

## مقایسه‌ی وضعیت اقتصادی-اجتماعی خانواده با میزان مشارکت در فعالیت‌های جسمانی دانش‌آموزان دختر و پسر ۱۶-۱۲ سال شهر زابل

یاسر صفرزایی<sup>۱</sup>، مهشید زارع زاده<sup>۲</sup>، وحید روح‌اللهی<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup> کارشناس ارشد تربیت بدنی، گرایش رفتار حرکتی، دانشگاه باهنر کرمان.

<sup>۲</sup> استادیار دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه باهنر کرمان.

<sup>۳</sup> استادیار دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه باهنر کرمان.

نام نویسنده مسئول:

یاسر صفرزایی

### چکیده

فعالیت بدنی می‌تواند کیفیت زندگی را در تمام سنین برای همگان بهبود بخشد. تمایل افراد برای مشارکت در فعالیت‌های بدنی و ورزش به عوامل مهمی چون حمایت اجتماعی، وضعیت اقتصادی و عوامل اقتصادی-اجتماعی بستگی دارد. بنابراین هدف این مطالعه مقایسه‌ی وضعیت اقتصادی-اجتماعی خانواده با میزان مشارکت در فعالیت‌های جسمانی دانش‌آموزان دختر و پسر ۱۶-۱۲ سال شهر زابل می‌باشد. روش انجام تحقیق همبستگی بوده و در جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه کتبی که روایی و پایایی آن به تأیید رسیده، استفاده شد. جامعه تحقیق، دانش‌آموزان شهرستان زابل بودند، که آمار آن‌ها ۱۰۲۷۹ نفر بود و ۶۰۰ نفر به عنوان نمونه به شیوه‌ی نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش آمار توصیفی و آمار استنباطی استفاده شده است. برای تحلیل داده‌ها از نرم‌افزارهای SPSS ویراست ۲۳ و MINITAB ویراست ۱۷ استفاده شده است. همچنین سطح معنی‌داری ۰/۰۵ گرفته شد. نتایج تحقیق نشان داد که در گروه دختران و پسران ۱۶-۱۲ سال بین مشارکت در انواع رشته‌های ورزشی، میزان فعالیت جسمانی در شرایط مختلف روزمره و میزان فعالیت‌های نشسته با وضعیت اقتصادی-اجتماعی رابطه معنی‌داری وجود نداشت. گروه دختران و پسران هیچ تفاوتی با یکدیگر در زمینه‌ی مشارکت ورزشی با توجه به وضعیت اقتصادی-اجتماعی نداشتند. از دلایل احتمالی تناقضات تحقیقات مختلف می‌توان دامنه‌های سنی متفاوت در تحقیقات عنوان کرد و همچنین ممکن است پراکندگی یکسان امکانات بین همه افراد شهر زابل سبب شده باشد افرادی که از لحاظ اقتصادی-اجتماعی در سطح بالاتری هستند امکان شرکت در اماکن ورزشی با کیفیت بالاتر را نداشته باشند و از همان منابع و امکانات محدود که همگان استفاده می‌کنند، به ناچار استفاده کنند. در پایان توصیه می‌شود تلاش‌هایی بنیادی جهت افزایش مشارکت جسمانی افراد صورت گیرد که در نتیجه باعث بهبود سلامت روانی، اجتماعی و جسمی جامعه می‌شود.

**واژگان کلیدی:** وضعیت اقتصادی-اجتماعی، مشارکت جسمانی، فعالیت جسمانی.

## مقدمه

بدون تردید امروزه ورزش به پدیده جهانی تبدیل شده است. در سال های آغازین قرن ۲۰ ورزش به عنوان یک هنر و البته ایجاد جامعه سالم، مورد توجه بوده است. افزایش روآوری و حضور بیشتر مردم به سوی ورزش به دلیل آگاهی و بهره‌مندی از اثرات مفید ورزش هم چون اثرات مثبت جسمی روانی، اجتماعی و اقتصادی موجب شده تا، دولت‌ها به فکر برنامه‌ریزی و سرمایه‌گذاری در ورزش و تفریحات سالم بیفتند [۱۸]. فعالیت بدنی می‌تواند کیفیت زندگی را در تمام سنین برای همگان بهبود بخشد. همچنین فعالیت فیزیکی دارای اثرات حمایتی در مقابل بیماری‌های مزمن مختلف از جمله بیماری‌های قلبی عروقی، افزایش فشار خون، چاقی، دیابت، پوکی استخوان، سرطان، افسردگی و اضطراب دارد. عادت کردن به سبک زندگی فعال برای حفظ و نگهداری سلامتی ضروری است. انجمن بیماری‌های قلبی آمریکا میزان فعالیت بدنی را ۳۰-۶۰ دقیقه و سه تا چهار بار در هفته برای سلامتی قلب و عروق توصیه می‌کند. طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی بی‌حرکی یکی از ۱۰ علت عمده مرگ و ناتوانی است [۲]. کاهش فعالیت بدنی در افزایش بروز چاقی در میان کودکان و نوجوانان از مخرب‌ترین اثرات بی‌حرکی است [۱۷]. بی‌حرکی جسمانی با نداشتن فعالیت جسمانی منظم چهارمین عامل خطر ساز مرگ و میر جهانی می‌باشد، که ۶ درصد از مرگ و میر در سطح جهان را شامل می‌شود و به طور تقریبی ۳/۲ میلیون مرگ و میر در هر سال به این علت می‌باشد. سطح بی‌حرکی جسمانی در بسیاری از کشورها و بیشتر در کشورهای پردرآمد در حال افزایش است، که پیامدهای مخاطره آمیزی عمده‌ای برای سلامت عمومی مردم در سراسر جهان دارد که عبارتند از: شیوع بیماری‌های قلبی - عروقی، دیابت، سرطان و ... [۵]. میزان فعالیت جسمانی در افراد کشورهای مختلف، متفاوت است که عوامل متعددی مسبب این عمل می‌باشد. به طوری که اطلاعات مطالعه اخیر از استرالیا، کانادا، انگلستان و ایالات متحده آشکار می‌کند که تقریباً ۱۰٪ از جمعیت بزرگسالان به طور هوازی فعال‌اند. فعال بودن به طور هوازی به این معنی بود که فرد در طول اوقات فراغت، به طور میانگین حداقل سه بار در هفته و هر بار ۲۰ تا ۳۰ دقیقه یا بیشتر، در فعالیت‌های شدید شرکت کند. به طور آشکار، به نظر می‌رسد که سبک زندگی برگزیده، بی‌تحرك‌گرایی باشد. تعداد افرادی که در دسته بی‌تحرك (حتی کسانی که کمتر از حد متوسط فعال هستند) قرار می‌گیرند، ۲۵٪ تا ۳۳٪ بیشتر جوامع مطالعه شده می‌باشند. به نظر می‌رسد انگلستان و فنلاند، در این که درصد افراد بی‌تحرك شان تا حدی کم است تا اندازه ای استثناء باشند. در فنلاند ۱۵٪ از افراد ۳۰ تا ۵۹ سال معتقدند که بسیار فعال هستند [۴]. همچنین در نوجوانان و جوانان ایرانی نیز میزان فعالیت جسمانی بسیار پایین است به طوری که محققان در بررسی‌های خود عنوان کردند که با وجود شواهد موجود در خصوص تهدیدهای عدم فعالیت جسمانی، یافته‌های حاصل از سه بررسی ملی در بین جوانان ایرانی نشان داد که ۸۰٪ جمعیت ایرانی از نظر جسمانی غیر فعال هستند [۷]. علیرغم این بینش مثبت، در سازمان‌های متولی بهداشت و سلامت میزان بی‌حرکی در تمام کشورهای توسعه یافته و یا در حال توسعه بالاست [۱۰]. پژوهش‌های متعددی در ایران صورت گرفته است، که نشان دهنده کاهش میزان مشارکت افراد در فعالیت‌های جسمانی و ورزش می‌باشد. در ایران بی‌حرکی در ۶۵٪ از بالغین جامعه وجود دارد و به عنوان یک از عوامل موثر در شیوع بیماری‌ها و در نتیجه کاهش فعالیت جسمانی است [۸]. طبق برخی یافته‌ها پایین‌ترین میزان فعالیت بدنی بزرگسالان در کشورهای تایلند، عربستان سعودی، برزیل و ایران گزارش شده است [۶]. روشن است که جوانان و نوجوانان در دنیای مدرن امروز، فعالیت جسمانی لازم برای برآوردن نیازهای سلامتی خود را ندارند، بنابراین شناخت از بافت محیطی و عوامل موثر بر مشارکت جسمانی بیشتر این افراد ضروری است [۱۴].

تمایل افراد برای مشارکت در فعالیت‌های بدنی و ورزش به عوامل مهمی چون حمایت اجتماعی، وضعیت اقتصادی، عوامل اقتصادی - اجتماعی، خواستگاه فرهنگی و عوامل روانی - اجتماعی فردی بستگی دارد [۱۹]. بررسی‌ها نشان داده‌اند که نحوه مشارکت جسمانی افراد با زمینه‌های فرهنگی و اقتصادی - اجتماعی گوناگون، متفاوت می‌باشد. افراد با توجه به اینکه در چه شرایط فرهنگی و اجتماعی جامعه هستند، نرخ‌های متفاوت مشارکت در فعالیت‌های بدنی دارند [۱۲]. برخی محققان در پژوهش‌های خود نقش کلیشه‌های جنسیتی را در نوع سبک زندگی نشان دادند که زنان هندی و سایر اقلیت‌های قومی در مقایسه با زنان استرالیایی به دلیل محرومیت فرهنگی فرصت شرکت در فعالیت‌های ورزشی را ندارند [۱۶]. ون دنریش و همکاران (۲۰۱۲) نیز در یافته‌های خود وضعیت اجتماعی - اقتصادی را به طور مثبت و معناداری وابسته با مشارکت ورزشی و عضویت در باشگاه‌های ورزشی برای هر دو جنس مرد و زن دانستند [۲۹]. در همین راستا سنایی نسب و همکارانش (۱۳۹۲) مشارکت بدنی را تحت تاثیر متغیرهای وضعیت اقتصادی - اجتماعی عنوان کردند [۱۱]. نتایج تحقیق جولیا شروپشایر با عنوان "متغیرهای خانواده و فعالیت‌های جسمانی فرزندان: تاثیر ورزش والدین و وضعیت اجتماعی اقتصادی" نشان داد که وضعیت اقتصادی - اجتماعی تأثیری بر فعالیت فرزندان نداشت [۱۸]. در تحقیق دیگری بیان شد که افراد از خانواده‌هایی با وضعیت اجتماعی - اقتصادی (شغل و سطح تحصیلات) بالاتر به طور قابل توجهی فعالیت‌های ورزشی سازمان یافته با شدت متوسط را انتخاب می‌کنند در حالی که سایرین فعالیت‌های غیر سازمان یافته و کم شدت را انجام می‌دهند [۲۷]. علاوه بر موارد ذکر شده رحمانی نیا و همکاران (۱۳۸۸) در تحقیقی با عنوان

رابطه‌ی کم وزنی و اضافه وزن با آمادگی جسمانی و وضعیت اقتصادی- اجتماعی دانش‌آموزان بیان کردند که آمادگی جسمانی دانش‌آموزانی که وضعیت اقتصادی- اجتماعی بهتری داشتند، بهتر بود [۲۹]. همچنین اسلامی و همکاران (۱۳۹۲) بیان کردند، دانش‌آموزان با وضعیت اجتماعی- اقتصادی خانوادگی متوسط و متوسط به بالا به دلیل آگاهی خانواده از فواید فعالیت بدنی (طبقه‌ی اجتماعی) و حمایت‌های عاطفی و مالی (طبقه‌ی اقتصادی) آن‌ها مشارکت بیشتری در فعالیت‌های بدنی منظم دارند، اما دانش‌آموزان با وضعیت اجتماعی- اقتصادی خانوادگی پایین به علت نا آگاهی خانواده از فواید فعالیت بدنی (طبقه‌ی اجتماعی) و فقدان حمایت‌های عاطفی و مالی (طبقه‌ی اقتصادی) آن‌ها در فعالیت‌های بدنی منظم شرکت نمی‌کنند [۳]. قدرت نما (۱۳۹۲) نیز عنوان کرد که علاوه بر این بین ورزش‌ها و بازی‌هایی که طبقات برتر جامعه که از جایگاه بالاتری در اجتماع خوردارند انجام می‌دهند و ورزش‌هایی که طبقات پایین‌تر انجام می‌دهند، تفاوت وجود دارد. که بیانگر تاثیر نقش طبقه اجتماعی- اقتصادی و فرهنگ بر مشارکت جسمانی می‌باشد [۱۵]. همچنین جمعی از محققان نیز در تأثیر وضعیت اقتصادی- اجتماعی بر مشارکت ورزشی دانش‌آموزان می‌گویند، محیط خانواده و پایگاه اقتصادی- اجتماعی خانواده بر نگرش‌های روانی به سوی ورزش‌های گوناگون و توانایی‌های بدنی افراد، مؤثر است [۲۲ و ۲۶]. کریستنسن<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۰۸) به نبود رابطه‌ی میان وضعیت اقتصادی- اجتماعی با میزان فعالیت بدنی نوجوانان و کودکان اشاره کردند [۲۵]. همچنین تحقیق بتینا و کریستنسن (۲۰۰۸) بیانگر عدم رابطه‌ی وضعیت اقتصادی- اجتماعی با میزان فعالیت بدنی دانش‌آموزان مقاطع راهنمایی و دبیرستان است [۲۰]. بوتردیه‌ژو<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۱) در تحقیقی بیان کردند که رابطه‌ی معناداری بین وضعیت اجتماعی- اقتصادی در سه سطح متوسط (بالا، متوسط و پایین) بر میزان فعالیت بدنی جوانان و نوجوانان اروپایی وجود ندارد [۲۱]. همچنین سیرا<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۳) نقش وضعیت اقتصادی- اجتماعی را بر میزان فعالیت ورزشی دانش‌آموزان بررسی کردند و به این نتیجه رسیدند که افراد با وضعیت اقتصادی- اجتماعی متوسط و بالا، نسبت به افراد با وضعیت اجتماعی- اقتصادی پایین، بیش‌تر در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنند [۲۸].

گسترش یافته‌های علمی، رشد بهداشت و فرهنگ عمومی جامعه و آگاهی روزافزون مردم از تأثیرات ورزش در تندرستی، موجب روی آوردن عموم مردم به فعالیت‌های بدنی و ورزش شده است؛ به همین دلیل برای رشد و گسترش هر چه بیشتر ورزش، درک و شناسایی عوامل مؤثر بر گرایش مردم به سوی مشارکت در فعالیت‌های ورزشی نیازمند توجه جدی است [۳]. یافته‌های پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهد که به احتمال زیاد الگوها و عادت‌های فعالیت بدنی در طول دوران کودکی و نوجوانی در سراسر طول عمر حفظ می‌شود، در نتیجه برای ادامه‌ی سبک زندگی فعال در بزرگسالی، دوران کودکی فعال یا غیر فعال می‌تواند یک پیش‌بینی کننده در نوع سبک زندگی بزرگسالی باشد. از این رو شناخت عوامل اقتصادی- اجتماعی اثرگذار بر میزان فعالیت جسمانی کودکان برای شکل دادن به عادت‌های مناسب به منظور تغییر الگوی رفتاری، حایز اهمیت است. به طور کلی در مشارکت جسمانی افراد عوامل متعددی بصورت مستقیم (امکانات و تسهیلات) و غیرمستقیم (عوامل روانی- ادراکی، نگرش روانی و مزایای روانی شخصی) نقش دارند، که بر اساس این عوامل می‌توان به میزان مشارکت جسمانی افراد پی برد [۲۴]. لحاظ کردن این عوامل در سیاست‌گذاری‌ها در جهت توسعه سلامت مؤثر است. در مطالعات گذشته غالباً از طریق پرسشنامه‌هایی که با توجه به حافظه فرد در مورد میزان فعالیت جسمانی در فواصل زمانی مثل هفت روز گذشته طراحی شده اند، در مورد نوع سبک زندگی و سطح سلامت وی اطلاعات جمع آوری نشده است. با توجه به مطالب ذکر شده، اهمیت و ضرورت مشارکت افراد در فعالیت‌های بدنی و ورزش در حفظ و ارتقاء سلامت جسمی و روحی افراد و جامعه روشن می‌باشد و باید به گسترش مشارکت هر چه بیشتر افراد در فعالیت‌های جسمانی و ورزش توجه ویژه نمود. یکی از راه‌هایی که به تحقق این امر کمک می‌نماید، بررسی عوامل تأثیرگذار بر مشارکت مردم به سمت این مقوله می‌باشد. از جمله این عوامل می‌توان به وضعیت اقتصادی- اجتماعی خانواده، فرهنگ، نگرش خانواده نسبت به فعالیت جسمانی، فاکتورهای اجتماعی- روانی و عوامل روانشناختی فردی اشاره نمود. شهر زابل به دلیل رفت و آمد افراد از حوزه‌های فرهنگی مختلف و مهاجرت به دلیل مرزی بودن آن، از نظر اقتصادی و فرهنگی با اکثر شهرهای ایران تفاوت محسوسی دارد و این تفاوت فرهنگ، بر نگرش افراد در جهت مشارکت فعالیت‌های اجتماعی و فرهنگی تأثیر گذار است. به طوری که احساس می‌شود خانواده‌ها با نگرش‌های خاص خود، مانع مشارکت ورزشی دختران و پسران می‌شوند. در ضمن آمار بزهکاری که شامل پنج بعد سرقت و تقلب، پرخاشگری و خشونت، کجروی اخلاقی، کجروی جنسی، کجروی فرهنگی است، در سال ۱۳۸۹ توسط قربانعلی ابراهیمی در جوانان ۱۵ تا ۲۴ سال شهر زابل، ۵۲/۱ درصد این افراد گزارش شد [۱]. طبق یافته‌های رضوی (۱۳۵۳) ورزش و فعالیت جسمانی می‌تواند سطح تعهد نوجوانان به ارزش‌ها را افزایش دهد و در نتیجه موجب کاهش بزهکاری شود [۱۳]. با توجه به تحقیقات انجام شده مشاهده شد که تاکنون تحقیقی مبنی بر مقایسه‌ی وضعیت اقتصادی- اجتماعی خانواده با مشارکت فعالیت‌های جسمانی دانش‌آموزان دختر و پسر شهر زابل صورت نگرفته است. لذا برای ارتقا سطح سلامت روانی افراد، افزایش

1- Kristensen

2- Bettina &amp; Kereszte

3- Botrdeaudhuij

4- Seabra

روحیه، جلوگیری از اضطراب و استرس و همچنین افزایش مشارکت ورزشی آن‌ها، شناسایی عوامل مختلف مشارکت جسمانی افراد و مقایسه‌ی عوامل موثر بر مشارکت جسمانی، ضروری به نظر می‌رسد. لذا بر اساس شواهد و فرضیات فوق‌الذکر هدف تحقیق حاضر مقایسه‌ی وضعیت اقتصادی-اجتماعی خانواده با میزان مشارکت در فعالیت جسمانی دانش‌آموزان دختر و پسر ۱۶-۱۲ سال شهر زابل می‌باشد.

## روش شناسی

روش انجام این تحقیق توصیفی و از نوع همبستگی بوده و در زمینه جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه کتبی که روایی و پایایی آن به تأیید رسیده، استفاده شده است. جامعه آماری را در تحقیق حاضر، تمامی دانش‌آموزان دختر و پسر پایه‌های ششم ابتدایی، هفتم متوسطه اول، هشتم متوسطه اول، نهم متوسطه اول و دوم متوسطه دوم (۱۶-۱۲ سال) شهر زابل که در سال تحصیلی ۹۵-۹۴ مشغول به تحصیل در مدارس دولتی بودند، تشکیل دادند. تعداد کل این دانش‌آموزان ۱۰۲۷۹ نفر بود، که ۵۴۸۵ نفر از این تعداد را دختران تشکیل دادند و تعداد ۴۷۹۴ نفر از جامعه آماری تحقیق، دانش‌آموزان پسر بودند. در تحقیق حاضر برای هر گروه سنی بصورت مجزا از جنسیت (دوازده، سیزده، چهارده، پانزده و شانزده سال) ۶۰ نفر (بر اساس جدول مورگان) در نظر گرفته شد، که در هر رده سنی و هر جنسیتی تعدادی از دانش‌آموزان به دلیل اینکه دارای سن بالاتر بودند اما در کلاس پایین‌تر مشغول به تحصیل بودند، از نمونه تحقیقی حذف شدند و در مجموع تعداد نمونه مورد بررسی برای هر رده سنی و هر جنسی ۶۰ نفر، که حجم کل نمونه ۶۰۰ نفر (۳۰۰ دختر و ۳۰۰ پسر) بود که به صورت هدفمند انتخاب شدند. در این تحقیق پس از تکمیل کردن فرم رضایت نامه توسط والدین، فرم پرسشنامه در یک مرحله و در دو مجموعه به دانش‌آموزان داده شد که مجموعه اول شامل قسمت اقتصادی و درآمد بود و مجموعه دوم شامل مشارکت در رشته‌های مختلف ورزشی که در طول یک هفته گذشته فرد انجام داده است، میزان فعالیت جسمانی در شرایط مختلف روزمره و میزان فعالیت‌های نشسته بود. مجموعه اول کد گذاری شد و به دانش‌آموزان داده شد تا در منزل تکمیل کنند چون ممکن بود دانش‌آموزان اطلاعات دقیقی راجع به میزان درآمد خود نداشته باشند، سپس از آن‌ها خواسته شد در یک روز معین آن را به محقق یا معلم خود تحویل دهند و بر اساس کدی که روی مجموعه دوم بود، قسمت اقتصادی و قسمت سنجش فعالیت جسمانی مربوط به هر دانش‌آموزان تنظیم می‌شد. قسمت دوم پرسشنامه را دانش‌آموزان سر کلاس و با حضور محقق و معلم خود با نهایت دقت تکمیل می‌کردند. پرسشنامه استفاده شده در کل شامل نوزده سؤال می‌باشد که وضعیت اقتصادی-اجتماعی، مشارکت افراد در رشته‌های ورزشی مختلف، میزان فعالیت جسمانی در شرایط مختلف روزمره و میزان فعالیت‌های نشسته را می‌سنجد. لازم به ذکر است که سوال اول، دوم و سوم از پرسشنامه سطح شاخص اجتماعی-اقتصادی (SES) اسماعیل زاده (۲۰۱۴) تهیه گردیده است [۱۳]. در ابتدای پرسشنامه سوالاتی راجع به اطلاعات فردی افراد آورده شد که تکمیل کردن این موارد کاملاً اختیاری بوده است. سوال یک اطلاعاتی راجع به وضعیت اقتصادی و درآمد ماهیانه خانواده افراد در اختیار ما می‌گذارد. سوال اول، شامل هیجده گزینه می‌باشد، که تعداد افرادی که هر گزینه را علامت زدند مشخص می‌شود، سوال دوم و سوم که میزان تحصیلات پدر و مادر می‌باشد، شامل نه گزینه می‌باشد در هر کدام تعداد افرادی که هر گزینه را علامت زدند، مشخص می‌شود. در این سه سوال نمره‌گذاری طوری است که نمره کل، مجموع امتیازات کسب شده از قسمت درآمد و تحصیلات پدر و مادر است. آزمودنی‌هایی که نمره (۲۰-۴) کسب نمودند جزء شاخص‌های سطح پایین اقتصادی-اجتماعی و آزمودنی‌هایی که نمره بین (۲۵-۲۱) جزء شاخص سطح متوسط و آزمودنی‌هایی که نمره بین (۵۵-۳۶) کسب کردند جزء شاخص‌های سطح بالای اقتصادی-اجتماعی دسته‌بندی شدند. بعنوان مثال اگر درآمد خانواده‌ای چهار میلیون و دویست هزار تومان در ماه باشد نمره (۱۱) و پدر خانواده فوق لیسانس باشد، نمره (۷) و مادر خانواده لیسانس باشد، نمره (۶) به آن‌ها تعلق می‌گیرد که مجموع این نمرات ۲۴ می‌شود، که جز سطح متوسط اقتصادی-اجتماعی قرار می‌گیرد. سوال چهار تا هشت محل تولد فرد، مادر، پدر، پدر بزرگ و مادر بزرگ وی را مشخص می‌کند که سیستان یا بلوچستان می‌باشد و تعداد هر کدام مشخص می‌شود. سوالات چهار تا نوزده مربوط به پرسشنامه CAPANS-P بودند که شامل سوالات مشارکت در انواع رشته‌های ورزشی، فعالیت جسمانی در شرایط مختلف روزمره و میزان فعالیت نشسته می‌باشد. این قسمت پرسشنامه ابتدا از انگلیسی به فارسی و سپس دوباره به انگلیسی و در نهایت به فارسی برگردانه شد و ترجمه فارسی و ویرایش این پرسشنامه زیر نظر کارشناس ارشد زبان انگلیسی و کارشناس ارشد ادبیات صورت گرفت. سؤال نه شامل فعالیت‌های وقت آزاد خارج از مدرسه (مشارکت در رشته‌های مختلف ورزشی) است. ۳۹ مهارت برای سوال نه در نظر گرفته شده از قبیل جهیدن، فوتبال، آهسته دویدن، هاکی، والیبال، اسکیت. هر مهارت بر طبق مقیاس لیکرت شامل پنج گزینه به ترتیب زیر می‌باشد (هر گزینه تعداد فعالیت بدنی در هفته گذشته را نشان می‌دهد): هیچ ۱/ تا ۲ بار/ ۳ تا ۴ بار/ ۵ تا ۶ بار/ ۷ بار یا بیشتر. نحوه نمره‌گذاری این سؤال بدین ترتیب است که به این مقیاس‌ها به ترتیب اعداد یک تا پنج تعلق می‌گیرد به طور مثال برای مهارت "رقص" اگر دانش‌آموزی گزینه "سه تا چهار بار" را انتخاب نموده باشد عدد سه را در این مهارت بدست آورده در نهایت نمره این سؤال را میانگین امتیازات کسب کرده در کل مهارت‌ها تشکیل می‌دهد. سوال نه تا هیجده این پرسشنامه فعالیت بدنی دانش‌آموز از قبیل فعالیت‌های وقت آزاد (خارج از مدرسه)، فعالیت بدنی در مدرسه (زنگ تربیت بدنی)، فعالیت بدنی در خانه (هنگام ناهار، بلافاصله بعد از مدرسه، بعد از ظهر و آخر هفته) و رفت و آمد تا مدرسه (پیاده با دوچرخه) را می‌سنجد. این سوال شامل پنج گزینه می‌باشد که میزان

فعالیت جسمانی در شرایط مختلف روزمره را می‌سنجد. گزینه‌های هر سؤال برای نمره گذاری از یک تا پنج ارزش گذاری می‌شوند. و نمره هر کدام از این سؤالات با توجه به ارزش گزینه انتخاب شده مشخص می‌شود. در سوال هفده و هیجده نمره بدست آمده از میانگین مجموع زمان پیاده یا با دوچرخه رفتن به مدرسه بدست می‌آید. سوال نوزده فعالیت‌های نشسته در طول هفت روز گذشته را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. ابتدا به شیوه نمره گذاری آن در پسران می‌پردازیم. در مورد اول یعنی تماشا کردن برنامه‌های تلویزیون در طول هفته، پنجشنبه و جمعه به ترتیب: اصلاً/ کمتر از یک ساعت/ یک تا دو ساعت/ دو تا سه ساعت/ سه تا شش ساعت/ شش تا ده ساعت/ ده ساعت و بیشتر نمره گذاری می‌شود. مورد چهارم یعنی استفاده از کامپیوتر برای سرگرمی برای پسران در طول هفته، پنجشنبه و جمعه به ترتیب: اصلاً/ کمتر از دو ساعت/ دو تا هشت ساعت/ هشت تا دوازده ساعت/ دوازده تا بیست ساعت/ بیست ساعت و بیشتر ارزش دهی می‌شود و در موارد دیگر بصورت: اصلاً/ کمتر از یک ساعت/ یک تا سه ساعت/ سه تا شش ساعت/ شش تا ده ساعت/ ده ساعت و بیشتر نمره گذاری می‌شود. و اما در دختران ارزش دهی به این صورت می‌باشد که: در مورد اول یعنی تماشا کردن برنامه‌های تلویزیون در طول هفته، پنجشنبه و جمعه به: اصلاً/ کمتر از یک ساعت/ یک تا دو ساعت/ دو تا سه ساعت/ سه تا شش ساعت/ شش تا ده ساعت/ ده ساعت و بیشتر نمره گذاری می‌شود. مورد چهارم یعنی استفاده از کامپیوتر برای سرگرمی برای پسران در طول هفته، پنجشنبه و جمعه به ترتیب: اصلاً/ کمتر از دو ساعت/ دو تا هشت ساعت/ هشت تا دوازده ساعت/ دوازده تا بیست ساعت/ بیست ساعت و بیشتر نمره گذاری می‌شود و در موارد دیگر بصورت: اصلاً/ کمتر از یک ساعت/ یک تا سه ساعت/ سه تا شش ساعت/ شش تا ده ساعت/ ده ساعت و بیشتر ارزش دهی می‌شود.

به منظور جمع‌آوری داده‌ها در این تحقیق ابتدا معرفی نامه از طرف دانشکده تربیت بدنی دانشگاه باهنر کرمان دریافت شد. سپس با ارائه این معرفی نامه به معاون آموزشی اداره آموزش و پرورش شهر زابل، ایشان دستور نامه را به حراست، کارشناس نیروی انسانی، کارشناس پروژه‌های تحقیقی و اتوماسیون اداری دادند. پس از موافقت حراست از کارشناس نیروی انسانی اداره آموزش و پرورش شهر زابل، تعداد دانش‌آموزان به منظور بررسی جامعه و نمونه، نشانی مدارس استخراج و مجوز ورود به مدارس دریافت شد. و همچنین یک نسخه از پرسشنامه به کارشناس پروژه‌های تحقیقی اداره آموزش و پرورش شهر زابل داده شد. با دریافت مجوز ورود به مدارس به مدیران محترم یک نسخه کپی از مجوز داده شد و با کسب اجازه از آن‌ها فرم رضایت نامه والدین به دانش‌آموزان داده شد که پس از رضایت والدین، پرسشنامه بین دانش‌آموزان پایه‌های مختلف پخش شد که قسمت فعالیت بدنی در مدرسه توسط دانش‌آموز و قسمت اقتصادی - اجتماعی در منزل توسط والدین تکمیل شد. در این پژوهش به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش آمار توصیفی (انواع شاخص‌ها، جداول و رسم نمودارها) و آمار استنباطی (آزمون ضریب همبستگی کندال واسپیرمن و ضریب همبستگی پیرسون) استفاده شده است. همچنین برای تحلیل داده‌ها از نرم‌افزارهای SPSS ویراست ۲۳ و MINITAB ویراست ۱۷ استفاده شده است و سطح معنی‌داری ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

## نتایج

اطلاعات برآمده از جدول شماره ۱ نشان می‌دهد ۱۸/۵٪ از پاسخگویان دارای درآمد ماهیانه سه میلیون تومان تا سه میلیون و پانصد هزار تومان در ماه با بیشترین فراوانی و ۲٪ از آنان دارای درآمد ماهیانه شش میلیون تومان تا هفت میلیون تومان در ماه با کمترین فراوانی بوده‌اند (جدول شماره ۱).

جدول شماره ۱: توزیع فراوانی و فراوانی درصدی افراد مورد بررسی بر اساس درآمد ماهیانه

درآمد ماهیانه	فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی معتبر
کمتر از پانصد هزار تومان در ماه	۲۷	۵/۴	۵/۴
پانصد هزار تومان تا هشتصد هزار تومان در ماه	۱۶	۲/۷	۳/۲
هشتصد هزار تومان تا یک میلیون و دویست هزار تومان در ماه	۶	۱/۰	۱/۲
یک میلیون و دویست هزار تومان تا یک میلیون و پانصد هزار تومان در ماه	۳۳	۵/۵	۶/۶
یک میلیون و پانصد هزار تومان تا یک میلیون و هشتصد هزار تومان در ماه	۴۰	۶/۷	۸/۰
یک میلیون و هشتصد هزار تومان تا دو میلیون تومان در ماه	۷۲	۱۲/۰	۱۴/۳
دو میلیون تومان تا دو میلیون و پانصد هزار تومان در ماه	۸۴	۱۴/۰	۱۶/۷
دو میلیون و پانصد هزار تومان تا سه میلیون تومان در ماه	۷۳	۱۲/۲	۱۴/۵
سه میلیون تومان تا سه میلیون و پانصد هزار تومان در ماه	۹۳	۱۵/۵	۱۸/۵

۵/۶	۴/۷	۲۸	سه میلیون و پانصد هزار تومان تا چهار میلیون تومان در ماه
۳/۶	۳/۰	۱۸	چهار میلیون تومان تا چهار میلیون و پانصد هزار تومان در ماه
۱/۸	۱/۵	۹	چهار میلیون و پانصد هزار تومان تا پنج میلیون تومان در ماه
۰/۶	۰/۵	۳	پنج میلیون تومان تا شش میلیون تومان در ماه
۰/۲	۰/۲	۱	شش میلیون تومان تا هفت میلیون تومان در ماه
۱۰۰/۰	۸۳/۸	۵۰۳	کل
-	۱۶/۲	۹۷	بی پاسخ
-	۱۰۰/۰	۶۰۰	کل

اطلاعات جدول شماره ۲ نشان می‌دهد ۲۴/۲٪ از پدران در دوره لیسانس با بیشترین فراوانی و ۵٪ با مدرک فوق دکترا/فوق تخصص دارای کمترین فراوانی و ۲۳/۵٪ از مادران در دوره لیسانس با بیشترین فراوانی و ۰٪ با مدرک فوق دکترا/فوق تخصص دارای کمترین فراوانی بوده‌اند (جدول شماره ۲).

جدول شماره ۲: توزیع فراوانی و فراوانی درصدی افراد مورد بررسی بر اساس تحصیلات والدین

تحصیلات والدین	پدر		مادر	
	فراوانی	درصد فراوانی	فراوانی	درصد فراوانی
بی سواد	۲۳	۳/۸	۱۵	۲/۵
ابتدایی	۱۷	۲/۸	۱۵	۲/۵
راهنمایی	۱۳	۲/۲	۴۳	۷/۲
دبیرستان	۳۲	۵/۳	۵۹	۹/۸
دیپلم	۱۱۴	۱۹/۰	۱۲۹	۲۱/۵
فوق دیپلم	۸۸	۱۴/۷	۱۱۷	۱۹/۵
لیسانس	۱۴۵	۲۴/۲	۱۴۱	۲۳/۵
فوق لیسانس	۱۱۱	۱۸/۵	۷۵	۱۲/۵
دکترا	۵۴	۹/۰	۶	۱/۰
فوق دکترا/فوق تخصص	۳	۰/۵	۰	۰/۰
کل	۶۰۰	۱۰۰/۰	۶۰۰	۱۰۰/۰

با توجه به تجزیه و تحلیل داده‌ها در جدول شماره ۳، 478 نفر (۷۹/۷٪) از پاسخگویان در سطح پایین وضعیت اقتصادی - اجتماعی و ۱۲۲ نفر (۲۰/۳٪) در سطح متوسط وضعیت اقتصادی - اجتماعی قرار دارند (جدول شماره ۳).

جدول شماره ۳: توزیع فراوانی و فراوانی درصدی افراد مورد بررسی بر اساس وضعیت اقتصادی - اجتماعی

وضعیت اقتصادی - اجتماعی		فراوانی	درصد فراوانی معتبر
پاسخگو	سطح پایین	478	۷۹/۷
	سطح متوسط	122	۲۰/۳
	کل	۶۰۰	۱۰۰/۰

جهت بررسی رابطه بین متغیرها از ضرایب همبستگی ناپارامتری کندال و اسپیرمن استفاده شده است. نتایج حاصل از آزمون همبستگی با توجه به جدول شماره ۴ نشان می‌دهد که در گروه پسران بین مشارکت در انواع رشته‌های ورزشی، میزان فعالیت جسمانی در شرایط مختلف روزمره و میزان فعالیت‌های نشسته با وضعیت اقتصادی - اجتماعی رابطه معنی‌دار وجود ندارد ( $p > ۰/۰۵$  - مقدار).

جدول شماره ۴: بررسی رابطه بین وضعیت اقتصادی- اجتماعی خانواده با مشارکت در انواع رشته‌های ورزشی، میزان فعالیت جسمانی در شرایط مختلف روزمره و میزان فعالیت‌های نشسته در پسران

متغیر	وضعیت اقتصادی- اجتماعی	مشارکت در انواع رشته‌های ورزشی	میزان فعالیت جسمانی در شرایط مختلف روزمره	میزان فعالیت‌های نشسته
وضعیت اقتصادی- اجتماعی	۱			
مشارکت در انواع رشته‌های ورزشی	-۰/۰۰۲	۱		
	-۰/۰۰۴			
میزان فعالیت جسمانی در شرایط مختلف روزمره	-۰/۰۵۱	**۰/۴۱۵	۱	
	-۰/۰۶۲	**۰/۵۶۵		
میزان فعالیت‌های نشسته	۰/۰۹۸	۰/۰۶۱	-۰/۰۴۲	۱
	۰/۱۱۶	۰/۰۷۶	-۰/۰۶۵	

\*\*در سطح ۰/۰۵ معنی‌دار

جهت بررسی رابطه بین متغیرها از ضرایب همبستگی ناپارامتری کندال و اسپیرمن استفاده شده است. نتایج حاصل از آزمون همبستگی با توجه به جدول شماره ۵ نشان می‌دهد که در گروه دختران بین مشارکت در انواع رشته‌های ورزشی، میزان فعالیت جسمانی در شرایط مختلف روزمره و میزان فعالیت‌های نشسته با وضعیت اقتصادی- اجتماعی رابطه معنی‌دار وجود ندارد ( $p > ۰/۰۵$  مقدار).

جدول شماره ۵: بررسی رابطه بین وضعیت اقتصادی- اجتماعی خانواده با مشارکت در انواع رشته‌های ورزشی، میزان فعالیت جسمانی در شرایط مختلف روزمره و میزان فعالیت‌های نشسته در دختران

متغیر	وضعیت اقتصادی- اجتماعی	مشارکت در انواع رشته‌های ورزشی	میزان فعالیت جسمانی در شرایط مختلف روزمره	میزان فعالیت‌های نشسته
وضعیت اقتصادی- اجتماعی	۱			
مشارکت در انواع رشته‌های ورزشی	-۰/۰۶۳	۱		
	-۰/۰۶۴			
میزان فعالیت جسمانی در شرایط مختلف روزمره	۰/۰۵۸	۰/۰۱۸	۱	
	۰/۰۶۷	۰/۰۱۸		
میزان فعالیت‌های نشسته	-۰/۰۸۱	-۰/۱۶۸	-۰/۱۶۱	۱
	-۰/۰۹۶	-۰/۲۴۷	-۰/۲۱۸	

1- Kendall's tau\_b

2- Spearman's rho

3- Kendall's tau\_b

4- Spearman's rho

## بحث و نتیجه گیری

نتایج نشان داد که در گروه پسران ۱۶-۱۲ سال بین مشارکت در انواع رشته‌های ورزشی، میزان فعالیت جسمانی در شرایط مختلف روزمره و میزان فعالیت‌های نشسته با وضعیت اقتصادی- اجتماعی رابطه معنی‌دار وجود ندارد. همچنین نتایج نشان داد که در گروه دختران ۱۶-۱۲ سال بین مشارکت در انواع رشته‌های ورزشی، میزان فعالیت جسمانی در شرایط مختلف روزمره و میزان فعالیت‌های نشسته با وضعیت اقتصادی- اجتماعی رابطه معنی‌دار وجود ندارد. می‌توان نتیجه گرفت که وضعیت اقتصادی- اجتماعی در مشارکت ورزشی دختران و پسران شهر زابل بی‌تاثیر است و این دو گروه با هم تفاوتی ندارند. به عبارت دیگر رابطه معناداری بین وضعیت اقتصادی- اجتماعی و مشارکت افراد در انواع رشته‌های ورزشی، فعالیت جسمانی در شرایط روزمره و فعالیت‌های نشسته در دختران و پسران وجود ندارد و نمی‌توان استنباط کرد که وضعیت اقتصادی- اجتماعی بالاتر باعث مشارکت بیشتر افراد در درانواع رشته‌های ورزشی، افزایش فعالیت جسمانی در شرایط روزمره و فعالیت‌های نشسته می‌شود. نتایج حاضر با نتایج حاصل از تحقیق سبیرا و همکاران (۲۰۱۳) که نقش وضعیت اقتصادی- اجتماعی را بر میزان فعالیت ورزشی دانش‌آموزان بررسی کردند و به این نتیجه رسیدند که افراد با وضعیت اقتصادی- اجتماعی متوسط و بالا، نسبت به افراد با وضعیت اجتماعی- اقتصادی پایین، بیش‌تر در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنند، همخوانی ندارد [۲۸]. همچنین نتیجه حاصل با نتیجه‌ی پژوهش رحمانی نیا و همکاران (۱۳۸۸) در تحقیقی با عنوان رابطه‌ی کم وزنی و اضافه وزن با آمادگی جسمانی و وضعیت اقتصادی- اجتماعی دانش‌آموزان بیان کردند که آمادگی جسمانی دانش‌آموزانی که وضعیت اقتصادی- اجتماعی بهتری داشتند، بهتر بود، همخوانی ندارد [۹]. همچنین اسلامی و همکاران (۱۳۹۲) بیان کردند، دانش‌آموزان با وضعیت اقتصادی- اجتماعی متوسط و متوسط به بالا مشارکت بیش‌تری در فعالیت‌های بدنی دارند، اما دانش‌آموزان با وضعیت اقتصادی- اجتماعی پایین در فعالیت‌های بدنی منظم شرکت نمی‌کنند، که با یافته‌های تحقیق ما متفاوت است [۳]. تحقیقاتی دیگری نیز صورت گرفته است که نتایج آن‌ها مشابه با نتایج تحقیق ما نمی‌باشد، این تحقیقات تأثیر وضعیت اقتصادی- اجتماعی بر مشارکت ورزشی دانش‌آموزان بیان کردند، محیط خانواده و پایگاه اقتصادی- اجتماعی خانواده بر نگرش‌های روانی به سوی ورزش‌های گوناگون و توانایی‌های بدنی افراد، مؤثر است [۲۶ و ۲۲]. علاوه بر موارد فوق کانتز و همکاران (۲۰۱۳) در پژوهشی که بر روی مشارکت ورزشی در مدارس بین ۱۴-۱۱ سال در جنوب شرقی ایالت متحده انجام دادند، نتایج را حاکی از آن دانستند که بیش‌تر دانش‌آموزان در ورزش‌های مدرسه شرکت می‌کنند اما کودکان با وضعیت اقتصادی- اجتماعی پایین در معرض خطر بیش‌تری از عدم فعالیت بدنی قرار دارند [۲۴]. همچنین نتایج تحقیق سانتوس و همکاران (۲۰۰۴) با یافته‌های ما همخوانی ندارد، آن‌ها در پژوهش خود چنین بیان نمودند، نوجوانانی که از خانواده‌هایی با وضعیت اجتماعی- اقتصادی (شغل و سطح تحصیلات) بالاتر هستند به طور قابل توجهی فعالیت‌های ورزشی سازمان یافته با شدت متوسط را انتخاب می‌کنند در حالی که سایرین فعالیت‌های غیرسازمان یافته و کم شدت را انجام می‌دهند [۲۷].

نتایج تحقیق کریستنسن و همکاران (۲۰۰۸) نتایج تحقیق را تایید می‌کند، آن‌ها به نبود رابطه‌ی میان وضعیت اقتصادی- اجتماعی با میزان فعالیت بدنی نوجوانان و کودکان اشاره کردند [۲۵]. تحقیق بتینا و کریستنس (۲۰۰۸) بیانگر عدم رابطه‌ی وضعیت اقتصادی- اجتماعی با میزان فعالیت بدنی دانش‌آموزان مقاطع راهنمایی و دبیرستان است، که با نتایج ما همخوانی دارد [۲۰]. بوتردیه‌اژ و همکاران (۲۰۱۱) در تحقیقی بیان کردند که رابطه‌ی معناداری بین وضعیت اجتماعی- اقتصادی در سه سطح متوسط (بالا، متوسط و پایین) بر میزان فعالیت بدنی نوجوانان اروپایی وجود ندارد. که این نتایج هم با نتایج تحقیق فوق هم راستا بودند [۲۱].

از دلایل احتمالی تناقضات تحقیقات مختلف می‌توان دامنه‌های سنی متفاوت در تحقیقات عنوان کرد به طوری که تحقیقات گذشته اکثراً در بزرگسالان انجام شده‌اند، اما این پژوهش در نوجوانان انجام شد که ممکن است دلیل این تناقض، دامنه سنی این افراد باشد و همچنین تفاوت توانایی واقعی افراد با آن چه که تصور می‌کنند را از دلایل این تناقضات دانست. ممکن است پراکندگی یکسان امکانات بین همه افراد شهر زابل سبب شده باشد افرادی که از لحاظ اقتصادی- اجتماعی در سطح بالاتری هستند امکان شرکت در اماکن ورزشی با کیفیت بالاتر را نداشته باشند و از همان منابع و امکانات محدود که همگان استفاده می‌کنند، به ناچار استفاده می‌کنند. با توجه به نتایج بدست آمده می‌توان بیان نمود که وضعیت اقتصادی- اجتماعی خانواده بر میزان مشارکت جسمانی افراد این تحقیق، تأثیری ندارد، به عبارت دیگر پراکندگی و توزیع یا دسترسی به امکانات مرتبط با فعالیت جسمانی در منطقه زابل بین طبقات مختلف اقتصادی- اجتماعی ممکن است همسان باشد و همچنین بین طبقات اجتماعی مختلف، سطح فعالیت جسمانی یکسان است که می‌تواند به واسطه‌ی ضعف مدیریت در سازماندهی منابع و امکانات ورزشی باشد. بنابراین احتمال دارد علی‌رغم این که وضعیت اقتصادی- اجتماعی از مولفه‌های اساسی مؤثر بر مشارکت جسمانی می‌باشد. اما در شرکت کنندگان حاضر مولفه‌های دیگری مؤثرتر باشد. به نظر می‌رسد عواملی نظیر امکانات، نگرش، اعتقادات والدین، عوامل روانی فردی بیش‌تر از مولفه‌ی اقتصادی- اجتماعی حایز توجه باشد. در پایان توصیه می‌شود با توجه به شرایط حال حاضر تلاش‌هایی جهت افزایش مشارکت جسمانی افراد صورت گیرد که در نتیجه باعث بهبود سلامت روانی، اجتماعی و جسمی جامعه می‌شود، لذا نیاز به یک تلاش مشترک در تمام بخش‌های دولتی به منظور افزایش آگاهی و اجرای برنامه‌های مؤثر وجود دارد. شواهد نشان می‌دهد که مؤثرترین برنامه



جامع شامل برنامه‌های مدرن، کمپین رسانه‌های جمعی و ایجاد محیط‌های حمایتی که شامل دسترسی به امکانات مناسب و ارتقاء امکانات موجود و همچنین رفع موانعی که از مشارکت ورزشی افراد جلوگیری می‌کنند، می‌باشد.

## منابع و مراجع

- [۱] ابراهیمی، قربانعلی؛ (۱۳۸۹)، "دین و بزهکاری جوانان شهر زابل"، برگرفته از آدرس [www.pajohe.ir](http://www.pajohe.ir) در تاریخ جمعه ۲۴ مهر ۱۳۹۴ به آدرس اینترنتی: [http://www.pajohe.ir/articles/categories/chekideh\\_tarh/1033](http://www.pajohe.ir/articles/categories/chekideh_tarh/1033)
- [۲] استبصاری، فاطمه (۱۳۸۷). "بررسی تاثیر برنامه آموزشی مداخله در زمینه فعالیت فیزیکی"، مجله پیابورد، سلامت، دوره ۲، شماره ۴، صص ۶۳-۵۶.
- [۳] اسلامی، ایوب؛ محمودی، احمد؛ خبیری، محمد؛ نجفیان رضوی، سید مهدی؛ (۱۳۹۲)، "نقش وضعیت اجتماعی - اقتصادی (SES) در انگیزه مشارکت شهروندان به ورزش های همگانی - تفریحی". پژوهشهای کاربردی در مدیریت ورزشی، دوره دوم، شماره ۳، پیاپی ۷، صص ۱۰۴-۸۹، زمستان.
- [۴] ایساکس، دی؛ گری گوری، پاینه. (۱۳۹۳)، "رشد حرکتی انسان"، مترجمان: خلجی، اشتری، کاشانی، حیدریان و خواجوی، انتشارات دانشگاه اراک، چاپ دوم، ویرایش هشتم.
- [۵] بیاتی، مهدی؛ (۱۳۹۰). "بی تحرکی جسمانی و سبک زندگی بی حرکت، مجله غدد درون ریز، و متابولیسم ایران دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی شهید بهشتی"، دوره ۲۰، شماره ۵، صص ۵۰۷-۵۰۹.
- [۶] حسینی، سید وحیده؛ انوشه، منیره؛ عباس زاده، عباس؛ احسانی، محمد؛ (۱۳۹۱)، "درک دختران نوجوان و والدین آنها از موانع عادت به ورزش". مجله تحقیقات کیفی در علوم سلامت، سال یکم، شماره ۲، صص ۱۵۷-۱۴۸، تابستان.
- [۷] خزلی، مهدی؛ پرهوده، یوسف؛ بختیاری، محمود؛ دلپیشه، علی؛ آرمان لطیفی، آرمان؛ (۱۳۹۰)، "بررسی میزان تأثیر آموزش مبتنی بر الگوی فرانظری بر فعالیت جسمانی در دانشجویان". مجله تحقیقات نظام سلامت، سال هشتم، شماره ۲، صص ۳۲۹-۳۲۰.
- [۸] رجالی، مهري؛ مستاجران، مهناز؛ (۱۳۸۹)، "ارزیابی فعالیت جسمانی دانشجویان پزشکی و بهداشت دانشگاه علوم پزشکی اصفهان"، مجله تحقیقات نظام سلامت، سال ششم، شماره ۲، صص ۱۷۸-۱۷۳، تابستان.
- [۹] رحمانی نیا، فرهاد؛ دانشمندی، حسن؛ تقی پور، امیر. (۱۳۸۸). "رابطه کم وزنی و اضافه وزن با آمادگی جسمانی و وضعیت اجتماعی - اقتصادی دانش آموزان". نشریه علوم زیستی ورزشی، شماره ۳، صص ۱۴۴-۱۲۷.
- [۱۰] زارع زاده، مهشید؛ شریفیان، اسماعیل؛ سلطانی نژاد، سلمان؛ (۱۳۹۳)، "تعیین سطح فعالیت بدنی کارمندان سازمان های دولتی استان کرمان و عوامل موثر بر آن"، طرح پژوهشی.
- [۱۱] سنایی نسب، هرمز؛ رشیدی جهان، حجت؛ توکلی، رضا؛ کریمی زارچی، علی اکبر؛ گل ریحان، محمد حسن (۱۳۹۲). "بررسی سطح فعالیت جسمانی و عوامل موثر بر آن در دانش آموزان پسر دوره راهنمایی یک شهرک مسکونی در تهران" فصلنامه علمی پژوهشی دانشکده بهداشت یزد، سال دوازدهم، شماره دوم، تابستان، صفحه ۳۹.
- [۱۲] عربی، فروغ؛ وحیدا، فریدون؛ پارسامهر، مهربان؛ (۱۳۸۵)، "بررسی تاثیر حمایت اجتماعی بر مشارکت زنان در فعالیت های ورزشی (مطالعه موردی: زنان استان مازندران)". فصلنامه المپیک، سال چهاردهم، شماره ۱، پیاپی ۳۳، صص ۸۶-۷۷، بهار.
- [۱۳] علیپوردی نیا، اکبر؛ ریاحی، محمد اسماعیل؛ آرمان مهر، وجیهه؛ (۱۳۸۷)، "بررسی تفاوت های جنسیتی در زمینه کنترل اجتماعی و بزهکاری با تأکید بر مشغولیت ورزشی". مجله علمی - پژوهشی تحقیقات زنان، سال دوم، شماره ۴، صص ۱۲۱-۱۰۲، زمستان.
- [۱۴] فرجی، رسول؛ لطیفی، حجت اله؛ منصور صادقی، منیژه، (۱۳۹۳). "مطالعه انگیزه های فعالیت بدنی جامعه دانشگاهی ایران"، پژوهش در ورزش دانشگاهی، شماره هفتم، پاییز و زمستان، ۹۳، صص ۱۱۵-۹۹.
- [۱۵] قدرت نما، اکبر؛ حیدری نژاد، صدیقه؛ داوودی، ایران. (۱۳۹۲). "رابطه وضعیت اقتصادی - اجتماعی با میزان فعالیت بدنی دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز"، نشریه مدیریت ورزشی، شماره ۱۶، صص ۲-۵.
- [۱۶] قهرمانی، جعفر؛ محرم زاده، مهرداد؛ سعیدی، شیدا. (۱۳۹۲)، "بررسی عوامل بازدارنده موثر بر میزان مشارکت معلمان زن مقاطع سه گانه تحصیلی در فعالیت های ورزشی شهر مرند"، پژوهش های کاربردی در ورزش، سال دوم، شماره ۲ (پیاپی ۶)، پاییز ۱۳۹۲، صص ۶۶-۵۷.

- [۱۷] کلیشادی، رؤیا؛ خاوریان، نوشین؛ قطر هسامانی، شهره؛ بیضایی، مریم؛ رمدان، رضا؛ پورصفا، پریناز (۱۳۸۹). "تأثیر روش های مختلف آموزش فعالیت بدنی در کودکان و نوجوانان مبتلا به اضافه وزن"، فصل نامه دانش و تندرستی، دوره ۵، شماره ۲ و ۳، پاییز ۱۳۸۹.
- [۱۸] مکبریان، منصوره؛ کاشانی، ولی اله؛ صالحی، یلدا؛ خضری، عبد الرحمن (۱۳۸۸). "بررسی رابطه میزان فعالیت جسمانی فرزندان با میزان فعالیت جسمانی والدین، وضعیت اجتماعی - اقتصادی خانواده و حمایت های اجتماعی والدین"، مجله نشاط ورزش، پاییز ۱۳۸۹، صص ۶۷-۷۳.
- [۱۹] نادریان جهرمی، مسعود؛ هاشمی، هاجر؛ (۱۳۸۸)، "مشارکت در ورزش های تفریحی، (انگیزه ها و پیش فرض ها در جنبه های تفریحی ورزش)", پژوهش در علوم ورزشی، صص ۲۲.
- [20] Bettina, F., Noemi Kereszte, P. (2008). "Sociodemographic and socio – economic variations in leisure time physical activity in a sample of Hungarian youth". *Journal of Public Health*, 53, pp: 306-310.
- [21] Botrdeaudhuij, C., Simon, F., De Meester, F., Van Lenthe, H., Spittaels, N., Lien, F., Mercken, L., Moore, L. (2011). "Are physical activity interventions equally effective in adolescents of low and high socio – economic status (SES): results from the European teenage project". *Journal of Health Education Research*, 26(1), pp: 119-130.
- [22] Dollman. & Lewis, R. (2010). The impact of socioeconomic position on sport participation among South Australian youth. *Journal of Science and Medicine in Sport*, Vol.1, PP: 318-322.
- [23] Esmaeilzadeh, s. (2014). Relationship between depressive symptoms with physical activity and physical fitness among children, mental health and prevention, 2, 11-17.persion.
- [24] Kanters, M. A., Jason N, B., Michael B, E., Jonathan M, C., & Myron F, F. (2013). "School Sport Participation under Two School Sport Policies: Comparisons by Race /Ethnicity, Gender, and Socioeconomic Status". *Ann, Behave, med*, Vol.45, PP: 113-121.
- [25] Kristensen, P. L., Korsholm, L., Moller, N. C., Wedderkopp, N., Andersen, L. B., Froberg, K. (2008). "Sources of variation in habitual physical activity of children and adolescents the European youth heart study". *Journal of Medicine and Science in Sports*, 18(3), pp: 298-308.
- [26] O’Dea. J. A. & Caputi. P. (2001). Association between Socioeconomic Status, Weight, Age and Gender, and The Body Image and weight Control Practice of 6-to 19- Year-old Children and Adolescents. *Health Education Research*, Vol.16, No.5, PP: 521-532.
- [27] Santos, M. P., Carlos, E., & Jorge, M. (2004). The Relationship between Socioeconomic Status and Adolescents’ Organized and None organized Physical Activities. *Pediatric Exercise Science*, vol.16, PP: 210-218.
- [28] Seabra, A., Mendonc, D., Maia, J., Welk, G., Brustad, R., Fonseca, A. M., Seabra, A. F. (2013). "Gender, weight status and socioeconomic differences in psychosocial correlates of physical activity in schoolchildren". *Journal of Science and Medicine in Sport*, 16, pp: 320-326.
- [29] Vandendriessche, J. B., Barbara, F.R. Vandorpe., & Role, V. (2012). "Variation in Sport Participation, Fitness and Motor Coordination with Socioeconomic Status among Flemish Children. *Pediatric Exercise Science*". Vol.24, PP: 113-12.