

عنوان مقاله:

بررسی تاثیر فعالیت های ورزش همگانی در بهبود زندگی سالمندی

محل انتشار:

دومین همایش ملی ارتقاء و توسعه ورزش های همگانی استان اردبیل (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسندگان:

محمد شیخ باقری - دانشجوی کارشناسی مهندسی تاسیسات، دانشگاه فنی و حرفه ای رازی اردبیل

مریم میرزا قلی پور - دانشجوی کارشناسی تربیت بدنی، دانشگاه آزاد اسلامی اردبیل

خلاصه مقاله:

امروزه سالمندی یک بیماری محسوب نشده و گذر از مرحله ای به مرحله دیگر زندگی تلقی می گردد افزایش طول انسان ها و اضافی شدن جمعیت سالمندان قرن 21 بوده و سالخوردگی جمعیت پدیده است که برخی جوامع بشری با آن روبرو شده یا خواهند شد. هدف از این پژوهش بررسی نقش ورزش همگانی در فعالیت های روزمره سالمندان شهر اردبیل بود که جامعه آماری این تحقیق را 50 نفر از مردان سالمند شهر اردبیل و 50 نفر از زنان سالمند را تشکیل می دادند. روش تحقیق بصورت توصیفی و طبق نمونه گیری اتفاقی صورت پذیرفته است که برای جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه ای که محقق ساخته استفاده شد. روایی این پرسشنامه مورد تایید چند تن از کارشناسان و اساتید حوزه مدیریت ورزشی بوده و پایایی آن با استفاده از آلفای کرونباخ 0/76 بدست آمده. نتایج بدست آمده نشان داد که 61 درصد افراد این پژوهش شاغل و 39 درصد غیرشاغل بودند که یکی از مهمترین دلایل بر عدم ورزش همگانی افراد شامل تنبلی و بی حوصلگی و اشتغال بکار این افراد بود. کمبود تایم و انگیزه کافی 27 درصد دیگر بر عدم مشارکت سالمندان در فعالیت های ورزشی همگانی شناخته شد. پیشنهادات به پنج بخش بصورت تفکیکی عبارتند از: سطح تحصیلات و اطلاع رسانی، فرهنگ سازی رسانه ای، مربیگری تخصصی سالمندان، انجمن یا کمیته مستقل سالمندان، کارت سلامت سالمندی.

کلمات کلیدی:

سالمندان، ورزش همگانی، شهر اردبیل، اشتغال، ارتقای سلامت

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/825465>

