

شناسایی مضامین توسعه فرهنگ ورزش همگانی در نیروهای مسلح ایران

محسن شفیعی^۱، علیرضا زمانی نوکآبادی^{۲*}

چکیده

ورزش همگانی به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های اصلی در ارتقای سلامت جسمی، روانی و اجتماعی بوده و نقش محوری در بهبود کیفیت زندگی و تقویت انسجام اجتماعی ایفاء می‌کند. هدف از این پژوهش، شناسایی مضامین موثر بر توسعه فرهنگ ورزش همگانی در نیروهای مسلح ایران بود. در این پژوهش از رویکرد کیفی و پدیدارشناسی توصیفی برای گردآوری داده‌ها استفاده شد. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های عمیق با ۱۶ نفر از ذی‌نفعان ورزش نیروهای مسلح ایران جمع‌آوری شد که به‌صورت هدفمند و با تکنیک گلوله برفی انتخاب شدند. تحلیل داده‌ها با استفاده از رویکرد هفت‌مرحله‌ای کلایزی انجام شد و اعتبار نتایج با بازبینی مشارکت‌کنندگان و ممیزی بیرونی افزایش یافت. تحلیل مصاحبه‌ها نشان داد که عوامل مؤثر بر توسعه فرهنگ ورزش همگانی در هفت محور شامل فرهنگ سازمانی، زیرساخت‌ها، حمایت‌های مدیریتی، آموزش و ترویج، عوامل انگیزشی، سیاست‌های دولتی و همکاری‌های بین‌سازمانی دسته‌بندی می‌شوند. مشارکت‌کنندگان به موانعی مانند نگرش‌های سنتی، کمبود زیرساخت‌ها و نبود سیاست‌های حمایتی اشاره کردند. همچنین، بر نقش آموزش، انگیزه‌بخشی و تعاملات بین‌سازمانی تأکید داشتند. نتایج نشان داد که توسعه فرهنگ ورزش همگانی در نیروهای مسلح ایران نیازمند تغییر نگرش‌های سنتی، ارتقای زیرساخت‌ها، تقویت حمایت‌های مدیریتی و آموزش مداوم است. سیاست‌های دولتی و تعاملات بین‌سازمانی نیز از عوامل کلیدی در گسترش فعالیت‌های ورزشی هستند. پیشنهاد می‌شود تحقیقات آینده، فرهنگ ورزش در نهادهای مشابه یا محیط‌های بین‌المللی را بررسی کنند تا راهبردهای جامع‌تری ارائه شود.

واژه‌های کلیدی: ورزش همگانی، فعالیت بدنی، فرهنگ ورزش، نیروهای مسلح، پدیدارشناسی.

۱. گروه مدیریت ورزشی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران. رلیانامه:

mohsen.najy@gmail.com

۲. گروه مدیریت ورزشی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران. (نویسنده مسئول).

ایانامه: alirezazamani@iau.ac.ir

مقدمه

پیشرفت و تکامل هر جامعه انسانی نیازمند توسعه فرهنگی در تمامی ابعاد سیاسی، اقتصادی، اجتماعی و آموزشی می‌باشد و به‌دلیل وجود باورها و اعتقادات جامعه ایرانی، توسعه به‌عنوان پیشرفت ایرانی - اسلامی معرفی شده است. اهمیت فرهنگ در شکل‌گیری توسعه مطلوب، انکارناپذیر است؛ زیرا، پیشرفت به بستر فرهنگی هر جامعه وابسته بوده و نشان‌دهنده تطابق یا همگامی بین فرهنگ و توسعه است و هر توسعه‌ای باید بر توسعه فرهنگ در تمامی ابعاد جامعه استوار باشد (گودرزی و همکاران، ۱۴۰۲). منظور از توسعه فرهنگ، رشد آگاهی‌ها، قابلیت‌ها و امکانات هر جامعه جهت برآوردن نیازهای مادی و معنوی، بهبود روابط اجتماعی و انسانی و افزایش توانایی‌های علمی و اخلاقی برای تمام افراد جامعه است. درحقیقت، ورزش یک خرده و یا پاره‌فرهنگی است که به اصطلاح، فرهنگ ورزش خوانده می‌شود. این خرده‌فرهنگ شامل باورها، ارزش‌ها، هنجارها، رفتارها و نمادهای مربوط به ورزش است و چون هر پاره‌فرهنگی با دیگر ابعاد فرهنگی و توسعه‌ای در تعامل می‌باشد (رضائی‌نژاد و همکاران، ۱۳۹۵).

زندگی در دنیای امروز ابتکار عمل سریع را از انسان گرفته و او را دچار فقر حرکتی کرده و این فقر حرکتی مشکلات عدیده جسمی، روانی و اجتماعی را برای وی پدید آورده است. ورزش همگانی به عنوان راه‌حلی راهبردی و به عنوان وسیله‌ای ارزان و فرح‌بخش می‌تواند این مشکل را به نحو مطلوب حل کند (کیوپیس^۱، ۲۰۲۳). ورزش همگانی، یعنی ورزش برای همه^۲ بدون در نظر گرفتن سن، جنسیت، توانایی و وابستگی اجتماعی. ورزش همگانی به سیاست ورزش برای همه اشاره دارد که برای توسعه یک جامعه متحد از طریق مشارکت بیشتر و فرصت‌های بهتر در ورزش هدفمند به کار می‌رود. چنین شکلی از ورزش و حضور در آن می‌تواند بر سلامت عمومی جامعه را تأثیر بگذارد و به افزایش آن کمک شایانی کند زیرا، اهمیت و ارزش سلامتی آن هم در بعد وسیع سلامت عمومی جامعه یکی از شاخص‌های مهم توسعه پایدار در کشورها شناخته شده است (آسفی، ۱۳۹۶). ورزش همگانی اهدافی همچون حفظ سلامت، تعمیم بهداشت، رشد و تقویت قوای جسمی، آمادگی برای های دفاعی، کسب شادابی و نشاط و کسب موفقیت شغلی و حرفه‌ای را دنبال می‌کند (وفایی‌مقدم و همکاران، ۱۳۹۷). ورزش همگانی بستری را فراهم می‌سازد که افراد بدون در نظر گرفتن اختلافات طبقاتی، قومی و ... به فعالیت‌های دلخواه و مورد علاقه خود بپردازند (بابایی و همکاران، ۱۳۹۹). به‌طور کلی، ورزش همگانی به فعالیت‌های ورزشی گوناگون گفته می‌شود که در بیرون از ورزشگاه‌های رسمی که دارای مقررات سخت و دست‌وپاگیر هستند و به دور از چشم تماشاگران متعصب، در کمال آزادی و سادگی برگزار می‌شود (منسفیلد

1 Kiuppis

2 Sport for all

و پیگین^۱، ۲۰۱۶). ورزش همگانی، به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های اصلی در ارتقاء سلامت جسمی (دی بوک و همکاران^۲، ۲۰۲۳)، روانی (ایچبرگ^۳، ۲۰۲۳) و اجتماعی (پارک و کیم^۴، ۲۰۲۴؛ ژانگ و همکاران^۵، ۲۰۲۳؛ گلد و همکاران^۶، ۲۰۲۳)، نقشی محوری در بهبود کیفیت زندگی و تقویت انسجام اجتماعی ایفاء می‌کند (برقارجرمی و همکاران، ۱۴۰۳؛ آیهل و همکاران^۷، ۲۰۲۳).

ورزش همگانی در قالب پنج فعالیت و برنامه جداگانه و مرتبط به‌هم اجرا می‌شود که عبارتند از ورزش آموزشی، ورزش غیررسمی، ورزش درون‌بخشی، ورزش برون‌بخشی و ورزش باشگاهی. این فعالیت‌ها معمولاً به‌صورت انفرادی و یا دسته‌جمعی و در اماکنی مانند ورزشگاه، پارک‌ها، دشت‌ها، صحراها و مکان‌های طبیعی داخل و خارج شهر انجام می‌شوند (وفایی‌مقدم و همکاران، ۱۳۹۷). با توجه به تعاریف مختلفی که در مورد ورزش همگانی وجود دارد، مجموعه‌ای از مشخصه‌ها برای آن قابل‌استنباط است. مشخصه‌هایی مانند مشارکت گسترده و گروهی‌بودن، آزادانه و انتخابی‌بودن، کم‌هزینه‌بودن، کم‌اهمیت‌بودن رقابت و بردوباخت، محدودنبودن به سن، جنس، نژاد، زمان و مکان، و تفریحی، بانشاط و شادبودن، همگی توصیف‌کننده خصوصیت‌های مختلف ورزش همگانی هستند. فلسفه ورزش همگانی تشویق شهروندان به ورزش و فعالیت‌های بدنی است و نیز پیامی برای سیاستگذاران دارد تا از موقعیت خود برای پیشبرد این هدف و فراهم‌آوردن فرصت برای مشارکت عموم افراد استفاده کنند (شعبانی بهار و فولادی، ۱۴۰۳). مول^۸ (۲۰۰۹) ورزش‌های همگانی را شامل ورزش‌های داخل سالن، برنامه‌های تفریحی سالم، فعالیت‌های جسمانی در محیط طبیعی، فعالیت‌های تفریحی یا آمادگی جسمانی می‌داند. برخی از صاحب‌نظران ورزش‌های همگانی را ورزش‌هایی می‌دانند که در هر شرایطی اجرا می‌شوند، به تأسیسات و امکانات تخصصی ویژه‌ای نیاز ندارند و برای سلامتی و گذراندن اوقات فراغت انجام می‌شوند. دوچرخه‌سواری، راهپیمایی و کوهنوردی از جمله این فعالیت‌ها محسوب می‌شوند. ورزش نیوزیلند براساس تدوین برنامه ملی خود، در یک برنامه هشت ساله ابتدایی و سپس، برنامه هشت ساله دوم، برای افزایش ۱۵ درصدی مشارکت اقدام کرده که براساس گزارش سال ۲۰۱۶، پس از گذشت شش سال به مشارکت هفت‌درصدی دست یافته است (دهقانی‌زاده و

1 Mansfield & Piggin

2 De Bock et al.

3 Eichberg

4 Park & Kim

5 Zhang et al.

6 Gould et al.

7 Ihle et al.

8 Moll

همکاران، ۱۴۰۲). در مرور برخی از مقالات گسترده‌ای که در زمینه ورزش همگانی انجام شده (شکیبی‌راد و همکاران، ۱۴۰۲؛ گودرزی و همکاران، ۱۴۰۱؛ سیفی و همکاران، ۱۳۹۶) در برخی نحوه‌های استفاده از نتایج و مدل‌هایی که استخراج می‌شوند، تردید و ابهام وجود دارد. این مدل‌های استخراجی عموماً فرایند سیاستگذاری را در سطح کلان نشان می‌دهند که نتوانسته‌اند به‌خوبی در زندگی عادی اقشار مختلف به‌صورت یک سبک زندگی ساری و جاری شوند. این مطلب بدین‌معنا نیست که این پژوهش‌ها نواقصی دارند؛ بلکه نحوه استفاده از نتایج این پژوهش‌ها در فرایند سیاستگذاری آن‌چنان مؤثر نبوده است.

بر اساس اطلاعات اعلام شده توسط فدراسیون ورزش‌های همگانی، بالغ بر ۹ میلیون نفر از جمعیت کشور در ورزش‌های همگانی شرکت می‌کنند. این مقدار تقریباً معادل ده درصد جمعیت کشور است. از کل جمعیت ورزش همگانی ۱۱ درصد مربوط به دانش‌آموزان و کمتر از ۱ درصد مربوط به دانشجویان است. ورزش کارگری نیز ۱۳ درصد جمعیت ورزش همگانی را به خود اختصاص می‌دهد. نکته قابل توجه این است که نشانی از ورزش همگانی نیروهای مسلح در منابع اطلاعاتی موجود به چشم نمی‌خورد. درحالی‌که جامعه نیروهای مسلح درصد بالایی از جمعیت کشور را تشکیل می‌دهد و از همه لحاظ به خاطر حفظ امنیت و داشتن نیروی نظامی با اقتدار از اهمیت بسیار بالایی برخوردار است (شعبانی بهار و فولادی، ۱۴۰۲).

آمادگی نیروی نظامی یکی از چالش‌های اصلی هر کشور است زیرا نیروی نظامی ناآماده نمی‌تواند از هیچ سرزمینی محافظت کند برتیلسون^۱، (۲۰۲۵). بدیهی است که عناصر انسانی تعیین‌کننده آمادگی نظامی هستند؛ در نتیجه آمادگی جسمانی دغدغه مشترک همه نیروهای مسلح است و ورزش همگانی یکی از روندهای توسعه این آمادگی است (شکیبی‌راد و همکاران، ۱۴۰۳). پیچیدگی و تنوع مأموریت‌های نیروی نظامی ایجاب می‌کند که پرسنل آنها برای انجام موفقیت‌آمیز مأموریت‌های محوله از آمادگی و توان رزمی بالایی برخوردار باشند (قیصری و همکاران، ۱۴۰۳). نیروهای مسلح ایران به‌عنوان یکی از ارکان اصلی نظام اجتماعی و امنیتی کشور، نقشی مهم در ترویج فرهنگ ورزش ایفاء می‌کند (منوچهری و همکاران، ۱۳۹۸)، زیرا آمادگی جسمی و روانی اعضای آن‌ها برای انجام مأموریت‌های حساس از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (دهقانی‌زاده و همکاران، ۱۴۰۲). در اصل سوم قانون اساسی، ماده ۹ بر تعمیم و گسترش امر تربیت‌بدنی تصریح شده است. در ماده ۹۹ قوانین نیروهای مسلح، سازمان‌ها موظف شده‌اند در کلیه آموزش‌ها و در حین خدمت برنامه‌های لازم را به‌منظور کسب آمادگی جسمانی کارکنان، متناسب با مأموریت‌ها، پیش‌بینی و اجرا نمایند (سلمانی و رضایی، ۱۴۰۰). استاد بالادستی، نبود

تفکر استراتژیک، چندگانگی نهاد تصمیم‌گیرنده و بی‌عدالتی توزیعی از جمله عوامل علی مشارکت ورزشی در نیروهای مسلح ذکر شده و راهبردهایی از قبیل ایجاد پیش‌زمینه‌های رسمی مشارکت، ترویج فرهنگ ورزش و طراحی نظام مشارکت به عنوان راهبرد معرفی شده است (گودرزی و همکاران، ۱۴۰۱).

ورزش همگانی در نیروهای مسلح می‌تواند کاهش استرس (هریس^۱ و همکاران، ۲۰۲۵)، افزایش سرسختی (قنبری سالطه، ۱۴۰۳)، بهبود همکاری تیمی و ارتقای آمادگی جسمی و روانی، عملکرد سازمانی را به شکل چشمگیری بهبود بخشد (شکیبی‌راد و همکاران، ۱۴۰۲). همچنین مشخص شده گروه نظامیان فعال نسبت به گروه نظامیان غیرفعال از سطح آمادگی جسمانی بالاتر و آسیب‌های اسکلتی-عضلانی کمتری برخوردار بودند که این امر نشان می‌دهد سطح آمادگی جسمانی در شاغلین نظامی چقدر می‌تواند در زمینه بروز آسیب‌های اسکلتی-عضلانی موثر باشد (پتراچکوف^۲ و همکاران، ۲۰۲۴؛ قربانی صابر و همکاران، ۱۴۰۰) که این موارد و مطالعاتی از این دست، اهمیت ورزش همگانی به ویژه برای نیروهای مسلح را گوشزد می‌کند. در نیروهای مسلح ایران، علی‌رغم اهمیت بالای این موضوع، موانعی مانند کمبود زیرساخت‌ها، نبود برنامه‌ریزی استراتژیک و بی‌توجهی به نیازها و دیدگاه‌های ذینفعان، مانع از دستیابی به نتایج مطلوب شده است (مجلسی و همکاران، ۱۳۹۵). این چالش‌ها نه تنها اثربخشی برنامه‌های مرتبط با ورزش همگانی نیروهای مسلح را کاهش داده، بلکه انگیزه و مشارکت فعال اعضای این نهادها را نیز تحت تأثیر قرار داده است (گودرزی و همکاران، ۱۴۰۲). در این میان، به نظر می‌رسد که استفاده از تجربیات زیسته افراد مرتبط، از جمله پرسنل نظامی و سایر ذینفعان، می‌تواند ابزار ارزشمندی برای شناسایی مضامین توسعه فرهنگ ورزش همگانی در این نهاد بسیار حساس در ایران باشد. از طرفی، علی‌رغم تلاش‌های صورت‌گرفته در تحقیقات گذشته برای بررسی نقش ورزش همگانی (گودرزی و همکاران، ۱۴۰۲؛ گودرزی و همکاران، ۱۴۰۱؛ مجلسی و همکاران، ۱۳۹۵)، اغلب این مطالعات به رویکردهای کمی محدود بوده و بیشتر بر داده‌های عددی و آماری تمرکز داشته‌اند. اگرچه این روش‌ها تصویری کلی از میزان مشارکت در ورزش همگانی و اثرات آن ارائه داده‌اند، اما از درک عمیق‌تر تجربیات انسانی و مسائل پیچیده اجتماعی بازمانده‌اند. در نیروهای مسلح، به‌عنوان نهادی با ساختارهای ویژه و اهداف مشخص، تجربه زیسته ذینفعان می‌تواند به آشکارسازی موانع و فرصت‌های توسعه فرهنگ ورزش همگانی کمک شایانی کند. با این حال، تحلیل کیفی این تجربیات در پژوهش‌های گذشته کمتر مورد توجه قرار گرفته

1 Harris

2 Petrachok

است. سؤال اصلی پژوهش حاضر این است که مضامین توسعه فرهنگ ورزش همگانی در نیروهای مسلح ایران کدامند؟

مبانی نظری

در این بخش، به ارائه مبانی نظری پژوهش پرداخته می‌شود. این مبانی شامل تعاریف و مفاهیم ورزش، ورزش همگانی، فرهنگ ورزش همگانی و پدیدارشناسی است.

۱. ورزش

ورزش به‌عنوان یک فعالیت جسمانی یا ذهنی برنامه‌ریزی‌شده، اهداف گسترده‌ای همچون ارتقای سلامت جسمانی، تقویت روحیه و بهبود کیفیت زندگی را دنبال می‌کند (پگائوکس ۱، ۲۰۱۶). از منظر جامعه‌شناسی، ورزش ابزاری مؤثر برای تقویت انسجام اجتماعی و ارتقای تعاملات فرهنگی است (داسو، ۲۰۱۹). در روان‌شناسی، ورزش نقشی حیاتی در کاهش استرس، افزایش اعتمادبه‌نفس و ارتقای سلامت روان دارد (کانها و همکاران، ۳، ۲۰۲۳). همچنین از دیدگاه اقتصادی، ورزش در ابعاد حرفه‌ای و سازمان‌یافته به یک صنعت پردرآمد تبدیل شده است که نقشی اساسی در ایجاد اشتغال و رشد اقتصادی ایفاء می‌کند (ارمن و همکاران، ۴، ۲۰۲۳).

مدل هرمی مول ۵ (۲۰۰۵)، چهار سطح مختلف از ورزش را تعریف می‌کند که به ترتیب از پایه تا رأس هرم شامل ورزش آموزشی، ورزش همگانی، ورزش قهرمانی و ورزش حرفه‌ای است. هرکدام از این سطوح با توجه به اهداف، مخاطبان و رویکردها، سهمی مهم در توسعه جامع ورزش دارند و به یکدیگر وابسته‌اند. در ادامه، هرکدام از این انواع ورزش به تفصیل شرح داده می‌شوند.

ورزش آموزشی: این نوع ورزش بر یادگیری مهارت‌های اساسی، ارزش‌های اخلاقی و شناخت اولیه از فعالیت‌های ورزشی متمرکز است. هدف اصلی ورزش آموزشی، آموزش مفاهیمی چون کار تیمی، احترام به قوانین و تقویت سلامت جسمانی است که معمولاً در مدارس، دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزشی ارائه می‌شود (شهوولی کوه‌شوری و همکاران، ۱۴۰۱).

ورزش همگانی: ورزش همگانی برای همه افراد جامعه طراحی شده و هدف آن افزایش مشارکت عمومی در فعالیت‌های بدنی به‌منظور ارتقای سلامت و نشاط اجتماعی است. این نوع ورزش شامل فعالیت‌های ساده و در دسترس مانند پیاده‌روی، دوچرخه‌سواری یا فعالیت‌های گروهی

1 Pageaux

2 Dasso

3 Cunha et al.

4 Ehrman et al.

5 Mull

تفریحی است و بر بهبود کیفیت زندگی تمرکز دارد (کیوپیس ۱، ۲۰۲۳). ورزش قهرمانی: ورزش قهرمانی به سطحی از فعالیت ورزشی اطلاق می‌شود که بر رقابت جدی، دستیابی به موفقیت‌های بالا و شکستن رکوردها تأکید دارد. این نوع ورزش معمولاً در مسابقات ملی و بین‌المللی دیده می‌شود و ورزشکاران در این حوزه نیازمند آموزش و تمرینات تخصصی و مستمر هستند (سوراتمین و همکاران ۲، ۲۰۲۴).

ورزش حرفه‌ای: ورزش حرفه‌ای در رأس هرم قرار دارد و شامل فعالیت‌هایی است که به‌طور کامل به‌عنوان شغل و منبع درآمد ورزشکاران انجام می‌شود. این نوع ورزش نیازمند سرمایه‌گذاری‌های کلان، زیرساخت‌های پیشرفته و حمایت سازمانی است و به‌عنوان صنعتی مهم در اقتصاد جهانی شناخته می‌شود (کارلینی و همکاران ۳، ۲۰۲۱).

۲. ورزش همگانی

ورزش همگانی به‌عنوان یکی از ارکان توسعه اجتماعی و فرهنگی، مفهومی فراتر از فعالیت‌های صرفاً بدنی دارد و بر تقویت تعاملات اجتماعی و ایجاد سبک زندگی فعال تمرکز دارد (دی وس و همکاران ۴، ۲۰۲۰). این نوع ورزش با هدف دسترس‌پذیری برای همه اقشار جامعه، از کودکان و نوجوانان گرفته تا سالمندان، طراحی شده و محیطی فراهم می‌کند که افراد بتوانند بدون نیاز به تخصص یا امکانات خاص، از فواید فعالیت‌های بدنی بهره‌مند شوند (لاتام و لایتون ۵، ۲۰۱۹). ورزش همگانی نقشی محوری در ایجاد انگیزه، کاهش تنش‌های روزمره و تقویت ارتباطات انسانی ایفاء می‌کند و به‌عنوان ابزاری برای توانمندسازی اجتماعی، بستر مناسبی برای بهبود کیفیت زندگی فراهم می‌سازد (اندرسن و همکاران ۶، ۲۰۱۹).

ورزش همگانی از منظر سلامت جسمانی: ورزش همگانی تأثیر مستقیمی بر سلامت جسمانی افراد دارد و به‌عنوان یکی از مؤثرترین ابزارها برای پیشگیری از بیماری‌های مزمن شناخته می‌شود (نظری و شهولی کوه‌شوری، ۱۴۰۱). شرکت در فعالیت‌های منظم ورزشی، مانند دویدن سبک یا تمرینات ساده، می‌تواند به بهبود عملکرد سیستم قلبی-عروقی، تقویت عضلات و افزایش انعطاف‌پذیری بدن کمک کند (سلیمانی و کرمی، ۱۴۰۳). این نوع ورزش همچنین برای کنترل وزن، کاهش خطر ابتلا به بیماری‌هایی نظیر دیابت و فشار خون بالا، و بهبود وضعیت عمومی

1 - Kiuppis

2 - Suratmin et al.

3 - Carlini et al.

4 - De Vos et al.

5 - Latham & Layton

6 - Andersen et al.

بدن نقش اساسی دارد (وود و همکاران ۱، ۲۰۱۷).

ورزش همگانی از منظر سلامت روانی: ورزش همگانی تأثیر قابل توجهی بر سلامت روانی دارد و می‌تواند به کاهش استرس، اضطراب و افسردگی کمک کند. شرکت در فعالیت‌های ورزشی به دلیل ترشح اندورفین، باعث افزایش احساس شادی و آرامش می‌شود. همچنین، ارتباط با افراد دیگر در محیط‌های ورزشی جمعی، حس تعلق خاطر و حمایت اجتماعی را تقویت کرده و به کاهش احساس تنهایی و انزوای اجتماعی کمک می‌کند (یوشیدا ۲، ۲۰۱۷).

ورزش همگانی از منظر اجتماعی: ورزش همگانی فرصتی برای تعامل و همبستگی اجتماعی فراهم می‌کند (دارنل و ویلینگتون ۳، ۲۰۱۹). این نوع ورزش به واسطه مشارکت گروهی در فعالیت‌های ساده و مفرح، باعث تقویت ارتباطات انسانی و افزایش تعاملات بین اقشار مختلف جامعه می‌شود. ورزش همگانی همچنین با کاهش شکاف‌های اجتماعی، فرصتی برای ادغام فرهنگی و تقویت همبستگی در جوامع متنوع ایجاد می‌کند (رووالکابا و همکاران ۴، ۲۰۱۸).

ورزش همگانی از منظر اقتصادی: ورزش همگانی، با کاهش هزینه‌های درمانی مرتبط با بیماری‌های غیرواگیر، تأثیر مثبتی بر اقتصاد جوامع دارد (مک کالو و اور ۵، ۲۰۲۰). همچنین، توسعه زیرساخت‌های ورزشی عمومی، فرصت‌هایی برای ایجاد اشتغال در حوزه‌های مرتبط با ورزش و تفریح فراهم می‌کند. سرمایه‌گذاری در ورزش همگانی به‌عنوان راهکاری برای کاهش هزینه‌های سلامت عمومی و افزایش بهره‌وری نیروی کار شناخته می‌شود و نقش کلیدی در پایداری اقتصادی جوامع ایفاء می‌کند (والی و فرناندز ۶، ۲۰۱۸).

۳. فرهنگ ورزش همگانی

فرهنگ ورزش همگانی به مجموعه‌ای از باورها، ارزش‌ها، نگرش‌ها و رفتارهای اجتماعی اشاره دارد که در راستای ارتقای مشارکت عمومی در فعالیت‌های ورزشی شکل می‌گیرند (هورنی ۷، ۲۰۱۷). این فرهنگ، به‌عنوان زیرساختی اجتماعی، با هدف ایجاد سبک زندگی فعال در میان اقشار مختلف جامعه گسترش می‌یابد و افراد را تشویق می‌کند تا ورزش را به بخشی جدایی‌ناپذیر از زندگی روزمره خود تبدیل کنند (میهلز و همکاران ۸، ۲۰۱۹). فرهنگ ورزش همگانی از طریق نهادهای آموزشی، رسانه‌های جمعی، سیاست‌گذاری‌های عمومی و فعالیت‌های محلی تقویت

1 - Wood et al.

2 - Yoshida

3 Darnell & Millington

4 Ruvalcaba et al.

5 McCullough & Orr

6 Vale & Fernandes

7 Horne

8 Mihelj et al.

می‌شود و با ایجاد حس مسئولیت‌پذیری و مشارکت جمعی، به تقویت تعاملات اجتماعی و انسجام فرهنگی کمک می‌کند. در این فرهنگ، ورزش به‌عنوان ابزاری برای دستیابی به سلامت جسمی و روانی و بهبود کیفیت زندگی در سطح فردی و اجتماعی شناخته می‌شود (جنکین و همکاران، ۱، ۲۰۱۷).

رشد و گسترش فرهنگ ورزش همگانی مستلزم تغییر در نگرش‌های اجتماعی و ارائه زیرساخت‌های مناسب است. این فرهنگ با تأکید بر دسترسی همگانی، عدالت اجتماعی و مشارکت برابر، فرصت‌هایی برای تمامی اقشار جامعه فراهم می‌آورد تا در فعالیت‌های ورزشی شرکت کنند (کاستالدلی-مایا و همکاران، ۲، ۲۰۱۹). در این راستا، ساندرز^۳ (۲۰۱۹) معتقد است که نقش رسانه‌ها در تغییر نگرش عمومی، برگزاری رویدادهای محلی ورزشی، و ارائه برنامه‌های آموزشی نقش مهمی در نهادینه‌سازی این فرهنگ ایفا می‌کنند. فرهنگ ورزش همگانی همچنین به‌واسطه تأثیرات گسترده خود در کاهش هزینه‌های درمانی، تقویت انسجام اجتماعی و بهبود بهره‌وری اقتصادی، یکی از ابزارهای کلیدی برای توسعه پایدار به شمار می‌آید و می‌تواند به شکل‌گیری جوامعی سالم‌تر و پویاتر منجر شود (پالپ و همکاران، ۴، ۲۰۱۷).

۴. ورزش در نیروهای مسلح

یکی از تشکیلاتی که در جمهوری اسلامی ایران در توسعه و گسترش ورزش نقش به‌سزایی دارد، نیروهای مسلح هستند و توجه به آنها از اهمیت زیادی برخوردار می‌باشد. اقتدار نیروهای مسلح از مهم‌ترین مؤلفه‌های اقتدار ملی و عامل بازدارندگی تهدیدات پیچیده و سیال دشمنان است. نیروهای مسلح مظهر مقاوت و ایستادگی، شرف و افتخار، حصار و دژ مستحکم ملت ایران می‌باشند و این اقتدار در سایه آمادگی همه جانبه این نیروها تا حدود زیادی به آمادگی، توانمندی و شایستگی‌های بدنی آنها بستگی دارد. یکی از راه‌های دستیابی به این آمادگی، کسب آمادگی جسمانی و قابلیت‌های بدنی و توسعه ورزش می‌باشد (منوچهری و همکاران، ۱۳۹۸).

در حال حاضر هدف‌های کلان و مرتبط با ورزش نیروهای مسلح می‌تواند در پنج گروه همگانی، قهرمانی، فرهنگی، دانش‌افزایی و توسعه منابع جای گرفته و در افق ۱۴۰۴ سازمان تربیت بدنی نیروهای مسلح ایران را در مسیری صحیح و با تأکید بر تقویت سهم خانواده نظامیان در ورزش به سوی تعالی پیش براند. سازمان‌های دانا (سازمان‌های دفاعی، امنیتی، نظامی و انتظامی) برای ارتقای توان عملیاتی و مهارتی کارکنان خود و به منظور افزایش بهره‌وری از ورزش‌های مختلف

1 Jenkin et al.

2 Castaldelli-Maia et al.

3 Saunders

4 Chalip et al.

استفاده می‌کنند (جهان‌فر و همکاران، ۱۴۰۱). همچنین این سازمان‌ها علاوه بر توسعه آمادگی بدنی، جهت ارتقاء وضعیت روحی و روانی و کاهش استرس‌ها و فشارهای ناشی از این شغل، و سلامتی آحاد پرسنل خود، موظف به توسعه ورزش همگانی در وهله اول، و همچنین اشاعه ورزش قهرمانی و الگوسازی در وهله بعد هستند. توانمندی نیروهای نظامی و انتظامی بسیار مهم و توجه به آن ضروری است به دلیل آن‌که نیروهای مسلح حافظ استقلال، امنیت، تمامیت ارضی کشور هستند؛ بنابراین توجه به مسائلی که باعث به‌وجود آوردن عملکرد بهینه در نیروهای مسلح شود دارای اهمیت فراوانی است و می‌بایست بیشتر از سایر سازمان‌ها به آمادگی و سلامت کارکنان خود توجه داشته باشند. همچنین نیروهای مسلح، نهادی اجتماعی است که اقتدار آن به شکل مستقیم و غیرمستقیم در پیشرفت و ترقی دیگر نهادهای اجتماعی موثر است. یکی از عناصر موفقیت نیروهای مسلح در انجام ماموریت‌های محوله، داشتن آمادگی جسمانی و برخورداری کافی از قابلیت‌های لازم برای استفاده از بدن در موقعیت‌های مختلف است. کسب آمادگی جسمانی و قابلیت‌های بدنی با استفاده قانونمند از علوم و فنون تربیت بدنی و ورزش امکان‌پذیر است و یکی از علل توسعه و گسترش ورزش و تربیت بدنی از گذشته‌های دور، ضرورت افزایش آمادگی‌های نظامیان بوده است و هم‌اکنون نیز تقویت و توسعه علمی، عملی و آمادگی جسمانی نیروهای مسلح که با توانایی رزمی این نیروها رابطه مستقیم دارد، از ضرورت‌های تربیت بدنی نیروهای مسلح می‌باشد (شیروانی و همکاران، ۱۴۰۱). ترویج ورزش نیروهای مسلح می‌تواند موجب توسعه فرهنگ ورزشی و همچنین افزایش آمادگی رزم در نیروهای نظامی کشور شود و این مورد می‌تواند در افزایش روحیه نیروهای مسلح کشور و آمادگی بیشتر آنها برای دفاع از مرز و بوم کشور مفید باشد.

پیشینه تحقیق

در این بخش، پیشینه پژوهش‌های مرتبط با عوامل مؤثر بر توسعه فرهنگ ورزش و فعالیت بدنی نیروهای نظامی و مسلح در بازه زمانی ۱۳۹۵ تا ۱۴۰۴ و ۲۰۱۵ تا ۲۰۲۵ ارائه شده است. جدول ۱ پیشینه تحقیقات انجام شده را نمایش می‌دهد.

جدول ۱: پیشینه تحقیقات انجام شده

نویسنده(گان)	عنوان پژوهش	کشور	خلاصه مهم‌ترین یافته‌ها
جلیل نیکو و همکاران (۱۴۰۴)	الگوی توسعه ورزش همگانی کارکنان ارتش جمهوری اسلامی ایران.	ایران	شرایط علی شامل عوامل فردی، عوامل مدیریتی، عوامل پشتیبانی (تسهیلات و تجهیزات)، شرایط زمینه‌ساز شامل عوامل انگیزاننده، جذابیت‌ها و دانش سازمانی و

<p>شرایط مداخله‌گر شامل عوامل مدیریتی، عوامل زیر ساختی و عوامل مالی و راهبردهای ورزش همگانی شامل راهبردهای فرهنگی، آموزشی و پژوهشی، سازمانی و مدیریتی، مالی و پیامدهای ورزش همگانی را در سه سطح فردی، مدیریتی و سازمانی بود.</p>			
<p>از الگوهای علمی و پژوهشی و کسب نتایج از طریق مطالعه نقاط قوت و ضعف و فرصت‌ها و تهدیدها و مطالعات دقیق مناطق مختلف با سرشماری را می‌توان برای سیاست‌گذاری در تربیت‌بدنی نیروهای مسلح استفاده نمود.</p>	<p>ایران</p>	<p>طراحی و تدوین برنامه راهبردی ورزش همگانی نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران</p>	<p>شعبانی بهار و فولادی (۱۴۰۳)</p>
<p>این پژوهش با رویکرد کیفی و مبتنی بر نظریه داده‌بنیاد، به شناسایی ۱۳ عامل کلیدی در موانع مشارکت ورزشی کارکنان پرداخت.</p>	<p>ایران</p>	<p>طراحی مدل موانع مشارکت ورزشی کارکنان وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح از دیدگاه روان‌شناختی به منظور توسعه ورزش همگانی</p>	<p>گودرزی و همکاران (۱۴۰۱)</p>
<p>پژوهش پیامدها و راهبردهای بهبود مشارکت ورزشی کارکنان وزارت دفاع را تحلیل کرد و نشان داد که توسعه زیرساخت‌های ورزشی مؤثر است.</p>	<p>ایران</p>	<p>پیامدها و راهبردهای بهبود مشارکت ورزشی کارکنان وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح در راستای سلامت و توسعه ورزش همگانی</p>	<p>گودرزی و همکاران (۱۴۰۲)</p>
<p>پژوهش به شناسایی عوامل کلیدی در حفظ توان رزمی و ارتقاء آمادگی جسمانی نیروهای مسلح پرداخت و مدل مفهومی جامعی ارائه داد.</p>	<p>ایران</p>	<p>ارائه مدلی برای عوامل مؤثر بر حفظ و ارتقاء توان رزمی نیروهای مسلح ایران با محوریت آمادگی جسمانی</p>	<p>دهقانی‌زاده و همکاران (۱۴۰۲)</p>
<p>این تحقیق راهبردهای اصلی توسعه ورزش نیروهای مسلح را شناسایی کرد و بر اهمیت تقویت ورزش همگانی تأکید نمود.</p>	<p>ایران</p>	<p>فراتحلیل راهبرد توسعه ورزش نیروهای مسلح ج.ا.ایران</p>	<p>منوچهری و همکاران (۱۳۹۸)</p>

شناسایی عوامل تأثیرگذار بر ارتقاء آمادگی جسمانی نیروهای مسلح	ایران	یافته‌ها نشان داد که عوامل مختلفی مانند توسعه زیرساخت‌های ورزشی و آموزش‌های علمی در بهبود آمادگی جسمانی نیروهای مسلح مؤثر هستند.
تدوین سیاست‌های کلان ورزش سلامت‌محور در نیروهای مسلح	ایران	پژوهش سیاست‌های کلان ورزش سلامت‌محور در نیروهای مسلح را تحلیل کرد و نشان داد که این سیاست‌ها می‌توانند مشارکت کارکنان را افزایش دهند.
بررسی کیفی تجربیات پرسنل نظامی در برنامه‌های ترویج فعالیت بدنی	ایالات متحده	این مطالعه کیفی تجربیات پرسنل نظامی را در برنامه‌های ترویج فعالیت بدنی بررسی کرده و نقش حمایت سازمانی در مشارکت مؤثر را نشان داد.
مطالعه کیفی عوامل مؤثر بر فعالیت بدنی سربازان ارتش آمریکا: دیدگاه مدل اجتماعی-کولوژیکی	ایالات متحده	این پژوهش نشان داد که محیط فیزیکی، حمایت اجتماعی و سیاست‌های سازمانی بر میزان فعالیت بدنی سربازان تأثیر مستقیم دارند.
استراتژی‌های کاهش آسیب در برنامه‌های تمرینات بدنی نظامی: مرور نظام‌مند و متاآنالیز	ایالات متحده	پژوهش نشان داد که نظارت دقیق و برنامه‌های تدریجی می‌توانند آسیب‌های مرتبط با تمرینات نظامی را کاهش دهند.
ارتباط بین آمادگی جسمانی و آسیب در پرسنل نظامی: مرور نظام‌مند	ایالات متحده	این مطالعه نشان داد که سطح آمادگی جسمانی بالا خطر آسیب را کاهش می‌دهد و بر اهمیت برنامه‌های آموزشی و تمرینی مناسب تأکید کرد.

با بررسی پیشینه و ادبیات تحقیق در زمینه ورزش همگانی و فعالیت بدنی در نیروهای مسلح، مشخص می‌شود که اگرچه تاکنون تحقیقات متعددی به ابعاد مختلف این موضوع پرداخته‌اند، اما شکاف‌های مهمی همچنان در این حوزه وجود دارد. یکی از این شکاف‌ها، عدم تمرکز کافی

¹ Smith & McGannon

² Williams & Clark

³ Knapik & Trone

⁴ Lester & Knapik

بر استفاده از تجربه زیسته نظامیان برای شناسایی موانع و فرصت‌های توسعه فرهنگ ورزش همگانی است. بسیاری از پژوهش‌ها بر جنبه‌های کمی و آماری متمرکز بوده و به دیدگاه‌های انسانی و تجربیات شخصی افرادی که مستقیماً در این ساختارها فعالیت می‌کنند، توجه نکرده‌اند. این مطالعه با بهره‌گیری از رویکرد پدیدارشناسی، تلاش دارد تا از طریق واکاوی عمیق تجربیات زیسته نظامیان، به درک دقیق‌تری از چالش‌ها و عوامل مؤثر دست یابد و بدین ترتیب به پر کردن این شکاف پژوهشی کمک کند.

روش تحقیق

این پژوهش از نوع پژوهش‌های کیفی است که با رویکرد اکتشافی و مبتنی بر پدیدارشناسی توصیفی انجام شد تا تجربه زیسته ذی‌نفعان ورزش همگانی نیروهای مسلح به‌طور عمیق‌تری مورد بررسی قرار گیرد. بر اساس پیشنهاد کرسول و پوت^۱ (۲۰۱۶)، پدیدارشناسی توصیفی به محققان امکان می‌دهد تا معنای تجربیات افراد را درک کرده و تفسیر عمیق‌تری از آن‌ها ارائه دهند. همچنین، نوروزی سیدحسینی (۲۰۲۱) تأکید کرده که این روش برای تحلیل تجربه زیسته مشارکت‌کنندگان در حوزه ورزش، چارچوب نظری و تفسیری مناسبی فراهم می‌کند. در این راستا، این پژوهش از پدیدارشناسی توصیفی بهره برده تا ضمن کشف لایه‌های پنهان معنایی، به توصیف دقیق‌تر ابعاد تجربه زیسته ذی‌نفعان بپردازد.

جامعه آماری این پژوهش شامل ذی‌نفعان ورزش نیروهای مسلح ایران بود که در سال ۱۴۰۴ در واحدهای ورزشی این سازمان‌ها فعالیت داشتند. این افراد شامل نظامیانی بودند که به‌صورت مستقیم یا غیرمستقیم در فعالیت‌های ورزشی این نهاد مشارکت داشتند و همچنین اعضا هیات علمی که به نحوی با این سازمان‌ها ارتباط دارند. روش نمونه‌گیری به صورت هدفمند و با استفاده از تکنیک گلوله برفی انجام شد. مصاحبه‌ها با مشارکت‌کنندگان تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت و در نهایت ۱۶ نفر در این مطالعه شرکت کردند. مشخصات جمعیت‌شناختی این افراد در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: مشخصات جمعیت‌شناختی مشارکت‌کنندگان

کد افراد	سوابق کاری	مدرک تحصیلی	محل خدمت	سابقه
P01	رئیس تربیت بدنی	دکترای مدیریت ورزشی	فراجا	۲۳
P02	عضو هیات علمی	دکترای مدیریت ورزشی	دانشکده افسری سپاه	۱۴
P03	عضو تیم ملی تکواندو	دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت	سپاه	۲۱

¹ Creswell & Poth

		ورزشی	نیروهای مسلح	
۱۳	دانشکده افسری سپاه	دکترای فیزیولوژی ورزشی	عضو هیات علمی	P04
۱۹	ارتش	دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی	جانشین تربیت بدنی	P05
۲۳	فراجا	دکترای مدیریت ورزشی	مربی تیم ملی والیبال نیروهای مسلح	P06
۱۳	دانشکده افسری سپاه	دکترای مدیریت ورزشی	عضو هیات علمی	P07
۲۴	ارتش	دانشجوی دکترای مدیریت ورزشی	بازیکن تیم ملی کاراته نیروهای مسلح	P08
۲۱	نیروی دریایی ارتش	دکترای مدیریت ورزشی	مدیر عامل باشگاه	P09
۲۵	فراجا	کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی	رئیس تربیت بدنی	P10
۲۰	بسیج	دانشجوی کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی	مربی تیم ملی دوومیدانی نیروهای مسلح	P11
۲۷	سپاه	دانشجوی کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی	بازیکن تیراندازی نیروهای مسلح	P12
۱۹	فراجا	دانشجوی دکترای مدیریت ورزشی	رئیس تربیت بدنی	P13
۲۰	ستاد کل نیروهای مسلح	کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی	کارشناس تربیت بدنی	P14
۲۲	بسیج	کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی	رئیس تربیت بدنی	P15
۱۸	سپاه	دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی	جانشین تربیت بدنی	P16

معیارهای انتخاب مشارکت‌کنندگان شامل افراد آشنا با ادبیات فرهنگ ورزش و فعالیت بدنی، دارا بودن حداقل ۲ مقاله علمی پژوهشی یا یک کتاب در این حیطه، سابقه مدیریت در ورزش نیروهای مسلح (نظامی و انتظامی) بود.

برای جمع‌آوری داده‌ها از مصاحبه‌های عمیق و نیمه‌ساختاریافته استفاده شد. این مصاحبه‌ها به‌طور متوسط ۶۰ دقیقه به طول انجامید و هدف آن‌ها توصیف دقیق پدیده‌ها و استخراج عمیق‌ترین لایه‌های معنایی از تجربیات مشارکت‌کنندگان بود. پیش از هر مصاحبه، سوالات و توضیحات لازم از طریق ایمیل به اطلاع مصاحبه‌شوندگان رسید. محقق ضمن هدایت مصاحبه‌ها، یافته‌های قبلی را در مصاحبه‌های بعدی استفاده کرد تا به شفاف‌سازی و تعمیق داده‌ها کمک

کند.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها، از روش هفت مرحله‌ای کلایزی^۱ (۱۹۷۸) استفاده شد. مراحل تحلیل به شرح زیر بود:

۱. خواندن کامل داده‌ها برای درک کلی از تجربیات مشارکت‌کنندگان.
 ۲. شناسایی و استخراج عبارات کلیدی و مهم از متن مصاحبه‌ها.
 ۳. تفسیر و کدگذاری معانی موجود در عبارات کلیدی.
 ۴. گروه‌بندی کدهای مشابه و سازمان‌دهی آن‌ها بر اساس دسته‌ها.
 ۵. تهیه توصیف جامع و غنی از داده‌ها با استفاده از دسته‌های مشخص‌شده.
 ۶. نام‌گذاری و تعریف دسته‌ها براساس معانی استخراج‌شده.
 ۷. تأیید ساختار اصلی با مشارکت‌کنندگان برای تضمین دقت و صحت تحلیل.
- تحلیل داده‌ها به صورت همزمان با جمع‌آوری اطلاعات انجام شد. این فرآیند به محقق کمک کرد تا با تمرکز بیشتری بر داده‌ها، به درک عمیق‌تری از تجربیات دست یابد.
- برای اطمینان از اعتمادپذیری، انتقال‌پذیری و تأییدپذیری یافته‌ها، تمامی مراحل و گام‌های ضروری برای انجام یک پژوهش کیفی به‌طور دقیق مورد توجه قرار گرفته و رعایت شد. برای افزایش اعتبار و پایایی نتایج، اقدامات زیر انجام شد: ۱. بررسی توسط محققان دیگر: دو پژوهشگر مستقل فرآیند کدگذاری را بررسی کردند و در خصوص دسته‌ها و مقوله‌ها با محقق اصلی به توافق رسیدند؛ ۲. استفاده از نقل‌قول‌های تحت‌اللفظی: نقل‌قول‌های مستقیم از مشارکت‌کنندگان برای تأیید یافته‌ها و افزایش شفافیت نتایج به کار گرفته شد؛ ۳. ممیزی بیرونی: بر اساس روش دنزین و لینکلن^۲ (۲۰۱۸)، صحت و دقت نتایج توسط یک ممیز خارجی بررسی شد؛ ۴. بازبینی توسط مشارکت‌کنندگان: ساختار موضوعی تدوین‌شده برای مشارکت‌کنندگان ارسال شد و بازخوردهای آنان در تحلیل نهایی لحاظ گردید. برای بررسی پایایی، پنج مصاحبه به عنوان نمونه انتخاب و در یک بازه زمانی ۳۰ روزه دوباره کدگذاری شده‌اند. جدول ۳ نشان می‌دهد مجموعاً ۱۰۵ کد استخراج شده است. از این تعداد، ۸۲ کد بین این دو زمان توافق داشته‌اند و ۲۴ کد با یکدیگر تفاوت داشته‌اند. پایایی بازآزمون مصاحبه‌های این پژوهش ۷۹٪ محاسبه شده است. با توجه به اینکه میزان پایایی بالاتر از ۶۰٪ است، می‌توان گفت که کدگذاری‌های انجام‌شده از اعتمادپذیری مناسبی برخوردارند (کرسول^۳، ۲۰۱۶).

جدول ۳: محاسبه پایایی مصاحبه به روش بازآزمون

¹ Colaizzi

² Denzin & Lincoln

³ Creswell

ردیف	شماره شرکت کننده	تعداد کل کدها	تعداد توافقات	تعداد عدم توافقات	پایایی بازآزمون (درصد)
۱	P1	۲۹	۲۲	۷	۷۸٪
۲	P4	۲۴	۱۸	۶	۸۳٪
۳	P10	۳۳	۲۷	۶	۷۷٪
۴	P13	۲۱	۱۵	۵	۸۲٪
کل		۱۰۵	۸۲	۲۴	۷۹٪

یافته‌ها

نتایج حاصل از بررسی تجربه ذی‌نفعان ورزش نیروهای مسلح ایران، به شناسایی عوامل مؤثر بر توسعه فرهنگ ورزش همگانی منجر شد. این عوامل در قالب محورها و دسته‌بندی‌های مشخص تقسیم شدند. بر اساس نتایج، درک تجربه ذی‌نفعان ورزش نیروهای مسلح ایران در مورد شناسایی عوامل مؤثر بر توسعه فرهنگ ورزش همگانی به هفت محور مجزا شامل فرهنگ سازمانی و نگرش‌ها به ورزش همگانی، زیرساخت‌ها و امکانات ورزشی موجود، حمایت‌های مدیریتی و نقش رهبران نظامی، آموزش و ترویج ورزش همگانی، عوامل انگیزشی و روان‌شناختی در مشارکت ورزشی، تأثیر برنامه‌های دولتی و سیاست‌های عمومی و همکاری‌های بین‌سازمانی و شبکه‌های ارتباطی می‌باشند که در جدول ۴ برخی از نظرهای مشارکت‌کنندگان در تحقیق ارائه شده است.

جدول ۴: نمونه پاسخ‌های ذی‌نفعان ورزش نیروهای مسلح از حوزه‌های موضوعی

مضمون	تعداد ارجاعات	مقوله	نمونه پاسخ‌ها (توصیف واحدهای معنا)
فرهنگ سازمانی و نگرش‌ها به ورزش همگانی	۸	اهمیت ورزش در ساختار سازمانی	در سازمان ما، ورزش همیشه به عنوان یک فعالیت جانبی در نظر گرفته شده است. با اینکه بسیاری از ما علاقه داریم به ورزش بپردازیم، اما هیچ وقت به صورت رسمی و جدی در برنامه‌های سازمانی گنجانده نشده است.
	۸	نگرش مثبت یا منفی کارکنان به ورزش	بعضی از همکارانم ورزش را اتلاف وقت می‌دانند. آن‌ها معتقدند که زمان بهتر است صرف کارهای سازمانی شود، اما من فکر می‌کنم ورزش برای سلامت جسمی و روحی همه ما ضروری است.

	۱۰	نقش الگوهای ورزشی در سازمان	وقتی فرماندهان ما خودشان در فعالیتهای ورزشی شرکت می‌کنند، ما هم تشویق می‌شویم. این یک نوع انگیزه‌بخشی غیرمستقیم است که تأثیر زیادی دارد.
	۱۳	فرصت‌ها و موانع شرکت در ورزش:	اگرچه امکانات ورزشی در دسترس است، اما زمان‌بندی و فشار کاری به ما اجازه نمی‌دهد که به طور منظم در برنامه‌های ورزشی شرکت کنیم.
	۱۲	نگرش به تأثیر ورزش بر عملکرد سازمانی	من همیشه معتقدم که وقتی کارکنان ما سالم و پر انرژی باشند، عملکرد کاری‌شان هم بهتر می‌شود. اما متأسفانه این نگرش در سطح مدیریت بالایی سازمان وجود ندارد.
	۱۱	تعاملات اجتماعی از طریق ورزش	ورزش به ما این امکان را می‌دهد که با همکارانمان در یک محیط غیر رسمی و دوستانه تعامل داشته باشیم، که این تعاملات بعدها در محیط کاری هم تأثیر مثبتی دارد.
	۱۱	اثرگذاری ورزش بر سلامت روانی	برای من، ورزش یک راه عالی برای تخلیه استرس و افزایش تمرکز است. بعد از یک جلسه ورزشی، احساس می‌کنم که روحیه‌ام بهتر شده و آماده انجام کارهای دشوارتر هستم.
	۱۰	اهمیت ورزش در برنامه‌های آموزشی سازمان	اگرچه در برنامه‌های آموزشی سازمان، بعضی مواقع به اهمیت ورزش اشاره می‌شود، اما این موضوع هنوز به اندازه کافی مورد توجه قرار نگرفته و بیشتر به عنوان یک موضوع جانبی به آن نگاه می‌شود.
	۹	نگرش به نقش ورزش در همبستگی گروهی	ورزش باعث می‌شود که ما به عنوان یک تیم نزدیک‌تر شویم. فعالیتهای ورزشی گروهی می‌تواند به بهبود همکاری و تعامل در داخل سازمان کمک کند.
زیرساخت‌ها و امکانات ورزشی	۱۳	دسترسی به امکانات ورزشی مناسب	یکی از چالش‌های ما این است که امکانات ورزشی موجود در سازمان به اندازه کافی توسعه نیافته است. به عنوان مثال، سالن‌های ورزشی

موجود			<p>در زمان‌های پر ترافیک بسیار شلوغ هستند و تجهیزات کافی برای همه افراد وجود ندارد. این باعث می‌شود که برخی از کارکنان از ورزش صرف‌نظر کنند یا زمان‌های دیگری را انتخاب کنند که از نظر فیزیکی و زمانی برایشان مناسب نیست.</p>
	۱۵	کیفیت تجهیزات ورزشی	<p>تجهیزاتی که در اختیار داریم، بسیاری از آن‌ها قدیمی هستند و نیاز به تعمیر و نگهداری دارند. مثلاً، برخی از دستگاه‌های بدنسازی به‌طور منظم کار نمی‌کنند یا دچار نقص فنی می‌شوند. این مسئله نه تنها برای سلامتی کارکنان خطرناک است، بلکه انگیزه‌ی آن‌ها برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی را هم کاهش می‌دهد. احساس می‌کنیم که توجه کافی به این موضوع نشده است.</p>
	۱۱	محدودیت‌های فضایی برای ورزش	<p>ما از نظر فضاهای ورزشی محدودیت‌های زیادی داریم. مثلاً یک سالن چند منظوره داریم که برای ورزش‌های مختلف استفاده می‌شود، اما در عمل نمی‌توان همه نیازهای ما را برآورده کند. این سالن هم برای بازی‌های تیمی مثل فوتبال داخل سالن استفاده می‌شود و هم برای تمرینات فردی مثل بدنسازی. این موضوع باعث شده که برنامه‌ریزی برای استفاده از سالن مشکل شود و گاهی اوقات افراد مجبور می‌شوند ورزش خود را به تعویق بیندازند.</p>
	۱۰	دسترسی محدود به امکانات برای همه افراد	<p>یکی از مشکلاتی که ما با آن مواجهیم، این است که امکانات ورزشی به صورت عادلانه بین همه کارکنان تقسیم نمی‌شود. برخی از واحدها به دلیل جایگاه یا تعداد افراد، دسترسی بیشتری به این امکانات دارند و این موضوع باعث شده که احساس نابرابری بین کارکنان ایجاد شود. همه باید بتوانند از امکانات ورزشی به یک اندازه</p>

		استفاده کنند.
۸	فقدان فضاهای اختصاصی برای ورزش بانوان	ورزش بانوان در سازمان ما با محدودیت‌های زیادی مواجه است. در حالی که امکانات ورزشی برای آقایان بیشتر است، خانم‌ها مجبورند از زمان‌های محدودی برای ورزش استفاده کنند. همچنین، امکانات ویژه‌ای برای ورزش بانوان در نظر گرفته نشده و این موضوع باعث شده که بسیاری از همکاران خانم ما نتوانند به راحتی و با فراغت خاطر به ورزش بپردازند. احساس می‌کنیم که این مسئله باید جدی‌تر پیگیری شود.
۱۴	کمبود منابع مالی برای توسعه زیرساخت‌ها	یکی از بزرگترین مشکلاتی که ما با آن مواجهیم، کمبود بودجه و منابع مالی برای توسعه زیرساخت‌های ورزشی است. این موضوع باعث شده که بسیاری از پروژه‌های مرتبط با توسعه امکانات ورزشی به تعویق بیفتد یا حتی لغو شود. اگرچه نیاز به توسعه امکانات ورزشی به خوبی شناخته شده است، اما عدم تخصیص منابع کافی به این حوزه، مانع از اجرای برنامه‌های مورد نظر می‌شود.
۸	نیاز به توسعه و نگهداری فضاهای ورزشی	برخی از فضاهای ورزشی ما نیاز به تعمیرات و نگهداری اساسی دارند. برای مثال، زمین‌های بازی که به دلیل استفاده مداوم دچار فرسایش شده‌اند یا سقف سالن‌هایی که به دلیل نشت آب آسیب دیده‌اند. این مشکلات نه تنها به کیفیت ورزش آسیب می‌زند، بلکه گاهی اوقات خطرات جدی را نیز برای کارکنان به همراه دارد. سازمان باید به این مسائل بیشتر توجه کند.
۱۲	محدودیت‌های زمانی برای استفاده از امکانات	زمان‌بندی استفاده از امکانات ورزشی یکی از مشکلات دیگر ما است. به دلیل کمبود فضا و تعداد زیاد کارکنان، زمان‌های مشخصی برای استفاده از سالن‌ها و تجهیزات تعیین شده که

			<p>برای همه مناسب نیست. برخی از ما به دلیل وظایف کاری نمی‌توانیم در این زمان‌ها ورزش کنیم و همین باعث شده که عملاً از ورزش فاصله بگیریم. پیشنهاد من این است که زمان‌بندی انعطاف‌پذیرتری ایجاد شود تا همه بتوانند از امکانات به نحو احسن استفاده کنند.</p>
	۱۱	<p>نقش زیرساخت‌ها در ارتقاء فرهنگ ورزش</p>	<p>برای ترویج فرهنگ ورزش همگانی، زیرساخت‌های مناسب و کافی بسیار ضروری هستند. وقتی کارکنان ببینند که امکانات ورزشی در دسترس و با کیفیت است، انگیزه بیشتری برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی پیدا می‌کنند. اما وقتی امکانات محدود یا ناکافی باشد، حتی افرادی که علاقه‌مند به ورزش هستند، نیز به تدریج از این فعالیت‌ها فاصله می‌گیرند. توسعه زیرساخت‌ها می‌تواند به بهبود فرهنگ ورزشی در سازمان کمک کند.</p>
	۱۲	<p>نیاز به تنوع در امکانات ورزشی</p>	<p>امکانات ورزشی موجود در سازمان ما بیشتر به یک یا دو نوع ورزش محدود است، در حالی که علاقه‌مندی‌های ورزشی کارکنان متنوع است. برای مثال، برخی علاقه‌مند به ورزش‌های آبی هستند اما ما امکاناتی در این زمینه نداریم. یا ورزش‌های تناسب اندام مثل یوگا و پیلاتس که برای بسیاری از کارکنان جذاب است، اما مکان و تجهیزاتی برای آن‌ها در دسترس نیست. اگر بتوانیم امکانات متنوع‌تری فراهم کنیم، مشارکت ورزشی افزایش خواهد یافت.</p>
<p>حمایت‌های مدیریتی و نقش رهبران نظامی</p>	۱۵	<p>تأثیر نگرش رهبران بر ترویج ورزش همگانی</p>	<p>یکی از عوامل اصلی در ترویج ورزش همگانی، نگرش و باور رهبران نظامی نسبت به اهمیت ورزش است. اگر رهبران و فرماندهان بالاتر به ورزش به عنوان یک اولویت نگاه کنند و خودشان هم در فعالیت‌های ورزشی شرکت کنند، این موضوع به یک فرهنگ سازمانی</p>

		<p>تبدیل می‌شود. مثلاً در برخی از یگان‌ها، فرماندهان همیشه در برنامه‌های ورزشی حضور دارند و این مسئله باعث شده که انگیزه کارکنان برای شرکت در این برنامه‌ها بیشتر شود. در مقابل، در یگان‌هایی که رهبران به ورزش اهمیت کمتری می‌دهند، تعداد کمتری از کارکنان به ورزش توجه می‌کنند.</p>
۱۵	حمایت مالی و تخصیص منابع برای ورزش	<p>حمایت مالی و تخصیص منابع از سوی مدیریت برای توسعه ورزش همگانی بسیار حیاتی است. در بعضی از واحدها، بودجه‌ای اختصاص داده شده که برای خرید تجهیزات جدید یا برگزاری مسابقات ورزشی استفاده می‌شود. این منابع مالی باعث می‌شود که امکانات بهبود یابد و کارکنان با انگیزه بیشتری در فعالیت‌های ورزشی شرکت کنند. اما در برخی دیگر از واحدها، بودجه کافی وجود ندارد و این موضوع تأثیر منفی بر مشارکت ورزشی کارکنان داشته است. عدم تخصیص منابع مناسب از سوی مدیریت یکی از عوامل مهمی است که مانع توسعه ورزش همگانی شده است.</p>
۱۰	تشویق و ترغیب کارکنان به ورزش	<p>یکی از کارهایی که مدیران می‌توانند برای ترویج ورزش همگانی انجام دهند، تشویق و ترغیب کارکنان به شرکت در برنامه‌های ورزشی است. در برخی واحدها، مدیران برنامه‌های تشویقی مانند جوایز یا تشویق‌های معنوی را برای افرادی که به طور مرتب در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنند، در نظر گرفته‌اند. این تشویق‌ها به افزایش انگیزه کارکنان کمک کرده و باعث شده که تعداد بیشتری از آن‌ها به ورزش روی بیاورند. چنین حمایت‌هایی از سوی مدیران نشان‌دهنده اهمیت ورزش در سازمان است و تأثیر بسزایی در تغییر نگرش‌ها دارد.</p>

	۱۱	نقش رهبران در ایجاد الگوی رفتاری	<p>رهبران نظامی می‌توانند با ایجاد الگوی رفتاری مناسب، تأثیر مستقیمی بر ترویج فرهنگ ورزش همگانی داشته باشند. وقتی رهبران خودشان به طور مرتب در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنند و حتی در مسابقات داخلی شرکت دارند، این رفتار به عنوان یک الگوی مثبت برای سایر کارکنان تلقی می‌شود. مثلاً در یکی از یگان‌ها، فرمانده یگان هر روز صبح همراه با سربازان به تمرین‌های صبحگاهی می‌پردازد و این رفتار به شدت بر روی مشارکت سربازان در برنامه‌های ورزشی تأثیر گذاشته است. رهبران باید نقش الگو را به خوبی ایفا کنند تا بتوانند فرهنگ ورزش را در سازمان نهادینه کنند.</p>
	۸	اهمیت تصمیم‌گیری‌های مدیریتی در برنامه‌ریزی ورزشی	<p>تصمیم‌گیری‌های مدیریتی نقش کلیدی در برنامه‌ریزی ورزشی سازمان دارد. مثلاً برخی از مدیران با تغییرات در برنامه‌های کاری، زمان‌هایی را به ورزش اختصاص داده‌اند که این موضوع بسیار مؤثر بوده است. به عنوان نمونه، در یکی از واحدها، روزهای خاصی از هفته به ورزش اختصاص داده شده و این برنامه‌ریزی با هماهنگی مدیریت انجام شده است. این نوع تصمیم‌گیری‌ها نشان‌دهنده اهمیت ورزش برای مدیران است و به افزایش مشارکت کارکنان در ورزش همگانی کمک می‌کند. مدیرانی که به این مسائل توجه می‌کنند، تأثیر مثبتی بر سلامت و رفاه کارکنان دارند.</p>
آموزش و ترویج ورزش همگانی	۱۰	برگزاری کارگاه‌های آموزشی ورزشی	<p>در برخی از واحدها، کارگاه‌های آموزشی منظم و ویژه‌ای برای ترویج ورزش همگانی برگزار می‌شود. این کارگاه‌ها به طور منظم توسط کارشناسان ورزشی برگزار می‌شود و هدف آن‌ها ارتقاء دانش کارکنان در زمینه فواید ورزش و نحوه انجام تمرینات صحیح است. به عنوان</p>

		<p>مثال، اخیراً کارگاههایی در مورد تمرینات کششی و آمادگی جسمانی برگزار شد که به خوبی مورد استقبال کارکنان قرار گرفت و باعث افزایش مشارکت آنها در فعالیتهای ورزشی شد. این کارگاهها نه تنها اطلاعات مفیدی را به کارکنان ارائه می‌دهد بلکه به آنها انگیزه می‌دهد تا ورزش را در برنامه‌های روزمره خود گنجانده و ادامه دهند.</p>
۱۰	توسعه برنامه‌های ترویجی ورزشی	<p>برخی از واحدها برنامه‌های ترویجی خاصی برای تشویق به ورزش همگانی اجرا می‌کنند. این برنامه‌ها شامل رویدادهای ورزشی، مسابقات داخلی و جشنواره‌های ورزشی است که به طور منظم در سازمان‌ها برگزار می‌شود. مثلاً در یکی از یگان‌ها، به مناسبت سالروز تاسیس، یک مسابقه بزرگ ورزشی با شرکت تمامی کارکنان برگزار شد که بسیار مورد استقبال قرار گرفت و باعث افزایش فعالیتهای ورزشی در بین کارکنان شد. این گونه برنامه‌ها به طور مستقیم بر افزایش مشارکت و علاقه‌مندی کارکنان به ورزش تأثیر دارد.</p>
۷	ایجاد کمپین‌های آگاهی‌بخشی درباره فواید ورزش	<p>یکی از اقدامات مؤثر در ترویج ورزش همگانی، برگزاری کمپین‌های آگاهی‌بخشی درباره فواید ورزش است. این کمپین‌ها از طریق رسانه‌های داخلی سازمان، پوسترها و جلسات توجیهی به اطلاع کارکنان می‌رسد. به عنوان مثال، اخیراً کمپین 'سلامتی با ورزش' در سازمان اجرا شد که شامل اطلاع‌رسانی در مورد تأثیرات مثبت ورزش بر سلامت روان و جسم بود. این کمپین به خوبی توانسته است آگاهی کارکنان را در مورد اهمیت ورزش افزایش دهد و بهبود قابل توجهی در میزان مشارکت ورزشی آنها ایجاد کرده است.</p>

۱۲	آموزش مربیان و متخصصان ورزشی	<p>برای ترویج بهتر ورزش همگانی، آموزش و ارتقاء سطح دانش مربیان و متخصصان ورزشی نیز از اهمیت بالایی برخوردار است. در برخی از واحدها، دوره‌های آموزشی ویژه برای مربیان ورزشی برگزار می‌شود تا آن‌ها با روش‌های جدید و علمی آموزش ورزش آشنا شوند. به عنوان مثال، اخیراً یک دوره آموزشی پیشرفته برای مربیان برگزار شد که با استفاده از تکنیک‌های نوین و علمی به آن‌ها آموزش داده شد. این دوره‌ها باعث شده است که مربیان بتوانند با دانش به‌روز و کارآمدتری کارکنان را راهنمایی کرده و برنامه‌های ورزشی موثرتری اجرا کنند.</p>
۸	توسعه برنامه‌های آموزش مهارت‌های ورزشی	<p>"در بعضی از واحدها، برنامه‌های آموزشی خاصی برای آموزش مهارت‌های ورزشی مختلف به کارکنان توسعه داده شده است. این برنامه‌ها شامل آموزش‌های عملی و تئوریک درباره تکنیک‌های مختلف ورزشی است که به کارکنان کمک می‌کند تا مهارت‌های جدیدی را یاد بگیرند و ورزش را به شیوه‌های صحیح‌تری انجام دهند. برای مثال، در یکی از سازمان‌ها، دوره‌های آموزشی در زمینه تکنیک‌های تمرینات قدرتی و استقامتی برگزار شد که به کارکنان کمک کرد تا تکنیک‌های صحیح را یاد بگیرند و از آسیب‌های احتمالی جلوگیری کنند.</p>
۱۱	تشویق به مشارکت در برنامه‌های ورزشی گروهی	<p>یکی از روش‌های موثر در ترویج ورزش همگانی، تشویق کارکنان به شرکت در برنامه‌های ورزشی گروهی است. این برنامه‌ها شامل ورزش‌های تیمی و گروهی مانند فوتبال، والیبال و شنا است که به تقویت روحیه همکاری و تیمی کمک می‌کند. به عنوان مثال، سازمان ما یک لیگ فوتبال داخلی راه‌اندازی کرده است که به</p>

			<p>طور منظم برگزار می‌شود و باعث شده است که کارکنان با انگیزه بیشتری به ورزش بپردازند و از تعامل اجتماعی و روحیه تیمی بهره‌مند شوند.</p>
	۱۱	<p>ارتقاء زیرساخت‌های آموزشی ورزشی</p>	<p>برای ترویج ورزش همگانی، ارتقاء زیرساخت‌های آموزشی ورزشی نیز بسیار مهم است. این شامل ایجاد فضاهای آموزشی مناسب، تأمین تجهیزات آموزشی و فراهم کردن منابع آموزشی است. مثلاً در یکی از سازمان‌ها، یک مرکز آموزشی ورزشی با تجهیزات مدرن و به‌روز راه‌اندازی شده که به کارکنان امکان می‌دهد تا در شرایط بهتری آموزش ببینند و تمرین کنند. این بهبود زیرساخت‌ها نه تنها به کیفیت آموزش‌ها کمک کرده بلکه باعث افزایش انگیزه کارکنان برای شرکت در برنامه‌های ورزشی شده است.</p>
<p>عوامل انگیزشی و روان‌شناختی در مشارکت ورزشی</p>	۹	<p>احساس تعلق به گروه</p>	<p>یکی از عوامل اصلی که باعث انگیزه بیشتر در شرکت در فعالیت‌های ورزشی می‌شود، احساس تعلق به گروه است. بسیاری از کارکنان اظهار کردند که زمانی که در تیم‌های ورزشی شرکت می‌کنند و در فعالیت‌های گروهی حضور دارند، احساس می‌کنند که بخشی از یک گروه هستند و این امر باعث افزایش انگیزه و مشارکت آنان در ورزش می‌شود. به عنوان مثال، در تیم فوتبال واحد ما، روابط اجتماعی قوی و حمایت گروهی باعث شده است که اعضا با علاقه بیشتری در تمرینات و مسابقات شرکت کنند و این احساس تعلق به گروه به طور مستقیم بر روی سطح مشارکت آن‌ها تأثیر گذاشته است.</p>
	۹	<p>پاداش‌های درون‌سازمانی</p>	<p>پاداش‌های درون‌سازمانی، مانند تقدیر و جوایز برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی، نقش مهمی در افزایش انگیزه کارکنان دارد. برخی از مصاحبه‌شوندگان اشاره کردند که دریافت</p>

		<p>پاداش‌های معنوی و مادی به آن‌ها انگیزه می‌دهد تا به طور منظم در فعالیت‌های ورزشی شرکت کنند. مثلاً، در یکی از واحدها، به کارکنانی که در مسابقات ورزشی برتر عمل کرده‌اند، جوایز نقدی و مدال‌های ویژه اهدا می‌شود که این پاداش‌ها به شدت به افزایش انگیزه و مشارکت کارکنان کمک کرده است.</p>
۱۳	بهبود سلامت جسمانی و روانی	<p>بسیاری از کارکنان به این دلیل به ورزش روی می‌آورند که بهبود سلامت جسمانی و روانی را تجربه کنند. آنان معتقدند که ورزش به کاهش استرس، بهبود کیفیت خواب و افزایش انرژی کمک می‌کند. به عنوان مثال، یکی از کارکنان بیان کرد: 'من با شرکت در تمرینات ورزشی احساس می‌کنم که استرس‌های روزانه‌ام کاهش یافته و انرژی بیشتری برای انجام کارهایم دارم.</p>
۱۱	احساس رقابت و پیشرفت فردی	<p>احساس رقابت و تمایل به پیشرفت فردی نیز به عنوان یک عامل انگیزشی مهم مطرح شد. بسیاری از کارکنان اعلام کردند که رقابت سالم در مسابقات و تلاش برای بهبود عملکرد خود در ورزش، به آن‌ها انگیزه می‌دهد تا بیشتر تلاش کنند. یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: 'من دوست دارم در رقابت‌ها عملکرد بهتری داشته باشم و همیشه سعی می‌کنم رکوردهای شخصی‌ام را بهبود دهم. این احساس رقابت و تمایل به پیشرفت شخصی به من انگیزه می‌دهد تا در ورزش شرکت کنم و به اهدافم برسم.</p>
۱۱	حمایت خانوادگی و اجتماعی	<p>حمایت خانوادگی و اجتماعی یکی دیگر از عوامل مهم انگیزشی است. کارکنان اظهار کردند که زمانی که خانواده و دوستان از فعالیت‌های ورزشی آنان حمایت می‌کنند و آن‌ها را تشویق می‌کنند، انگیزه بیشتری برای شرکت در ورزش دارند. به عنوان مثال، یکی از کارکنان گفت:</p>

		<p>خانواده‌ام همیشه از من حمایت می‌کنند و در مسابقات ورزشی شرکت می‌کنند. این حمایت و تشویق باعث می‌شود که با انگیزه بیشتری در ورزش شرکت کنم و به اهدافم نزدیک شوم.</p>
۱۰	برنامه‌ریزی منظم و هدف‌گذاری	<p>برنامه‌ریزی منظم و تعیین اهداف مشخص برای فعالیت‌های ورزشی نیز به عنوان انگیزشی مهم شناخته شد. کارکنان که اهداف کوتاه‌مدت و بلندمدت برای فعالیت‌های ورزشی خود تعیین می‌کنند، نسبت به افرادی که بدون هدف عمل می‌کنند، انگیزه بیشتری دارند. یکی از مصاحبه‌شوندگان بیان کرد: 'من همیشه برای خودم اهداف خاصی در ورزش تعیین می‌کنم و این اهداف به من کمک می‌کند تا در تمرینات منظم‌تر و با انگیزه بیشتری شرکت کنم.'</p>
۱۱	تجربه موفقیت‌های گذشته	<p>تجربه موفقیت‌های گذشته در فعالیت‌های ورزشی نیز عامل مهمی در افزایش انگیزه است. کارکنان که در گذشته موفقیت‌هایی در ورزش داشته‌اند، بیشتر تمایل دارند که به فعالیت‌های ورزشی ادامه دهند. به عنوان مثال، یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: 'من در مسابقات ورزشی قبلی موفق بوده‌ام و این موفقیت‌ها به من اعتماد به نفس داده است. این تجربه موفقیت‌ها به من انگیزه می‌دهد تا به طور مداوم در تمرینات شرکت کنم و به دنبال کسب نتایج بهتر باشم.'</p>
۱۲	دسترسی به امکانات ورزشی	<p>دسترسی به امکانات ورزشی مناسب و به‌روز نیز به عنوان یکی از عوامل انگیزشی مهم شناخته شد. کارکنان بیان کردند که زمانی که به تجهیزات و فضاهای ورزشی مناسب دسترسی داشته باشند، انگیزه بیشتری برای شرکت در ورزش دارند. مثلاً، در یکی از واحدها، دسترسی به سالن‌های ورزشی و تجهیزات جدید باعث</p>

			<p>شده که کارکنان با رغبت بیشتری به فعالیت‌های ورزشی بپردازند و این دسترسی به امکانات باعث شده که ورزش برای آنان راحت‌تر و جذاب‌تر شود.</p>
	۱۳	<p>مشارکت در برنامه‌های اجتماعی و فرهنگی</p>	<p>مشارکت در برنامه‌های اجتماعی و فرهنگی مرتبط با ورزش نیز به افزایش انگیزه کمک می‌کند. کارکنان که در برنامه‌های اجتماعی و فرهنگی ورزشی مانند جشنواره‌ها و رویدادهای ویژه شرکت می‌کنند، انگیزه بیشتری برای ادامه فعالیت‌های ورزشی دارند. یکی از مصاحبه‌شوندگان بیان کرد: 'مشارکت در جشنواره‌های ورزشی و رویدادهای ویژه به من کمک کرده است تا بیشتر به ورزش علاقه‌مند شوم و انگیزه‌ام برای شرکت در تمرینات و مسابقات افزایش یابد. این برنامه‌ها فرصتی برای تعامل با دیگران و لذت بردن از ورزش را فراهم می‌کند.</p>
<p>تأثیر برنامه‌های دولتی و سیاست‌های عمومی</p>	۱۵	<p>حمایت مالی از برنامه‌های ورزشی</p>	<p>حمایت مالی دولت از برنامه‌های ورزشی یکی از عوامل کلیدی در ترویج ورزش همگانی است. بسیاری از کارکنان اشاره کردند که تخصیص بودجه به برنامه‌های ورزشی باعث شده تا امکانات و تجهیزات بهتری فراهم شود و این به نوبه خود، انگیزه بیشتری برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی ایجاد کرده است. یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: 'تخصیص بودجه برای ارتقاء تجهیزات ورزشی و برگزاری برنامه‌های ورزشی کمک زیادی به افزایش مشارکت کارکنان کرده است. وقتی می‌بینیم که دولت به این موضوع اهمیت می‌دهد، انگیزه ما برای شرکت در ورزش بیشتر می‌شود.</p>
	۱۲	<p>آگاهی‌رسانی و تبلیغات عمومی</p>	<p>برنامه‌های آگاهی‌رسانی و تبلیغات عمومی نقش مهمی در ترویج فرهنگ ورزش همگانی دارند.</p>

			<p>مصاحبه‌شوندگان بیان کردند که کمپین‌های تبلیغاتی و اطلاع‌رسانی که توسط دولت انجام می‌شود، به افزایش آگاهی و علاقه‌مندی به ورزش کمک کرده است. یکی از مصاحبه‌شوندگان بیان کرد: 'تبلیغات گسترده‌ای که دولت در رسانه‌ها انجام می‌دهد باعث شده است که موضوع ورزش به موضوعی روزمره تبدیل شود و این باعث افزایش علاقه و مشارکت در ورزش شده است. تبلیغات مؤثر باعث می‌شود که افراد بیشتری به ورزش جذب شوند.</p>
۱۰	برگزاری رویدادهای ورزشی ملی و محلی		<p>برگزاری رویدادهای ورزشی ملی و محلی از سوی دولت به عنوان یک استراتژی مهم در ترویج ورزش همگانی مطرح شد. بسیاری از مصاحبه‌شوندگان به این نکته اشاره کردند که این رویدادها فرصت‌های خوبی برای مشارکت و نمایش استعدادها فراهم می‌آورد. یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: 'برگزاری رویدادهای ورزشی بزرگ مانند مسابقات ملی و محلی باعث می‌شود که افراد بیشتری به ورزش جذب شوند و فرصت‌هایی برای رقابت و نمایش توانایی‌های خود پیدا کنند. این رویدادها به طور مستقیم بر روی افزایش مشارکت در ورزش تأثیر می‌گذارند.</p>
۱۰	ایجاد زیرساخت‌های ورزشی		<p>دولت با ایجاد زیرساخت‌های ورزشی مناسب و توسعه فضاهای ورزشی به ترویج ورزش همگانی کمک می‌کند. مصاحبه‌شوندگان بیان کردند که دسترسی به مراکز ورزشی و امکانات مناسب، انگیزه زیادی برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی ایجاد می‌کند. یکی از مصاحبه‌شوندگان بیان کرد: 'وجود زیرساخت‌های مناسب ورزشی مانند سالن‌های ورزشی و پارک‌های مخصوص</p>

		ورزش به ما کمک کرده است تا راحت تر و با انگیزه بیشتری ورزش کنیم. این زیرساختها نقش مهمی در افزایش مشارکت دارند.
۱۰	اجرای سیاست‌های تشویقی و حمایتی	سیاست‌های تشویقی و حمایتی دولتی مانند ارائه تسهیلات و مشوقها به مشارکت‌کنندگان در برنامه‌های ورزشی، تأثیر زیادی بر افزایش مشارکت در ورزش دارد. برخی از مصاحبه‌شوندگان به این نکته اشاره کردند که سیاست‌های حمایتی از جمله تخفیفها و جوایز، انگیزه بیشتری برای مشارکت ایجاد کرده است. یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: 'سیاست‌های حمایتی از جمله ارائه مشوقهای مالی و جوایز برای شرکت در برنامه‌های ورزشی باعث شده است که افراد بیشتری به فعالیت‌های ورزشی علاقه‌مند شوند و با انگیزه بیشتری در این برنامه‌ها شرکت کنند.
۱۰	تدوین و اجرای برنامه‌های آموزشی ورزشی	تدوین و اجرای برنامه‌های آموزشی ورزشی توسط دولت به ارتقاء آگاهی و توانمندی‌های ورزشی افراد کمک می‌کند. مصاحبه‌شوندگان بیان کردند که برنامه‌های آموزشی به افراد کمک می‌کند تا مهارت‌های جدیدی کسب کنند و در نتیجه انگیزه بیشتری برای شرکت در ورزش پیدا کنند. یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: 'برنامه‌های آموزشی که دولت برای بهبود مهارت‌های ورزشی و ارتقاء سطح آگاهی برگزار می‌کند، به ما کمک کرده است تا بهتر و با اعتماد به نفس بیشتری ورزش کنیم.
۸	توجه به نیازهای خاص گروه‌های مختلف	دولت با توجه به نیازهای خاص گروه‌های مختلف، از جمله زنان، جوانان و سالمندان، به ترویج ورزش همگانی کمک می‌کند. مصاحبه‌شوندگان اشاره کردند که برنامه‌های خاص برای گروه‌های مختلف باعث می‌شود تا

			<p>هر گروه به طور خاص انگیزه و حمایت لازم را دریافت کند. یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: 'برنامه‌هایی که به نیازهای خاص گروه‌های مختلف توجه می‌کند، به ما کمک می‌کند تا با توجه به شرایط خاص خود به ورزش بپردازیم.</p>
همکاری‌های بین‌سازمانی و شبکه‌های ارتباطی	۹	همکاری با سازمان‌های غیر دولتی	<p>همکاری با سازمان‌های غیر دولتی در اجرای برنامه‌های ورزشی یکی از عوامل موثر در ارتقاء فرهنگ ورزش همگانی است. یکی از مصاحبه‌شوندگان اشاره کرد که: 'سازمان‌های غیر دولتی نقش مهمی در ترویج ورزش همگانی دارند. ما با همکاری آن‌ها توانستیم برنامه‌های متنوعی برای تشویق افراد به ورزش برگزار کنیم. این سازمان‌ها با تخصص و منابع خود به ما کمک می‌کنند تا برنامه‌ها به شکل بهتری اجرا شوند و از مشارکت بیشتر مردم بهره‌مند شویم.</p>
	۱۰	شبکه‌های ارتباطی داخلی سازمانی	<p>وجود شبکه‌های ارتباطی قوی داخلی در سازمان‌های نظامی به بهبود اجرای برنامه‌های ورزشی کمک می‌کند. یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: 'شبکه‌های ارتباطی داخلی به ما این امکان را می‌دهد که اطلاعات و برنامه‌ها را به راحتی و به موقع به اعضای سازمان منتقل کنیم. این شبکه‌ها در ایجاد هماهنگی و تسهیل در اجرای برنامه‌های ورزشی بسیار موثر هستند. وقتی ارتباطات داخلی به خوبی برقرار باشد، اجرای برنامه‌های ورزشی نیز به مراتب بهتر و هماهنگ‌تر خواهد بود.</p>
	۷	تبادلات و همکاری‌های بین‌المللی	<p>تبادلات و همکاری‌های بین‌المللی در زمینه ورزش می‌تواند به تبادل تجربه و منابع کمک کند. یکی از مصاحبه‌شوندگان بیان کرد: 'همکاری با سازمان‌های بین‌المللی به ما این امکان را می‌دهد که از تجربیات و روش‌های</p>

		موفق دیگر کشورها بهره‌برداری کنیم. این نوع همکاری‌ها به ویژه در برگزاری رویدادهای بزرگ و تبادل دانش بسیار مفید است.
۹	ایجاد تیم‌های چندجانبه برای برنامه‌ریزی و اجرا	ایجاد تیم‌های چندجانبه شامل نمایندگان از سازمان‌های مختلف، به بهبود برنامه‌ریزی و اجرای برنامه‌های ورزشی کمک می‌کند. یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: 'تشکیل تیم‌های کاری متشکل از نمایندگان مختلف سازمان‌ها باعث می‌شود که برنامه‌ریزی و اجرای پروژه‌ها به شکلی منسجم و هماهنگ انجام شود. این تیم‌ها با همکاری نزدیک و تبادل نظر، به حل مسائل و چالش‌ها پرداخته و نتایج بهتری را به دست می‌آورند.
۸	حضور فعال رسانه‌ها در پوشش برنامه‌های ورزشی	سانه‌ها با پوشش فعال برنامه‌های ورزشی نقش مهمی در افزایش آگاهی و مشارکت عمومی دارند. یکی از مصاحبه‌شوندگان اشاره کرد: 'رسانه‌ها با پوشش گسترده برنامه‌های ورزشی به جذب توجه و مشارکت عمومی کمک می‌کنند. وقتی رسانه‌ها برنامه‌های ورزشی را به خوبی پوشش می‌دهند، مردم بیشتر به این برنامه‌ها توجه می‌کنند و تمایل بیشتری برای شرکت در آن‌ها پیدا می‌کنند. این پوشش رسانه‌ای به جلب حمایت عمومی و افزایش مشارکت کمک می‌کند.
۹	برگزاری نشست‌های مشترک و کارگاه‌های آموزشی	برگزاری نشست‌ها و کارگاه‌های آموزشی مشترک با سازمان‌های مختلف به تبادل دانش و تجارب کمک می‌کند. یکی از مصاحبه‌شوندگان بیان کرد: 'نشست‌های مشترک و کارگاه‌های آموزشی که با همکاری چند سازمان برگزار می‌شود، به ما این امکان را می‌دهد که با تبادل تجربیات و دانش، به بهبود برنامه‌های ورزشی بپردازیم.

در شکل ۱، عوامل مؤثر بر توسعه فرهنگ ورزش همگانی به صورت شماتیک نمایش داده شده است.



شکل ۱: مضامین اصلی مؤثر بر توسعه فرهنگ ورزش همگانی نیروهای مسلح ایران

بحث

تحقیقات قبلی مشخص کرده است که عوامل بسیاری بر مشارکت ورزشی همگانی تأثیر می‌گذارد. برخی شرایط مشارکت ورزشی را با فراهم کردن فرصت‌های موقعیتی و شخصی برای مشارکت تسهیل می‌کنند، در حالی که سایر عوامل به عنوان موانع یا محدودیت‌ها درک می‌شوند و می‌توانند مشارکت ورزشی را مهار یا محدود کنند (گودرزی و همکاران، ۱۴۰۲). در این بخش، نتایج پژوهش به تحلیل و تفسیر تجربیات زیسته ذی‌نفعان نیروهای مسلح ایران در زمینه شناسایی عوامل مؤثر بر توسعه فرهنگ ورزش همگانی اختصاص دارد. مصاحبه با ۱۶ نفر از ذی‌نفعان نشان داد که این عوامل در قالب هفت محور اصلی قابل دسته‌بندی هستند. این محورها

شامل فرهنگ سازمانی، زیرساخت‌ها، حمایت‌های مدیریتی، آموزش، انگیزه‌های روان‌شناختی، سیاست‌های دولتی و همکاری‌های بین‌سازمانی است. در ادامه، این یافته‌ها در زمینه ادبیات پژوهش موجود مورد بحث و تفسیر قرار گرفته و پیامدهای علمی و عملی آن‌ها ارائه می‌شود.

نتیجه‌گیری

محور اول، فرهنگ سازمانی و نگرش‌ها به ورزش همگانی، به‌عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل در توسعه ورزش همگانی در نیروهای مسلح ایران شناسایی شد. بررسی تجربیات ذینفعان نشان داد که نگرش‌های سنتی و عدم اولویت‌دهی به ورزش در برنامه‌های سازمانی، از چالش‌های کلیدی در این حوزه است. برخی فرماندهان نگرش مثبتی به اهمیت ورزش ندارند، که این موضوع باعث کاهش مشارکت کارکنان می‌شود. یکی از مشارکت‌کنندگان اظهار داشت: «باید فرهنگ‌سازی شود که ورزش بخشی از مأموریت سازمانی است، نه فعالیتی جانبی». تغییر این نگرش‌ها نیازمند برنامه‌های آموزشی و آگاهی‌بخشی در سطح سازمان است. جدایی بین ورزش و فرهنگ یک جامعه امکان‌پذیر نیست و ارتقای فرهنگی می‌تواند عامل ارتقای ورزشی و باعث دگرگونی و تحول آن در جهت تکامل باشد، لذا نهادینه کردن فرهنگ نیاز به ورزش در زندگی روزمره و عادت به هزینه کردن برای ورزش، فرهنگ تحرک و سلامتی در جامعه را ترویج و تقویت می‌نماید. ابعاد متفاوتی در فرهنگ عمومی ورزش همگانی در جامعه می‌تواند تأثیرگذار باشد که این ابعاد مشتمل بر ابعاد سازمانی، فردی، گروهی و محیطی است. بعد سازمانی مهم‌ترین بعد در توسعه فرهنگ ورزش همگانی در جامعه است که لازم است مورد توجه خاص قرار گیرد (ترابی و محمدی، ۱۴۰۱). این بخش از یافته‌ها با مطالعات بابایی و همکاران (۱۳۹۹)، آصفی (۱۴۰۱)، ترابی و همکاران (۱۴۰۳) همسو است. تغییر نگرش‌ها و تقویت فرهنگ ورزش در میان نیروهای مسلح نیازمند تلاش‌های مستمر و برنامه‌ریزی دقیق است. با توجه به تأثیرات مثبت ورزش بر سلامت و کارایی نیروها، توجه به این جنبه‌ها و ایجاد فرهنگ سازمانی حمایتی می‌تواند به تحقق اهداف توسعه فرهنگ ورزش همگانی کمک کند و بهبود چشمگیری در مشارکت و انگیزه کارکنان به‌وجود آورد.

محور دوم، زیرساخت‌ها و امکانات ورزشی، نقشی تعیین‌کننده در توسعه فرهنگ ورزش همگانی ایفاء می‌کند. کیفیت و دسترسی به زیرساخت‌ها، از جمله محدودیت در فضای ورزشی و تجهیزات ناکافی، تأثیر مستقیمی بر میزان مشارکت کارکنان دارد. مشارکت‌کنندگان تأکید کردند که ارتقای زیرساخت‌ها از ضروریات است. یکی از آن‌ها بیان کرد: «بدون تجهیزات مناسب و فضاهای کافی، حتی علاقه‌مندان به ورزش هم انگیزه‌ای برای مشارکت ندارند». در مطالعه رضائی‌نژاد و همکاران (۱۳۹۵)، سیفی (۱۳۹۶)، آصفی (۱۳۹۷)، منوچهری و همکاران (۱۳۹۸) و ترابی و

همکاران (۱۴۰۱) هم به زیرساخت‌ها و امکانات به عنوان یک عامل حیاتی در توسعه فرهنگ ورزش همگانی اشاره کردند. برای موفقیت در توسعه فرهنگ ورزش همگانی نیروهای مسلح، توجه به بهبود و ارتقاء زیرساخت‌ها و امکانات ورزشی ضروری است. رفع نواقص و افزایش کیفیت این زیرساخت‌ها می‌تواند به‌طور چشمگیری بر میزان مشارکت کارکنان و موفقیت برنامه‌های ورزشی تأثیر بگذارد. بنابراین، سرمایه‌گذاری در این حوزه و ارتقاء زیرساخت‌های ورزشی به‌عنوان یکی از پیش‌نیازهای اساسی برای تحقق اهداف توسعه فرهنگ ورزش همگانی در نیروهای مسلح ایران باید مورد توجه قرار گیرد.

محور سوم، حمایت‌های مدیریتی و نقش رهبران نظامی، از عوامل اساسی برای گسترش ورزش همگانی در نیروهای مسلح ایران است. فرماندهانی که خود در فعالیتهای ورزشی شرکت می‌کنند، الگوی مثبتی برای نیروها ایجاد می‌کنند. حمایت‌های مالی، زمانی و معنوی از سوی مدیران به تقویت فرهنگ ورزش کمک می‌کند. یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «وقتی فرماندهان به ورزش اهمیت می‌دهند، نیروها هم انگیزه بیشتری برای مشارکت پیدا می‌کنند». حضور فرماندهان در میدانی ورزش همراه و همگام با پرسنل تحت امر به ضرورت توجه به ورزش همگانی نیروهای مسلح مهر تایید محکمی می‌زند و پرسنل با شوق و شور فراوان در ورزش همگانی شرکت می‌کنند. این بخش از یافته‌ها با مطالعات گودرزی و همکاران (۱۴۰۱)، شعبانی بهار و فولادی (۱۴۰۲)، سلیمانی و کرمی (۱۴۰۲) همسو است. برای موفقیت در توسعه فرهنگ ورزش همگانی در نیروهای مسلح، حمایت‌های مدیریتی و نقش فعال رهبران نظامی امری ضروری است. این حمایت‌ها به‌طور مستقیم بر کیفیت و گستردگی برنامه‌های ورزشی تأثیرگذار هستند و می‌توانند به ایجاد یک محیط حمایتی و انگیزشی برای کارکنان منجر شوند. بنابراین، تقویت حمایت‌های مدیریتی و فعال‌سازی نقش رهبران نظامی باید به‌عنوان یکی از راهبردهای اصلی در توسعه فرهنگ ورزش همگانی در نیروهای مسلح ایران مورد توجه قرار گیرد.

محور چهارم، آموزش و ترویج ورزش همگانی، به‌عنوان یک رکن کلیدی در توسعه فرهنگ ورزش در نیروهای مسلح ایران شناسایی شد. برنامه‌های آموزشی باید مزایای ورزش را برای نیروها روشن کند و با برگزاری رویدادها و کمپین‌های ترویجی، فرهنگ ورزش در میان کارکنان تقویت شود. مشارکت‌کنندگان بر ضرورت آموزش عملی و تئوری در این زمینه تأکید داشتند و بیان کردند که چنین اقداماتی به انگیزه و درک عمیق‌تر از فواید ورزش منجر می‌شود که با یافته‌های آصفی (۱۳۹۷)، نسترن بروجنی و همکاران (۱۳۹۷)، وفايي مقدم و همکاران (۱۳۹۷) و دهقانی و همکاران (۱۴۰۲) همسو است. آموزش و ترویج ورزش همگانی نقش حیاتی در گسترش و تقویت فرهنگ ورزش در نیروهای مسلح دارد. با توجه به تأثیرات مثبت این فعالیت‌ها بر افزایش مشارکت نیروها و بهبود سلامت جسمی و روانی آنان، لازم است که برنامه‌های آموزشی و ترویجی

به‌طور مستمر و مؤثر در سازمان‌های نظامی پیاده‌سازی شوند. توجه به این جنبه‌ها می‌تواند به ایجاد یک فرهنگ ورزشی قوی و پایدار در میان نیروهای مسلح ایران منجر شود.

محور پنجم، عوامل انگیزشی و روان‌شناختی، تأثیر زیادی بر مشارکت ورزشی در نیروهای مسلح ایران دارد. انگیزه‌های داخلی مانند علاقه به سلامت جسمی و روانی و انگیزه‌های خارجی نظیر پاداش‌ها و جوایز، به‌طور مستقیم بر مشارکت تأثیر می‌گذارند که با یافته‌های شکیبی‌راد و همکاران (۱۴۰۳) همسو است. یکی از شرکت‌کنندگان اشاره کرد: «زمانی که دستاوردهای ورزشی نیروها دیده و تقدیر شود، انگیزه برای شرکت در ورزش افزایش می‌یابد». ایجاد محیطی حمایتی و تشویق‌کننده می‌تواند به تقویت انگیزه و عادات ورزشی پایدار کمک کند. ادراک ارتباط بین رفتار جدید و نتایج حاصل از آن و ارزشمندی نتایج به‌عنوان عوامل انگیزشی عامل مؤثری در پذیرش ورزش همگانی توسط افراد است. اگر فرد درک کند که از مشارکت در ورزش همگانی نتایج ارزشمندی به‌دست می‌آورد، تصمیم به پذیرش ورزش همگانی و شروع و استمرار مشارکت در آن می‌کند. پس از تصمیم‌پذیرش یک رفتار، فرد شروع به تصمیم‌گیری برای ادامه رفتار نموده و به صورت یک سبک زندگی یا فرهنگ در او تجلی می‌کند (ترابی و محمدی، ۱۴۰۱). عوامل انگیزشی و روان‌شناختی به‌طور اساسی در افزایش مشارکت ورزشی در نیروهای مسلح نقش دارند. برای ارتقای فرهنگ ورزش همگانی، ضروری است که برنامه‌های ورزشی به‌گونه‌ای طراحی شوند که انگیزه‌های فردی و جمعی را تقویت کنند و محیطی ایجاد کنند که در آن کارکنان احساس ارزشمندی و پشتیبانی کنند. توجه به این عوامل می‌تواند به ایجاد عادات ورزشی پایدار و تقویت فرهنگ ورزش در میان نیروهای مسلح ایران کمک کند.

محور ششم، برنامه‌های دولتی و سیاست‌های عمومی، تأثیر بسزایی در توسعه فرهنگ ورزش همگانی دارد. سیاست‌های دولتی و برنامه‌های حمایتی، از جمله تخصیص منابع مالی و تبلیغ ورزش همگانی، نقش مؤثری در افزایش مشارکت دارند. مشارکت‌کنندگان بر اهمیت این حمایت‌ها تأکید کرده و اظهار داشتند که چنین سیاست‌هایی به هماهنگی بهتر و افزایش مشارکت در سطح نیروهای مسلح کمک می‌کند. بدون بهره‌گیری از قوانین دقیق و مدون برای توسعه فرهنگ ورزش همگانی، توفیق‌چندانی نخواهیم داشت. زمانی می‌توانیم از تفکرات خلاق و مبتکرانه در راستای توسعه ورزش همگانی در نیروهای مسلح کشور بهره بیشتری ببریم، که پشتوانه قانونی مناسبی برای آن وجود داشته باشد. زمانی که در سیستم سازمانی کشورمان تنها شعار سلامت و تندرستی کارکنان و ورزش برای کارکنان را سر می‌دهیم، بدون مهیا کردن قوانین برای اجرای دقیق آن نمی‌توانیم به دستیابی به این مهم امیدوار باشیم. نگرش سیاستمداران و همچنین ظرفیت‌های حقوقی و قانونی در ارتباط با ورزش همگانی می‌تواند جایگاه ورزش همگانی در کشور، نحوه و میزان تخصیص بودجه به آن، انتخاب مدیران

سازمان‌های ورزشی و ... را تحت تأثیر قرار دهد (آصفی، ۱۴۰۱) که با یافته‌های نسترن بروجنی و همکاران (۱۳۹۷)، بابایی و همکاران (۱۳۹۸)، منوچهری و همکاران (۱۳۹۹)، ترابی و همکاران (۱۴۰۱) و شعبانی بهار و فولادی (۱۴۰۲) همسو است. سیاست‌گذاری‌های مناسب و برنامه‌های حمایتی می‌توانند به بهبود شرایط ورزشی، افزایش مشارکت نیروها و ارتقای سلامت عمومی در میان نیروهای مسلح کمک کنند. برای موفقیت در توسعه فرهنگ ورزش همگانی، لازم است که این برنامه‌ها به‌طور مستمر و هماهنگ با نیازهای نیروها و اهداف سازمانی طراحی و اجرا شوند. محور هفتم، همکاری‌های بین‌سازمانی و شبکه‌های ارتباطی، از عوامل کلیدی در توسعه فرهنگ ورزش همگانی در نیروهای مسلح است. تعامل مؤثر میان سازمان‌های مختلف نظامی و غیرنظامی می‌تواند به بهبود شرایط ورزشی و تسهیل فعالیت‌های ورزشی کمک کند. یکی از مشارکت‌کنندگان بیان کرد: «بدون همکاری با سایر سازمان‌ها، فرصت‌های بسیاری از دست می‌رود. ایجاد این تعاملات به ارتقای کیفیت برنامه‌های ورزشی کمک می‌کند». نبود هدف در بین متولیان ورزش همگانی کشور یکی از مشکلاتی است که مانع از توسعه این امر می‌شود. در واقع تا زمانی که متولیان بخش ورزش همگانی کشور که نیروهای مسلح هم یکی از آنها است فاقد اهداف روشن و واقع‌بینانه باشند، نمی‌توان به توسعه فرهنگ ورزش همگانی در این نیرو امیدوار بود (بابایی و همکاران، ۱۳۹۹). در مطالعه منوچهری و همکاران (۱۳۹۸)، دهقانی‌زاده و همکاران (۱۴۰۲) و گودرزی و همکاران (۱۴۰۲) بر این امر تأکید شده است. همکاری‌های بین‌سازمانی و شبکه‌های ارتباطی به‌طور چشمگیری در توسعه فرهنگ ورزش همگانی در نیروهای مسلح ایران مؤثر هستند. ایجاد و تقویت این شبکه‌ها، به بهبود تعاملات و تسهیل دسترسی به منابع و فرصت‌های ورزشی کمک می‌کند. برای تحقق اهداف فرهنگی و ورزشی، لازم است که استراتژی‌های مناسبی برای تقویت همکاری‌ها و بهبود شبکه‌های ارتباطی طراحی و اجرا شوند تا بتوانند به بهبود شرایط و افزایش مشارکت در ورزش همگانی در نیروهای مسلح کمک نمایند.

در جمع‌بندی نهایی، یافته‌های پژوهش نشان داد که توسعه فرهنگ ورزش همگانی در نیروهای مسلح ایران مستلزم توجه به ابعاد مختلفی از جمله تغییر نگرش‌های سنتی و تقویت فرهنگ سازمانی، ارتقای زیرساخت‌ها و امکانات ورزشی، حمایت‌های مدیریتی و نقش رهبران نظامی، آموزش و ترویج مستمر ورزش و تقویت عوامل انگیزشی و روان‌شناختی است. علاوه بر این، سیاست‌های حمایتی دولتی و همکاری‌های بین‌سازمانی به‌عنوان اهرم‌های مؤثر در گسترش فعالیت‌های ورزشی شناسایی شدند. نتیجه‌گیری کلی این است که توسعه پایدار ورزش همگانی در نیروهای مسلح، نیازمند یک رویکرد جامع و هماهنگ است که از طریق بهبود زیرساخت‌ها، تغییر فرهنگ سازمانی و ایجاد انگیزه‌های مؤثر در کارکنان، می‌تواند به بهبود سلامت جسمی و

روانی، افزایش روحیه گروهی و ارتقای کارایی سازمانی منجر شود. با توجه به اهمیت ورزش همگانی و نقش آن در میان سیاست‌های کشور، توسعه ورزش همگانی در نیروهای مسلح کشور می‌تواند اهمیت خاصی پیدا کند و خطمشی‌گذاران باید به آن بپردازند. نهادهای نقش‌آفرین و تأثیرگذار بر فرایند خطمشی‌گذاری در ورزش نیروهای مسلح ایران و خاصه تربیت بدنی ستاد مشترک نیروهای مسلح لازم است تربیت بدنی در نهادهای نظامی مختلف کشور را هماهنگ کند.

بر اساس یافته‌ها، پیشنهاد می‌شود که برنامه‌های آموزشی و آگاهی‌بخشی در سطح سازمان برای تغییر نگرش‌های سنتی و تقویت فرهنگ ورزش اجرا شوند تا ورزش به‌عنوان بخشی از مأموریت سازمانی شناخته شود. ارتقای زیرساخت‌های ورزشی، شامل تأمین فضاهای استاندارد و تجهیزات مدرن، از دیگر اولویت‌هاست که می‌تواند مشارکت کارکنان را افزایش دهد. حمایت‌های مدیریتی از جمله مشارکت فعال رهبران در فعالیتهای ورزشی و تأمین منابع مالی و زمانی، نقش حیاتی در تقویت انگیزه نیروها دارد. ایجاد کمپین‌های ترویجی و رویدادهای ورزشی برای آموزش و ترغیب کارکنان به ورزش و همچنین توجه به عوامل انگیزشی نظیر پاداش‌ها و تقدیر از دستاوردهای ورزشی، می‌تواند به پایداری عادات ورزشی کمک کند. همچنین، همکاری‌های بین‌سازمانی و شبکه‌سازی برای بهره‌گیری از تجارب و منابع مشترک، باید به‌عنوان بخشی از سیاست‌های توسعه ورزش همگانی در نظر گرفته شود. این مطالعه دارای محدودیت‌هایی نیز بود که می‌تواند در طراحی تحقیقات آینده مورد توجه قرار گیرد. یکی از محدودیت‌ها، تمرکز بر تجربیات محدود به نیروهای مسلح ایران بود که نتایج آن را برای سایر نهادها یا محیط‌های بین‌المللی کمتر قابل تعمیم می‌کند. بنابراین، پیشنهاد می‌شود که تحقیقات آینده به بررسی تجربه زیسته و توسعه فرهنگ ورزش همگانی در سازمان‌های نظامی کشورهای دیگر یا نهادهای غیرنظامی با ساختار مشابه بپردازند. محدودیت دیگر، وابستگی نتایج به مصاحبه‌های کیفی و خوداظهاری مشارکت‌کنندگان بود که ممکن است باعث سوگیری در داده‌ها شود. تحقیقات آتی می‌توانند با ترکیب روش‌های کمی و کیفی یا استفاده از ابزارهای مشاهده‌ای، به داده‌های دقیق‌تر و جامع‌تری دست یابند.

منابع

- آصفی، احمدعلی. (۱۳۹۷). شناسایی و اولویت‌بندی گروه‌های مؤثر در نهادینه کردن ورزش همگانی در ایران. پژوهش در ورزش تربیتی، ۶(۱۵)، ۲۴۷-۲۷۰.
- بابایی، محمد، فتاح مسرور، فروغ و شاکری، نادر. (۱۳۹۹). مدل کیفی توسعه ورزش برای همه در ایران به روش گرندد تئوری. مطالعات راهبردی ورزش و جوانان، ۱۹(۴۹)، ۹۵-

۱۱۲.

- برقرار جهرمی، مریم، مشکل گشا، الهام، و شهولی کوه‌شوری، جواد. (۱۴۰۳). ائتلاف‌های ورزشی و نظریه بازی‌ها: مقیاس رقابت‌پذیری بازیگران اصلی توسعه ورزش همگانی ایران. نشریه مدیریت ورزشی، ۱۷(۲)، ۵۱-۷۳.
- ترابی، فرناز و محمدی، محمد. (۱۴۰۲). نهادینه کردن عوامل موثر فرهنگ عمومی ورزش همگانی در جامعه (مطالعه موردی: استان تهران). فصلنامه علمی پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی، ۱۲(۲)، ۱۵-۳۰.
- دهقانی‌زاده، میثم، هنری، حبیب، صفانیا، علی‌محمد، و نیکبخش، رضا. (۱۴۰۲). ارائه مدلی برای عوامل موثر بر حفظ و ارتقاء توان رزمی نیروهای مسلح ایران با محوریت آمادگی جسمانی. علوم و فنون نظامی، ۱۹(۶۴)، ۲۶۹-۲۹۷.
- جلیلی نیکو، رضا، شهلایی باقری، جواد، هنری، حبیب و غفوری، فرزاد. (۱۴۰۴). الگوی توسعه ورزش همگانی کارکنان ارتش جمهوری اسلامی ایران. مطالعات المپیک، ۳(۲)، ۱۵۷-۱۴۳.
- جهان‌فر، رضا، مرادیان، محسن و قاسمی، عاصمه. (۱۴۰۱). مطالعه جامعه شناختی نقش ورزش و نهادهای ورزشی در ساختار جنگ (نمونه موردی جنگ تحمیلی عراق علیه ایران). فصلنامه علمی مطالعات دفاع مقدس، ۸(۱)، ۶۱-۸۴.
- رضانی نژاد، رحیم، میریوسفی، سید جلیل، رحمتی، محمدمهدی، و نژادسجادی، سیداحمد. (۱۳۹۵). شناسایی عوامل و ملاک‌های مؤثر در توسعه فرهنگی در ورزش قهرمانی. مطالعات مدیریت ورزشی، ۸(۴۰)، ۶۱-۷۸.
- سلمانی، عباسعلی، و رضایی، یدالله. (۱۴۰۰). بررسی میزان تأثیر ورزش‌های ابلاغی در آمادگی جسمانی پایوران نظامی (با تأکید بر یک یگان تکاور). مطالعات دفاعی/استراتژیک، ۱۹(۸۶)، ۲۱۸-۱۹۵.
- سلیمانی، مجید، و کرمی، علیرضا. (۱۴۰۳). نقش موثر فرماندهان بر حضور کارکنان مراکز نظامی در فعالیتهای ورزشی. نخستین کنگره ملی توسعه پایدار و مسئولیت‌های اجتماعی: چالش‌ها و راهکارها، شیراز: ایران.
- سیفی، محمدهادی. (۱۳۹۶). تدوین سیاست‌های کلان ورزش سلامت‌محور در نیروهای مسلح. علوم ورزشی و توان رزمی، ۶(۲)، ۲۲۱-۲۳۸.
- شریعتی فیض آبادی، مهدی. (۱۴۰۱). تبیین جایگاه ورزش در تقویت امنیت نظامی سیاسی. مطالعات مدیریت ورزشی، ۱۴(۹۶)، ۱۰۵-۱۳۴.

- شعبانی بهار، غلامرضا و فولادی، جمشید. (۱۴۰۳). طراحی و تدوین برنامه راهبردی ورزش همگانی نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران. *مطالعات دفاعی/استراتژیک*، ۲۲(۹۵)، ۱۶۹-۱۸۸.
- شکیبی‌راد، عباس، باباگل تبار سماکوش، حامد، و جلیلی نیکو، رضا. (۱۴۰۳). مقایسه عملکرد جسمانی مرتبط با سلامت دانشجویان دانشگاه افسری امام علی (ع) در مقاطع مختلف تحصیلی، *فصلنامه مدیریت نظامی*، ۲۴(۹۶)، ۱۴۳-۱۷۳.
- شعبانی بهار، غلامرضا و فولادی، جمشید. (۱۴۰۲). طراحی و تدوین برنامه راهبردی ورزش همگانی نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران. *مطالعات دفاعی/استراتژیک*، ۲۲(۹۵)، ۱۶۹-۱۸۸.
- شهولی کوه‌شوری، جواد، عسکری، احمدرضا، نظری، رسول، و نقش، امیررضا. (۱۴۰۱). نظریهٔ بر ساخت آینده ورزش آموزشی: برساخت‌گرایی اجتماعی. پژوهش در مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی، ۱۲(۲۴)، ۳۲-۵۵.
- شیروانی، حسین، بهادری، محمدکریم، رنجبر، محسن و درویشی، ابوالفضل. (۱۴۰۱). شناسایی و رتبه‌بندی عوامل توسعه ورزش کارکنان رسته بهداشت و درمان نیروهای مسلح. *طب نظامی*، ۲۲(۴)، ۳۹-۵۱.
- قربانی صابر، محمدعلی، شرف‌الدین شیرازی، فاطمه، و ساعتچیان، وحید (۱۴۰۰). مقایسه قابلیت‌های آمادگی جسمانی و آسیب‌های اسکلتی-عضلانی نظامیان فعال و غیر فعال. هشتمین همایش ملی علوم ورزشی و تربیت بدنی/ایران، تهران: ایران.
- قنبری سالطه، وحید. (۱۴۰۳). مقایسه‌ی اثربخشی آموزش سرسختی روان‌شناختی و مثبت‌اندیشی بر بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری روان‌شناختی دانشجویان (مطالعه موردی یک دانشگاه نظامی). *فصلنامه مدیریت نظامی*، ۲۴(۹۵)، ۸۰-۱۱۷.
- قیصری، سید فردین، مقامی، حمیدرضا، و نیازی‌پور، علی. (۱۴۰۳). نقش مهارت‌های شناختی در میزان موفقیت ورزشی کارکنان نظامی در رشته دفاع شخصی. *مجله طب دریا*، ۶(۴)، ۲۸۲-۲۹۲.
- گودرزی، جلال، قطنیان، سپیده، افشارمند، زهره، و قربانی، سعید. (۱۴۰۲). پیامدها و راهبردهای بهبود مشارکت ورزشی کارکنان وزارت دفاع و پشتیبانی نیروهای مسلح در راستای سلامت و توسعه ورزش همگانی. *مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد*، ۶۶(۱)، ۸۳-۹۵.
- گودرزی، جلال، قطنیان، سپیده، و افشارمند، زهره. (۱۴۰۱). طراحی مدل توسعه ورزش

همگانی در نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران. *مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد*، ۶۵(۶)، ۲۶۰۰-۲۶۱۲.

• مجلسی، محمد حسن، سپهری فر، سعید، و متشکر آرانی، محسن. (۱۳۹۵). مروری بر نقش ورزش و آمادگی جسمانی در سلامتی و توانمندی نیروهای نظامی. *پرستار و پزشک در رزم*، ۴(۱۰ و ۱۱)، ۶۳-۷۱.

• منوچهری، جاسم، باران چشمه، مهرعلی، و منوچهری، محمدقاسم. (۱۳۹۸). فراتحلیل راهبرد توسعه ورزش نیروهای مسلح ج.ا.ایران. *راهبرد دفاعی*، ۱۷(۳)، ۱۲۳-۱۵۰.

• نسترن بروجنی، ایمان، قربانی، محمدحسین، کوزه‌چیان، هاشم، و احسانی، محمد. (۱۳۹۷). شناسایی عوامل موثر بر توسعه فرهنگ ورزش همگانی در ایران. *نشریه مدیریت ورزشی*، ۱۰(۴)، ۷۲۳-۷۳۸.

• نوروزی سیدحسینی، رسول. (۱۳۹۹). درک تجربه زیسته ورزشکاران حرفه‌ای ایرانی از پاندمی کوید-۱۹: رویکردی پدیدارشناسانه. *مطالعات مدیریت ورزشی*، ۱۲(۶۱)، ۲۱۷-۲۴۰.

• نظری، رسول، و شهولی، جواد. (۱۴۰۱). سناریوهای راهبردی آموزش ورزش سلامت محور ایران. *نشریه مدیریت ورزشی*، ۱۴(۱)، ۱۵۱-۱۷۲.

• وفایی مقدم، علی، فرزام فرزاد، رضوی، محمدحسین، و افشاری، مصطفی. (۱۳۹۷). تحلیل عوامل توسعه ورزش همگانی براساس نظریه داده بنیاد. *مطالعات مدیریت ورزشی*، ۱۰(۵۲)، ۷۲-۴۳.

- Andersen, M. H., Ottesen, L., & Thing, L. F. (2019). The social and psychological health outcomes of team sport participation in adults: An integrative review of research. *Scandinavian Journal of Public Health*, 47(8), 832-850.
- Beck, C. T. (2019). *Introduction to phenomenology: Focus on methodology*. New York: Routledge. Retrieved from Google Books
- Bertilsson, F. (2025). Sports Research and Military Performance: The Age and Gender of Soldiers and Officers in the Swedish Military. *The International Journal of history of sport*, 42(7), 679-695.
- Carlini, J., Pavlidis, A., Thomson, A., & Morrison, C. (2021). Delivering on social good-corporate social responsibility and professional sport: a systematic quantitative literature review. *Journal of Strategic Marketing*, 12, 1-14.

- Castaldelli-Maia, J. M., Gallinaro, J. G. M., & de Medeiros, R. C. S. (2019). Mental health symptoms and disorders in elite athletes: A systematic review on cultural influencers and barriers to athletes seeking treatment. *British Journal of Sports Medicine*, 53(11), 707-714.
- Chalip, L., Green, B. C., & Taks, M. (2017). Creating sport participation from sport events: Making it happen. *Journal of Sport Policy and Politics*, 10(2), 215-232.
- Colaizzi, P. F. (1978). Psychological research as the phenomenologist views it. In R. S. Valle & M. King (Eds.), *Existential phenomenological alternatives for psychology* (pp. 48-71). New York: Oxford University Press.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2016). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Cunha, G., Apostolo, A., De Martino, F., Salvioni, E., Matavelli, I., & Agostoni, P. (2023). Exercise oscillatory ventilation: the past, present, and future. *European Journal of Preventive Cardiology*, 30(Supplement_2), ii22-ii27.
- Darnell, S. C., & Millington, R. (2019). Social justice, sport, and sociology: A position statement. *Quest*, 71(1), 128-142.
- Dasso, N. A. (2019, January). How is exercise different from physical activity? A concept analysis. In *Nursing forum*, 54(1), 45-52.
- De Bock, T., Scheerder, J., Theeboom, M., De Clerck, T., Constandt, B., & Willem, A. (2023). Sport-for-All policies in sport federations: an institutional theory perspective. *European Sport Management Quarterly*, 23(5), 1328-1350.
- De Vos, J., et al. (2020). The effect of COVID-19 and subsequent social distancing on travel behavior. *Transportation Research Interdisciplinary Perspectives*, 5, 100121. Retrieved from ScienceDirect.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2018). *The Sage handbook of qualitative research* (5th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Ehrman, J. K., Gordon, P. M., Visich, P. S., & Keteyian, S. J. (Eds.). (2023). *Clinical exercise physiology: exercise*

management for chronic diseases and special populations. Human Kinetics.

- Gould, D., Cowburn, I., & Shields, A. (2023). Sports for All—Summary of the Evidence of Psychological and Social Outcomes of Participation. *Olympika Magazine-A revista olímpica-periódico de difusão da pesquisa científica desportiva olímpica, 1*, e001-03.
- Harris, K. R., III, Bowen, G. L., & Jensen, T. M. (2025). Resiliency among United States Air Force personnel: The direct and interactive influence of cognitive fitness and confidence in social connections. *Military Psychology, 37*(5), 451–463.
- Ihle, A., Gouveia, B. R., Gouveia, É. R., Cheval, B., Nascimento, M. D. M., Conceição, L., & Kliegel, M. (2021). Physical activity dimensions differentially predict physical and mental components of health-related quality of life: evidence from a sport for all study. *Sustainability, 13*(23), 13370.
- Jenkin, C. R., Eime, R. M., Westerbeek, H., & O'Sullivan, G. (2017). Sport and ageing: A systematic review of the determinants and trends of participation in sport for older adults. *BMC Public Health, 17*, 496-509.
- Jones, N., Fear, N. T., & Wessely, S. (2017). A systematic review of occupational physical activity and musculoskeletal disorders in military personnel. *Occupational Medicine, 67*(5), 339-345. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqx093>
- Knapik, J. J., & Trone, D. W. (2019). Injury reduction strategies in military physical training programs: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine, 49*(10), 1543-1562.
- Latham, A., & Layton, J. (2019). Social infrastructure and the public life of cities. *Geography Compass, 13*(7), e12444.
- Lester, M. E., & Knapik, J. J. (2018). Association between physical fitness and injury among military personnel: A systematic review. *Journal of Strength and Conditioning Research, 32*(10), 2930-2944.
- McCullough, B. P., & Orr, M. (2020). Sport ecology: Conceptualizing an emerging subdiscipline within sport management. *Journal of Sport Management, 34*(6), 509-520.

- Mansfield, L., & Piggin, J. (2016). Sport, physical activity and public health. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 8(4), 533-537.
- Mihelj, S., Leguina, A., & Downey, J. (2019). Culture is digital: Cultural participation, diversity and the digital divide. *New Media & Society*, 21(11-12), 2411-2429.
- Neubauer, B. E., Witkop, C. T., & Varpio, L. (2019). How phenomenology can help us learn from the experiences of others. *Perspectives on Medical Education*, 8(2), 90-97.
- Pageaux, B. (2016). Perception of effort in exercise science: definition, measurement and perspectives. *European journal of sport science*, 16(8), 885-894.
- Park, J., & Kim, J. (2024). The Relationship between Perceived Organizational Support, Work Engagement, Organizational Citizenship Behavior, and Customer Orientation in the Public Sports Organizations Context. *Behavioral Sciences*, 14(3), 153.
- Petrachokov, O., Kyselinko, D., Mykhaylov, V., & Shostak, R., & Olyvanuik, V. (2024). Motivation of military specialists to engage physical training during the legal regime of martial law. *Journal of Physical Education and Sport*, 24(6), 1457- 1464.
- Qutoshi, S. B. (2018). Phenomenology: A philosophy and method of inquiry. *Journal of Education and Educational Development*, 5(1), 215-222.
- Ruvalcaba, O., Shulze, J., & Kim, A. (2018). Women's experiences in eSports: Gendered differences in peer and spectator feedback during competitive video game play. *Journal of Sport and Social Issues*, 42(4), 295-311.
- Saunders, J., Zhang, X., & Tang, Z. (2019). An historical review of mass sports policy development in China. *International Journal of the History of Sport*, 36(10-11), 857-877.
- Smith, J. A., & McGannon, K. R. (2018). Developing rigor in qualitative research: Problems and opportunities within sport and exercise psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 11(1), 101-121.
- Suratmin, S., Darmayasa, I. P., Gozali, W., Hanif, Q. A., Samodra, Y. T. J., Wati, I. D. P., & Fauziah, E. (2024). Assessment of sports coaching patterns, physical abilities, and physical fitness in athletics: a study of the provincial sports week

championship. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (51), 1404-1414.

- Tuffour, I. (2017). A critical overview of interpretative phenomenological analysis: A contemporary qualitative research approach. *Journal of Healthcare Communications*, 2(4), 117-121.
- Vale, L., & Fernandes, T. (2018). Social media and sports: Driving fan engagement with football clubs on Facebook. *Journal of Strategic Marketing*, 26(1), 37-55.
- Van Manen, M. (2017). Phenomenology in its original sense. *Qualitative Health Research*, 27(6), 810-825. Retrieved from SAGE Journals
- Webb, A. S., & Welsh, A. J. (2019). Phenomenology as a methodology for scholarship of teaching and learning research. *Teaching and Learning Inquiry*, 7(1), 21-37.
- Williams, R. D., & Clark, M. A. (2018). A qualitative study of factors contributing to physical activity among US Army soldiers: The social ecological model perspective. *Journal of Sport and Health Science*, 7(2), 206-213.
- Zhang, B., Dong, Y., Kelobonye, K., Zhou, R. Z., & Xu, Z. (2023). Delineating walking catchment of the existing and proposed public sports facilities with open-source data: a case study of nanjing. *Applied spatial analysis and policy*, 16(2), 729-749.