

## بررسی رابطه فعالیت های آزاد و اوقات فراغتی با ویژگی های کین آنتروپومتریکی کودکان و نوجوانان شهر تهران

مجری: حسن خلجی

عضو هیئت علمی دانشگاه اراک - ۱۳۸۸

### چکیده :

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه میان متغیرهای فعالیت‌های آزاد/فراغتی (فعالیت شخصی، خانوادگی، اجتماعی، فوق برنامه، آزاد/فراغتی، آزاد/فراغتی حرکت محور) با برخی ویژگی‌های کین آنتروپومتریکی (درصد چربی، BMI، درازو نشست، انعطاف پذیری و اکسیژن مصرفی بیشینه) کودکان و نوجوانان شهر تهران بود. روش پژوهش، روش پیمایشی و علی مقایسه‌ای بود. کودکان ۵-۸ و ۹-۱۳ ساله و نوجوانان ۱۳ و ۱۴ ساله شهر تهران که در مراکز پیش دبستانی و آموزشگاهی مشغول تحصیل بودند، جامعه آماری تحقیق حاضر را تشکیل می‌داد. نمونه آماری از هر گروه سنی ۱۲۰ نفر و به تفکیک مناطق سه گانه شهر تهران (شمال، مرکز، جنوب) به روش تصادفی خوشه‌ای از هر منطقه ۴۰ نفر (دختر و پسر) انتخاب گردید که مجموعاً ۳۶۰ نفر نمونه آماری پژوهش حاضر را تشکیل می‌داد. برای ارزیابی فعالیت‌های آزاد/فراغتی و ویژگی‌های کین آنتروپومتریکی کودکان و نوجوانان با استفاده از روش استنادی و اکتشافی منابع معتبر پرسشنامه محقق ساخته مقدماتی، فعالیت‌های آزاد کودکان و فعالیت‌های اوقات فراغتی نوجوانان رو (با نظر متخصصان) و پایا  $I = 0.8421$  تهیه شد. همچنین، برای اندازه گیری ویژگی‌های کین آنتروپومتریکی از روش استنادی و مشاوره با خبرگان اقدام به انتخاب دستگاه‌ها و آزمون‌های مناسب گردید. پس از جمع آوری اطلاعات توسط آزمونگرهای تعلیم دیده، داده‌ها با استفاده از روش‌های آمار توصیفی چون گرایش‌های مرکزی و پراکندگی، ضریب همبستگی پیرسون، روش‌های استنباطی چون تحلیل واریانس چندگانه یک طرفه و تحلیل واریانس ساده و آزمون تعقیبی توکی اطلاعات مورد تحلیل قرار گرفت. نتایج به صورت زیر در سه بخش ارائه شد: (۱) اطلاعات توصیفی فعالیت‌ها و ویژگی‌ها، (۲) میزان همبستگی‌ها میان متغیرهای فعالیت‌های آزاد/فراغتی با ویژگی‌های کین آنتروپومتریکی کودکان و نوجوانان، (۳) تاثیر جنسیت و طبقه اجتماعی در مولفه‌های مختلف فعالیت‌های آزاد/فراغتی و ویژگی‌های کین آنتروپومتریکی کودکان و نوجوانان. نتیجه گیری پژوهش حاضر، بدین صورت است: تعداد همبستگی‌های معنی دار مولفه‌های دو دسته عوامل بود که بیشترین آنها به اکسیژن مصرفی بیشینه بیشتر، درازونشست بیشتر، BMI و درصد چربی کمتر با فعالیت‌های شخصی، فوق برنامه آزاد / فراغتی حرکت محور، اجتماعی و خویشاوندی (بترتیب) مربوط است، همچنین روشن شد که، عامل جنسیت از ۴۴ مورد ۱۲ مورد آن در سطح  $\alpha = 0.05$  تاثیر گذار است که عبارتند از BMI، انعطاف پذیری، اکسیژن مصرفی بیشینه، فعالیت شخصی، درازونشست، و درصد چربی و BMI. بالاخره، عامل طبقه اجتماعی از ۴۴ مورد، ۱۸ مورد آن در سطح  $\alpha = 0.05$

تاثیرگذار است که عبارتند از BMI، انعطاف پذیری، اکسیژن مصرفی بیشینه، درازونشست، فعالیت‌های فوق برنامه، اجتماعی، فراغتی و... در خاتمه پیشنهادهایی برای سازمان‌ها، مربیان، والدین و محققین ارائه شده است.

**واژه‌های کلیدی:** فعالیت‌های آزاد و اوقات فراغتی، ویژگی‌های کین آنتروپومتریکی، کودکان و نوجوانان