

## عنوان مقاله:

رابطه بین انگیزش شرکت در فعالیت های ورزشی با سلامت عمومی مردان ورزشکار

## محل انتشار:

اولین همایش ملی دستاوردهای علوم ورزشی و سلامت دانشگاه علوم پزشکی آبادان (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

## نویسندگان:

محمود گل محمدی - دانشجوی کارشناسی ارشد رفتار حرکتی دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی

غلامرضا لطفی - دانشیار رفتار حرکتی دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی

هدیه پاسبانی - دانشجوی کارشناسی ارشد رفتار حرکتی دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی

## خلاصه مقاله:

انگیزه ها کلید انجام هر گونه فعالیت به شمار می روند و می توانند رفتارهای افراد را تحریک، تقویت و هدایت کنند یا باعث کنترل و توقف آن شوند. انگیزه های افراد برای شرکت در فعالیت بدنی بسیار متنوع است. برخی از عوامل انگیزشی از قبیل عوامل اجتماعی، محیطی و فرهنگی می توانند در تمایل یک فرد برای شرکت در فعالیت های بدنی و ورزشی اثرگذار باشد. تحقیق حاضر با هدف تعیین ارتباط بین انگیزش شرکت در فعالیت ورزشی با سلامت عمومی مردان ورزشکار طراحی و اجرا شده است. بدین منظور 200 نفر از مردان ورزشکار استان تهران که در چند سال گذشته بطور منظم به تمرینات ورزشی مشغول بوده اند، با دامنه سنی 16 تا 29 سال بصورت تصادفی خوشه ای انتخاب شدند و با استفاده از پرسشنامه انگیزش شرکت در فعالیت های ورزشی (PMQ) و پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ-28) مورد سنجش متغیرهای تحقیق قرار گرفتند. رابطه بین داده های حاصل از سنجش انگیزش شرکت در فعالیت ورزشی و هشت خرده مقیاس آن و همچنین داده های حاصل از سنجش سلامت عمومی و چهار خرده مقیاس مربوطه با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون مورد تحلیل قرار گرفت. نتایج تحقیق نشان داد که بین انگیزش شرکت در فعالیت ورزشی با سلامت عمومی مردان ورزشکار رابطه معنا داری وجود دارد و ورزشکارانی که دارای انگیزش بالاتری هستند از سلامت عمومی بهتری نیز برخوردارند. ارتباط بین انگیزش شرکت در فعالیت های ورزشی با سه خرده مقیاس از چهار خرده مقیاس سلامت عمومی (علایم جسمانی، علایم اضطرابی و کارکردهای اجتماعی) نیز معنا دار بود و نشان داد که ورزشکارانی که از انگیزش بالاتری برخوردارند، از مشکلات جسمانی و اضطرابی کمتر شکایت می کنند و کارکرد اجتماعی بهتری دارند. همچنین ارتباط سلامت عمومی با پنج خرده مقیاس از هشت خرده مقیاس انگیزش شرکت در فعالیت های ورزشی (موفقیت، گروه گرایی، بهبود مهارت، دوست یابی، و تفریح و سرگرمی) معنا دار بود که نشان می دهد بیشتر انگیزه های شرکت در فعالیت ورزشی می تواند به ارتقاء سلامت عمومی ورزشکاران کمک نماید.

## کلمات کلیدی:

انگیزش مشارکت، فعالیت ورزشی، سلامت عمومی، مردان ورزشکار

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/723709>

