چگونگی گذراندن اوقات فراغت و همبسته‌های آن در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شیراز

هاله قائم*، نرگس محمدصالحی، ابوالفضل محمدبیگی

چکیده

مقدمه: اوقات فراغت، فرصتی است که به فرد امکان می‌دهد تا هنگامی که از کار، اجتماعات یا تعهدات خانوادگی نسبتاً آزاد است، یک فعالیت ذهنی، تفریحی یا سرگرم‌کننده مطابق با سلیقه خود فراهم کند. این بررسی با هدف شناسایی علایق و گرایشات دانشجویان و میزان اطلاع آنان از امکانات دانشگاه، برای برنامه‌ریزی صحیح مسؤولین دانشگاه مطابق با سلیقه‌های دانشجویان انجام گرفت.

روش‌ها: مطالعه مقطعی توصیفی- تحلیلی با نمونه ده درصدی از کل دانشجویان رشته‌های مختلف تحصیلی دانشگاه علوم پزشکی و با روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای بر روی ۳۵٦ دانشجو انجام گرفت. اطلاعات با استفاده از پرسشنامه، جمع‌آوری و با نرم‌افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل گرفت.

نتایج: میانگین اوقات فراغت ۱/۳٦ ± ۲/٤۷ ساعت بود که دانشجویان ۹۲ ± ۸۸ دقیقه را صرف قدم‌زنی در پارک، ۸۱ ± ۷۷ دقیقه صرف تماشای تلویزیون، و ٤۹ ± ۲٤ دقیقه صرف استفاده از امکانات ورزشی دانشگاه می‌کردند. مهمترین اولویت‌های دانشجویان برای پرکردن اوقات فراغت خود به ترتیب استراحت ۷۰/۹ درصد (۲٤۹ نفر)، تفریح ۵۹/۷ درصد (۲۰۹ نفر)، مطالعه درسی ٤۸/٤ درصد (۱۷۰ نفر)، غیر درسی ٤۷/۹ درصد (۱٦۸ نفر)، ورزش ۲۸/۲ درصد (۹۹ نفر)، سرگرمی ۲۲/۹ درصد (۸۰ نفر) بود. بین بعضی از فعالیت‌های انجام شده پسران و دختران دانشجو اختلاف معنی‌داری وجود داشت.

نتیجه‌گیری: میزان اوقات فراغت دانشجویان علوم پزشکی شیراز در سطح دانشجویان تهران و لبنان است و به دلیل تفاوت در سلیقه‌ها و علایق دانشجویان مذکر و مؤنث و بر حسب مقطع تحصیلی آنها، دانشگاه باید برنامه‌ریزی جدی برای افزایش فعالیت‌های مفید در اوقات فراغت انجام دهد.

واژه‌های کلیدی: اوقات فراغت، علائق، تفریحات، دانشجویان علوم پزشکی.

مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی / بهار و تابستان ۱۳۸۷؛ ۸(۱): ۷۱ تا ۸۰

مقدمه

امروزه، تفریح و گذراندن مناسب اوقات فراغت، وسیله‌ای مؤثر برای پرورش قوای فکری، جسمی و اخلاقی افراد بوده و عاملی برای جلوگیری از کجروی‌های اجتماعی محسوب می‌شود(۱). انسان امروزی نسبت به پدر و پدر بزرگش کمتر کار می‌کند و از ساعات فراغت بیشتری برای سرگرمی و تفریح بهره‌مند است و در نتیجه، از آزادی بیشتری متنفع می‌باشد و از آن لذت می‌برد. این اوقات، در حقیقت یک مسأله طبیعی- اجتماعی در قرن حاضر است. اوقات فراغت حق طبیعی انسان بوده و باید به عنوان احتیاج اساسی و پایه برای

* **آدرس مکاتبه:** هاله قائم (مربی) گروه آمار و اپیدمیولوژی، دانشکده بهداشت و تغذیه، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، شیراز.
ghaemh@sums.ac.ir
نرگس محمدصالحی، کارشناس ارشد اپیدمیولوژی گروه بیماری‌ها مرکز بهداشت استان مرکزی (salehi_narges@yahoo.com)؛ و ابوالفضل محمدبیگی، کارشناس ارشد اپیدمیولوژی دانشکده پیراپزشکی (amohamadbeigi@yahoo.com) دانشگاه علوم پزشکی اراک.

این طرح در معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شیراز تصویب شده و هزینه آن از طرف این معاونت پرداخت گردیده است.
این مقاله در تاریخ ۸٦/۳/۱۵ به دفتر مجله رسیده، در تاریخ ۸۷/٦/۱٦ اصلاح شده و در تاریخ ۸۷/٦/۲٦ پذیرش گردیده است.

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-09-06]

وی محسوب گردد. بنابراین، با برنامه‌ریزی برای اوقات فراغت، آسایش روحی و روانی ایشان تأمین می‌شود و شخصیت آنان رشد و شکوفایی می‌یابد.

فعالیت‌های فراغتی، بویژه ورزش، سهم قابل توجهی در اجتماعی کردن جوانان دارند. ورزش نهادی است اجتماعی که ارزش‌ها و هنجارها را به شرکت‌کنندگان منتقل می‌کند و بدین گونه، به هماهنگ ساختن جامعه کمک می‌نماید(۲).

دوره جوانی یکی از بحرانی‌ترین دوران‌های زندگی فرد است. ورود به دوره جوانی فرد را با مشکلات فراوانی دست به گریبان می‌کند(۳). دانشجویان نیز بخشی از جوانان جامعه هستند که در فرصت‌های فراغت زمان دانش‌آموزی خود به کسب علم و دانش پرداخته‌اند. بنابراین، زمان دانشجویی برای ایشان می‌تواند بهترین فرصت برای استفاده از برنامه‌های فراغتی که از سوی دانشگاه تعیین می‌شود، باشد تا سرزندگی و نشاط لازم را برای ادامه فعالیت‌های آینده بیشتر به دست آورند(۲).

در مطالعه‌ای در دانشگاه لوبلین در بین دانشجویان داروسازی مشخص شد که خانم‌ها ساعات فراغت بیشتری نسبت به آقایان دارند و مهم‌ترین فعالیت‌های آنها استراحت (۶/۸ ساعت)، مطالعه (۳/۶ ساعت)، گوش دادن به رادیو (۲/۹ ساعت)، صحبت با دوستان (۱/۹ ساعت)، بهداشت فردی (۱/۱ ساعت)، تماشای تلویزیون (۱/۱ ساعت) و انجام کارهای منزل بوده است(٤).

در مطالعه‌ای، میانگین ساعات اوقات فراغت دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی، ۲۸۷ دقیقه در هفته بود که ۱۲۷ دقیقه به فعالیت بدنی اختصاص داشت(۵). همچنین این میزان در دانشجویان دختر دانشگاه تهران ۳/۵ ساعت(٦)، در دانشجویان کشور ٤-۳ ساعت(۷) و در دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی تهران ۳/٦ ساعت(۸) محاسبه شده است. نتایج مطالعه‌ای در سال ۱۳۸۲ در دانشجویان دختر دانشگاه‌های زنجان نشان داد که در میان فعالیت‌های اوقات فراغت، شنیدن موسیقی، تماشای تلویزیون، و همصحبتی با دوستان به ترتیب در اولویت‌های اول تا سوم و پرداختن به ورزش در اولویت دهم قرار داشت(۱). پژوهشی مطالعه کتاب‌های درسی را یکی از فعالیت‌های فراغتی دانشجویان چهار کشور امریکا، فرانسه، دانمارک و نیوزلند عنوان کرده است(۹). تماشای تلویزیون به عنوان اولویت دوم دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی اراک(۱۰) و اولویت چهارم دانشجویان آزاد اسلامی رودهن(۱۰) و اولویت اول فعالیت‌های فراغتی پاسخ‌گویان آزاد اسلامی همدان(٦) بوده است. میزان استفاده از تلویزیون برای دانشجویان دانشگاه‌های ترکیه بیش از ۳ ساعت در روز اعلام شده است(۵) و شنیدن موسیقی به عنوان یکی از فعالیت‌های مورد علاقه دانشجویان دانشگاه تایوان اعلام شده است(۵).

مروری بر چندین پژوهش انجام شده در ایالات متحده امریکا نشان می‌دهد که بین سال‌های ۱۹٦۰ تا ۱۹۸۰ فعالیت جسمانی در اوقات فراغت افزایش یافته است(۵). اما در طی دهه ۱۹۹۰، افزایش بسیار کندی را در تعداد افراد فعال شاهد بودند (از ۲٤/۳ درصد در سال ۱۹۹۰ تا ۲۵/۵ درصد در سال ۱۹۹۸)(۱۱).

با توجه به مطالعات انجام شده، به نظر می‌رسد نقش ورزش و فعالیت جسمانی در اوقات فراغت نوجوانان و دانش‌آموزان کمتر شده است. نوجوانان نروژی بیشتر وقت خود را صرف فعالیت‌های غیر حرکتی از قبیل تماشای تلویزیون، ویدئو و بازی‌های رایانه‌ای کرده‌اند(۱۲)، تعداد بسیار اندکی از دانش‌آموزان در طی اوقات فراغت در مدرسه از فعالیت جسمانی بهره برده‌اند(۱۳) و در ایران نیز، تنها ۱۰ درصد از دانشجویان فعالیت ورزشی داشته و ۵ درصد از دانشجویان دختر تحت پوشش ورزش همگانی بوده‌اند(۱٤).

عدم توجه و جدی نگرفتن مسأله اوقات فراغت، بویژه در میان جوانان، آنان را به رفتارهای ناهنجار از جمله، اعتیاد، بی‌بندوباری و گرایش به رفتارهای مغایر با معیارهای اجتماعی و فرهنگی حاکم در جامعه می‌کشاند(٤). با توجه به اینکه قسمت اعظمی از جمعیت ما را جوانان تشکیل می‌دهند که باید به اوقات فراغت آنان اهمیت داد، این مطالعه با هدف بررسی چگونگی گذراندن اوقات فراغت و متغیرهای وابسته به آن در دانشجویان علوم پزشکی شیراز در سال ۱۳۸٤ برای شناخت علائق و گرایشات آنان به منظور برنامه‌ریزی صحیح مسؤولین امورفرهنگی و فوق‌برنامه دانشگاه مطابق با سلیقه‌های دانشجویان انجام شد.

روش‌ها

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-09-06]

مطالعه حاضر، مطالعه‌ای مقطعی و توصیفی- تحلیلی است که به منظور بررسی اوقات فراغت و همبسته‌های آن در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شیراز در سال ۱۳۸٤ انجام گرفت. نمونه‌گیری به صورت طبقه‌بندی‌شده (Stratified random sampling) بر روی کلیه دانشجویانی (به جز دانشجویان مهمان) که در یکی از دانشکده‌های دانشگاه علوم پزشکی در سال ۱۳۸٤ مشغول به تحصیل بودند، انجام شد (رشته‌های تحصیلی طبقات را تشکیل می‌دادند) بطوری که بر اساس تعداد کل دانشجویان در هر رشته تحصیلی و بر حسب جنسیت و مقطع تحصیلی، از کل دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی که ٤٠٥٤ بودند، یک نمونه ده درصدی از هر رشته و مقطع گرفته شد و نهایتاً ٤٠٥ نفر وارد مطالعه شدند که به دلیل عدم همکاری همه دانشجویان، تنها ۳٥٦ نفر پرسشنامه‌ها را پر کردند.

پژوهشگر با مراجعه حضوری به دانشکده‌ها، از میان دانشجویان در هر رشته، بطور تصادفی دانشجویان را انتخاب و پرسشنامه‌ها را بین آنان توزیع می‌کرد و پس از تکمیل، در همان روز پرسشنامه‌ها جمع‌آوری می‌شد. ابزار جمع‌آوری اطلاعات پرسشنامه‌ای بود که از دو قسمت تشکیل شده بود. قسمت اول، شامل هفت سؤال که مشخصات فردی دانشجویان را مورد اندازه‌گیری قرار می‌داد و قسمت دوم، شامل ۳۲ سؤال درمورد میانگین ساعات اوقات فراغت، فعالیت‌های دانشجویان برای پرکردن اوقات از جمله تحصیل، موسیقی، فیلم، تفریح و... را شامل می‌شد که در سه یا پنج گروه طراحی شده بودند.

پس از تهیه پرسشنامه روایی محتوایی آن توسط دو نفر از متخصصین تأیید و پایایی آن طی یک مطالعه مقدماتی بر روی ۳۰ نفر از دانشجویان با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۲ به دست آمد. داده‌ها پس از جمع‌آوری وارد نرم‌افزار آماری SPSS-11.5 شده و تجزیه و تحلیل‌های لازم با استفاده از آمار توصیفی (شاخص‌های مرکزی و توزیع فراوانی) آزمون‌های آماری مجذور کای برای تعیین ارتباط دو متغیر کیفی و Independent sample t-test برای مقایسه اوقات فراغت در زیر گروه‌های متغیرهای کیفی دو حالتی One way ANOVA برای مقایسه اوقات فراغت در زیرگروه‌های متغیرهای کیفی سه حالت و بیشتر انجام گرفت. از سطح معنی‌داری ۰/۰٥ برای تحلیل نتایج استفاده شد.

نتایج

این مطالعه بر روی ۳٥٦ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شیراز در بهار و اوایل تابستان ۱۳۸٤ انجام گرفت. پاسخ‌های رسیده این مطالعه ۸۷/۹ درصد بود. میانگین و انحراف معیار سنی شرکت‌کنندگان ۲/۰٦±۲۲ و بیشینه و کمینه آن به ترتیب ۳۱ و ۱۸ سال بود. دانشجویان مذکر ۱٤۸ نفر بودند که ۱٦ نفر (۱۰/۸ درصد) در سطح کاردانی، ۳٥ نفر (۱۰/۸ درصد) کارشناسی و ۷۹ نفر (٦٥/٥ درصد) دکتری قرار داشتند. این فروانی برای دانشجویان مؤنث ۲۰۸ نفر و به ترتیب ۲۲ نفر (۱۰/٦ درصد)، ۱۰۱ نفر (٤۸/٦ درصد و ۸٥ نفر (٤۰/۹ درصد) بود.

از لحاظ وضعیت شغلی ٥ درصد (۱٥ نفر) شاغل، ۹۱/٤ درصد (۲۷۷ نفر) بیکار و ۳/٦ درصد (۱۱ نفر) کار نیمه‌وقت داشتند. شرکت‌کنندگان به ترتیت در رشته‌های پزشکی ۲۸/٤ درصد (۱۰۱ نفر)، پرستاری ۱٥/۲ درصد (٥٤ نفر)، دندانپزشکی ۱۲/۹ درصد (٤٦ نفر) و داروسازی ۹/۱ درصد (۳٤ نفر)، و به همین شکل، از لحاظ ترم تحصیلی در ترم ششم ۲٦/۱ درصد (۹۲ نفر)، ترم دهم و بالاتر ۱۹ درصد (٦۷ نفر)، ترم چهارم ۱۸/۲ درصد (٦٤ نفر) و ترم هشتم ۱۲/۲ درصد (٤۳ نفر) مشغول به تحصیل بودند.

از لحاظ محل سکونت ٦۲/۱ درصد (۲۱٦ نفر) در خوابگاه، ۳٤/٥ درصد (۱۲۰ نفر) در منزل والدین و ۳/٤ درصد (۱۲ نفر) در منزل شخصی زندگی می‌کردند.

میانگین اوقات فراغت در روز در بین شرکت‌کنندگان دو ساعت و ٤۷ دقیقه با انحراف معیار یک ساعت و ۳٦ دقیقه بود که بیشتر شرکت‌کنندگان به ترتیب ساعت ۱۲-۸ شب (٤٥/۷ درصد، ۱٥۹نفر) و ۸-٤ بعدازظهر (۲۷/۳ درصد، ۹٥ نفر) را به عنوان ساعاتی که بیشترین اوقات فراغت را داشته‌اند بیان کردند.

میانگین ساعات ورزش در روز شرکت‌کنندگان (٤٤±۲۸) دقیقه بود که بیشتر آنها (۳۹/۷ درصد، ۸۳ نفر) در خانه یا خوابگاه، (۲۷/۳ درصد، ٥۷ نفر) در باشگاه، (۱٦/۳ درصد، ۳٤ نفر) در کوچه یا خیابان ورزش می‌کردند.

از لحاظ رفتن به سینما و دیدن فیلم و برنامه‌های تلویزیونی، ٥۷ درصد (۲۰۳ نفر) خیلی کم به سینما می‌رفتند، ۲٥ درصد (۸۹ نفر) اصلاً نمی‌رفتند، ۱٥/۷ درصد (٥٦ نفر) هر

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-09-06]

ماه و ۲/۲ درصد (۸ نفر) هر هفته و بیش از یک بار در هفته را ذکر کرده‌اند که ۷۳/٤ درصد (۲۰٤ نفر) فیلم ایرانی، ٦/۸ درصد (۱۹ نفر) فیلم خارجی را ترجیح می‌دادند و ۱۹/۸ درصد (۵۵ نفر) هم بیان کردند که نوع فیلم ایرانی یا خارجی برای آنها تفاوتی نداشت. همچنین ۵۰/۹ درصد (۱٤۱ نفر) به منظور تفریح، ۳۰/۷ درصد (۸۵ نفر) به منظور تماشای آثار خوب سینمایی، ۱۳ درصد (۳٦ نفر) به منظور وقت‌گذرانی، ۵/٤ درصد (۱۵ نفر) هم به منظور برقراری رابطه دوستی به سینما می‌رفتند.

در بین فیلم‌هایی که شرکت‌کنندگان تماشا می‌کردند ۳۷ درصد (۱۲۰ نفر) به فیلم مجاز و ۲۰/۲ درصد (٦۵ نفر) فیلم غیر مجاز اشاره کردند و٤۲/٤ درصد (۱۳٦ نفر) هم بیان کردند که نوع فیلم مجاز و غیر مجاز برای آنها تفاوتی ندارد.

نود و شش و شش دهم درصد (۳٤۰ نفر) از شرکت‌کنندگان به موسیقی گوش می‌دادند که ۳۸/۷ درصد (۱۳٤ نفر) از آنها به موسیقی شاد، ۱۵/۹ درصد (۵۵ نفر) به موسیقی غمگین و ٤۵/٤ درصد (۱۵۷ نفر) بسته به شرایط روحی به هر دو نوع موسیقی؛ و همچنین ۲۹/۲ درصد (۱۰۱ نفر) به موسیقی سنتی، ۳۸/٤ درصد (۱۳۳ نفر) پاپ، ۱۷/٦ درصد (٦۱ نفر) به موسیقی غربی و بقیه (٤۰ نفر) به همه موارد آن گوش می‌دادند.

بطور متوسط شرکت‌کنندگان یک ساعت و ۱۷ دقیقه با انحراف معیار یک ساعت و ۲۰ دقیقه به تماشای تلویزیون می‌پرداختند که بیشتر آنها به فیلم سینمایی ۳٤/٦ درصد (۹۸ نفر)، سریال ۲٤/٤ درصد (٦۹ نفر)، اخبار ۱۵/۹ درصد (٤۵ نفر)، ورزشی ۱۰/۲ درصد (۲۹ نفر) و بقیه (۳۸ نفر) همه موارد را ترجیح می‌دادند.

از لحاظ فعالیت در تشکل‌های دانشجویی بطور متوسط ۱۰۹ ± ۳٦ دقیقه وقت صرف می‌کردند که ٦۰/۲ درصد (۲۱۳ نفر) از شرکت‌کنندگان هیچ ارتباطی با تشکل‌ها نداشتند و ۱۵ درصد (۵۳ نفر) عضو عادی و ۱٤/٤ درصد (۵۱ نفر) عضو فعال بودند و ۱۰/۵ درصد (۳۷ نفر) هم تنها در مراسم‌ها با تشکل‌ها همکاری داشتند.

همچنین بطور متوسط شرکت‌کنندگان تنها ٤۹ ± ۲٤ دقیقه از امکانات ورزشی دانشگاه استفاده می‌کردند که ۲۳ درصد (۸۰ نفر) بیان کردند از امکانات ورزشی دانشگاه راضی هستند و ۳۵/۵ درصد (۱۲٤ نفر) راضی نبودند و بقیه (۱٤٦ نفر) هیچ گونه اطلاعاتی در مورد امکانات ورزشی دانشگاه نداشتند.

شرکت‌کنندگان بطور متوسط ۱:۱۱ ± ۳:٤۰ ساعت اوقات فراغت خود را در منزل سپری و ۱:۱۲ ± ۱:۱۸ ساعت را صرف قدم زدن در پارک و خیابان می‌کردند و ۱:۲۲ ± ۱:۱۲ ساعت را صرف مطالعه کتاب‌های غیر درسی می‌نمودند که بیشتر کتاب‌های داستان ٤۱/۸ درصد، علمی- آموزشی ۳۱/۳ درصد، تاریخی و فلسفی ۱٦/۷ درصد و بقیه هم کتاب‌های پلیسی جنایی، کمدی، و غیر مجاز را مطالعه می‌کردند.

همچنین از لحاظ مطالعه نشریات ۱٦٦ نفر (٤۸/٤ درصد) فقط روزنامه، ۱۳۳ نفر (۳۸/۸ درصد) مجلات علمی- فرهنگی، ۱٦ نفر (٤/۷ درصد) مجلات و نشریات دانشجویی و ۲۸ نفر (۸/۲ درصد) بقیه هم، همه موارد را مطالعه می‌کردند.

مهمترین اولویت‌های دانشجویان برای پر کردن اوقات فراغت آنها به ترتیب استراحت ۷۰/۹ درصد (۲٤۹ نفر)، تفریح ۵۹/۷ درصد (۲۰۹ نفر)، مطالعه درسی ٤۸/٤ درصد (۱۷۰ نفر)، مطالعه غیر درسی ٤۷/۹ درصد (۱٦۸ نفر)، ورزشی ۲۸/۲ درصد (۹۹ نفر)، سرگرمی ۲۲/۹ درصد (۸۰ نفر) و رابطه دوستی غیر مجاز ۱۳/٤ درصد (٤۷ نفر) بود. یک صد و شش نفر (۲۹/۸ درصد) دانشجویان بیان کردند کتاب‌های مورد مطالعه آنها در کتابخانه دانشکده موجود است و ۱۳۳ نفر (۳۷/٤ درصد) جواب منفی دادند و ۱۱۷ نفر (۳۲/۹ درصد) هیچ اطلاعی در مورد کتاب‌های کتابخانه‌هایشان نداشتند.

دویست و چهل و هشت نفر (٦۹/۷ درصد) دانشجویان از اردوهای دانشگاه استفاده می‌کردند، ۹٦ نفر (۲٦/۹ درصد) هم استفاده نمی‌نمودند و ۱۲ نفر (۳/٤ درصد) گفتند که از آنها اطلاعی ندارند.

بیست و پنج و چهار دهم درصد (۸۹ نفر) بیان کردند که هر ماه و ۵/٤ درصد (۱۹ نفر) هم هر هفته به اجتماع‌ها و مهمانی‌های غیر مجاز می‌رفتند و همین طور ٤۸/۵ درصد (۱٦۷ نفر) مهمانی‌های خانوادگی و اقوام، ۳۸/۱ درصد (۱۳۱ نفر) مهمانی دوستان، ۹ درصد (۳۱ نفر) هم مهمانی‌های غیر مجاز و بقیه (۱۵ نفر) همه موارد را ترجیح می‌دادند.

در روزهای تعطیل، مهم‌ترین اولویت‌های دانشجویان برای پر کردن اوقات فراغت خود به ترتیب استراحت ٦۷/۹ درصد

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-09-06]

(۲٤۱ نفر)، مهمانی ۲۹/۹ درصد (۱۰٦ نفر)، مطالعه درسی ۲۷/۵ درصد (۹۷ نفر) و مطالعه غیر درسی ۹ درصد (۳۲ نفر) بود.

بطور متوسط دانشجویان ۵۲ ± ۲۰ دقیقه صرف ورق‌بازی می‌کردند و ۱:۱۷ ± ۲:٤۰ ساعت در روز در خوابگاه یا منزل می‌ماندند.

بیست و هشت و نه دهم درصد (۱۰۲ نفر) از دانشجویان در کلاس‌های فوق‌برنامه دانشگاه شرکت کرده بودند که تنها ۱۰/۸ درصد (۱۳ نفر) از ثبت نام شدگان موفق به پیگیری آنها شده، ٤۹/۲ درصد (۵۹ نفر) کلاس‌های فوق‌برنامه در وقت کلاسی و در ۱۰ درصد (۱۲ نفر) آنها هم کلاس اصلاً تشکیل نشده و ۳۰ درصد (۳٦ نفر) از ثبت نام شدگان هم خودشان ادامه نداده بودند.

در بین دو جنس مذکر و مؤنث از لحاظ دیدن فیلم‌های مجاز و غیر مجاز برای پر کردن اوقات فراغت، اختلاف معنی‌داری وجود داشت بطوری که ۲۵/۷ درصد (۳۵ نفر) افراد مذکر و ۱٦/۲ درصد (۳۰ نفر) افراد مؤنث نسبت به دیدن فیلم‌های غیر مجاز ابراز علاقه کردند ($X^2 = ۱۵/۸٤$ و $P < ۰/۰۰$). بین دوجنس از لحاظ گوش دادن موسیقی شاد و غمگین اختلاف معنی‌داری دیده شد که در جدول یک آمده است.

نتایج جدول یک نشان می‌دهد که فیلم، موسیقی، برنامه تلویزیون، فعالیت در تشکل‌ها، مطالعه نشریات، استفاده از اردوهای دانشگاه و کشیدن سیگار در بین پسرها و دخترها اختلاف معنی‌داری با یکدیگر دارد. به این ترتیب که پسرها بیشتر علاقه‌مند به دین فیلم‌های غیر مجاز و برنامه‌های ورزشی، عضویت فعال در تشکل‌ها، مطالعه روزنامه‌ها، استفاده بیشتر از اردوهای دانشگاهی و

جدول ۱: مقایسه علایق دانشجویان شرکت کننده در مطالعه بر حسب جنسیت

متغیر	مذکر (٪)	مؤنث (٪)	X^2	P
فیلم				
مجاز	۲۵	٤٦/۵	۱۵/۸٤	< ۰/۰۰
غیر مجاز	۲۵/۷	۱٦/۲		
بی‌تفاوت	٤۹/۳	۳۷/۳		
موسیقی				
شاد	۲۹/۹	٤۵	۹/٦۳	۰/۰۰
غمگین	۲۰/۸	۱۲/٤		
بی‌تفاوت	٤۹/۳	٤۲/٦		
برنامه تلویزیون				
سریال	٤۳/۲	۷۰/۳	۳۲/۹۱	۰/۰۰
اخبار	۲۲	۱۱/۵		
ورزشی	۲۳/۷	٤/۸		
همه موارد	۱۱	۱۳/۳		
فعالیت در تشکل‌ها				
فعال	۱۸/٤	۱۱/٦	۱۲/۵۵	۰/۰۰
عادی	۱۱/٦	۱۷/٤		
مطالعه نشریات				
روزنامه	٦۸/۸	۳٤/٦	٤۲/۷	۰/۰۰
مجله	۱۹/٦	۵۱/۷		
دانشجویی	۵/۱	٤/٤		
همه موارد	٦/۵	۹/۳		
استفاده از اردوهای دانشگاه				
بلی	٦۳/۳	۷٤/۳	۸/۲۷	۰/۰۱
خیر	۳۰/٦	۲٤/۳		
اطلاعی ندارم	٦/۱	۱/۵		
کشیدن سیگار				
بلی	۲٤/۷	۲/۹	۳۸/۹	۰/۰۰
خیر	۷۵/۳	۹۷/۱		

کشیدن سیگار یا قلیان بودند در حالی که این علاقه‌مندی‌ها در دختران کمتر از پسرها دیده شد.

همان طور که در جدول دو آمده است، ازبین مهم‌ترین فعالیت‌های دانشجویان برای پر کردن اوقاتشان بین پسرها و دخترها از لحاظ میزان ورق‌بازی در خوابگاه و ارتباط دوستی اختلاف معنی‌داری وجود دارد. به این ترتیب پسران ۲۰ دقیقه بیشتر از دختران صرف ورق‌بازی و ۲٤ دقیقه بیشتر از دختران صرف دوستی می‌کنند. اما بین سایر فعالیت‌ها اختلاف معنی‌داری بین دو جنس وجود ندارد.

دیدن فیلم مجاز و غیر مجاز در مقاطع مختلف تحصیلی

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-09-06]

اختلافی با یکدیگر نداشت (P=۰/۱٤). اما دانشجویان مقطع کاردانی (۳۲/٤ درصد) بیشتر از مقطع کارشناسی (۹/۸ درصد) و دکترا (۱۷ درصد) به موسیقی غمگین گوش می‌دهند و این اختلاف هم معنی‌دار بود (X^2=۱۲/۵۱ و P=۰/۰۱).

رضایت از امکانات ورزشی دانشگاه همچنین مطالعه نشریات مختلف و علاقه به مهمانی‌های خاص و ثبت‌نام در کلاس‌های فوق‌برنامه در بین مقاطع مختلف تحصیلی با یکدیگر هیچ گونه اختلاف معنی‌داری نداشت.

همان طور که در جدول سه آمده است، کشیدن سیگار و قلیان در مقطع دکتری ۱٦/۵ درصد (۳۰ نفر) و کاردانی ۱۳/۵ درصد (۵ نفر) بطور معنی‌داری بیش از مقطع کارشناسی ۵/۲ درصد (۷ نفر) بود (X^2=۹/۵۷ و P=۰) اما با محل سکونت دانشجویان ارتباطی نداشت.

وضعیت تأهل در گوش سپردن به موسیقی شاد و غمگین و رضایت از امکانات ورزشی دانشگاه بی‌تأثیر بوده است و بین مجردین ومتأهلین اختلافی دیده نشد. استفاده از اردوهای دانشگاه بطور معنی‌داری در بین مجردها (۷۰/۷ درصد، ۲۰۸ نفر) بیشتر از متأهلین (٤۲/۹ درصد، ۱۲ نفر) بود (X^2=۱۰/۷ و P=۰/۰۰).

وقت‌گذرانی در تشکل‌ها، ورق‌بازی در خوابگاه و ارتباط دوستی غیر مجاز بین مقاطع تحصیلی با یکدیگر اختلاف معنی‌داری داشت. یعنی، بطور متوسط ۵۰ دقیقه دانشجویان کاردانی بیشتر از دکترا وقت صرف تشکل‌ها کرده‌اند. اما دانشجویان مقطع دکتری در ارتباط دوستی ۳۱ دقیقه بیشتر از دانشجویان کارشناسی وقت صرف می‌کردند و این اختلاف هم معنی‌دار بود. بین مقاطع تحصیلی، مقطع کاردانی با اختلاف معنی‌داری بیشتر از مقطع کارشناسی و همچنین بیشتر از مقطع دکتری با ورق‌بازی اوقات خود را صرف کرده‌اند.

بین دانشجویان بر حسب محل سکونت آنها در فعالیت‌های قدم‌زنی در پارک و خیابان (P<۰/۰۱) و تماشای تلویزیون (P<۰/۰۰) اختلاف معنی‌داری دیده شد. یعنی، دانشجویان خوابگاهی (۹٦±۹۹ دقیقه) بیشتر از دانشجویان ساکن در منزل والدین (۸۲:۳±٦۸:۵ دقیقه) در خیابان و پارک قدم می‌زنند (P<۰/۰۰). در عوض، دانشجویان ساکن در منزل والدین (۸٦±۱۱۳:۷ دقیقه) بیشتر از دانشجویان خوابگاهی (۷۰±۵٤:۵ دقیقه) به تماشای تلویزیون می‌پردازند (P<۰/۰۰).

جدول ۲: مقایسه میانگین و اختلاف معیار زمان‌های صرف شده در انجام مهم‌ترین فعالیت‌های دانشجویان هنگام اوقات فراغت بر حسب جنسیت

فعالیت	مذکر (دقیقه)	مؤنث (دقیقه)	t	P
اوقات فراغت در روز	۱۷۰:۵±۹٦:۱	۱٦۵:۸±۹۵:۹	۰/٤۵۸	۰/٦٤
ورزش در روز	۳۲±٤٤:٦	۲٤:٤±٤٤:۳	۱/٦	۰/۱۱
تماشای تلویزیون در روز	۷۳:۵±۷٤:۷	۷۹:٤±۸۵	-۰/٦۷۵	۰/۵۰
وقت گذراندن در تشکل‌ها	٤۵:۱±۸۰:۵	۲۸:۳±۵۸:۳	۱/۹۵	۰/۰۵
استفاده از امکانات ورزشی دانشگاه	۲۸:۸±۵۲:٦	۲۰:۵±٤۵:۲	۱/۵۷	۰/۱۱
مطالعه غیر درسی	۷۷:٦±۹۱:٤	٦۷:۵±۷٤:۳	۱/۰۹۷	۰/۲۵
قدم‌زنی در پارک و خیابان	۹۰:٦±۹٦	۸۵:۹±۸۸:۷	۰/٤۷۳	۰/٦۳
ورق‌بازی در خوابگاه	۳۰:٦±٦٦:۸	۱۱:۷±۳۵:۲	۳/۰۹	۰/۰۰
اوقات فراغت در خوابگاه	۱۵۲:۱±۱۰۲	۱٦٤:۱±۹٤:۷	-۱/۱٤	۰/۲۵
ارتباط غیر مجاز	۵۱:٤±۹۵:۸	۲۸±۷۲:۲	۲/٤۹	۰/۰۱

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-09-06]

جدول ۳: مقایسه زمانهای صرف شده در انجام مهمترین فعالیتهای دانشجویان هنگام اوقات فراغت برحسب مقطع تحصیلی آنها

فعالیت	کاردانی (دقیقه)	کارشناسی (دقیقه)	دکتری (دقیقه)	F	P
اوقات فراغت در روز	۱۰۱:۹ ± ۱۵۸:۱	۹۳:٦ ± ۱٦۹:٤	۹٦:۷ ± ۱٦۸:٥	۰/۲۱	۰/۸۰
ورزش در روز	٦۸:۹ ± ۱٦۸:٥	٤٥:۱ ± ۲٥:٤	۳٦:۸ ± ۲٦:۲	۲/۲۱	۰/۱۱
تماشای تلویزیون در روز	۹۰:٦ ± ۷۲:٦	۷۹:۱ ± ۷۲:۳	۸۰:۲ ± ۸۱:۲	۰/٥۲٥	۰/٥۹
وقت‌گذراندن در تشکل‌ها	۹٥:۸ ± ۷٥:۹	٦٤:۳ ± ۳۷:۳	٦۲ ± ۲٥:۸	۷/۷۲	۰/۰۰
استفاده از امکانات ورزشی دانشگاه	۷۰:٤ ± ٤۰:٥	٤۸:٥ ± ۲۲:۲	٤۲:٤ ± ۲۱:۹	۲/٤۳	۰/۰۸
مطالعه غیر درسی	٦۱:۳ ± ٥۰:۳	۷۲:۸ ± ٦٥:۱	۹۰:٥ ± ۸۱	۰/٤۹۳	۰/۰٥
قدم‌زنی در پارک و خیابان	۷٦:۸ ± ۸۳:٥	۸۹:۷ ± ۸۹:٦	۹٦:۲ ± ۸۷:٥	۰/۰٦٥	۰/۹۳
ورق‌بازی در خوابگاه	۸۷:۹ ± ٤۸:۳	۳۱:۱ ± ۱٤:٦	٥۲:۳ ± ۱۷:٥	٦/٥۹	۰/۰۰
اوقات فراغت در خوابگاه	۹۹:٥ ± ۱۷٥:۹	۹۸:٥ ± ۱٤٥:۳	۹٦:۱ ± ۱٦٦:۱	۲/۳٦	۰/۰۹
ارتباط غیر مجاز	۱۰۰:۸ ± ٥۲:۷	٦۰ ± ۱۸:۲	۹۲ ± ۷۹:۲	٦/۱٤	۰/۰۰

متوسط اوقات فراغت در روز، فعالیت در تشکل‌ها و ارتباط دوستی بین دانشجویان در رشته‌های تحصیلی متفاوت، اختلاف وجود داشت ($P < ۰/۰۰$). بدین ترتیب که بین دانشجویان پزشکی ارتباط دوستی به شکل معنی‌داری بالاتر از رشته‌های دندانپزشکی، پرستاری، بهداشت و فیزیوتراپی بود و در عوض، فعالیت در تشکل‌ها در دانشجویان پزشکی بطور معنی‌داری کمتر از رشته‌های داروسازی و پرستاری، بهداشت و اتاق عمل و رادیولوژی و علوم آزمایشگاهی بود.

بحث

اوقات فراغت یکی از مسائلی است که بر حسب علایق و انگیزه‌های هر فرد پر می‌شود(۳). بعضی از فعالیت‌هایی که بیشترین نقش را در در پر کردن اوقات فراغت دانشجویان دارد، در این بررسی مورد مطالعه قرار گرفت. میزان اوقات فراغت روزانه یکی از پرسش‌های اساسی در رابطه با موضوع فراغت است. در این مطالعه متوسط اوقات فراغت دانشجویان علوم پزشکی شیراز ۲:٤۷ ساعت و معادل با دانشجویان دانشگاه تهران در سال ۱۳۷۰ بوده است(۱٥). در سال ۱۳۷۳ این میزان ٥-۱ ساعت برای دانشجویان دانشگاه تهران، ٤-۳ ساعت برای دانشجویان دانشگاه‌های کشور، ٥-۱ ساعت برای دانشجویان یزد و برای دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز ۳:٦ ساعت اعلام شده است(٦تا۸). نتایج پژوهش‌های حاصل بیانگر وجود زمان قابل توجه فراغت روزانه دانشجویان می‌باشد که در بیشتر مطالعات ذکر شده با یکدیگر همخوانی نزدیکی دارند.

میزان تماشای تلویزیون و گوش دادن به موسیقی در بین دانشجویان شیراز بیشتر از تهران بود(۱٥) اما در دانشجویان داروسازی لوبلین بیشتر از تهران بوده است(٤). در دانشجویان دختر دانشگاه آزاد تهران، دانشجویان همدان، دانشجویان کشور، در دانشجویان ترکیه و نروژ تماشای تلویزیون اولویت اول و در دانشجویان اراک اولویت دوم، و در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی رودهن اولویت چهارم اعلام گردیده است(٥،٦،۱۰،۱۲،۱٦و۱۷).

موسیقی به عنوان اولویت اول دانشجویان اراک، دانشجویان دختر دانشگاه تهران و تایوان بیان شده است(٥،٦و۱۰) که نشان‌دهنده جایگاه تلویزیون و فیلم‌ها در پر کردن اوقات فراغت دانشجویان می‌باشد و با یک برنامه‌ریزی هدفمند توسط معاونت دانشجویی- فرهنگی و امور فوق‌برنامه می‌تواند به نتایج مفید و ارزشمندی در جهت توسعه دانشگاه‌ها و شکوفایی استعدادهای دانشجویان منتهی گردد.

میزان استفاده از اردوهای دانشگاه و میزان فعالیت در تشکل‌ها در بین دانشجویان علوم پزشکی شیراز بیشتر از دانشجویان تهران بود اما میزان بی‌اطلاعی از کتاب‌های کتابخانه‌ها در بین دانشجویان شیراز بیشتر از دانشجویان تهران بوده است(۱٥).

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-09-06]

عمده‌ترین فعالیت‌های دانشجویان به ترتیب استراحت، تفریح، مطالعه کتاب‌های درسی و غیر درسی بود که متوسط مطالعه غیر درسی دانشجویان علوم پزشکی شیراز نسبتاً بالا بود و با توجه به علایق دانشجویان، تهیه کتاب‌های داستان، علمی- آموزشی، سیاسی، پلیسی و جنایی در کتابخانه‌های خوابگاه و دانشکده‌ها، لازم به نظر می‌رسد تا این ویژگی مثبت درخشان‌تر و شکوفاتر گردد. همچنین افزایش اردوهای دانشگاه در ایام تعطیل راهی برای تفریح، افزایش روحیه و مانع از هدررفتن وقت دانشجویان به دنبال قدم‌زنی در خیابان و پارک و ارتباط دوستی خواهد شد.

در این مطالعه، متوسط ورزش دانشجویان در روز ۲۴ دقیقه بود که در مطالعات متعددی در دانشجویان آزاد کشور و زنجان فعالیت بدنی پایین(۵و۶) و در دانشجویان کشور در سال ۸۰، فعالیت جسمانی ۱۰ درصد اعلام گردید. همچنین مطالعات در امریکا نشان داده که نقش فعالیت بدنی در پر کردن اوقات فراغت جوانان کمرنگ شده است(۱۱). همین طور در نروژ نیز به این نتیجه رسیده‌اند که دانشجویان بیشتر به فعالیت‌های غیر حرکتی می‌پردازند(۱۲). از آنجایی که امکانات و تأسیسات ورزشی در محیط خوابگاه و دانشگاه با فعالیت بدنی ارتباط دارد، بنابراین، به نظر می‌رسد تربیت بدنی دانشگاه، امکانات ورزشی را افزایش و برای افزایش روحیه ورزشی دانشجویان مسابقات و برنامه‌های ورزشی بیشتری را پیش‌بینی کند.

پایین‌تر بودن میزان مطالعه و همچنین گوش دادن به موسیقی غمگین بین دانشجویان کاردانی، شاید به دلیل آینده کاری مبهم و نداشتن شخصیت شغلی بین سایر دانشجویان باشد. همچنین از آنجایی که جنسیت، وضعیت تأهل و مقطع تحصیلی در برخی از جنبه‌های اوقات فراغت عوامل مرتبط به شمار آمدند، باید برنامه‌ریزی در جهتی باشد که نیاز همه دانشجویان در نظر گرفته شود.

میزان علاقه‌مندی دانشجویان به کار دانشجویی بالا (۳۱ درصد) بود که درصد کمی از آنها موفق به استفاده از آن شده‌اند. بنابراین، به دلیل نقشی که در وضعیت اقتصادی دانشجویان دارد، دانشگاه می‌تواند با برنامه‌های خاصی میزان فعالیت‌های دانشجویان را در امور فرهنگی و صنفی افزایش دهد. همچنین ۴۹ درصد از ثبت‌نام شدگان در کلاس‌های فوق‌برنامه امور فرهنگی و فوق‌برنامه دانشگاه، به دلیل مقارن بودن ساعات کلاس‌های فوق‌برنامه با کلاس‌های درسی موفق به پیگیری آنها نشده بودند. به همین جهت، پیشنهاد می‌شود تا ساعات کلاس‌های فوق‌برنامه را در ساعات غیر کلاس‌های درسی قرار دهند تا میزان بهره‌مندی و صرف اوقات فراغت دانشجویان برای شرکت در این کلاس‌ها بیشتر شود.

در این مطالعه، خوشبختانه با مشکل خاصی روبرو نبودیم و از آنجایی که در محیط دانشگاه و سر کلاس‌ها و نه در خوابگاه، نسبت به توزیع و تکمیل پرسشنامه‌ها اقدام می‌شد، دقت و صحت در تکمیل رضایت‌بخش بود. اما در بعضی از موارد و سؤالات خاص که به نظر دانشجویان می‌توانست علیه آنها استفاده گردد، مثل کشیدن سیگار، داشتن رابطه دوستی غیر مجاز و یا دیدن فیلم‌های غیر مجاز، به نظر می‌رسد که نوعی تورش کم گزارش‌دهی اتفاق افتاده باشد. این امر، خصوصاً در بین دختران دانشجو، مشهودتر بود. بنابراین، پیشنهاد می‌شود مطالعات بعدی به صورتی طراحی و اجرا گردند که دانشجویان بتوانند بدون هیچ گونه واهمه‌ای در مورد این گونه مسائل علائق و یا رفتارهای خود را بیان نمایند. علاوه بر این، در جهت بررسی عوامل مؤثر در بالابردن روحیه ورزشی دانشجویان با استفاده از نظرات آنان می‌توان مطالعات دیگری را انجام داد و به دنبال آن، مطالعات مداخله‌ای بر اساس نتایج به دست آمده از اطلاعات مطالعه اول پیشنهاد می‌گردد.

نتیجه‌گیری

دانشجویان در زمینه پرکردن اوقات فراغت خود دچار مشکل هستند و از طرفی تفاوت در نحوه گذراندن اوقات فراغت دانشجویان را می‌توان به تفاوت‌های فرهنگی، محدودیت‌های اجتماعی و علائق و سلیقه‌های افراد نسبت داد. بنابراین، به نظر می‌رسد هرگونه تصمیم‌گیری مسؤولین امور فرهنگی و فوق‌برنامه دانشگاه برای پر کردن اوقات فراغت دانشجویان، با در نظر گرفتن علائق دانشجویان و بافت فرهنگی و اجتماعی آنان باید صورت گیرد.

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-09-06]

منابع

1. Rahmani A, Pour-ranjbar M, Bakhshinia T. [Evaluation and comparison of Zanjan universities female students leisure activities: the role of sport and physical education]. Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences 2006; 3(5): 209-16. Persian
2. Zaferi A, Tond nevis F. [Mogayesesey motalee oghat feraghat daneshjuyan daneshgahhaye Iran (pezeshki, gheir pezeshki va azad), ba takid bar varzesh]. Majaleh Harekat va Varzesh 2003; 1(2): 18-25. Persian
3. Ahmadi SA. Ravanshenasi javanan shakhsiyati raftari. 1st ed. Tehran: Shoaleh. 1996: 28.
4. Czabak-Garbacz R, Skibniewska A, Mazurkiewicz P, Gdula A. Ways of spending leisure time by the third year-students of the Faculty of Pharmacy, Medical University of Lublin. Ann Univ Mariae Curie Sklodowska [Med] 2002; 57(1): 257-63.
5. Safania AM. [Nahveh gozarandane oghate feragat daneshjuyan dokhtar daneshgahhaye azad eslami keshvar ba takid bar faaliyat varzeshi]. Harekat Journal 2001; 9:127-40. Persian
6. Farajollahi N. [Barresi jaygah tarbiyat badani va varzesh dar gozarandan oghat feraghat daneshjuyan dokhtar daneshgah Tehran] [dissertation]. Tehran: Exercise School, Teharn University, 1994. Persian
7. Tondnevis F. [Barresi nahveh gozarandan oghat feraghat daneshjuyan daneshgahhaye keshvar ba takid bar faaliyat varzeshi] [dissertation]. Tehran: Exercise School, Teharn University. 1996. Persian
8. Bahramfar M. [Barresi nahveh gozarandan oghat feraghat daneshjuyan dokhtar daneshgah azad eslami vahed Teharn markaz ba takid bar faaliyat varzeshi] [dissertation]. Tehran: Islamic Azad University of Tehran Central. 2000. Persian
9. Beatty Sh, Jeon JK, Albaum G, Murphy B. A Cross-national study of leisure activities. Journal of Cross-Cultural Psychology 1994; 25(3): 409-22.
10. Jahanbakhsh A. [Barresiye shiveh gozarandan oghat feraghat daneshjuyan va avamel moaser dar an dar vahede dehaghan]. Gozareshe Tarhe Tahghighati Daneshgah Azade Dehaghan. 1999. Persian
11. Physical Activity Trends-United States, 1990-1998. [cited 2008 Oct 14]. Available from: http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/mm5009a3.htm
12. Sjolie AN, Thuen F. School journeys and leisure activities in rural and urban adolescents in Norway. Health Promot Int 2002 Mar; 17(1): 21-30.
13. McKenzie TL, Marshall SJ, Sallis JF, Conway TL. Leisure-time physical activity in school environments: an observational study using SOPLAY. Prev Med 2000 Jan; 30(1): 70-7.
14. Gharakhanloo R. [Bargi az tarhe jame varzesh]. Mahnameh elmi tahlili varzesh daneshgah 2003 (184, 185): 14-16. Persian
15. Tamini H. [Rahhaye gozarandan oghat feraghat dar danesgjuyan daneshkadeh behdasht daneshgah oloom pezeshki Tehran]. [dissertation]. Tehran: Behdasaht School, Tehran University of Medical Sciences. 1992. Persian
16. Ahmadi R, Asadi P, Razavi Hamedani SF. [Barresi nahveh gozarandan oghat feraghat daneshjuyan daneshgah Azad Hamedan]. Gozaresh Tarhe Tahghighati. Moavenat Pajhoheshi daneshgah olume pezeshki Arak. 1999. Persian

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-09-06]

17. Sabagh Langroodi M. [Chegoonegi gozarandan oghat feraghat daneshjuyan pesar daneshgah Esfehan ba takid bar faaliyathaye varzeshi] [dissertation]. Tehran: Sport School , Tarbiat Moallem University. 1998. Persian

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-09-06]

Assessment of Spending Leisure Time in Students of Shiraz University of Medical Sciences, 2005

Ghaem H, Mohammad Salehi N, Mohammad Beigi A.

Abstract

Introduction: *Leisure time is an opportunity for individuals to have an intellectual or entertaining activity according to their interests, when they are free from work, gatherings or family responsibilities. This study was performed with the aim to identify students' interests and tendencies as well as their information about facilities of the University for helping the university authorities to plan in regard to students' interests.*

Methods: *This descriptive cross-sectional study was performed on 356 students as 10 percent of total number of students in all disciplines who were selected randomly through stratified sampling method. Data was gathered using a questionnaire and analyzed by SPSS software.*

Results: *The mean of the leisure time was 2.47±1.36 hours, which was spent as follows: 88±92 minutes for taking a walk in the park, 77±81 minutes for watching television, and 24±49 minutes for using sport facilities in the university. Students' main priorities for spending their leisure time were respectively resting in 70.9% (n=249), recreational activity in 59.7% (n=209), studying the university lessons in 48.4% (n=170), studying other texts in 47.9% (n=168), doing sport activities in 28.2% (n=99), and entertainment in 22.9% (n=80) of students. There was a significant difference between activities done by male and female students.*

Conclusion: *The amount of leisure time of students in Shiraz University of Medical Sciences is at the same level with students' leisure time in Tehran and Lebanon. Due to the differences in tastes and interests of male and female students and also according to their educational level, university administrators should make appropriate planning in order to increase useful activities for students in their leisure time.*

Keywords: Leisure time, Interests, Recreational activities, Medical students.

Addresses

Corresponding Author: Haleh Ghaem, Instructor, Department of Epidemiology, School of Health and Nutrition, Shiraz University of Medical Sciences, Zand Street, Shiraz, Iran. E-mail: ghaemh@sums.ac.ir

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-09-06]

Nargess Mohammad Salehi, MS in Epidemiology, Provincial Health Center, Department of Diseases, Arak University of Medical Sciences, Arak, Iran. E-mail: salehi_narges@yahoo.com
Abolfazl Mohammad Beigi, MS in Epidemiology, School of Allied Medical Sciences, Arak University of Medical Sciences, Arak, Iran. E-mail: amohamadbeigi@yahoo.com

Source: Iranian Journal of Medical Education 2008 Spr & Sum; 8(1): 71-79.

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-09-06]