت‌ها می‌پردازند، افزایش یافته است. زنان به دلایلی از قبیل تناسب اندام و سلامتی، اجتماعی‌شدن و لذت بردن تأکید داشتند. به‌علاوه افراد مسن‌تر نیز بیشتر به دلیل کسب آمادگی جسمانی و سلامتی این‌گونه فعالیت‌ها را انجام می‌دهند (۸). جعفری در تحقیق خود علل روی آوردن بانوان به ورزش را، اهمیت دادن به سلامت جسمانی، روانی و تناسب اندام و فارغ شدن از شرایط کاری در منزل عنوان کرد. همچنین اظهار داشت محدودیت‌های فرهنگی و اجتماعی زنان برای شرکت در مسابقات و فعالیت‌های ورزشی عمومی و عدم اطلاع رسانی عمومی مناسب دربارهٔ ورزش‌های همگانی از مهمترین عوامل عدم گرایش بانوان به فعالیت‌های ورزشی همگانی است (۹). اندرید<sup>۱</sup> و همکاران، در پژوهشی که روی شناگران رقابتی در برزیل انجام دادند به این نتیجه رسیدند که دلایل اصلی مشارکت در ورزش، توسعه مهارت‌های حرکتی جدید و بهبود سلامتی، نیاز به اجتماعی‌شدن و همکاری با دیگران است که همه این‌ها ماهیت درونی دارند. با افزایش رده و سطح رقابت، اهمیت عامل رقابت افزایش می‌یابد (۱۰). دهستانی و همکاران در پژوهش خود از دیدگاه شهروندان

تهرانی، افزایش سلامت عمومی، بهبود بخشیدن به عملکرد سیستم ایمنی و افزایش مقاومت در برابر بیماری‌ها را از مهمترین انگیزه‌های حضور در ورزش‌های تفریحی و همگانی عنوان کردند (۱۱). قدرت‌نما و حیدری‌نژاد در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که اولین انگیزه دانشجویان دختر و پسر شرکت‌کننده در فعالیت‌های ورزشی، سلامت جسمانی است. مؤلفه درونی انگیزه سلامت جسمانی نشان می‌دهد که دانشجویان دختر با انگیزه کنترل وزن و دانشجویان پسر با انگیزه حفظ سلامتی در فعالیت‌های تفریحی ورزشی مشارکت داشته‌اند (۷). از آنجا که زنان نیمی از منابع انسانی مؤثر در توسعه‌ی جوامع را تشکیل می‌دهند، لذا در برنامه‌های توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی باید راه‌های استفاده بهتر از توانایی‌ها و استعداد‌های آنان را هموار ساخت تا امکان حضور مؤثر آنها در فرایند توسعه پایدار در زمینه‌های مختلف اجتماعی میسر شود و زمینه مشارکت مؤثر آنان در توسعه فرهنگی فراهم آید. ورزش زنان، امروزه به‌عنوان یکی از موضوعات اساسی در حیطه ورزش مطرح است. این مسئله به‌دلیل ویژگی جسمانی زنان است. تحقیقات نشان داده است که پرداختن به ورزش و فعالیت‌های بدنی در زنان، تأثیر عمیقی بر دوران بارداری، شیردهی و همچنین سلامتی در دوران کهنسالی 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 می‌شوند و سلامت افراد جامعه آینده در گرو سلامتی آنان است، پی نبرده است. امروزه ورزش‌های آبی به علت وسعت، در دسترس بودن، قابل اجرا بودن برای تمام اقشار و سنین جامعه و کم‌هزینه بودن نظر بسیاری از مسئولان را به خود جلب کرده است. همچنین تحقیقات بسیاری لزوم انجام ورزش‌ها و تمرینات مختلف در آب را برای جلوگیری از بروز انواع بیماری‌های مختلف جسمانی و حتی روانی مورد تأکید قرار داده است. اکنون باید برای اشاعه و ترویج ورزش‌های تفریحی آبی، تدابیر عملی و اصولی اندیشیده شود، به این منظور ناگزیر از شناخت اهداف و انگیزه‌های زنانی هستیم که در ورزش‌های تفریحی آبی مشارکت دارند. پس از کسب آگاهی‌های لازم، می‌توان ملاک و معیار عینی و دقیقی از کم و کیف انگیزه‌های شرکت‌کنندگان به‌دست آورد و جاذبه‌هایی را که موجب گرایش زنان به سوی این‌گونه ورزش‌ها شده است، شناسایی نمود و آن‌ها را تحلیل کرد و به استناد آن یافته‌ها می‌توان برنامه‌ریزی دقیق و علمی نمود تا ورزش‌های تفریحی آبی را در سطح جامعه از وضعیت موجود به وضعیت مطلوب هدایت کرد. با توجه به مطالعات محدود در خصوص شناسایی انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی، انجام تحقیقات و ارائه اطلاعات مستند در این زمینه با توجه به شاخص‌های فرهنگی و اجتماعی در جامعه ایران، بسیار مهم و پیش‌نیازی به منظور برنامه‌ریزی‌های اصولی در گسترش این‌گونه ورزش‌هاست. در این راستا، تحقیق حاضر قصد دارد انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی را شناسایی و اولویت‌بندی نماید تا از این طریق بتوان با تشویق و ترغیب زنان جامعه برای مشارکت بیشتر در این‌گونه ورزش‌ها، به سلامت جسمانی، روانی و عاطفی آنان کمک کرد.

پژوهش حاضر از نوع توصیفی است و به شکل میدانی اجرا شد. جامعه‌ی آماری این تحقیق شامل کلیه زنان استان خراسان رضوی بود که در ورزش‌های تفریحی آبی مشارکت داشتند. برای تحلیل انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی تعداد ۲۸۳ نفر از بین حدود ۴۰۰۰ نفر از زنانی که در ورزش‌های تفریحی آبی شرکت داشتند به روش خوشه‌ای تصادفی به‌عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. ابزار تحقیق، پرسشنامه محقق‌ساخته‌ای بود که متغیرهای آن از طریق بررسی کتب معتبر، مقالات علمی چاپ شده در مجلات معتبر مدیریت و مدیریت ورزشی و مصاحبه با اساتید مدیریت ورزشی، صاحب‌نظران و افرادی که در ورزش‌های تفریحی آبی شرکت می‌کنند، به‌دست آمد. از مجموع متغیرهای به‌دست آمده برای اندازه‌گیری انگیزه‌های مشارکت تعداد ۴۳ متغیر که به لحاظ تعداد بیشترین تکرار و تأکید را در مقالات و پیشینه پژوهش داشته‌اند به عنوان سؤالات پرسشنامه انگیزه مشارکت مشخص شدند. پس از استخراج این متغیرها، ۱۰ نفر از متخصصان صاحب‌نظر و اساتید مدیریت ورزشی، روایی صوری و محتوایی ابزار را تأیید کردند. پایایی پرسشنامه انگیزه مشارکت در ورزش‌های تفریحی آبی در یک مطالعه راهنما توسط یک گروه ۳۰ نفری از زنان که در اماکن ورزشی و تفریحی آبی مشارکت داشتند با مقیاس ۵ ارزشی لیکرت از کاملاً مخالفم "۱" تا کاملاً موافقم "۵" مورد بررسی قرار گرفت و میزان آن با استفاده از ضریب همبستگی آلفای کرونباخ ۰/۸۹۰ محاسبه شد. در نهایت پرسشنامه در دو بخش مشخصات فردی (سن، وضعیت تأهل، شغل، میزان تحصیلات و ...) و بخش اصلی سؤالات پرسشنامه (انگیزه‌های مشارکت در ورزش‌های آبی) بین نمونه‌های تحقیق توزیع شد. برای بررسی ابعاد و عوامل انگیزه‌های مشارکت و روایی ساختاری ابزار تحقیق از روش تحلیل عاملی اکتشافی با چرخش متعامد استفاده گردید. پس از تحلیل عاملی، از ۴۳ سوال نهایی ۳۷ مورد به دلیل داشتن بارعاملی مساوی یا بیشتر از ۰/۴۵ مورد پذیرش قرار گرفت. این ۳۷ مورد در هشت عامل، تحت عناوین کسب لذت و آرامش (۷ گویه)، تناسب اندام (۴ گویه)، سلامتی و بهداشت (۴ گویه)، مهارت (۳ گویه)، جنبه‌های اجتماعی (۶ گویه)، کسب موفقیت و شناخت (۷ گویه)، پیشگیری و درمان بیماری‌ها (۳ گویه) و برتری طلبی (۳ گویه) نام‌گذاری شدند. برای اولویت‌بندی عوامل از آزمون فریدمن و برای طبیعی بودن توزیع داده‌ها از آزمون کولموگوروف اسمیرنوف استفاده شد. از روش‌های آمار توصیفی (فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد) برای ارزیابی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و همچنین تعیین میزان اهمیت عوامل استفاده شد. همه داده‌ها با استفاده از نرم افزار اس پی اس<sup>۱</sup> نسخه ۱۸ تجزیه و تحلیل شدند.

## یافته‌ها

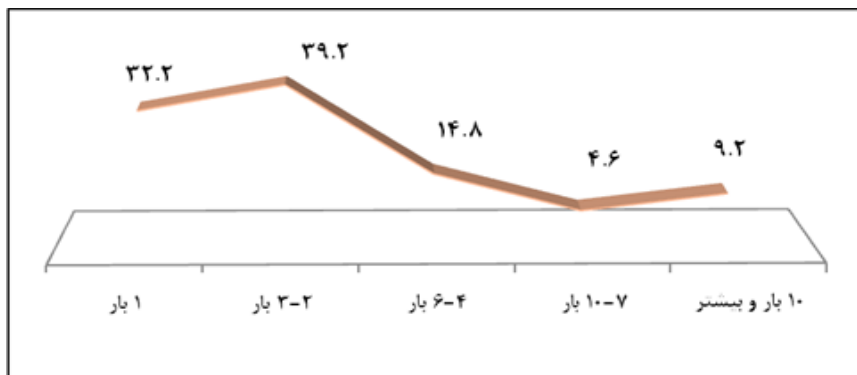
همانگونه که در جدول (۱) مشاهده می‌شود، از ۲۸۳ نفر آزمودنی که در این تحقیق حضور داشتند، ۳۶ درصد مجرد و ۶۴ درصد متأهل بودند. بالاترین نسبت پاسخ دهندگان در گروه سنی ۲۱ تا ۳۰ سال (۴۴/۵٪) قرار داشتند و اکثر آزمودنی‌ها دارای مدرک تحصیلی دیپلم (۳۳/۲٪) بودند.

جدول ۱. ویژگی‌های جمعیت شناختی پاسخ دهندگان

| درصد                  | تعداد | ویژگی‌های جمعیت شناختی |
|-----------------------|-------|------------------------|
| <b>گروه سنی (سال)</b> |       |                        |
| ۲۲/۳                  | ۶۳    | زیر ۲۰                 |
| ۴۴/۵                  | ۱۲۶   | ۲۰-۳۰                  |
| ۱۶/۶                  | ۴۷    | ۳۱-۴۰                  |
| ۱۰/۶                  | ۳۰    | ۴۱-۵۰                  |
| ۶                     | ۱۷    | ۵۰ به بالا             |
| <b>وضعیت تأهل</b>     |       |                        |
| ۳۶                    | ۱۰۲   | مجرد                   |
| ۶۴                    | ۱۸۱   | متاهل                  |
| <b>میزان تحصیلات</b>  |       |                        |
| ۱۶/۶                  | ۴۷    | زیردیپلم               |
| ۳۳/۲                  | ۹۴    | دیپلم                  |
| ۲۶/۵                  | ۷۵    | فوق دیپلم              |
| ۲۰/۵                  | ۵۸    | کارشناسی               |
| ۳/۲                   | ۹     | کارشناسی ارشد و بالاتر |
| ۱۰۰                   | ۲۸۳   | <b>جمع</b>             |

با توجه به نمودار (۱) ۳۹/۲ درصد از زنان بیشترین دفعات مراجعه به استخر در ماه ۲-۳ بار و در مقابل تنها

۴/۶ درصد از زنان ۷-۱۰ بار در ماه به استخر مراجعه کردند.



نمودار (۱) درصد فراوانی میزان مشارکت زنان در ماه

همان طور که در جدول (۲) مشاهده می‌شود، میانگین ابعاد انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی به ترتیب از بالاترین ارزش عبارتند از: کسب لذت و آرامش (۴/۴۳)، تناسب اندام (۴/۳۹)، سلامتی و بهداشت (۴/۲۶)، مهارت (۴/۱۵)، جنبه‌های اجتماعی (۴/۰۳)، کسب موفقیت و شناخت (۳/۹۲)، پیشگیری و درمان بیماری‌ها (۳/۸۸) و برتری طلبی (۳/۷۶). نتایج آزمون فریدمن نیز نشان داد که تفاوت میان میانگین‌های مشاهده شده در ۸ مؤلفه مزبور معنادار بوده و می‌توان به ترتیب بیشترین میانگین آن‌ها را اولویت‌بندی کرد (جدول ۳).

جدول ۲. نتایج آزمون فریدمن برای رتبه بندی مؤلفه ها

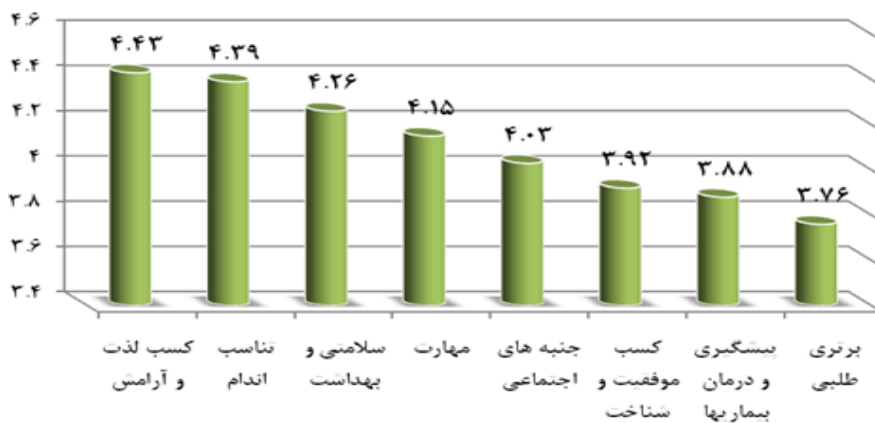
| ردیف | مؤلفه ها                 | میانگین | انحراف استاندارد | میانگین رتبه |
|------|--------------------------|---------|------------------|--------------|
| ۱    | کسب لذت و آرامش          | ۴/۴۳    | ۰/۵۳             | ۵/۹۰         |
| ۲    | تناسب اندام              | ۴/۳۹    | ۰/۵۷             | ۵/۷۷         |
| ۳    | سلامتی و بهداشت          | ۴/۲۶    | ۰/۵۹             | ۵/۱۳         |
| ۴    | مهارت                    | ۴/۱۵    | ۰/۶۸             | ۴/۶۷         |
| ۵    | جنبه های اجتماعی         | ۴/۰۳    | ۰/۶۳             | ۴/۱۰         |
| ۶    | کسب موفقیت و شناخت       | ۳/۹۲    | ۰/۶۹             | ۳/۶۳         |
| ۷    | پیشگیری و درمان بیماریها | ۳/۸۸    | ۰/۷۶             | ۳/۵۸         |
| ۸    | برتری طلبی               | ۳/۷۶    | ۰/۸۷             | ۳/۲۳         |

جدول ۳. نتیجه آزمون فریدمن

|         |              |
|---------|--------------|
| ۲۸۳     | تعداد نمونه  |
| ۳۸۱/۰۲۶ | خی دو        |
| ۷       | درجه آزادی   |
| ۰/۰۰۱   | سطح معناداری |

در بیان علل مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی، همان طور که در نمودار (۲) نشان داده شده است؛ کسب لذت و آرامش به عنوان مهم‌ترین انگیزه مشارکت زنان در این‌گونه ورزش‌ها و برتری‌طلبی به عنوان کم-اهمیت‌ترین انگیزه مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی شناسایی شده است.





### نمودار (۲) میانگین رتبه انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی

پیش از استفاده از آزمون‌های آماری به منظور به دست آوردن یافته‌های استنباطی و تأیید یا رد فرضیات تحقیق، وضعیت توزیع داده‌ها به وسیله آزمون کلموگروف اسمیرنوف (K-S) مورد بررسی قرار گرفت (جدول ۴).

جدول ۴. نتایج آزمون K-S در ارتباط با نرمال بودن توزیع متغیرهای اصلی تحقیق

| کسب لذت و آرامش | کسب موفقیت و شناخت | جنبه‌های اجتماعی | غیرنرمال  | غیرنرمال  | غیرنرمال  | غیرنرمال  | غیرنرمال  | نتیجه‌گیری             |
|-----------------|--------------------|------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------------------|
| ۲/۶۱۶           | ۱/۳۸۷              | ۱/۷۸۹            | ۲/۷۸۶     | ۲/۱۸۸     | ۲/۱۴۴     | ۱/۶۱۶     | ۲/۶۱۸     | K-S                    |
| ۰/۰۰۱           | ۰/۰۴۳              | ۰/۰۰۳            | ۰/۰۰۱     | ۰/۰۰۱     | ۰/۰۰۱     | ۰/۰۰۱     | ۰/۰۰۱     | Asymp. Sig. (2-tailed) |
| غیر نرمال       | غیر نرمال          | غیر نرمال        | غیر نرمال | غیر نرمال | غیر نرمال | غیر نرمال | غیر نرمال | نتیجه‌گیری             |

با توجه به اینکه شرط نرمال بودن توزیع داده‌ها در این آزمون آن است که  $P > 0.05$  باشد، پس توزیع در تمام مؤلفه‌های تحقیق غیرطبیعی است.

جدول (۵) رابطه‌ی بین انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های آبی و رابطه انگیزه‌های مشارکت با سن و میزان مشارکت در ماه را نشان می‌دهد.

## جدول ۵. ماتریس آزمون همبستگی اسپیرمن بین انگیزه های مشارکت، میزان مشارکت و سن پاسخ دهندگان

|                          |                 |                    |                  |             |                 |            |                          |         |                     |         |
|--------------------------|-----------------|--------------------|------------------|-------------|-----------------|------------|--------------------------|---------|---------------------|---------|
| کسب لذت و آرامش          | کسب لذت و آرامش | کسب موفقیت و شناخت | جنبه های اجتماعی | تناسب اندام | سلامتی و بهداشت | برتری طلبی | پیشگیری و درمان بیماریها | مهارت   | میزان مشارکت در ماه | سن      |
|                          | ۰/۵۱۵**         | ۰/۷۸۷**            | ۰/۴۹۳**          | ۰/۶۵۳**     | ۰/۵۶۶**         | ۰/۴۶۸**    | ۰/۳۰۸**                  | ۰/۲۸۲** | ۰/۲۵۶**             | ۰/۱۷۹** |
| کسب موفقیت و شناخت       |                 | ۰/۷۲۹**            | ۰/۴۳۸**          | ۰/۵۸۴**     | ۰/۳۹۱**         | ۰/۴۵۹**    | ۰/۳۵۵**                  | ۰/۴۶۴** | ۰/۱۹۵**             | ۰/۱۰۴   |
| جنبه های اجتماعی         |                 |                    | ۰/۷۲۰**          | ۰/۴۹۱**     | ۰/۷۲۰**         | ۰/۳۹۱**    | ۰/۴۳۸**                  | ۰/۴۶۴** | ۰/۲۲۹**             | ۰/۰۹۷   |
| تناسب اندام              |                 |                    |                  |             | ۰/۵۶۶**         | ۰/۴۶۸**    | ۰/۳۵۵**                  | ۰/۴۶۴** | ۰/۱۳۵**             | ۰/۰۲۲   |
| سلامتی و بهداشت          |                 |                    |                  |             |                 | ۰/۴۶۸**    | ۰/۳۵۵**                  | ۰/۴۶۴** | ۰/۱۵۴**             | ۰/۰۲۶   |
| برتری طلبی               |                 |                    |                  |             |                 |            | ۰/۳۰۸**                  | ۰/۴۶۴** | ۰/۱۵۶**             | ۰/۱۶۹** |
| پیشگیری و درمان بیماریها |                 |                    |                  |             |                 |            |                          | ۰/۲۸۲** | ۰/۰۶۶               | ۰/۲۲۴** |
| مهارت                    |                 |                    |                  |             |                 |            |                          |         | ۰/۲۵۶**             | ۰/۲۲۴** |
| میزان مشارکت در ماه      |                 |                    |                  |             |                 |            |                          |         |                     | ۰/۱۷۹** |
| سن                       |                 |                    |                  |             |                 |            |                          |         |                     |         |

\*\* همبستگی در سطح ۰/۰۱ معنادار است.

\* همبستگی در سطح ۰/۰۵ معنادار است.

### بحث و نتیجه گیری

امروزه یکی از موضوعات مهمی که ذهن بسیاری از مردم را به خود مشغول کرده است، موضوع اوقات فراغت می باشد. در این میان، کم هزینه و در دسترس بودن بسیاری از ورزش های همگانی، قابل اجرا بودن در شرایط و اماکن گوناگون و نیز بهره مندی از فوائد آن، از جمله عوامل اختصاص دادن زمان فراغت بسیاری از شهروندان به ورزش همگانی و تفریحی است، اما به واسطه بسیاری از موانع از جمله مشغله زیاد، نبود امکانات لازم، تنبلی و بی حوصلگی، نداشتن مهارت کافی و نداشتن همراه، باعث شده که بسیاری از نمونه های تحقیق از اختصاص زمان فراغت خود به ورزش بکاهند و آن را به سایر امور اختصاص دهند. یافته های تحقیق نشان داد کسب لذت و آرامش، تناسب اندام و سلامتی و بهداشت مهم ترین انگیزه های مشارکت زنان در ورزش های تفریحی آبی است. این یافته با نتایج تحقیقات بی شماری مطابقت داشت (۲، ۲۰۱۲، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲). ملکی (۲) در تحقیق خود عامل "انگیزه نشاط و لذت" را به عنوان مؤثرترین عامل تعیین کرد که با نتایج پژوهش حاضر همخوانی دارد. جعفری (۹) در تحقیق خود بیان می کند که اکثر دانشجویان با انگیزه های کسب نشاط و احساس لذت در فعالیت های ورزشی مشارکت می کنند. بنابراین ملاحظه می شود باور افراد بر این محوریت قرار گرفته که از طریق شرکت در فعالیت های حرکتی و ورزشی می توان نشاط و شادابی و قوای جسمی و روانی لازم را کسب کرد. این امر نشان دهنده رشد آگاهی مردم به تأثیرات فعالیت های حرکتی و ورزشی است. در واقع هدف تربیت بدنی، پرورش و تکامل انسان است؛ بنابراین فعالیت ها و حرکت های جسمی را ارتقا می دهد و به ساختن سرمایه اجتماعی و تقویت ساختار جامعه کمک می کند. به نظر

می‌رسد مسئولین و متولیان ورزش استان باید از این فرصت‌ها استفاده کنند و از طریق توجه به گسترش و توسعه ورزش‌های تفریحی آبی در بین اقشار مختلف جامعه، این نقاط قوت و این اهداف را تقویت نمایند. بنابراین و با توجه به این یافته‌ها، مؤلفه کسب لذت و آرامش ذکر شده در این تحقیق نقش مهمی در مشارکت زنان در ورزش‌های آبی دارد و بیشترین اهمیت را به خود اختصاص داده است، لذا جا دارد که برنامه‌ریزان ورزش‌های همگانی و تفریحی از طریق توجه به زنان نسبت به تغییرات آرام‌بخشی که ورزش‌های تفریحی آبی ایجاد می‌کند و نیز تهیه و تکثیر پوسترهایی که این مقوله را به شکل قابل فهم عموم بیان می‌کند، موجبات گرایش زنان را برای بهره‌مند شدن از عواید مفید و سودمند این‌گونه ورزش‌ها فراهم آورند. تناسب اندام یکی از مقوله‌های قابل توجه است که در ارتباط مستقیم با ورزش مطرح می‌شود، این عامل با نتایج مطالعات برخی محققان از جمله عبدوی (۴)، قدرت نما (۷)، اسدی (۱۳)، جعفری و همکاران (۱۴)، دارابی و همکاران (۱۵) و گرین و همکاران<sup>۱</sup> (۱۶) که در شناسایی انگیزه‌ها به عامل تناسب اندام یا کنترل وزن اشاره داشته‌اند، همخوانی دارد. این امر انگیزه بسیار جالبی است که مسئولین ورزش‌های تفریحی آبی می‌توانند از طریق آن تعداد زیادی از زنان مبتلا به چاقی را برای برخوردار شدن از اندام متناسب به سوی فعالیت‌های ورزشی آبی سوق دهند. دهستانی (۱۱)، اسدی (۱۳)، دارابی و همکاران (۱۵)، نادریان و همکاران (۵)، رضانی نژاد و همکاران (۱۸)، صفانیا و همکاران (۱۹)، غفوری (۲۰)، اندرید (۱۰)، گرین و همکاران (۱۶)، کولت و همکاران<sup>۲</sup> (۲۱) و مایت و فلتز<sup>۳</sup> (۲۲) در تحقیقات خود انگیزه سلامتی و بهداشت را برتر از سایر انگیزه‌ها عنوان کردند. لذا جا دارد که برنامه‌ریزان ورزش‌های همگانی و تفریحی بالاخص ورزش‌های تفریحی آبی، بر روی این محور تأکید و توجه نمایند و با استفاده از ابزارهای تبلیغاتی، آگاهی و اطلاع‌رسانی در مورد ارتقاء سلامت عمومی و بهداشت جامعه از طریق تأثیر ورزش‌های تفریحی آبی را افزایش دهند که می‌تواند در مشارکت زنان در این‌گونه ورزش‌ها بسیار مؤثر باشد. همچنین استفاده از مربیان و متخصصان علم ورزش در اماکن تفریحی آبی، نقش مهمی در افزایش انگیزه زنان جهت حضور در ورزش‌های تفریحی آبی دارد. بیتون و فانک<sup>۴</sup> (۲۳)، سنرا و لیتائو<sup>۵</sup> (۲۴)، فارنهام و همکاران<sup>۶</sup> (۲۵)، سلامت و همکاران (۲۶) و امیدوی و همکاران (۲۷) عامل فیزیکی و جسمانی را مهم‌ترین عوامل انگیزه مشارکت ورزشی می‌دانند. در این رابطه، افراد ممکن است به منظور دستیابی به فواید سلامتی، مانند آمادگی جسمانی در فعالیت‌های ورزشی شرکت نمایند، بنابراین افرادی که از آمادگی و سلامتی کافی برخوردار هستند علاقمندند که این سطح را حفظ کرده و به شرکت در فعالیت‌های ورزشی ادامه دهند که این انگیزه، انگیزه نگه دارنده نامیده می‌شود. برخی نیز زمانی که آمادگی جسمانی و سلامتی آن‌ها ناکافی تشخیص داده شد،

1. Green Ken, Smith Andy & Roberts Ken

2. Kolt, Driver & Giles

3. Maite & Feltz

4. Beaton & Funk

5 . Senra & Leitao

6. Furnham, Badmin, Sneade

در فعالیتهای ورزشی شرکت می‌کنند که این انگیزه، انگیزه بهبود بخش نامیده می‌شود. سلامتی (کسب آمادگی جسمانی، حفظ شرایط کنونی بدن، پیشگیری از بیماری، جلوگیری از حمله قلبی و پوکی استخوان و افزایش طول عمر) و کنترل وزن (کنترل وزن، داشتن اندامی متناسب و عضلانی، حفظ و تداوم جذابیت فیزیکی، کاهش و افزایش وزن) از مهم‌ترین عوامل جسمانی است که افراد را به سوی مشارکت در فعالیتهای ورزشی سوق می‌دهد. در برخی از تحقیقات از جمله دهستانی (۱۷)، پژوهشگر عنوان می‌کند که انگیزه پیشگیری و درمان بیماری‌ها می‌تواند بخشی از انگیزه حفظ سلامتی باشد. به‌طور کلی زنان در مقایسه با مردان تأکید بیشتری روی وضعیت سلامتی و بهداشتی خود دارند. در واقع زنان بیشتر احتمال دارد که از نظر سلامتی شرایط نامطلوب‌تری را تجربه کنند و در مقایسه با مردان، آسیب‌پذیری بیشتری در مقابل بیماری دارند (۲۸). یافته‌های پژوهشی قانع‌کننده و با اهمیتی وجود دارند که نشان‌دهنده نقش مثبت مشارکت در فعالیتهای بدنی بر سلامت و تندرستی به‌ویژه در جلوگیری از انواع بیماری‌هاست (۲۹). پیشگیری و مصون ماندن از ابتلا به امراض ناشی از فقر حرکتی باعث گرایش افراد جامعه تحقیق به ورزش‌های تفریحی آبی می‌گردد. برنامه‌ریزی جهت آگاهی بخشیدن به زنان در این زمینه به‌عهدده مسئولین ورزش‌های همگانی و تفریحی است که با فعالیت گسترده همانند معاونت پیشگیری و درمان بهداشت، زمینه این نگرش را در مردم ایجاد کنند تا زنان جامعه قبل از بیمار شدن به سمت این‌گونه ورزش‌ها سوق پیدا کنند نه بعد از ابتلا به بیماری. تعامل اجتماعی با موارد مطرح شده از قبیل ملاقات و دیدن دوستان، مشارکت در فعالیتهای جمعی و گذراندن اوقات فراغت به همراه دوستان در پژوهش دهستانی و همکاران (۱۱)، قدرت نما (۷)، جعفری و همکاران (۱۴) و رضائی نژاد و همکاران (۱۸) هم‌خوانی دارد. از فواید اجتماعی مشارکت در فعالیتهای ورزشی می‌توان به شکل‌گیری روابط دوستانه جدید در محیط‌های ورزشی اشاره کرد، چنانکه ویس و دانکن<sup>۱</sup> در بررسی‌های خود دریافته‌اند، مشارکت‌کنندگان در فعالیتهای ورزشی، بیشتر در کنش متقابل با دیگران اند و این روابط اجتماعی را حفظ و ادامه می‌دهند (۳۰). کواکلی<sup>۲</sup> در بررسی خود درباره آثار مثبت ورزش بر افراد دریافت، مشارکت زنان در فعالیتهای ورزشی سبب شکل‌گیری روابط جدید به تداوم فعالیتهای ورزشی می‌انجامد (۳۱). بر این مبنای به نظر می‌رسد توسعه و فراهم کردن امکانات و پایگاه‌های ورزشی تفریحی مناسب بالاخص مجموعه‌های ورزشی آبی و همچنین ایجاد فضای صمیمی و با نشاط براساس فرهنگ جامعه و نیز فراهم آوردن شرایط مناسب برای تعامل هرچه بیشتر زنان جامعه با یکدیگر و برآورده کردن انتظارات و خواسته‌های آنان، از جمله تأثیرگذارترین عوامل بر انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی محسوب می‌شود. با توجه به اینکه یکی از نیازهای اساسی انسان بعد از نیازهای فیزیولوژیک، نیاز به تعلق و وابستگی به گروه و اجتماع است و اساساً انسان یک موجود اجتماعی است و در جمع هویت کاملتری از خودش را تصور می‌کند، لذا صحنه فعالیتهای ورزشی نیز همانند سایر نهادهای اجتماعی قادر است زنان را مرتفع ساخته و فرصت ایفاء نقش‌های مختلف اجتماعی را به ورزشکار بدهد. ورزش‌های تفریحی آبی به شرط آن که حساب‌شده و منظم باشد، موجبات رشد و تعالی جنبه‌های مختلف شخصیت

1 . Weiss, M.R & S. C. Dancan

2 . Coakley, J

زنان را فراهم می‌آورند و او را آماده ورود به زندگی اجتماعی می‌نمایند. نتایج این پژوهش نشان داد، انگیزه برتری-طلبی از کم‌اهمیت‌ترین علل مشارکت زنان در ورزش‌های تفریحی آبی می‌باشد. کولت و همکاران (۲۱) بیان داشتند که مورد توجه قرار گرفتن، مشهور شدن و احساس مهم بودن از جمله انگیزه‌های کم‌اهمیت برای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی می‌باشند. این نتیجه با تحقیقات نادریان و همکاران (۵) و انگیزه رقابت‌طلبی لری لین (۳۲) همخوانی دارد. گرچه مایت و فلتز (۲۲) اظهار داشتند که انگیزه رقابت از لحاظ اهمیت، جزء سه اولویت نخست قرار دارد. کولت و همکاران (۲۰۰۴) اظهار کردند که مسن‌ترها در مقایسه با جوان‌ترها، با انگیزه برتری‌طلبی بیشتری در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنند. آن‌ها علت این موضوع را در تأثیرات تمرین و فعالیت‌های ورزشی بر سلامت روانی افراد و فراهم کردن تجارب مفیدی برای مقابله با تنهایی، انزوا و همچنین افسردگی دانستند (۳۳). در این رابطه، برتری‌طلبی تا حد زیادی به عنوان تلاش برای برنده‌شدن در رقابت با یک معیار یا یک استاندارد تعریف می‌شود و ممکن است این استاندارد، عملکرد قبلی فرد، عملکرد فردی دیگر یا برنده‌شدن در برابر حریف باشد. به هرحال برتری‌طلبی در نزد ورزشکاران این رشته ورزشی، از جایگاه کم‌اهمیت‌تری نسبت به دیگر عوامل انگیزشی برخوردار است و این امر ممکن است به دلیل نبود لیگ منظم و تقویم ورزشی سالیانه، نداشتن جایگاه مطلوب در تشکیلات ورزش کشور و غیره باشد. نتایج این پژوهش نشان داد که مهم‌ترین انگیزه برای مشارکت در ورزش‌های تفریحی آبی در گروه‌های سنی مختلف (نوجوانان تا بزرگسالان) کسب لذت و آرامش و تناسب اندام است، البته گروه‌های سنی بالاتر، انگیزه پیشگیری و درمان بیماری‌ها را به عنوان عاملی مهم انتخاب کرده بودند، در حالی که در پژوهش نادریان و هاشمی (۵)، افراد مسن‌تر بیشتر با انگیزه سلامتی و بهداشت در ورزش‌های تفریحی شرکت کرده‌اند. بر اساس یافته‌ها، عامل مهارت و کسب موفقیت بیشترین ارتباط را با میزان مشارکت در ورزش‌های تفریحی آبی داشت، از این رو با برگزاری منظم دوره‌های آموزشی و ایجاد رقابت بیشتر در بین زنان ورزشکار می‌توان موجبات مشارکت هرچه بیشتر زنان را در این ورزش‌ها فراهم کرد. هرت بیت ویلز<sup>۲</sup> (۳۴) می‌گوید، انگیزه‌ها و عوامل مرتبط با سلامتی و تندرستی، بزرگسالان را به سمت ورزش‌های تفریحی می‌کشاند. شاید هنوز فرهنگ ورزش‌های آبی به‌خوبی گسترش نیافته است و شاید بسیاری از افراد با وجود آگاهی و دانش لازم، نگرش و رفتار مورد نیاز را در فضای تربیتی و فرهنگی جامعه کسب نکرده‌اند. آنچه مسلم است، هرچه میزان دانش و آگاهی زنان جامعه ارتقا یابد، نگرش آنان به مقوله‌های اجتماعی، از جمله ورزش نیز بهتر و قوی‌تر خواهد شد. بنابراین از جنبه مدیریتی، تعیین انگیزه اولیه برای مشارکت در ورزش‌های تفریحی آبی، توسعه و اجرای هماهنگ و راحت آن، موضوع بسیار مهمی است و پیشنهاد می‌شود برنامه‌ریزان این رشته ورزشی نیز به این مهم توجه داشته باشند.

---

1. Lory lynn

2. Heart beat Wales

## منابع و مأخذ

1. Parsamehr, M., Niknezhad, M., & Rasoolinezhad, P. (2014). Study of motivations related to young fans of football (case study: Yazd University students). *Journal of sport management and motor behavior of mazandaran university*, 187-196.
2. Maleki, F., Heidarinezhad, S., & Visia, E. (2011). Recognition effective factors on tendency or absence tendency Ahwazi citizens to public sports. *Conference recreational sports of Tehran Municipality* (pp. 88-91). Tehran: sport organization of Tehran Municipality.
3. Tojari, F., Sheikhalizade, M., & Shafiee, M. (2011). The impact of selected factors in the regulation of exercise behavior women participating in sports programs Municipality of Tehran. *Conference recreational sports of Tehran Municipality* (pp. 47-48). Tehran: sport organization of Tehran Municipality.
4. Vafayimoqadam, A., Farzan, F., & Afshari, M. (2013). Study and prioritization causes of reluctance Mazandaran province's teachers to sport activities. *Journal of sport management and motor behavior of mazandaran university*, 77-96.
5. Naderian, M., & Hashemi, H. (2009). Participation in recreational sports (motives and assumptions in respect of recreational sports). *Research in Sports Science*, 39-53.
6. Roozbiani, M. (2001). Comparison of some characteristics of women participating in public sports in Tehran. (Master's thesis), Azad University of Tehran.
7. Ghodratnama, A., & Heidarinezhad, S. (2011). Recognition motives of students participating in recreational activities and sports. *Conference recreational sports of Tehran Municipality* (pp. 74-76). tehran: sport organization of Tehran Municipality.
8. Antonion, J., Celestina, M., & Pablomarcas, P. (2008). Motives and reasons for exercising in water: gender and aged differences in a sample of Spanish exercise. *international journal of aquatic research and education*, 237-246.
9. Jafari, M. (2010). Survey and prioritization of leisure activities both male and female students in Urmia Technical College with an emphasis on Sports activities. (Master's thesis), Payam Noor University of Tehran.

10. Andrade, A. S. (2006). Motives for sports participation in brazilian swimmers. *Fitness & Performance Journal*, 363-369.
11. Dehestani, M., Mahmoodi, A., Hominian, D., & Khanzade, M. (2011). Survey and prioritization of participation's motives of Tehran citizens in public and recreational sports. Conference recreational sports of Tehran Municipality (pp. 26-28). tehran: sport organization of Tehran Municipality.
12. Mozaffari, A., Kalate, K., Shaji, A., & Hadavi, F. (2010). Describe of attitude and tendency of people to sports and motor activities in the Islamic Republic of Iran. *Journal of Olympics*, 69-81.
13. Asadi, Z., Namazizade, M., & Moradi, M. (2011). The study of motivations and preventive factors participation of shahrekord university students in sport for all and solutions to development. Conference recreational sports of Tehran Municipality (pp. 96-98). tehran: sport organization of Tehran Municipality.
14. Jafari Siavashani, F., Ghadimi, B., Behaeen, B., Jafari Siavashani, F., & Same, H. (2010). The study of motivations of students participation in sports activities. *World Applied Sciences Journal*, 322-326.
15. Darabi, M., Gaeini, A., & Momivand, P. (2009). The study of Cultural Factors influencing on orientation Sports activities in women 25 to 40 years in Tehran. *Research in Sports Science*, 77-88.
16. Green, K. A. (2005). Young people & lifelong participation in sport & physical activity: A sociological perspective on contemporary physical education programmes in England & Wales. *leisure studies*, 27-43.
17. Dehestani, M., Shahbazi, M., Mahmoodi, A., & Khanzade, M. (2011). Compare of motivattions participation in public sports activities and recreational among women and men. Conference recreational sports of Tehran Municipality (pp. 53-55). tehran: sport organization of Tehran Municipality.
18. Ramezaninezhad, R., Rahmaninia, F., & Taghavi, A. (2009). The study motivations of participants in public sports in open space. *journal of sport management*, 5-19.
19. Safania, M., Ghadimi, B., Maddah, M., & Safania, T. (2006). Assessment of participation Islamic Azad University of sari students in sports activities

- and recreational. International Congress of modern approaches Physical Education and Sports Science Tehran.
20. Ghafoori, F. (2003). determine factors influencing on orientation to championship and public sports for determine sports strategies in the Islamic Republic of Iran. (Dissertation), Tarbiat Modarres University of Tehran.
  21. Kolt, G. D. (2004). Why older Australians participate in exercise and sport. *Journal of Aging and Physical Activity*, 185-198.
  22. Maite, L. & Feltz, D. (2001). Participant motivation achievement goal orientation and patterns of physical activity involvement among Botswana youths. *Journal of Sport & exercise psychology*, 16.
  23. Beaton, a. & Funk, D. (2008). An evaluation of theoretical frameworks for studying physically active leisure. *Leisure Sciences*, 1-18.
  24. Senra, C. L. (2003). Motivation and exercise. XIth European Congress of Sport Psychology. Copenhagen Denmark.
  25. Furnham, A. B. (2002). Body image dissatisfaction: gender differences in eating attitudes, self-esteem, and reasons for exercise. *Journal of Psychol*, 96-581.
  26. Salamat, N., Farahani, A., & Goodarzi, M. (2012). Survey of Customers Satisfaction of public and private clubs in Gorgan. *Sport Management Studies*, 143-156.
  27. Omidi, P., Hemayattalab, R., & Garajian, Y. (2011). Compare sports participation motivation in bodybuilders adult men of competitive and beginners in Tehran. Paper presented at the Sixth National Conference on Physical Education and Sports Science Students. tehran.
  28. Gashtasbi, A., Montazeri, A., Vahdaninia, M., Rahimi, A., & Mohammadi, K. (2003). Assessment people of tehran about the health of its own in terms of gender, education and residential area, a population based study. *Journal of payesh*.
  29. Colditz, G. C., Cannuscio, C. C., & Frazier, A. L. (1997). Physical activity and reduced risk of colon cancer: Implications for prevention. *Cancer Causes and Control*, 649-667.
  30. Weiss, M., & Dancan, S. (1992). The relation between Physical competence and peer acceptance in the context of children's Sport participation. *ournal of Sport and Exercise Psychology*.



31. Coakley, J. (1980). games and sport: Developmental implications for young people. *Journal of sport Behavior*, 99-118.
32. Delong, L. L. (2006). *College Students' Motivation for Physical Activity*. (Dissertation for the degree of doctor), University of Louisiana at Monroe.
33. Nourbakhsh, M., Farokhi, A., Khakpoor, S., & Farahani, H. (2010). Comparison of motivations participation women and older men in Tehran in physical activity. *Grow and learning of motor-sport*.
34. Wales, H. b. (1998). *Exercise for health: health- related fitness in Wales*. Heart beat report.

# The Identification and Prioritization of Motivations for Women's Participation in Recreational Water Sports

Reza Andam<sup>1</sup> - Leila Mortezaee<sup>2</sup> \* - Mehdi Nazemi<sup>3</sup>

(Recived:2014/09/20 ; Accepted:2015/07/01 )

## ABSTRACT

**Introduction and Purpose:** The main focus of water sports is on social values such as improved quality of life, the importance of physical and mental health, satisfying personal needs, entertainment, and motive. The purpose of study was detection and priorities of motivations of women's participation in recreational water sports.

**Methodology:** The Statistical populations consist of the study included all women of Khorasan Razavi Province that participated in recreational water sports. In this study, 283 people of women Khorasan Razavi Province from 4000 people were selected using random cluster as statistical sample. Researcher-made questionnaire was used to collect data. Content and face validity of instrument was confirmed by 10 people of expert university professors. After the survey content validity was used exploratory factor analysis to check the structural validity. Cronbach's Alpha coefficient was used to test the reliability of the questionnaire ( $\alpha=0/890$ ). For certainty of normal distribution of data K-S test and Friedman test for priorities of means, were applied.

**Result:** Result showed pleasure and relaxation motive is the most important motive for women's participation in recreational water sports and supremacy motive is unimportant motive for women's participation in recreational water sports.

**Discussion and Conclusion:** Therefore suggests planners of public sports and recreation and women's sport organizations focus on these factors that lead to extension of women's participation in recreational water sports to benefit from its advantages.

## Keywords

Participation Motivations, Recreational Water Sports, Enjoyment and Relaxation.

---

1 . Associate Professor in Sport management, Shahrood University

2 . M.A. of Sport management, Shahrood University(Corresponding Author: Email:lmortezaee@yahoo.com; Tel:+989153319551)

3 . Ph.D. Student of Sport Management, Ferdowsi University





