

Developing a leisure time model based on sports activities in Iranian families

Taher Hooshang¹, Seyedmohammad Kashef², Roghayeh Sarlab³

1. Faculty of Sports Sciences, Department of Sports Management, Urmia University, Urmia, Iran. Email: hooshang_taher@yahoo.com
2. Faculty of Sports Sciences, Department of Sports Management, Urmia University, Urmia, Iran. Email: mm.kashef@urmia.ac.ir
3. Faculty of Sports Sciences, Department of Sports Management, Urmia University, Urmia, Iran. Email: r.sarlab@urmia.ac.ir

Article Info

ABSTRACT

Article type:

Research Article

Article history:

Received:

.....18 March 2022

Received in revised form:

.....10 June 2022

Accepted:

.....16 June 2022

Published online:

.....25 June 2022

Keywords:

*family sports,
leisure time,
sports activities*

Introduction: Proper planning of spending leisure time with the family, which is designed based on sports activities, can solve many leisure and sports problems of the society. In this regard, the present study was conducted with the aim of developing a leisure time model based on sports activities in Iranian families.

Methods: This applied and qualitative research was based on thematic analysis method, which was conducted based on the opinion of experts. The statistical population of the research was specialists and leisure experts as well as sports management specialists, 18 of whom were selected by the snowball method and participated in the interview until theoretical saturation was reached. The measurement tool of the research included a semi-structured interview and the data were analyzed according to the stages of thematic analysis.

Results: Factors affecting leisure time based on sports activities in Iranian families include cognitive factors, belief-cultural factors, economic factors, managerial factors, driving factors, inhibiting factors and social factors; Its strategies included economic strategies, management strategies, policy-making strategies, educational strategies and cultural strategies, and the consequences of using the leisure time model based on sports activities in Iranian families included social development, economic development, sports development, improving the quality of life and health development.

Conclusion: By addressing the influential factors and applying the strategies presented in this research in the field of leisure time based on sports activities in Iranian families, sustainable development can be achieved in various dimensions of social, economic, sports, quality of life and health.

Cite this article: Hooshang, T., Kashef, SM., Sarlab, R. (2024). Developing a leisure time model based on sports activities in Iranian families. *Sport Management Journal*, 56 (1), 1-20. DOI: <http://doi.org/0000000000000000>



© The Author(s).

Publisher: University of Tehran, Faculty of Sport Sciences and Health.

Extended Abstract

Introduction

Proper planning of spending leisure time with the family, which is designed based on sports activities, can solve many leisure and sports problems of the society. A review of past research shows that despite conducting various researches in the field of family leisure time, no research has been conducted to investigate the factors affecting the contribution of physical activity and sports in leisure time programs and to provide strategies to improve its situation. According to what has been said, it is expected that the findings of this research can take a small step towards the development of the country's family leisure time and to some extent expand the amount of sports activity among Iranian families. For this purpose, the researchers of the present study developed a model of leisure time based on sports activities in Iranian families.

Methods

The method of the present research was based on thematic analysis method in terms of practical purpose and in terms of the type of qualitative data, which was carried out based on the opinion of experts. The statistical population of this research was experts and leisure experts as well as sports management experts, and in order to conduct an interview, a number of them were referred to as a statistical sample in the form of a snowball, and they were interviewed about the questions and objectives of the research. In order to select the participants, firstly, based on the scientific research history and also the history of practical activities that the experts had, experts and specialists were identified and referred to them to conduct interviews, and to access and identify other experts, the interviewed experts and specialists were asked to introduce others who have expertise in the desired research field to the researchers. The number of the statistical sample was also selected according to information saturation, which means until the researcher reaches information saturation (after interviewing 18 people), the selection of the statistical sample to conduct the interview continued. The measurement tool of the research included a semi-structured interview and the data were analyzed according to the stages of thematic analysis.

Results

In the current research, the factors affecting leisure time based on sports activities in Iranian families were identified in 121 basic themes, 19 constructive themes and 7 inclusive themes. The identified strategies for the development of leisure time based on sports activities in Iranian families include 115 basic themes, 15 constructive themes and 5 inclusive themes and the consequences of using the leisure time model based on sports activities in Iranian families include 95 basic themes, 15 constructive themes and 5 The theme is inclusive. Factors affecting leisure time based on sports activities in Iranian families include cognitive factors, belief-cultural factors, economic factors, managerial factors, driving factors, inhibiting factors and social factors; Its strategies included economic strategies, management strategies, policy-making strategies, educational strategies and cultural strategies, and the consequences of using the leisure time model based on sports activities in Iranian families included social development, economic development, sports development, improving the quality of life and health development.

Conclusion

In general, based on the results of the research, it can be concluded that there are various factors that are effective on the leisure time of Iranian families, many of which were identified in this research, and that it is necessary to pay special attention to them, and besides that, identifying strategies are used in the best possible way in this research and the necessary support from the relevant organizations and officials for the implementation of these strategies, the result and fruit of these efforts can lead to sustainable development in various dimensions of social, economic, sports, quality of life and be healthy.

Keywords

family sports, leisure time, sports activities.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: In this research, ethical considerations related to research, including data extraction from reliable sites, have been observed.

Funding: This research was done without using financial resources.

Authors' contribution: This article is an extract from a PHD thesis.

Conflict of interest: There is no conflict of interest in this research.




Acknowledgments: The respected referees are thanked for providing structural and scientific comment.



مدیریت ورزشی



تدوین مدل اوقات فراغت مبتنی بر فعالیتهای ورزشی در خانوادههای ایرانی

طاہر هوشنگ^۱ , سیدمحمد کاشف^۲ , رقیه سرلاب^۳ 

۱. دانشکده علوم ورزشی، گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه ارومیه، ارومیه، ایران. رایانامه: hooshang_taher@yahoo.com

۲. دانشکده علوم ورزشی، گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه ارومیه، ارومیه، ایران. رایانامه: mm.kashef@urmia.ac.ir

۳. دانشکده علوم ورزشی، گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه ارومیه، ارومیه، ایران. رایانامه: r.sarlab@urmia.ac.ir

چکیده

اطلاعات مقاله

نوع مقاله: مقاله پژوهشی

مقدمه: برنامه‌ریزی مناسب گذراندن اوقات فراغت به همراه خانواده که بر اساس فعالیت ورزشی طراحی شود، می‌تواند بسیاری از مشکلات فراغتی و ورزشی جامعه را برطرف کند. در همین راستا پژوهش حاضر با هدف تدوین مدل اوقات فراغت مبتنی بر فعالیتهای ورزشی در خانوادههای ایرانی انجام شد.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۰/۲۰

روش پژوهش: این پژوهش از نوع کاربردی و کیفی مبتنی بر روش تحلیل مضمون بود که براساس نظر متخصصان انجام شد. جامعه آماری پژوهش متخصصان و کارشناسان اوقات فراغت و همچنین متخصصان مدیریت ورزشی بودند که ۱۸ نفر از آنان با روش گلوله برقی و تا زمان رسیدن به اشباع نظری انتخاب و در مصاحبه شرکت داده شدند. ابزار اندازه‌گیری پژوهش شامل مصاحبه نیمه‌ساختاریافته بود و داده‌ها با توجه به مراحل تحلیل مضمون تحلیل شدند.

تاریخ بازنگری:

۱۴۰۰/۱۱/۲۵

یافته‌ها: عوامل تاثیرگذار بر اوقات فراغت مبتنی بر فعالیتهای ورزشی در خانوادههای ایرانی شامل عوامل شناختی، عوامل اعتقادی-فرهنگی، عوامل اقتصادی، عوامل مدیریتی، عوامل سوق‌دهنده، عوامل بازدارنده و عوامل اجتماعی؛ راهبردهای آن شامل راهبردهای اقتصادی، راهبردهای مدیریتی، راهبردهای سیاست‌گذاری، راهبردهای آموزشی و راهبردهای فرهنگی و پیامدهای بکارگیری مدل اوقات فراغت مبتنی بر فعالیتهای ورزشی در خانوادههای ایرانی شامل توسعه اجتماعی، توسعه اقتصادی، توسعه ورزشی، ارتقای کیفیت زندگی و توسعه سلامتی بودند.

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۱/۲۸

تاریخ انتشار: ۱۴۰۱/۱۱/۲۵

کلیدواژه‌ها:

اوقات فراغت،

فعالیت ورزشی،

ورزش خانواده

نتیجه‌گیری: با پرداختن به عوامل تاثیرگذار و بکارگیری راهبردهای ارائه شده در این پژوهش در زمینه اوقات فراغت مبتنی بر فعالیتهای ورزشی در خانوادههای ایرانی می‌توان به توسعه پایدار در ابعاد مختلف اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، کیفیت زندگی و سلامتی دست یافت.

استناد: هوشنگ، طاہر؛ کاشف، سیدمحمد؛ سرلاب، رقیه. (۱۴۰۳). تدوین مدل اوقات فراغت مبتنی بر فعالیتهای ورزشی در خانوادههای ایرانی. نشریه مدیریت ورزشی،

۲ (۴)، ۲۰-۱.



DOI: <http://doi.org/00000000000000000000000000000000>

© نویسندگان.

ناشر: دانشگاه تهران، دانشکده علوم ورزشی و تندرستی.

مقدمه

از جمله مفاهیم نوینی که معنای واقعی خود را با پیدایش انواع تکنولوژی و صنعتی شدن جوامع در زندگی مردم پیدا نموده است اوقات فراغت و نحوه گذران آن است (دیکوبو و همکاران، ۲۰۲۳). فراغت می‌تواند به وضعیت ذهنی درک شده توسط افراد اطلاق شود که در آن حالت، فرد این احساس را دارد که در فراغت و رهایی ذهنی قرار گرفته است و این احساس می‌تواند در هر محیط یا شرایطی رخ بدهد (تیموری و همکاران، ۲۰۱۹). امروزه فراغت به عنوان یکی از مهم‌ترین موضوعات در زندگی اجتماعی انسان‌ها بدل شده است (توجیماتوویچ و همکاران، ۲۰۲۲؛ رفعت‌جاه و همکاران، ۲۰۱۰)، هویت و سبک زندگی طبقات (دریگاس^۳ و همکاران، ۲۰۰۸)، نابرابری (صادقی و همکاران، ۲۰۱۱)، مدیریت شهری (نصرتی‌نژاد و شهیندی، ۲۰۱۴)، انتقال ارزش‌ها و جامعه‌پذیری و مباحث دیگر دارد. اوقات فراغت به عنوان نمایی از سبک زندگی، مقوله‌ای است که افراد با آرامش و اختیار می‌توانند علایق و تمایلات خود را به کار گیرند و فرصتی است تا ارزش‌ها و نگرش‌های پنهان خود را مشخص نموده و قدرت و مقاومت در عرصه زندگی را به نمایش بگذارند (پلیسیا^۴ و همکاران، ۲۰۱۹). بهره‌وری از اوقات فراغت به عنوان مجموعه‌ای از اشتغالات که فرد با رضایت خاطر برای استراحت یا تفریح و یا به منظور توسعه آگاهی‌ها یا فراگیری غیرانتفاعی، مشارکت اجتماعی، که بعد از رهایی از الزامات شغلی، خانوادگی و اجتماعی بدان می‌پردازد (پوراسماعیل، ۲۰۰۶).

در عصر ما، مسأله اوقات فراغت و شیوه‌های گذران آن از ابعادی متفاوت با جوامع کهن مطرح شده است (چوال^۵ و همکاران، ۲۰۲۱؛ هارد^۶ و همکاران، ۲۰۲۱؛ پوروانتو^۷ و همکاران، ۲۰۲۰). به تعبیر دیگر، امروزه هر کس در هر مقام و جایگاهی به آن فکر می‌کند تا برای گذران اوقات فراغت خود و فرزندانش چگونه برنامه‌ای طرح‌ریزی نماید که سودمند و سازنده باشد (لیپی^۸ و همکاران، ۲۰۲۰). مخصوصاً، به علت توسعه فن‌آوری و استفاده از دستگاه‌های خودکار، روزها و ساعات اشتغال افراد کمتر می‌شود و این فکر بیشتر قوت می‌گیرد که ساعات بیکاری را چگونه باید سپری کرد (اعظم‌نظامی و همکاران، ۲۰۲۱). گرایش به انجام هر فعالیت و رفتاری تحت تاثیر عوامل مختلف اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی است (توکر^۹ و همکاران، ۲۰۱۱). گرایش به انجام فعالیت‌های مختلف بدنی برای گذران اوقات فراغت نیز از این قاعده مستثنی نیست. پژوهش‌های انجام شده در این زمینه، در کشور ما نشان می‌دهد ورزش در میان فعالیت‌های فراغتی جوانان، جایگاه چندان مناسبی ندارد و اغلب، کمتر از تلویزیون و سایر فعالیت‌های فراغتی دیگر مورد توجه جوانان، قرار گرفته است (پهلوان و برزیگر، ۲۰۱۱). امروزه پرداختن به امر برنامه‌ریزی اوقات فراغت یکی از موضوعات اساسی اقتصادی، اجتماعی، سیاسی جامعه است و چگونگی تعادل بخشیدن بین عرضه و تقاضا است که یکی از مهم‌ترین موضوعاتی است که دست اندرکاران و مسئولین دولتی با آن روبه‌رو هستند (رحیم‌پور ازغدی و کرمانی، ۲۰۲۳). از این‌رو توجه به امر اوقات فراغت خانواده در ردیف مباحث جدید در برنامه‌ریزی‌های شهری و روستایی محسوب می‌گردد (پریزادی و مرادی، ۲۰۲۰). اوقات فراغت خانواده به صورت یکی از محورهای مطرح در زندگی افراد است که جایگاه خاصی را در فعالیت‌ها به خود اختصاص داده است، از این‌رو بایستی برای گذراندن اوقات فراغت بهینه نیرویی مضاعف را کسب نمود و با فراغ‌بال به مشکلات زندگی فائق آمد (پهلوان و برزیگر، ۲۰۱۱).

1. Dikobo

2. Tojimatovich

3. Drygas

4. Pelliccia

5. Cheval

6. Hurd

7. Purwanto

8. Lippi

9. Tucker

نظر به ارزش والای خانواده در جامعه، باید افراد خانواده از نظر روحی و جسمی از سلامت و شادابی برخوردار باشند (سعیدی رضوانی و علمی، ۲۰۲۱). اوقات فراغت یکی از طرقی است که به خانواده‌ها کمک می‌کند تا ضمن شرکت در فعالیت‌های فراغتی، سایر وظایف خود مانند وظایف پدر و مادری، فرزندگی و همسری خود را بهتر انجام دهند و فرزندان بهتری را تعلیم و تربیت نموده و نسل سالم‌تری را به جامعه تحویل دهند (علوی‌زاده و سیدامیر، ۲۰۰۸). در واقع مشارکت همه اعضای خانواده‌ها در تمامی مسائل نشان‌پذیرش برابری انسانی همه آحاد جامعه می‌باشد که با همدیگر در امور مختلف همکاری نموده و از طریق آن دست به تحول می‌زنند و تغییرات مثبت را به وجود می‌آورند که برای آینده کل جامعه می‌تواند مفید و موثر واقع گردد (یانگ و ویلموت، ۲۰۲۳) و از طرفی دیگر زنان نسبت به مردان به دلایل خاص روانشناختی و الگوهای رفتاری، نابودی محیط زیست را زودتر درک کرده و نسبت به آن واکنش نشان می‌دهند از این رو برنامه‌ریزان توسعه اخیرا به نقش سایر اعضای خانواده از جمله زنان در توسعه و بخصوص توسعه پایدار شهری-روستایی توجه فراوانی مبذول داشته‌اند (ایزگیر-ساگاتزبیلترآ و همکاران، ۲۰۲۳).

در رابطه با اوقات فراغت خانواده در خارج از کشور پژوهش‌های مختلفی انجام شده است. در یکی از این پژوهش‌ها، ریواس^۳ و همکاران (۲۰۲۳) نشان دادند که برنامه‌ریزی مناسب گذراندن اوقات فراغت به همراه خانواده منجر به لذت بیشتر اعضای خانواده به ویژه نوجوانان از اوقات فراغت می‌شود. زابیدی^۴ و همکاران (۲۰۲۳) نشان دادند که عوامل شناختی و کیفیت رابطه کوک با والدین از عوامل مهم تاثیرگذار بر اوقات فراغت مشترک اعضای خانواده است. لیو^۵ و همکاران (۲۰۲۳) عوامل اقتصادی و سبک زندگی را بر اوقات فراغت خانواده موثر دانستند و ثمره توسعه اوقات فراغت خانوادگی را توسعه صنعت اوقات فراغت و بهبود کیفیت زندگی شناسایی کردند. سیوک^۶ و همکاران (۲۰۲۲) عوامل اجتماعی و شناختی را مهم‌ترین عامل اثرگذار بر کیفیت اوقات فراغت والدین با فرزندان دانستند. بابایف^۷ و همکاران (۲۰۱۹) نیز ثمره توسعه اوقات فراغت خانوادگی را بهبود سلامت جسمانی و روحی-روانی و تامین نیازهای روحی خانواده‌ها بیان کردند. در داخل کشور پژوهش‌های زیادی که به طور مستقیم به اوقات فراغت خانواده‌ها بپردازد، انجام نشده‌اند ولی برخی تحقیقات انجام شده را می‌توان مرتبط با این موضوع دانست. به طور مثال لطفی و همکاران (۲۰۲۳) الگوی ورزش تفریحی در خانواده را طراحی کردند، فلاحتی و همکاران (۲۰۲۳) مدل نهادینه‌سازی فعالیت ورزشی در اوقات فراغت ایران و تبیین آینده آن با رویکرد سناریونویسی در افق ۱۴۲۰ را طراحی کردند که در این پژوهش عوامل اقتصادی و فرهنگی را از عوامل موثر بر نهادینه‌سازی فعالیت ورزشی در اوقات فراغت دانستند و مستحفظیان و همکاران (۲۰۲۱) عوامل موثر بر اوقات فراغت زنان و دختران در خانواده با رویکرد مبتنی بر فعالیت‌های جسمانی را عوامل اجتماعی، محیطی، ساختاری، فرهنگی، حمایتی و جنسیتی دانستند، راهبردهای آموزش و فرهنگ‌سازی، تمهیدات حمایتی از ورزش تفریحی زنان، ترویج و توسعه فعالیت‌های جسمانی، ارج نهادن به کرامت زنان و دختران، عدالت در اجرای فعالیت‌ها، حمایت رسانه‌ای را ارئه دادند و پیامدهای کیفی‌سازی اوقات فراغت زنان را کاهش ناهنجاری‌های رفتاری، توانمندسازی فردی، توانمندسازی جمعی و افزایش مشارکت‌پذیری بیان کردند. مرور تحقیقات گذشته نشان می‌دهد که علی‌رغم انجام تحقیقات مختلف در زمینه اوقات فراغت خانواده‌ها، تاکنون پژوهشی جهت بررسی عوامل موثر بر سهم فعالیت بدنی و ورزش در برنامه‌های اوقات فراغت و ارائه راهبردهایی جهت بهبود وضعیت آن انجام نشده است. با توجه به آنچه گفته شد، انتظار می‌رود یافته‌های این تحقیق بتواند گامی

1. Young & Willmott

2. Eizagirre-Sagastibeltza

3. Rivas

4. Zabidi

5. Luo

6. Siwek

7. Babaev

هر چند کوچک در جهت توسعه اوقات فراغت خانواده کشور بردارد و تاحدودی میزان فعالیت ورزشی را در بین خانواده‌های ایرانی گسترش دهد. به همین منظور محققین پژوهش حاضر به تدوین مدل اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی پرداختند.

روش‌شناسی پژوهش

روش پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و از نظر نوع داده‌ها کیفی مبتنی بر روش تحلیل مضمون بود که براساس نظر متخصصان انجام شد. جامعه آماری این پژوهش متخصصان و کارشناسان اوقات فراغت و همچنین متخصصان مدیریت ورزشی بودند که جهت انجام مصاحبه از آن‌ها به شکل گلوله برفی به تعدادی از آن‌ها به عنوان نمونه آماری مراجعه شد و در مورد سوالات و اهداف تحقیق از آن‌ها مصاحبه انجام شد. برای انتخاب شرکت‌کنندگان، ابتدا بر اساس سابقه علمی پژوهشی و همچنین سابقه فعالیت‌های عملی که متخصصان داشتند، خبرگان و متخصصانی شناسایی شده و جهت انجام مصاحبه به آن‌ها مراجعه شد و برای دسترسی و شناسایی سایر خبرگان، از خبرگان و متخصصان مصاحبه شده درخواست شد تا افراد دیگری را که در زمینه پژوهشی مورد نظر تخصص دارند، به محققان معرفی کنند. تعداد نمونه آماری نیز با توجه به اشباع اطلاعاتی انتخاب شد به این معنی که تا زمانی که محقق به اشباع اطلاعاتی برسد (بعد از مصاحبه با ۱۸ نفر)، انتخاب نمونه آماری جهت انجام مصاحبه ادامه داشت.

ابزار اندازه‌گیری پژوهش حاضر شامل مصاحبه نیمه‌ساختاریافته بود. به این شکل که محقق با توجه به سوالات از قبل مشخص شده، به مصاحبه با نمونه آماری پرداخت و با توجه به شرایط حاکم بر مصاحبه، شیوه‌هایی را اتخاذ کرد که به طور کامل به سوالات تحقیق پاسخ داده شود. روایی و پایایی نیز با استفاده از چهارعنصر قابلیت اعتبار، قابلیت انتقال، قابلیت اتکا و قابلیت تأیید بررسی و تأیید شد. در پژوهش حاضر بعد از به انجام رساندن مصاحبه (اولین مرحله، تولید کردن داده‌ها) بلافاصله محتوای آن نوشته شد و تجزیه و تحلیل شروع شد. در این پژوهش از شبکه مضامین که آتراید-ستیرلینگ (۲۰۰۱) آن را توسعه داده است، استفاده شد. آنچه شبکه مضامین عرضه می‌کند نقش‌های شبیه تارنما به مثابه اصل سازمان‌دهنده و روش نمایش است. شبکه مضامین، بر اساس روندی مشخص، مضامین پایه (کدها و نکات کلیدی متن)، مضامین سازمان‌دهنده (مضامین به دست آمده از ترکیب و تلخیص مضامین پایه) و مضامین فراگیر (مضامین عالی دربرگیرنده اصول حاکم بر متن به مثابه کل) را نظام‌مند می‌کند؛ سپس این مضامین به صورت نقشه‌های شبکه تارنما، رسم و مضامین برجسته هر یک از این سه سطح همراه با روابط میان آن‌ها نشان داده می‌شود. در پژوهش حاضر نیز با توجه به کدهای به دست آمده، به ترتیب مضامین پایه، مضامین سازمان‌دهنده و مضامین فراگیر شناسایی شدند و با توجه به اهداف تحقیق در سه تم نهایی عوامل مؤثر، رهبردها و پیامدها دسته‌بندی شدند.

یافته‌های پژوهش

در این قسمت در جدول ۱، اطلاعات جمعیت‌شناختی مصاحبه‌شوندگان گزارش شده است.

جدول ۱. اطلاعات جمعیت‌شناختی مصاحبه‌شوندگان

جنسیت	متغیر		درصد فراوانی
	زن	فراوانی	
	مرد	۱۱	۶۱/۱
	زن	۷	۳۸/۹

۲۲/۲	۴	زیر ۴۰ سال	سن
۴۴/۵	۸	۴۰-۵۰ سال	
۳۳/۳	۶	بالای ۵۰ سال	
۱۶/۷	۳	کارشناسی ارشد	تحصیلات
۸۳/۳	۱۵	دکتری	
۶۱/۱	۱۱	استاد مدیریت ورزشی	شغل
۲۲/۲	۴	فعال اوقات فراغت	
۱۶/۷	۳	مدیر اماکن ورزشی	

در پژوهش حاضر با استفاده از روش تحلیل مضمون با رویکرد آتراید-استرلینگ (۲۰۰۱) اقدام به تحلیل مصاحبه‌ها شد و از داده‌های خام مصاحبه‌شوندگان، مضامین پایه و سپس مضامین سازمان‌دهنده و مضامین فراگیر به دست آمد. برای نمونه مصاحبه‌شونده شماره پنج، عنوان کرد که «نداشتن شناخت کافی در مورد جایگاه فعالیت‌های ورزشی در اوقات فراغت خانواده می‌تواند بر کیفیت اوقات فراغت خانواده‌های ایرانی و سهم فعالیت ورزشی در آن، مؤثر باشد» که این گفت‌وگو تبدیل به یکی از مضامین پایه دسته‌بندی شده در مضمون سازنده میزان آگاهی خانواده‌ها از ورزش شد و مصاحبه‌شونده شماره هفت نیز بیان کرد که «دسته‌بندی و تعریف غلط از ورزش و اوقات فراغت مبتنی بر خانواده می‌تواند منجر به بروز مشکلات بزرگ در مسیر توسعه اوقات فراغت خانواده‌های ایرانی شود» که از این گفت‌وگو نیز مضمون پایه‌ای به دست آمد که در دسته‌بندی مضمون سازنده مقطعی نگر بودن قرار گرفت. در مجموع پس از حذف مضامین تکراری، ۳۳۱ مضمون پایه، ۴۹ مضمون سازنده و ۱۷ مضمون فراگیر به دست آمد که در سه تم نهایی عوامل مؤثر، راهبردها و پیامدها دسته‌بندی شدند. در ادامه در جدول ۲ عوامل تاثیرگذار بر اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی آورده شده است که در این بعد ۱۲۱ مضمون پایه، ۱۹ مضمون سازنده و ۷ مضمون فراگیر شناسایی شدند.

جدول ۲. عوامل مؤثر بر اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی

مضامین پایه	مضامین سازنده	مضامین فراگیر
نداشتن شناخت کافی در مورد جایگاه فعالیت‌های ورزشی در اوقات فراغت خانواده		
آشنا نبودن با اصول اجرایی ورزش		
بی‌ارزش کردن اهداف تربیت بدنی	میزان آگاهی	
ناآگاهانه انجام دادن فعالیت‌های بدنی	خانواده‌ها	
نداشتن طبقه‌بندی مناسب برای اوقات فراغت در کشور	از ورزش	
میزان آگاهی خانواده‌ها در مورد فواید فیزیولوژیکی، روانی و اجتماعی ورزش		
میزان هدفمندی ورزش در زندگی خانواده‌ها		
تشخیص و تامین نیازهای ورزشی و و فراغتی افراد خانواده		
میزان خوش‌ذوق بودن خانواده‌ها برای گرایش به فعالیت‌های ورزشی در اوقات فراغت		
درک مفید بودن ورزش برای همه اعضای خانواده		
اولویت‌بندی ورزش در الزامات زندگی		
اصلاح دیدگاه و نگرش خانواده‌ها به ورزش	درک اهمیت ورزش و	
توجه به اهمیت ورزش و فعالیت بدنی	فراغت	
قراردادن ورزش در سبب زندگی خانواده‌ها		
پیدا کردن مسیر زندگی روشن و هویدا با ورزش		عوامل شناختی
فعالیت‌های ورزشی در اوقات فراغت یک رویکرد مغفول در کشور		
نداشتن دیدگاه مناسب نسبت به ورزش خانواده		

مقطعی نگر بودن	قابل فهم و ملموس نبودن مفهوم ورزش خانواده
	دسته‌بندی و تعریف غلط از ورزش و اوقات فراغت مبتنی بر خانواده
	گرایش به کسب نتایج زودبازده در بین خانواده‌ها
	نادیده گرفتن ورزش در اولویت‌بندی خانواده
عوامل مذهبی	داشتن نگاه محدود به ورزش و اوقات فراغت
	نگاه به ورزش به‌عنوان یک موضوع لوکس
	اثرگذاری عرف جامعه بر ورزش
	باورهای مذهبی و سنتی حاکم بر جامعه
عوامل اعتقادی- فرهنگی	رعایت موضوعات شرعی و ملاحظات فرهنگی در ورزش
	محدودیت‌های پوششی برای قشر عظیمی از اعضای خانواده (بانوان)
	تضاد نداشتن بین دین و ارزش‌ها با فعالیت‌های ورزشی
	باورهای غلط منتسب به اسلام
منفی‌نگری	فراهم بودن زمینه اعتقادی
	محدودیت برای حضور خانوادگی در تماشای مسابقات
	نقش دوگانه سیاسیون در مواجهه با برخی مسائل مذهبی مرتبط با ورزش
	مقاومت برخی از نهادها در مقابل ورزش اعضای خانواده باهم
تفاوت نسلی	نگاه منفی مدیران به اوقات فراغت در جوامع کارمحور
	توجه نکردن رسانه‌ها برای نهادینه‌سازی ورزش
	وجود تفاوت بین نسلی بین پدر و مادر و فرزندان
	دور شدن خانواده‌ها از هم به علت مشاغل کاری زیاد
پذیرش فرهنگی	علاقه جوانان به انجام فعالیت‌های ورزشی در گروه همسالان
	استمرار پیدا نکردن انجام فعالیت‌های ورزشی در اوقات فراغت خانواده
	به‌وجود آمدن گسست بین والدین و فرزندان در دنیای مدرنیته
	وجود تاخر زمانی با غرب و کشورهای دیگر در مورد ورزش خانواده
ضعف اقتصادی خانواده‌ها	نداشتن فرهنگ مناسب برای ورزش کردن آقایان و بانوان در یک محیط
	وجود تفاوت و انفکاک بین فرهنگ رسمی و غیررسمی
	به‌وجود آوردن شکاف بیشتر بین ورزش مردان و زنان در جامعه
	دخالت نابجای نهادهای مختلف در مباحث فرهنگی
عوامل اقتصادی	افزایش طلاق عاطفی در جامعه
	الگوسازی نامناسب در جامعه
	جا نیفتادن فرهنگ تناسب اندام قبل از درمان در خانواده‌ها
	هزینه کردن برای موارد غیرضروری به جای ورزش
ضعف مدیریت بودجه	چندشغله بودن افراد
	نداشتن درآمد کافی خانواده‌ها
	اولویت ندادن به ورزش خانواده با توجه به مسائل اقتصادی
	گران بودن ورزش‌های خانوادگی مثل تنیس
ضعف مدیریت بودجه	حذف برنامه‌های ورزشی از سبد خانواده بخاطر فشار مالی
	کاهش منابع توجه به ورزش به دلیل وجود مشکلات در جامعه
	عدم اختصاص بودجه مناسب به ورزش همگانی
	بی‌توجهی به ورزش همگانی طبقات کم‌درآمد
ضعف مدیریت بودجه	ناهمگونی در تخصیص بودجه بین وزارت‌های مختلف
	سقوط ارزش پول ملی در کشور
	هزینه‌بر بودن توسعه ورزش در بلندمدت

	صرف تمام بودجه سرانه ورزش در ورزش قهرمانی به جای ورزش همگانی
	بهره نگرستن از نیروهای متخصص
	ضعف مدیران
	نبود برنامه‌های مدون
عوامل اجرایی	شعارزدگی در توسعه ورزش در سازمان‌ها
	عدم تناسب عملکرد با دانش ورزشی (فاصله داشتن علم تا عمل)
عوامل مدیریتی	پایین بودن کیفیت اجرا در ورزش توسط متخصصین
	نداشتن رویکرد مناسب برای جذب مخاطبین ورزشی
	ناهمگونی در اجرای برنامه‌های ورزش بین نهادهای دولتی
	فقدان مدیریت واحد
وحدت سازمانی	وجود اختلاف بین سازمان‌ها و نهادهای مختلف در ارتباط با ورزش
	تعدد و پراکندگی مراکز تصمیم‌گیری
	مشخص نبودن متولی ورزش همگانی در جامعه
	میزان توزیع اماکن ورزشی مناسب جهت استفاده در برنامه‌های اوقات فراغت
	فراهم بودن شرایط مناسب برای انجام فعالیت فیزیکی خانواده‌ها
	دسترسی محلی به امکانات
زیرساختی	پراکندگی اماکن ورزشی در سطح شهر به منظور بهره‌برداری از آن‌ها توسط خانواده‌ها
	تامین زیرساخت‌ها و سرویس‌های حمل و نقل عمومی
	کیفیت و کمیت تجهیزات
	داشتن برنامه‌ریزی برای اوقات فراغت خانواده توسط مدیران
	میزان سوق دادن اوقات فراغت خانواده‌ها به سمت فعالیت ورزشی
	نحوه برنامه‌ریزی برای انواع تفریحات (کویر، جنگل و طبیعت)
	میزان پررنگ کردن بحث ورزش در خانه برای افرادی که فرصت ورزش کردن ندارند
	ترسیم نقشه کلی و تعیین مسیر برای اوقات فراغت خانواده
هدف‌گذاری	برنامه‌ریزی بودجه‌ای برای گسترش و توسعه ورزش و فعالیت بدنی در اوقات فراغت خانواده‌ها
	برنامه‌ریزی برای طراحی زیرساخت‌های مطابق با موارد فرهنگی
	داشتن چشم‌انداز مناسب برای مشارکت مستمر مردم در اوقات فراغت فعال
	آینده‌نگر بودن مدیران در تصمیم‌گیری‌های مربوط به اوقات فراغت خانواده‌ها
	میزان در نظر گرفتن شرایط اقشار مختلف جامعه در تعیین اهداف و برنامه‌ها
	کسب مهارت‌های ورزشی و نشان دادن آن در محیط‌های ورزشی
	تجربه یاد و خاطرات گذشته در ورزش
سوق‌دهنده فردی	توصیه پزشک
عوامل سوق‌دهنده	علاقه‌مندی
	تناسب اندام
سوق‌دهنده اجتماعی	همراه بودن با دوستان، محیط و خانواده
	نقش رسانه‌ها و تبلیغات
	شرکت در فعالیت جمعی
	نداشتن انگیزه
	نداشتن وقت و انرژی
بازدارنده فردی	مشغله کاری زیاد
	تبلی
	خجالت کشیدن
	نداشتن مهارت کافی برای انجام ورزش

عوامل بازدارنده	بازدارنده اجتماعی	ترس از آسیب‌دیدگی
		نداشتن همراه برای ورزش
		اولویت نداشتن فعالیت بدنی در فیلم، کتاب و سریال
		توسعه فقر حرکتی به علت ماشینی شدن زندگی افراد
		تهدید کمبود نشاط و تفریح در جامعه
		شیوع بازی‌های رایانه‌ای
		زندگی ماشینی و کم تحرکی
		کاهش میزان مشارکت ورزشی در کشور
		خانواده مجرای اصلی جامعه‌پذیری در ورزش
		یادگرفتن اصول و مهارت‌های زندگی در خانواده
عوامل اجتماعی	اجتماع‌پذیری	تمرین کار گروهی در ارتباطات بین اعضای خانواده
		سوق دادن کودکان به سمت ورزش توسط خانواده‌ها
		الگوپذیری کودکان از والدین
		نقش رسانه‌ها در گرایش خانواده‌ها به ورزش
		میزان توجه رسانه‌ها به ورزش در اوقات فراغت
	رسانه	سرمایه‌گذاری رسانه‌ها بر روی ورزش‌های پرطرفدار
		پیوند رسانه و تبلیغ با ورزش همگانی
		نوع تبلیغ (منفی یا مثبت) ورزشکاران در سریال‌ها

نتایج جدول ۲ نشان داد که عوامل تاثیرگذار بر اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی شامل عوامل شناختی، عوامل اعتقادی-فرهنگی، عوامل اقتصادی، عوامل مدیریتی، عوامل سوق‌دهنده، عوامل بازدارنده و عوامل اجتماعی می‌باشند. در ادامه در جدول ۳ راهبردهای شناسایی شده جهت توسعه اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی نشان داده شده‌اند که این راهبردها در ۱۱۵ مضمون پایه، ۱۵ مضمون سازنده و ۵ مضمون فراگیر شناسایی شدند.

جدول ۳. راهبردهای توسعه اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی

مضمین پایه	مضمین سازنده	مضمین فراگیر
کاهش قیمت تمام شده برای پرداختن به ورزش	بهره بردن از مشوق‌ها	
تخفیف دادن به ورزش‌های خانوادگی		
تخفیف در امور مربوط به بیمه فعالان در زمینه اوقات فراغت خانواده		راهبردهای اقتصادی
فعالیت‌های بخش خصوصی در حوزه اوقات فراغت و ورزش خانواده		
ارائه امتیازات مالی به طرح ورزش خانواده	حمایت دولتی	
ارائه امتیازات مالی برای طرح مشاوره ورزش در خانواده		
اختصاص درصدهای تخفیفی به ورزش خانواده‌ها		
معافیت‌های مالیاتی به عنوان مشوقی برای توسعه ورزش خانواده		
توسعه ورزش همگانی به ویژه ورزش خانوادگی با هزینه‌کرد دولت		
جذب سرمایه بخش خصوصی در حوزه ورزش و اوقات فراغت خانواده		
اجتناب از دولتی شدن برنامه‌های اوقات فراغت	خصوصی‌سازی	
واگذاری اماکن و برنامه‌های اوقات فراغت و ورزش همگانی به بخش خصوصی		

	حمایت سازمان‌های دولتی و بخش خصوصی از سرمایه‌گذاران در حوزه ورزش خانواده
	گرایش به همکاری بین‌رشته‌ای
	نیاز به ساختار اداری متمرکز
	برقراری لینک در سایر حوزه‌های مدیریت
ایجاد هماهنگی	هماهنگی با سازمان‌ها و نهادهای دخیل در ورزش همگانی و اوقات فراغت
	همکاری بین سازمان‌ها و نهادها برای مشارکت خانواده‌ها در ورزش
	تشکیل مدیریت واحد با مصوبات یکسان
	درهم تنیدن امکانات سازمان‌های مختلف مانند شهرداری، آموزش و پرورش و غیره
	هماهنگی بین ارگان‌های متولی در سراسر کشور اعم از شهرداری، شورای شهر و اداره ورزش و غیره
	تقسیم وظایف بین سازمان‌های دخیل در اوقات فراغت خانواده‌ها
راهبردهای مدیریتی	تدوین قوانین دقیق و جامع در حوزه مسئولیت سازمان‌های مختلف در حوزه ورزش خانواده
	یکپارچگی در وضع و اجرای قوانین
تدوین و اصلاح قوانین	اصلاح قوانین برای تسهیلات قوانین ورزش خانواده‌ها
	تدوین آیین‌نامه‌ها و اساس‌نامه‌ها برای ترغیب خانواده‌ها به ورزش
	رعایت عدالت جنسی در ورزش
	تنظیم هنجارهای ورزشی در خانواده
عملیاتی‌سازی آموخته‌های دانشگاهی	کارکردی و عملیاتی کردن رسته تربیت بدنی در دانشگاه
	ایجاد همکاری بین رشته‌ای مثل طرح کهد و مه‌اد
	افزایش تعداد واحدهای کارورزی و عملی
	تدوین مرکز پژوهش‌های مجلس در زمینه اوقات فراغت و ورزش خانواده
	عملیاتی کردن برنامه‌ها و طرح‌های ورزش خانواده در سازمان‌ها
	برگزاری مراسم اوقات فراغت مختص خانواده‌ها
	برگزاری جشنواره‌های ورزشی خانوادگی
برگزاری جشنواره	طراحی بازی‌های خانوادگی
	گسترش یا وارد کردن ورزش در خانواده‌ها از جنبه تفریح و نشاط
	ارائه پکیج مشاوره ورزشی، روانشناسی و سبک زندگی
	گسترش جنگ‌های ورزشی
	تشکیل کلوب‌های گردشگری
	طراحی بازی و ورزش برای خانواده‌ها توسط مربی ورزش خانواده
	طراحی برنامه‌هایی برای مشارکت همه اعضای خانواده
اجرای طرح‌های ورزش محور	طراحی ایستگاه‌هایی برای سنجش سلامت
	طراحی و ایجاد شهر پویا (کشیدن لی‌لی در خیابان)
	طرح پارک خانواده
	طراحی بسته اوقات فراغت و ورزش برای خانواده‌ها

	طراحی روندی برای تداوم و ماندگاری ورزش در خانواده
	طراحی وسایل ورزشی خانوادگی
	تاکید مقام معظم رهبری برای اولویت دادن به ورزش همگانی
	حمایت و پشتیبانی بودن مسئولان از ورزش
حمایت نهادهای سیاسی	توصیه نهادهای اثرگذار در ورزش خانواده به جامعه
	تغییر نگرش در سیستم و سیاست‌گذاری‌های کلان
	نقش مقامات، سیاسیون و هنرمندان در ایجاد انگیزه‌های ورزشی
	حضور مسئولان بالادستی مثل رهبر در ورزش (کوهپیمایی)
	گرایش رویکرد فعالان سیاسی به ورزش
	مدیریت شبکه‌های اجتماعی توسط مسئولین ورزشی
	حمایت از ورزش همگانی از اولویت‌های وزارت ورزش
	سیاست‌گذاری دولت برای بالا بردن نرخ فعالیت ورزشی جامعه
راهبردهای سیاست‌گذاری	سیاست‌گذاری محلی با تاکید بر علایق و گرایش‌های بومی محلی
دولت ورزش محور	توسعه دیدگاه پایداری در رویکرد سیاست‌گذاری‌های شهری و دولتی
	توسعه شهروندمداری
	توسعه ورزش خانوادگی توسط شهرداری‌ها
	اصلاح و بهبود ساختار ملی ورزش و خانواده
	تغییر سیاست از مدال‌آوری به سمت سلامت
	اجرای برنامه‌های مدون توسط حکومت و سازمان‌های دولتی
	ساختار مدون اجرایی در سطح کشور
	نقش وزارت ورزش به عنوان هماهنگ‌کننده
ساختاری	تعیین روزی به نام روز خانواده
	تعیین روزی به عنوان فستیوال خانوادگی برای انجام تفریحات خانوادگی
	جا دادن نظام ورزش در نظام سلامت
	ایجاد نظام سلامت ورزش
	طرح ایده نظام سلامت و ورزش و ارائه به وزارت ورزش
	ایجاد کمیته ورزش خانواده
	ایجاد نظام ارجاع ورزش
	ایجاد ساختاری برای مشاوره ورزش خانواده
	آموزش و تربیت مربی برای امکان مرتبط با اوقات فراغت خانواده‌ها
	آموزش و تربیت مربی ورزش برای خانواده‌ها
	پرورش نیروهای متخصص به عنوان مشاور ورزشی خانواده
	شناسایی حوزه منابع انسانی و آموزش در اوقات فراغت
	سازماندهی امور آموزش رسمی و غیررسمی برای بهبود شرایط ورزش خانواده
تربیت متخصص	ورود افراد تحصیل کرده برای هدایت و جهت‌دهی فعالیت‌های ورزشی جامعه بر اساس نیاز جامعه

	هدایت افراد متخصص بر اساس نیاز فراغتی
راهبردهای آموزشی	تربیت متخصصین برای ارتباط دادن بین اعضای خانواده برای ورزش
	ورود رشته‌های تخصصی در زمینه مربی ورزش خانواده در دانشگاه
	برنامه‌ریزی برای تربیت نیروهای متخصص برای آموزش به خانواده‌ها
	پرورش ژورنالیست‌های متخصص در زمینه اوقات فراغت فعال
	برگزاری سمینارهایی برای تحکیم روابط خانوادگی
بهره بردن از رویدادهای آموزشی	برگزاری دوره‌های دانش‌افزایی و ضمن خدمت با محتوای ورزش
	برگزاری دوره‌های آموزشی آنلاین برای خانواده‌ها
	آموزش اوقات فراغت همراه با فعالیت بدنی از طریق رسانه
	برگزاری دوره‌های مربی‌گری برای ورزش خانواده
	مدیریت و آموزش خانواده‌ها توسط مربی ورزش در خانواده
	برگزاری جلسات و همایش‌ها با موضوع ورزش خانواده توسط سازمان‌های مختلف
	ارتقا فرهنگ خانواده‌ها در حوزه سلامت
	توجه به ساختار فرهنگی کشور
	رعایت شرایط و ملاحظات فرهنگی و شهری در ورزش
	پررنگ کردن نقش اوقات فراغت ورزشی در خانواده‌ها
	توسعه فرهنگ ورزش به‌عنوان یکی از الزامات شهرنشینی
بسترسازی فرهنگی	ترویج فرهنگ ورزش در ادارها
	از بین بردن کلیشه‌های جنسیتی در ورزش
راهبردهای فرهنگی	غنی‌سازی فرهنگ ورزش در خانواده‌ها
	تغییر نگرش مسئولان و خانواده‌ها به ورزش
	تکرار رویدادها و فعالیت‌های ورزشی خانوادگی
	عادی‌سازی حضور آقایان و بانوان برای ورزش کردن در کنار هم
	توجه به معیارهای جامعه اسلامی
	توجه به اقلیم فرهنگی - جغرافیایی
	احیای بازی‌های سنتی و بهره‌مندی از آن‌ها در اوقات فراغت
	بومی‌سازی اوقات فراغت بر اساس علایق و سلیقه‌ها
	توصیه صدا و سیما ملی به ورزش و فعالیت بدنی در اوقات فراغت خانواده
	تهیه و پخش فیلم و سریال سوق‌دهنده به اوقات فراغت ورزشی
بهره بردن از رسانه به عنوان ابزار فرهنگ‌سازی	الگو قرار دادن سلبریتی‌های فعال در زمینه اوقات فراغت مبتنی بر ورزش
	معرفی بسته‌های اوقات فراغت سالم توسط رسانه‌ها به جامعه
	توسعه ورزش خانواده از طریق رسانه
	گزارش مشارکت ورزشی خانواده‌ها در رسانه
	الگوپذیری از مسابقات ورزش خانوادگی کشورهای خارجی

نتایج جدول ۳ نشان داد که راهبردهای توسعه اوقات فراغت مبتنی بر فعالیتهای ورزشی در خانوادههای ایرانی شامل راهبردهای اقتصادی، راهبردهای مدیریتی، راهبردهای سیاست‌گذاری، راهبردهای آموزشی و راهبردهای فرهنگی می‌باشند. در ادامه در جدول ۴ پیامدهای بکارگیری مدل اوقات فراغت مبتنی بر فعالیتهای ورزشی در خانوادههای ایرانی نشان داده شده‌اند که این پیامدها در ۹۵ مضمون پایه، ۱۵ مضمون سازنده و ۵ مضمون فراگیر شناسایی شدند.

جدول ۴. پیامدهای بکارگیری مدل اوقات فراغت مبتنی بر فعالیتهای ورزشی در خانوادههای ایرانی

مضامین سازنده	مضامین پایه	مضامین فراگیر
	افزایش انسجام خانوادهها	
	تعالی خانوادهها	
	وفاق و همدلی در بین خانوادهها	
تحکیم بنیان خانواده	توسعه روابط خانوادگی	
	به وجود آمدن روحیه تعامل در فضای خانواده	
	رفع مشکلات رفتاری در خانواده	
	تعدیل اختلافات خانوادگی	
	توجه به نهاد خانواده در توسعه پایدار اجتماعی	
	غنی‌سازی اوقات فراغت خانواده در کنار همدیگر	
	پیدا کردن دوستان جدید	
	بهبود ارتباطات عمومی	
بهبود روابط اجتماعی	تأثیر افزایش ورزش در اوقات فراغت برای مشارکت در کارهای عام‌المنفعه	
	ایجاد شور و نشاط و بهبود ارتباطات اجتماعی	
	افزایش انجسام اجتماعی	
توسعه اجتماعی	پذیرش نقش اجتماعی زنان در جامعه	
	کاهش استفاده از مواد مخدر	
	افزایش کنترل اجتماعی	
کاهش بزه‌کاری اجتماعی	کاهش مباحث مربوط به طلاق	
	کاهش جرم و جنایت در جامعه	
	کاهش آسیب‌ها و ناهنجاری‌های اجتماعی	
	افزایش نشاط اجتماعی	
	نشاط عمومی جامعه بر اثر تأثیرات فیزیولوژیکی ورزش	
	پویایی خانوادهها	
افزایش نشاط اجتماعی	پویایی جامعه	
	افزایش تاب‌آوری اجتماعی	
	نیرومندی، نشاط و شادابی در فرد و خانواده	
	دوری از کسالت روزمره	
	تعدیل خستگی‌های ناشی از کار و زندگی متعارف	
	غنی‌سازی اوقات فراغت خانوادهها با بازی‌های شاد و پرتحرک	
	تغییر جایگاه ورزش از هزینه به سرمایه	
	سرمایه‌گذاری جامعه برای ورزش	
	سرمایه‌گذاری برای ورزش خانواده	
بهبود وضعیت سرمایه‌گذاری	بهبود تخصیص بودجه برای طرح ورزش خانواده	
	تامین اعتبارات برای ساختار اوقات فراغت	
	تامین منابع مالی خانواده برای پرداختن به ورزش	
	ترغیب سرمایه‌گذار برای سرمایه‌گذاری در ورزش خانواده	

		هدفمند کردن مالیات سرمایه‌گذاران به سمت توسعه ورزش خانواده
		سرمایه‌گذاری دولت در ورزش
توسعه اقتصادی	افزایش بهره‌وری	افزایش کارایی و اثربخشی هزینه‌های انجام شده در جامعه
		کاهش هزینه‌های بهداشتی و درمانی
		گردش هزینه‌های مالی و اقتصادی در ورزش
		تأثیر مثبت بر روی GDP کشور
	اشتغال‌زایی	ایجاد اشتغال در زمینه اوقات فراغت
		ایجاد مشاغل خانگی در ورزش
		به وجود آمدن شغل‌های جدید در آینده
		به وجود آمدن شغل‌های مجازی
	بازاریابی	ایجاد شغل‌های وابسته به ورزش با صرف هزینه در ادارات ورزشی
		ایجاد کارآفرینی در حوزه ورزش تفریحی خانواده
		بهبود کسب و کار ورزشی
		بازاریابی و تبلیغ برای فضاها و ورزشی
	مشارکت ورزشی	ایجاد بازار مناسب برای گردشگری ورزشی
		تولید و فروش محصولات ورزشی
		بازاریابی اجتماعی در حوزه پذیرش ورزش تفریحی خانواده‌ها
		افزایش تبلیغ برنامه‌های ورزشی و گردشگری ورزشی در فضای مجازی
توسعه ورزشی	مشارکت ورزشی	مشارکت همگانی بدون محدودیت زمانی
		مشارکت همگانی با توجه به امکانات
		مشارکت همگانی همه افراد خانواده
		حضور خانواده‌ها در فعالیت‌های فرهنگی ورزشی
سازماندهی ورزشی	سازماندهی ورزشی	سازماندهی اوقات فراغت بر اساس نوع نیاز
		افزایش دید بلندمدت برای مشارکت در ورزش خانواده
		سازماندهی اوقات فراغت مبتنی بر ورزش بر اساس طبقه‌بندی خانواده‌ها
		سازماندهی اوقات فراغت مبتنی بر ورزش بر اساس سن افراد خانواده
ارتقای کیفیت زندگی	سالم شدن سبک زندگی	کمک به کیفیت زندگی افراد
		احساس به‌زیستی و خوب بودن
		اصلاح تغذیه نامناسب
		آموزش شیوه صحیح زندگی
لذت‌بخش شدن زندگی	ارتقای کیفیت زندگی	کمک به کیفیت زندگی تحصیلی و کاری
		ایجاد عادات مناسب
		داشتن سبک زندگی فعال
		افزایش رضایتمندی فردی و خانوادگی
توسعه سلامت جسمانی	لذت‌بخش شدن زندگی	بازگشت مجدد به فعالیت‌های ورزشی
		لذت بردن از ورزش‌های خانوادگی در اوقات فراغت
		افزایش تداوم ورزش در خانواده همراه با تفریح و لذت
		متعهد شدن به انجام ورزش
توسعه سلامت جسمانی	توسعه سلامت جسمانی	تندرستی و زندگی سالم
		افزایش توانمندی فرزندان
		افزایش طول عمر
		ارتقا سلامت و بهداشت خانواده
		ارتقا سلامت و بهداشت جامعه

توسعه سلامتی	بهبود تناسب اندام
	داشتن خواب راحت
	برخورداری از موانع فیزیولوژیکی
	استحکام وضعیت خانواده‌ها از نظر امنیت جسمانی
کاهش بیماری	اصلاح ناهنجاری‌های ساختاری
	کاهش پیامدهای ناشی از فقر حرکتی
	کاهش بیماری‌های جسمی مانند بیماری‌های قلبی و عروقی، سکته و سرطان و غیره
	پیشگیری از بیماری‌ها
توسعه سلامت روانی	تنظیم کلاسترول خون
	افزایش سلامت روحی
	افزایش امید به زندگی
	خودشکوفایی
	استحکام وضعیت خانواده‌ها از نظر امنیت روانی
	پیشگیری و درمان بیماری‌های روحی و روانی
	ایجاد آسایش و آرامش در خانواده‌ها
کاهش اضطراب و افسردگی	

نتایج جدول ۴ نشان داد که پیامدهای بکارگیری مدل اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی شامل توسعه اجتماعی، توسعه اقتصادی، توسعه ورزشی، ارتقای کیفیت زندگی و توسعه سلامتی بودند. در ادامه تم‌های نهایی مدل اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی به تفکیک گزارش شده است که در سه تم عوامل مؤثر، راهبردها و پیامدها دسته‌بندی شدند:

عوامل مؤثر: در پژوهش حاضر عوامل تاثیرگذار بر اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی در ۱۲۱ مضمون پایه، ۱۹ مضمون سازنده و ۷ مضمون فراگیر شناسایی شدند. طبق نتایج تحقیق، عوامل تاثیرگذار بر اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی شامل عوامل شناختی، عوامل اعتقادی-فرهنگی، عوامل اقتصادی، عوامل مدیریتی، عوامل سوق‌دهنده، عوامل بازدارنده و عوامل اجتماعی می‌باشند.

راهبردها: در پژوهش حاضر راهبردهای شناسایی شده جهت توسعه اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی شامل ۱۱۵ مضمون پایه، ۱۵ مضمون سازنده و ۵ مضمون فراگیر می‌باشند. طبق نتایج تحقیق، راهبردهای توسعه اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی شامل راهبردهای اقتصادی، راهبردهای مدیریتی، راهبردهای سیاست‌گذاری، راهبردهای آموزشی و راهبردهای فرهنگی می‌باشند.

پیامدها: در پژوهش حاضر، پیامدهای بکارگیری مدل اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی شامل ۹۵ مضمون پایه، ۱۵ مضمون سازنده و ۵ مضمون فراگیر می‌باشند. طبق نتایج تحقیق، پیامدهای بکارگیری مدل اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی شامل توسعه اجتماعی، توسعه اقتصادی، توسعه ورزشی، ارتقای کیفیت زندگی و توسعه سلامتی می‌باشند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تدوین مدل اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی انجام شد. نتایج تحقیق نشان داد که عوامل تاثیرگذار بر اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی شامل عوامل شناختی، عوامل اعتقادی-فرهنگی، عوامل اقتصادی، عوامل مدیریتی، عوامل سوق‌دهنده، عوامل بازدارنده و عوامل اجتماعی می‌باشند. این بخش از نتایج

تحقیق با نتایج تحقیقات زابیدی و همکاران (۲۰۲۳)، لیو و همکاران (۲۰۲۳)، سیوک و همکاران (۲۰۲۲)، فلاحتی و همکاران (۲۰۲۳) و مستحفظیان و همکاران (۲۰۲۱) همسو می‌باشد. در تبیین این نتیجه تحقیق می‌توان چنین بیان کرد که میزان آگاهی خانواده‌ها از ورزش و درک اهمیت ورزش و فراغت از سوی خانواده‌ها می‌تواند منجر به پرداختن یا عدم پرداختن خانواده‌ها به اوقات فراغت مبتنی بر ورزش شود به این شکل که هرچقدر خانواده‌ها از ثمره و نتایج مثبت ورزش آگاه باشند به همان میزان میل پرداختن به ورزش در اوقات فراغت آن‌ها نیز افزایش پیدا خواهد کرد. در کنار این موارد، عوامل مذهبی و اعتقادی نیز منجر می‌شود که خانواده‌ها چه نوع اماکن و موقعیت‌هایی را برای گذراندن اوقات فراغت خود انتخاب کنند. یکی دیگر از عوامل مهم در زمینه اوقات فراغت خانوادگی، تفاوت نسلی بین فرزندان و والدین است که هرچقدر این تفاوت نسلی بیشتر باشد، فاصله بین فرزندان و والدین بیشتر خواهد بود. همچنین عوامل مختلفی مانند وضعیت اقتصادی خانواده‌ها، میزان دسترسی خانواده‌ها به زیرساخت‌ها و تجهیزات لازم و عوامل اثرگذار اجتماعی مانند رسانه‌ها همواره در انتخاب نوع و شیوه پرداختن به اوقات فراغت را تحت تاثیر قرار می‌دهد.

همچنین نتایج تحقیق نشان داد که راهبردهای توسعه اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی شامل راهبردهای اقتصادی، راهبردهای مدیریتی، راهبردهای سیاست‌گذاری، راهبردهای آموزشی و راهبردهای فرهنگی می‌باشند. این بخش از نتایج تحقیق با نتایج تحقیقات دیکوبو و همکاران (۲۰۲۳)، هارد و همکاران (۲۰۲۱) و مستحفظیان و همکاران (۲۰۲۱) همسو می‌باشد. با توجه به نتایج به دست آمده در این بخش از نتایج تحقیق می‌توان از مشوق‌های مالی اعطای وام و کمک‌های تسهیلات و مالیاتی در جهت توسعه اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی بهره گرفت. همچنین حمایت دولت از بخش خصوصی و تدوین و اصلاح قوانین پیش پا افتاده نیز می‌تواند در توسعه اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی کمک‌کننده باشد. همچنین باید زمینه‌هایی جهت اجرایی کردن راهبردهای آموزشی مانند تربیت متخصصان و راهبردهای سیاست‌گذاری مانند حمایت نهادهای سیاسی و دولت از سرمایه‌گذاران در زمینه اوقات فراغت خانواده‌ها فراهم شود و با استفاده از ابزارهای مختلف که در رأس آن‌ها رسانه قرار دارد، فرهنگ پرداختن به ورزش در اوقات فراغت در بین خانواده‌های ایرانی نهادینه شود و بستر لازم جهت انجام این فعالیت‌ها فراهم شود.

دیگر نتایج تحقیق نشان داد که پیامدهای بکارگیری مدل اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی شامل توسعه اجتماعی، توسعه اقتصادی، توسعه ورزشی، ارتقای کیفیت زندگی و توسعه سلامتی بودند. این بخش از نتایج تحقیق با نتایج تحقیقات ریواس و همکاران (۲۰۲۳)، لیو و همکاران (۲۰۲۳)، بابایف و همکاران (۲۰۱۹) و مستحفظیان و همکاران (۲۰۲۱) همسو می‌باشد. پیامدهای شناسایی شده در این تحقیق نشان داد که بکارگیری مدل اوقات فراغت مبتنی بر فعالیت‌های ورزشی در خانواده‌های ایرانی که در این تحقیق ارائه شد و توجه به عوامل تاثیرگذار و بکارگیری راهبردهای شناسایی شده در آن منجر به تحکیم بنیان خانواده، بهبود روابط اجتماعی، کاهش بزه‌کاری اجتماعی و افزایش نشاط اجتماعی می‌شود. همچنین وضعیت سرمایه‌گذاری در زمینه اوقات فراغت خانواده‌ها بهبود می‌یابد، بهره‌وری سازمان‌های مرتبط افزایش پیدا می‌کند و منجر به اشتغال‌زایی نیز می‌شود، مردم جامعه سبک زندگی سالم را پیش می‌گیرند، زندگی برای آن‌ها لذت‌بخش می‌شود و سلامت جسمانی و روحی-روانی آن‌ها توسعه و نرخ بیماری در بین اقشار مختلف جامعه کاهش می‌یابد.

به طور کلی بر اساس نتایج تحقیق می‌توان چنین نتیجه‌گیری کرد که عوامل مختلفی وجود دارند که بر اوقات فراغت مبتنی بر ورزش خانواده‌های ایرانی موثر هستند که در این تحقیق بسیاری از آن‌ها شناسایی شدند که لازم است توجه ویژه‌ای بر آن‌ها شود و در کنار آن راهبردهای شناسایی شده در این پژوهش به بهترین شکل ممکن بکار گرفته شوند و حمایت‌های لازم از سوی سازمان‌ها و مسئولین مربوطه جهت اجرایی شدن این راهبردها به عمل آید که نتیجه و ثمره این تلاش‌ها می‌تواند منجر به توسعه پایدار در ابعاد مختلف اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، کیفیت زندگی و سلامتی شود.

References

1. Alavizadeh, S. (2008). Investigating how and how the women of Kashmir city spend their free time. *Population*, 63(15), 61-84. (In Persian)
2. Attride-Stirling, J. (2001). Thematic networks: an analytic tool for qualitative research. *Qualitative research*, 1(3), 385-405.
3. Azam nezami, N., zarei, A., tojari, F., & sajadi, H. (2021). The Effect of Parental Physical Activity on Children's Physical Activity: the mediating role of children's perceptions of parental support. *Sport Sciences Quarterly*, 13(43), 53-73. (In Persian)
4. Babaev, A. V., Babaeva, E. V., & Ganshina, G. V. (2019). Modern family leisure activities organization in theme parks. *Перспективы науки и образования*, (5), 345-358.
5. Cheval, B., Sivaramakrishnan, H., Maltagliati, S., Fessler, L., Forestier, C., Sarrazin, P., ... & Boisgontier, M. P. (2021). Relationships between changes in self-reported physical activity, sedentary behaviour and health during the coronavirus (COVID-19) pandemic in France and Switzerland. *Journal of sports sciences*, 39(6), 699-704.
6. Dikobo, S. J. E., Lemieux, I., Poirier, P., Després, J. P., & Alméras, N. (2023). Leisure-time physical activity is more strongly associated with cardiometabolic risk than occupational physical activity: Results from a workplace lifestyle modification program. *Progress in Cardiovascular Diseases*, 78, 74-82.
7. Drygas, W., Kwaśniewska, M., Kaleta, D., & Ruszkowska-Majzel, J. (2008). Increasing recreational and leisure time physical activity in Poland—how to overcome barriers of inactivity. *Journal of Public Health*, 16(1), 31-36.
8. Eizagirre-Sagastibeltza, O., Fernandez-Lasa, U., & Usabiaga, O. (2023). Motivations and Barriers to Leisure-Time Physical Activity Among Rural Women of Gipuzkoa. *Women in Sport and Physical Activity Journal*, 1(aop), 1-10.
9. Falahati, S., Hakakzadeh, M., & Porranjbar, M. (2023). Designing a model for institutionalizing sports activities in Iran's leisure time and explaining its future with a scenario writing approach on the horizon of 1420. *Contemporary Studies on Sport Management*, (), -. (In Persian)
10. Hurd, A., Anderson, D. M., & Mainieri, T. (2021). *Kraus' recreation and leisure in modern society*. Jones & Bartlett Learning.
11. Lippi, G., Henry, B. M., & Sanchis-Gomar, F. (2020). Physical inactivity and cardiovascular disease at the time of coronavirus disease 2019 (COVID-19). *European journal of preventive cardiology*, 27(9), 906-908.
12. Lotfi, K., Farzan, F., Khodadadi, M., & Razavi, S. M. H. (2023). Designing A Model of Recreational Sports in The Family with A Grounded Theory Approach. *Sport Management Studies*, (), -. (In Persian)
13. Luo, J., Huang, S., Jiao, R., & Li, Z. (2023). A gender perspective analysis of Chinese nationals' leisure time allocation: Family life cycle versus demographic determinants. *Journal of Leisure Research*, 1-23.
14. Mostahfezian, M., Rahbari, S., Movahed, M. A., & Nasr Isfahani, D. (2021). Improving the leisure time of women and girls in the family with an approach based on physical activity in Isfahan province (model presentation). *Journal of sociological and managerial analysis in sports*, 2(6), 1-24. (In Persian)
15. Nosratinejad, F., Shahbandi, A. (2014). A comparative study of the leisure time patterns of young people and their parents. *Lifestyle Studies*, 7(3), 59-76. (In Persian)

16. [Pahlavan, M., & Barzigar, F. \(2011\). The Effective Social Factors Influencing on the Attitude of Leisure Time among Female Students in Amol. *Sociological Studies of Youth*, 2\(3\), 53-66. \(In Persian\)](#)
17. [Parizadi, T., shaikholeslami, A., karimi razakani, A. \(2019\) Analysis of the state of urban resilience against natural hazards \(Case Study: Baqer-shahr City\). *Journal of Environmental Science and Technology*, 10\(37\), 41-54. \(In Persian\)](#)
18. [Pelliccia, A., Solberg, E. E., Papadakis, M., Adami, P. E., Biffi, A., Caselli, S., La Gerche, A., Niebauer, J., Pressler, A., & Schmied, C. M. \(2019\). Recommendations for participation in competitive and leisure time sport in athletes with cardiomyopathies, myocarditis, and pericarditis: position statement of the Sport Cardiology Section of the European Association of Preventive Cardiology \(EAPC\). *European Heart Journal*, 40\(1\), 19-33.](#)
19. [Pouresmaeil, E. \(2006\). Enjoying leisure time considering socialists' opinions and its comparison with revealed doctrines. *pazhuhesh-dini \(religious study\)*, \(14\), 183-206. \(In Persian\)](#)
20. [Purwanto, A., Asbari, M., Fahlevi, M., Mufid, A., Agistiawati, E., Cahyono, Y., & Suryani, P. \(2020\). Impact of work from home \(WFH\) on Indonesian teachers' performance during the Covid-19 pandemic: An exploratory study. *International Journal of Advanced Science and Technology*, 29\(5\), 6235-6244.](#)
21. [Rafatjah, M., Rashvand, M., & Shahidi Zandi, M. \(2011\). The Sociological Explanation of the young Girls leisure time activities with emphasis on the pathological aspects. *Women's Strategic Studies*, 13\(50\), 29-80. \(In Persian\)](#)
22. [Rahim Pourazghadi, T., Kermani, M. \(2022\). Leisure areas and creating opportunities for women's social roles \(case study: Safavid era in Iran\). *Islamic Studies of Women and Family*, 9\(17\), 255-250. \(In Persian\)](#)
23. [Rivas, S., & Albertos, A. \(2023\). Potential connection between positive frustration in family leisure time and the promotion of adolescent autonomy. *Frontiers in Psychology*, 14.](#)
24. [Sadeghi, R., Balali, E., Mohammadpur, A. \(2011\). Social Inequality in Leisure Time. *refahj*, 10\(39\), 357-389. \(In persian\)](#)
25. [saeidi rezvani, N., & Elmi, S. M. \(2021\). Investigating how citizens of Qazvin spend their leisure time during coronavirus pandemic. *Journal of Urban Development and Architecture - Environment Identity \(JUDA-EI\)*, 2\(5\), -. \(In Persian\)](#)
26. [Siwek, M., Kolasińska, A., Wrześniewski, K., & Zmuda Palka, M. \(2022\). Services and Amenities Offered by City Hotels within Family Tourism as One of the Factors Guaranteeing Satisfactory Leisure Time. *International journal of environmental research and public health*, 19\(14\), 8321.](#)
27. [Teimouri, H., Forouzan, F., & Safari, A. \(2019\). Analysis the Model of Employees' Leisure Time Management at the Workplace in Mix Method Approach. *Management Studies in Development and Evolution*, 28\(94\), 63-84. \(In Persian\)](#)
28. [Tojimatovich, A. A., Saydalievich, U. S., & Isroil ogli, A. J. \(2022\). Life of the Faculty of Military Education. *Zien Journal of Social Sciences and Humanities*, 8, 6-9.](#)
29. [Tucker, P., Van Zandvoort, M. M., Burke, S. M., & Irwin, J. D. \(2011\). The influence of parents and the home environment on preschoolers' physical activity behaviours: a qualitative investigation of childcare providers' perspectives. *BMC public health*, 11\(1\), 1-7.](#)
30. [Young, M., & Willmott, P. \(2023\). *The symmetrical family: A study of work and leisure in the London region*. Taylor & Francis.](#)

31. [Zabidi, A. S., Hastings, R. P., & Totsika, V. \(2023\). Spending leisure time together: Parent child relationship in families of children with an intellectual disability. *Research in Developmental Disabilities, 133*, 104398.](#)

IB Press