

عنوان مقاله:

تاثیر اوقات فراغت از طریق فعالیت بدنی بر کیفیت زندگی زنان سالمند خانه های سالمندان استان فارس

محل انتشار:

نخستین کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در ترویج و توسعه علوم ورزشی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

نویسندگان:

نیلوفر آزادی - مربی، دکتری تربیت بدنی و علوم ورزشی، مدیریت راهبردی در سازمان های ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی

اکبر قدرت نما - استادیار، گروه علوم ورزشی، موسسه آموزش عالی آیدانا شیراز، ایران

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف تاثیر اوقات فراغت از طریق فعالیت بدنی بر کیفیت زندگی زنان سالمند خانه های سالمندان استان فارس انجام پذیرفت. این تحقیق با توجه به هدف آن تحقیقی کاربردی بود که از نظر ماهیت جز تحقیق های توصیفی از نوع علی و معلولی به شمار می رود و با روش میدانی با ابزار پرسش نامه انجام شد. روش نمونه گیری در تحقیق حاضر تصادفی ساده بود و تعداد نمونه با استفاده از فرمول کوکران 118 نفر به دست آمد. پرسشنامه ها هم به صورت دستی و هم به صورت الکترونیکیارسال و تکمیل شدند و در نهایت 114 پرسشنامه قابل تحلیل، برگشت داده شدند. ابزار گردآوری داده ها پرسشنامه های معتبر مبنای طیف 5 تایی لیکرت بود به این ترتیب که برای سنجش اوقات فراغت از سوالات پرسشنامه و برای سنجش فعالیت بدنی از پرسشنامه رحمان زاده و همکاران و برای سنجش کیفیت زندگی از پرسشنامه جمرسون و همکاران 2013 استفاده شد. جهت تجزیه و تحلیل داده های جمع آوری شده روش ها و شاخص های آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. آمار توصیفی برابتهمیم به کل جامعه آماری مناسب نیست، اما جهت بررسی شاخص های گرایش به مرکز، شاخص های پراکندگی و نمودارهایلازم، از آمار توصیفی برای نمونه آماری استفاده شد. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها و بررسی روابط مطرح شده فرضیه پژوهشو آزمون مدل نهایی از نرم افزار مدل سازی معادلات ساختاری با رویکرد حداقل مربعات جزئی در نرم افزار 3.2.6 SMART PLS و SPSS22 استفاده شد. با توجه به نتیجه تحقیق می توان گفت با سالمند شدن وظیفه تمامی گروه های جامعه بخصوص دولت این است که با برنامه ریزی برای حیطه های مختلف کیفیت زندگی سالمندان از جمله تفریحات و الگوی فراغتی آنان ازبروز و عمیق شدن مشکلات سالمندان جلوگیری کند. نقش دولت و به ویژه مدیران بهزیستی و مراکز در نگاه کلان به طرحاوقات فراغت سالمندان خانه های سالمندان خصوصا زنان باید پررنگ تر و مشخص تر باشد و برنامه ریزی باید به گونه ای باشد که سبب ارتقا سلامت جسمی و روانی و کیفیت زندگی بهتر آن ها گردد .

کلمات کلیدی:

اوقات فراغت، فعالیت بدنی، کیفیت زندگی، زنان سالمند، فارس

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1497153>

