

Sport Management Studies

Sport Sciences Research Institute of Iran

Bimonthly Journal of Sport Management Studies

Aug-Sep 2023/ Vol. 15/ No. 79/ Pages 83-104

Designing a Model of Recreational Sports in the Family with a Grounded Theory Approach

Kh. Lotfi^{1*}, F. Farzan², M. R. Khodadadi³, S. M. H. Razavi⁴

1. Ph.D. Student in Sport Management, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Mazandaran University, Babolsar, Iran
2. Associate Professor, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Mazandaran University, Babolsar, Iran
3. Assistant Professor, Department of Sport Management, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, University of Tabriz, Tabriz, Iran
4. Professor, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Mazandaran University, Babolsar, Iran

Received: 2021/05/02

Accepted: 2021/09/13

Lotfi, Kh; Farzan, F; Khodadadi, M. R; & Razavi, S. M. H; (2023). Designing a Model of Recreational Sports in the Family with a Grounded Theory Approach. *Sport Management Studies*, 15(79), 83-104. In Persian. DOI: 10.22089/SMRJ.2021.10406.3393

Abstract

With the development of technology and the mechanization of lifestyle, the amount of exercise has decreased, this factor has reduced the level of health in society. One of the areas that increase the physical and mental health of society is exercise and leisure. Therefore, the purpose of this study was to design a model of recreational exercise in the family. The research method was qualitative using the grounded theory and data were collected in the field which was designed based on the opinion of experts. The research statistical population was active leisure professionals such as university faculty members, family counselors, experts in organizing family sports events at the Ministry of Sports and Youth, and experts from the Federation of Public Sports. This study used the snowball sampling method to select the participants and sampling continued until the model reached the theoretical saturation. In this study, the model reached the theoretical saturation level in interview 26. The research tool was a semi-structured interview. The Strauss-Corbin paradigm is used to analyze the interview texts, through the hierarchy of open, axial, and selective coding. Accordingly, we considered recreational sports in the family as the central class and examined the other classes as follows: conditional (causal, contextual, intervening) and consequential categories. The research findings included 6 components in causal conditions, 4 components in contextual conditions, 4 components in interventionist conditions, 5 components in strategies, and 7 components in consequences, which involves a total of 26 components. The results show that government officials and institutions can take positive steps towards the promotion and development of recreational sports in the family.



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Keywords: Leisure, Family, Sports Participation, Recreational Sports, Home Sports

* Corresponding Author: Khadijeh Lotfi, Tel: 09147803764, E-mail: lotfikhadijeh@yahoo.com
<https://orcid.org/0000-0002-4161-723X>

Extended Abstract

Background and Purpose

With the development of technology and the mechanization of lifestyle, the amount of exercise and physical activity among people has decreased, having a negative effect on health of people in the society. Nowadays, exercise and physical activity in leisure time can, to some extent, reduce the negative effects of new lifestyles, control the psychological stress caused by work and life efforts, and have a positive effect on individuals' health and well-being. (Kashif, 1390: 51). Families seem to play an important role in providing leisure opportunities for their members, and recreational activities are expected to contribute to family cohesion (Turkan, 2015: 58). As a result, one of the areas that increases the physical and mental health of society is exercise and leisure. Therefore, the purpose of this study was to design a model of recreational exercise in the family.

Materials and Methods

The present study is qualitative research, using Grounded theory approach, and the method of data collection was field study, which was designed based on the opinion of experts. The research population consisted of active leisure professionals, including university faculty members, family counselors, family sporting event experts at the Ministry of Sports and Youth, specialists from the Federation of Public Sports, and the Department of Public Sports at the General Directorate of Physical Education. This study used the snowball sampling method to select the participants and sampling continued until the model reached the theoretical saturation. In this study, the researcher reached the theoretical saturation level in interview 26, so that no new idea emerged with the continuation of the interview. The research tool was a semi-structured interview. To calculate the reliability of the interview with the method of intra-subject agreement of the two coders (evaluators), a research colleague (PhD in sports management) was asked to codify the 4 randomly selected interviews, after the necessary training and explanations. Then, by comparing the coding done by the research colleague with the coding done by the researcher, the similar codes specified by the two coders were identified as "agreement" and the dissimilar codes were identified as "disagreement". Then, using the formula for the percentage of retest reliability, the percentage of intra-subject agreement was calculated. The results showed that the reliability between the two coders is 89% in total and is at a very good level. Further, the content analysis of the interview texts was through the analysis process in the Strauss-Corbin paradigm and through the hierarchy of open, axial, and selective coding.

Results

In the present study, the phenomenon under study is "family recreational exercise". Accordingly, it is considered as a pivotal class and the other classes are considered as conditional (causal, contextual, and intervening), interactive-process and consequential categories.

Causal Conditions: In this study, cultural factors, motivating and inhibiting factors, lack of sports knowledge and social capital, which necessitated the design of a recreational sports model in the family, are considered as causal conditions.

Contextual Conditions: Contextual conditions or governing contexts are a series of specific conditions in which processes and interactions take place to manage, control and respond to the phenomenon (Danaei-Fard & Emami, 2007: 71). In this study, the categories of planning and organization, characteristics of recreational sports, cognitive skills and hardware infrastructure have been considered as contextual conditions.

Interventional conditions: Interventional conditions are a context that mitigates or exacerbates phenomena (Danaei-Fard & Emami, 2007: 72). In this study, cultural, managerial, economic, and tradition and sports categories act as interventional conditions that improve the phenomenon under study, i.e. the pattern of recreational sports in the family.

Strategy (processes / interactions): Purposeful behaviors, facts, and interactions that are achieved under the influence of intervening and contextual conditions (Danaeifard and Emami, 2007: 73). Strategies developed to control, manage, and deal with each phenomenon are subject to certain conditions. In this research, educational, political, regulatory, economic, and motivational strategies are considered.

Consequences: Consequences are the result of processes and interactions (Danaei-Fard and Emami, 2007: 73). In this theory, the categories of improving health index, improving quality of life, dynamism, and vitality, improving communication skills, economic development and prosperity, sustainable social development and development of family-centered sports are considered as consequence and result of this model.

The code obtained from the axial coding step, is shown in Figure 1 via a graph to provide a comprehensive understanding of the steps performed.

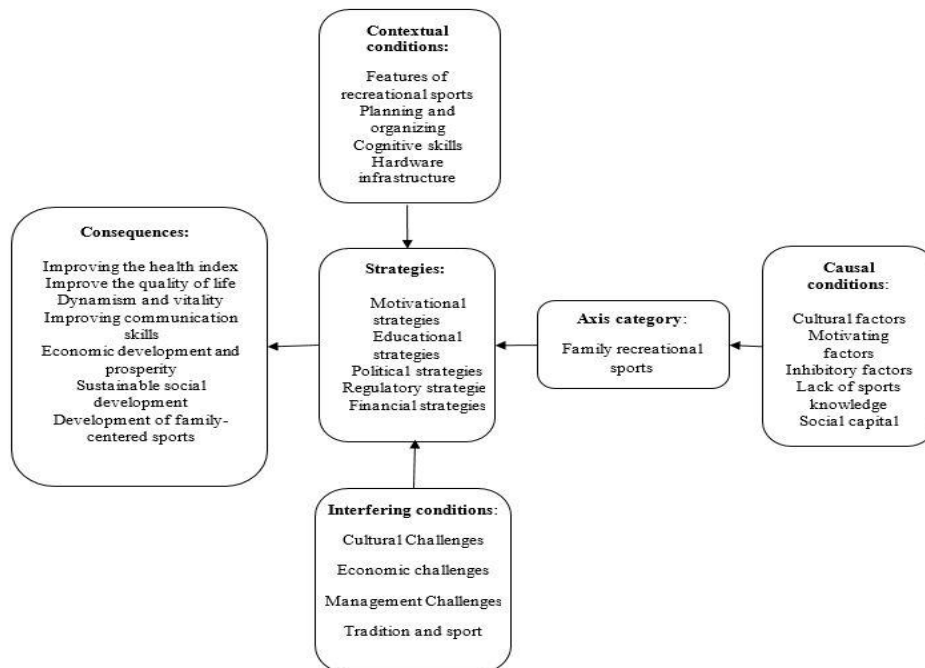


Figure 1- General research model**Conclusion**

The advancement of apartment life in cities, along with the increasing use of technology and the mechanization of work, has had many effects on people's physical activity and poor mobility in urban life, and sport can be an effective step in solving this problem. This led the researcher to conduct research for designing a model of recreational exercise in the family, with a Grounded theory approach. Nowadays, sport as a multidimensional tool with wide-ranging effects has a valuable place and role in the economy, people's health, healthy leisure. It is manifested in creating social relations between people, in preventing diseases and social corruption in society, and in many other cases. While identifying the factors affecting the recreational sports of the family and main categories, this study tried to develop a comprehensive model for governmental and non-governmental organizations to provide platforms, infrastructures, and facilities for participation of families in sports.

Keywords: Leisure, Family, Sports Participation, Recreational Sports, Home Sports

References

1. Danaeifard, H, Emami, S.M, (2007). Qualitative Research Strategies: A Reflection on the Grounded theorizing. *Management Thought*, First Year, 2: 69-97.
2. Kashef, M.M, (2011). *Leisure and Healthy Recreation Management*, First Edition, Tehran: Mobtakaran Publications.
3. Tercan, E. (2015). An Examination of Leisure Participation, Family Assessment and Life Satisfaction in University Students, *Social and Behavioral Sciences*, 186: 58 – 63.

مطالعات مدیریت ورزشی

پژوهشگاه تربیت بدنی

دو ماهنامه مطالعات مدیریت ورزشی

مرداد و شهریور ۱۴۰۲، دوره ۱۵، شماره ۷۹، صفحه‌های ۸۳-۱۰۴

طراحی الگوی ورزش تفریحی در خانواده با رویکرد نظریه داده‌بنیاد

خدیدجه لطفی^{۱*}، فرزام فرزنان^۲، محمدرسول خدادادی^۳، سیدمحمدحسین رضوی^۴

۱. دانشجوی دکترای مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران
۲. دانشیار دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران
۳. استادیار دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران
۴. استاد دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران

Lotfi, Kh; Farzan, F; Khodadadi, M. R; & Razavi, S. M. H; (2023). Designing a Model of Recreational Sports in the Family with a Grounded Theory Approach. *Sport Management Studies*, 15(79), 83-104. In Persian. DOI: 10.22089/SMRJ.2021.10406.3393

دریافت مقاله: ۱۴۰۰/۰۲/۱۲

پذیرش مقاله: ۱۴۰۰/۰۶/۲۲

چکیده

با توسعه فناوری و ماشینی‌شدن سبک زندگی، میزان ورزش و فعالیت بدنی کاهش یافته که موجب کاهش میزان سلامتی افراد جامعه شده است. یکی از زمینه‌هایی که موجب افزایش سلامت جسمانی و روانی جامعه می‌شود، ورزش و اوقات فراغت است؛ بنابراین هدف این تحقیق، طراحی الگوی ورزش تفریحی در خانواده بود. پژوهش حاضر از نوع پژوهش‌های کیفی با به‌کارگیری روش داده‌بنیاد بود. روش جمع‌آوری داده‌ها به صورت میدانی بود که براساس نظر متخصصان، مدل مناسب طراحی شد. جامعه پژوهش، متخصصان فعال اوقات فراغت شامل اعضای هیئت علمی دانشگاه‌ها، مشاوران خانواده، کارشناسان برگزاری رویدادهای ورزشی خانوادگی در وزارت ورزش و جوانان و متخصصان فدراسیون ورزش همگانی بودند. نمونه‌گیری به روش گلوله‌برفی تا جایی ادامه یافت که محقق در مصاحبه ۲۶ به اشباع نظری رسید. ابزار پژوهش، مصاحبه نیمه‌ساختارمند بود. تحلیل محتوای یافته‌ها از طریق فرایند تحلیل در پارادایم استراوس و کوربین و طی سلسله‌مراتب کدگذاری‌های باز، محوری و انتخابی انجام شد؛ بر همین اساس، ورزش تفریحی در خانواده، طبقه محوری در نظر گرفته شد و سایر طبقات با عنوان مقولات شرایطی (علی، زمینه‌ای و مداخله‌گر)، تعاملی / فرایندی و پیامدی بررسی شدند. یافته‌های پژوهش شامل شش مؤلفه در شرایط علی، چهار مؤلفه در شرایط زمینه‌ای، چهار مؤلفه در شرایط مداخله‌گر، پنج مؤلفه در راهبردها و هفت مؤلفه در پیامدها بود که در مجموع به ۲۶ مؤلفه رسید. با توجه به نتایج پژوهش، مسئولان و نهادهای دولتی می‌توانند در راه اعتلا و توسعه ورزش تفریحی در خانواده گام‌های مثبت و بلندتری بردارند.

واژگان کلیدی: اوقات فراغت، خانواده، مشارکت ورزشی، ورزش تفریحی، ورزش در خانه.

* Corresponding Author: Khadijeh Lotfi, Tel: 09147803764, E-mail: lotfikhadijeh@yahoo.com

<https://orcid.org/0000-0002-4161-723X>



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

مقدمه

با گسترش صنعت و ماشین در دنیای کنونی و جایگزینی امکانات و تجهیزات ماشینی به جای فعالیت‌های انسانی، روزبه‌روز سبک‌ها و وضعیت زندگی مردم حال و هوای یکنواخت و بی‌روحی پیدا کرده و محیط عاطفی و پررفت‌وآمد جوامع گذشته جای خود را به زندگی‌های مجرد و خشک آپارتمانی داده است (کاشف، ۲۰۱۱، ۲۵). توسعه جامعه رفاهی مدرن موجب ساده‌سازی، خودکارسازی و حذف بسیاری از فعالیت‌های بدنی و روندی شده است که قبلاً بخشی از زندگی روزمره مردم بود؛ در نتیجه فعالیت‌های بدنی به صورت نظام‌مند و به‌طور فزاینده‌ای از زندگی روزمره، حمل‌ونقل و زندگی کاری حذف شده است (هولت^۱، ۲۰۱۲؛ دفتر آمار کارکنان ایالات متحده^۲، ۲۰۱۶؛ نوره^۳ و همکاران، ۲۰۱۷، ۶۲). تحولات صنعتی و ماشینی‌شدن زندگی انسان‌ها سبب شده است که انسان‌ها همواره در تکاپوی کار و تلاش در مسیر خانه و محل کار ایام خود را بگذرانند و بیشتر اوقات زندگی‌شان صرف درگیری جسمی و فکری با مسائل و مشکلات اقتصادی و عوامل و عوارض ناشی از آن سپری شود (کاشف، ۲۰۱۱، ۲۸).

از جمله مفاهیم جدیدی که معنای اصلی خود را با گسترش فناوری‌های مختلف و صنعتی‌شدن جوامع در زندگی مردم پیدا کرده است، اوقات فراغت و نحوه گذران آن است. فراغت به وضعیت ذهنی درک‌شده توسط افراد گفته می‌شود 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 وضعیتی رخ دهد (فروزان و همکاران، ۲۰۱۹، ۶۴). یکی از لذت‌های دوران زندگی، کشف نقاط مشترک بین والدین و فرزند است یا حتی پدیده‌های جدیدی که امکان دارد فرزندان آن‌ها را به والدین بشناسانند. با گذراندن اوقات فراغت فرزندان به‌همراه خانواده، اعضای خانواده به هم نزدیک‌تر می‌شوند. انجام فعالیت‌های به‌همراه یک والد یا والدین می‌تواند برای نوجوان یک هدیه باشد؛ به‌ویژه اگر یک خانواده پرجمعیت باشد. دیدن گاه و بی‌گاه یک فیلم یا صرف یک وعده غذایی یا یک نوشیدنی در یک کافه بعد از انجام فعالیت‌های دیگر، می‌تواند به آن‌ها احساس خاص بودن دهد (لیو^۴ و همکاران، ۲۰۲۰، ۲). فعالیت‌های فراغتی خانواده فعالیت‌هایی است که افراد تصمیم می‌گیرند در زمان اختیاری خود به‌طور مداوم به انجام رفتارهای دردسترس بپردازند. فعالیت‌های فراغتی خانواده فرصتی برای خانواده‌ها فراهم می‌آورد تا تغییر را در وضعیتی نسبتاً آرام تجربه کنند که این امر به ایجاد سازگاری و انعطاف‌پذیری بیشتر خانواده‌ها منجر می‌شود (رهارد و همکاران، ۲۰۲۰، ۳۱، به نقل از فایارد^۵ و همکاران، ۲۰۱۴).

در پژوهش‌های متعددی اهمیت اوقات فراغت مشخص شده است. گذران اوقات فراغت یکی از تضمین‌کننده‌های سلامت و بهداشت روانی انسان است که باعث کاهش اضطراب و تنش‌های روزمره می‌شود (لبوویتز و اومر^۶، ۲۰۱۳، ۱). پژوهش‌ها نشان می‌دهند، پرداختن به سطوح پایه ورزش با احساس مشارکت و انگیزه عمل همراه است که به توسعه ورزش و افزایش سلامت اجتماعی منتهی می‌شود و زمینه افزایش حضور مردم در فضاهای ورزشی و آگاهی آن‌ها در مورد فرایندهای ورزش، زمینه

-
1. Holt
 2. U.S. Bureau of labor statistics
 3. Nordh
 4. Liu
 5. Fayard
 6. Lebowitz & Omer

ارتقای سلامت و تداوم رفتارهای فعال تر را مهیا می‌کند (همرا^۱ و همکاران، ۲۰۱۴، ۳). با افزایش سطوح چاقی و بی‌حرکی، درخواست برای توسعه ورزش، بیشتر در جهت سرمایه‌گذاری بر ارزش مشارکت جامعه برای فواید اجتماعی و سلامتی صورت می‌گیرد (روو^۲ و همکاران، ۲۰۱۳، ۳۶۶).

تحقیقات درباره اثر فعالیت‌های ورزشی بر سلامتی جسمی و روانی، طول عمر، شادابی، گسترش روابط اجتماعی و غنی‌سازی اوقات فراغت باعث شده‌اند تا مشارکت مردم در ورزش‌ها و به‌ویژه شرکت آن‌ها در انواع ورزش‌های همگانی در جهان افزایش یابد؛ به همین دلیل است که امروز اغلب کشورهای پیشرفته جهان در برنامه‌ریزی‌ها و سازمان‌دهی ورزش همگانی کشور خود با دیگر کشورها رقابت می‌کنند و همواره در حال ارائه برنامه‌های خلاق برای رشد این ورزش هستند. بدیهی است، هر کشوری از این موج فزاینده عقب بیفتد، به‌هیچ‌وجه نمی‌تواند خلأ ایجادشده را پر کند و درنهایت، تفاوت‌ها در بهره‌وری از تأثیرات ورزش و فعالیت‌های حرکتی واضح خواهد بود (کاوه‌پور، ۲۰۱۳، ۳۵). همچنین افزایش سلامت و نشاط در جامعه سبب کاهش هزینه‌های درمانی و بهداشتی می‌شود؛ بهره‌وری نیروی کار جامعه را افزایش می‌دهد و از این راه به توسعه همه‌جانبه آن جامعه کمک می‌کند. گذشته از این، ورزش همگانی در جامعه کارکردهای مطلوبی چون افزایش همدلی، تقویت همبستگی و مشارکت اجتماعی، تحکیم روابط و پیوندهای اجتماعی و کمک به فرایند جامعه‌پذیری افراد نیز دارد (مجدآرا، ۲۰۱۱، ۳۴). یک گام مهم در ترویج فعالیت بدنی، شناسایی توزیع آن در حوزه‌های اصلی زندگی روزمره مانند کار، اوقات فراغت، حمل‌ونقل و خانواده است (کلویکس^۳ و همکاران، ۲۰۱۴، ۳). با توجه به نتایج تحقیقات، هزینه در ورزش، درحقیقت سرمایه‌گذاری است که با افزایش سلامت خانواده هزینه‌های درمان کاهش می‌یابد (ربیعی، ۲۰۱۵، ۲).

اوقات فراغت و تفریح بر کیفیت زندگی اثرگذارند. کیفیت زندگی به میزان لذت‌بردن هر فرد از امکانات و فرصت‌های زندگی‌اش گفته می‌شود. این فرصت‌ها حاصل تعامل عوامل فردی و محیطی است. رضایت، یکی از نتایج تجربه اوقات فراغت است. منافع اوقات فراغت ممکن است فیزیولوژیک، روان‌شناختی یا ترکیبی از هر دو باشد (اسدی و شعبانی‌مقدم، ۲۰۱۷، ۲۱). درباره همین موضوع، نتایج پژوهش ابراهیمی و همکاران (۲۰۱۹) نشان داد، مداخله ورزش بر بعد روابط اجتماعی کیفیت زندگی افراد تأثیر بسیار زیادی دارد. یکی از روش‌هایی که می‌تواند اوقات فراغت افراد جامعه را زیرپوشش قرار دهد و بسیاری از ضعف‌ها و کمبودهای جسمانی و روانی را رفع و درمان کند، ورزش و تفریحات سالم است. عوامل شناخته‌شده برای تأثیر اوقات فراغت در طول دوره زندگی عبارت‌اند از: جنسیت، نژاد، آموزش و درآمد. الگوهای اوقات فراغت و رفتارهای مردان و زنان به‌طور چشمگیری متفاوت است (جانک^۴ و همکاران، ۲۰۱۰، ۶۵).

امروزه کانون خانواده جایگاهی برای تأمین نیازهای عاطفی، امنیت، روابط گرم، فعالیت‌های مربوط به اوقات فراغت است (رحیمی و قانندی‌فر، ۲۰۱۳، ۴۸۷). خانواده یکی از نهادهای اجتماعی مؤثر در جامعه است. از نظر اندیشمندان، قدمت این نهاد اجتماعی با زندگی اجتماعی انسان برابری می‌کند. به‌دلیل ارزش، اهمیت و نقشی که خانواده در تداوم و سلامت جامعه دارد، پژوهشگران اجتماعی علاقه‌مند به پژوهش و تبادل نظر در حوزه خانواده پرداخته‌اند. این نهاد نیز مانند دیگر نهادهای اجتماعی، در طول تاریخ بشریت بر اثر عوامل متعدد دچار تغییر و دگرگونی شده است (ناییبی و گلشنی، ۲۰۱۳، ۱۳۶). به نظر

-
1. Hamer
 2. Rowe
 3. Cloix
 4. Janke

می‌رسد، خانواده‌ها نقش مهمی در ارائه فرصت‌های اوقات فراغت برای اعضای خود دارند و انتظار می‌رود که فعالیت‌های تفریحی به انسجام خانوادگی کمک کند. در طول دهه گذشته، ادبیات اوقات فراغت به سرعت توسعه یافت و یکی از موضوعات جالب در میان پژوهشگران اوقات فراغت که بیشتر مدنظر بود، اوقات فراغت خانواده بود. انواع خانواده‌ها مانند خانواده‌های سنتی، زوج‌های متأهل، خانواده‌های تک‌نفره، خانواده‌ها با یک کودک یا کودکان دارای معلولیت وجود دارد (ترکان^۱، ۲۰۱۵، ۵۹). با ورود صنعت و فناوری جدید به ایران و تغییرات اقتصادی و اجتماعی حاصل از آن، جامعه و خانواده ایرانی نیز دچار تغییر و تحولاتی شده است. به نظر جامعه‌شناسان، ایران کشوری در حال گذار است؛ یعنی برخی از ارزش‌های سنتی حاکم بر جامعه و خانواده را حفظ کرده است؛ به آن‌ها پایبند است و ارزش‌های نوین ناشی از جهان صنعتی را پذیرفته است؛ بر همین اساس، خانواده ایرانی، در صد سال اخیر، در کشاکش فرهنگی میان الگوهای سنتی و مدرن قرار داشته است. در این کشاکش فرهنگی، ارزش‌ها و رفتارها نیز در خانواده‌ها دچار دگرگونی شده‌اند. بسیاری از رفتارهای ثابت و دیرین خانوادگی کم‌رنگ شده و رفتارهای دیگری به جای آن نشسته‌اند (ناییبی و گلشنی، ۲۰۱۳، ۱۳۷). همچنین محققان اوقات فراغت با شناسایی مشارکت اوقات فراغت خانواده به عنوان موضوعی در ارتباط با عملکرد سالم خانواده، به این موضوع کمک کرده‌اند (ترکان، ۲۰۱۵، ۶۰).

اوقات فراغت در خانه، دور از دسترس مدیران اوقات فراغت به نظر می‌رسد، اما به شدت تحت تأثیر صنایع اوقات فراغت است و انتخاب‌هایی را برای اوقات فراغت در خانه و توسط دولت‌هایی که بسیاری از فعالیت‌های خانگی را تنظیم می‌کنند، فراهم می‌کند. علاوه بر این، اوقات فراغت در خانه، برخی از اهداف مهم را برای از بین بردن مدیران اوقات فراغت خانگی، به‌ویژه در استفاده از فناوری و نوآوری برای تحریک رشد بازار فراهم می‌کند. اوقات فراغت در خانه، رقیب اصلی برای اوقات فراغت دور از خانه، در استفاده از اوقات فراغت و در هزینه‌های اوقات فراغت است؛ بنابراین این امر برای مدیران خدمات اوقات فراغت دور از خانه مهم است تا استراتژی‌ها و تصمیمات صنایع خدمات تفریحی در خانه را مدنظر قرار دهند. اوقات فراغت در خانه را می‌توان به چهار بخش اصلی تقسیم کرد: سرگرمی در خانه، خانه‌داری و باغبانی، مطالعه و کتاب‌خوانی، سرگرمی و تفریح (تورکیل‌دسن^۲، ۲۰۱۱، ۷۷). از دیدگاه سلامت عمومی نیز مهم است که فعالیت‌هایی شناسایی و ترویج شوند که به احتمال زیاد سطح فعالیت عمومی را در جامعه افزایش دهند. مطالعات نشان می‌دهند، پیاده‌روی یکی از شایع‌ترین فعالیت‌های بدنی است (نوره و همکاران، ۲۰۱۷، ۲). یکی دیگر از عواملی که موجب اهمیت بیش‌ازپیش ورزش خانواده در زمان فعلی در مقایسه با گذشته شده است، شیوع ویروس کرونا در سراسر دنیا است که از مهم‌ترین عواقب این امر، ایجاد اضطراب اجتماعی در سرتاسر جهان است. این امر نگرانی‌های جدی برای شهروندان در همه کشورهای حتی در جوامع بدون شیوع این ویروس ایجاد کرده است. احساس ناامیدی به‌ویژه در بین خانواده‌ها نشان می‌دهد که چگونه جوامع در مواجهه با خطرهای آسیب‌پذیر هستند. مخاطرات اجتماعی بخشی از زندگی روزمره است. شیوع ویروس کرونا نشان می‌دهد که مخاطرات اجتماعی به آسیب اجتماعی منجر می‌شود. در همه‌گیری و بلایای طبیعی، زنان باردار، خانواده‌های دارای فرزند، افراد مسن‌تر، افراد دارای معلولیت و افراد کم‌درآمد از آسیب‌ها رنج می‌برند، اما درباره همه‌گیری و شیوع ویروس کرونا همه گروه‌های جوامع احساس خطر می‌کنند؛ از این رو استفاده از فعالیت‌های اوقات فراغت و ورزش‌های تفریحی (چه در بعد فعالیت‌های جسمی و ورزشی و چه در ابعاد

-
1. Tercan
 2. Torkildsen

اجتماعی، فرهنگی و هنری) به بهبود عملکرد منجر می‌شود و خود گامی در راستای کارایی بهبود فرهنگ ورزش در خانواده است (طیبی و همکاران، ۲۰۲۰، ۲۷۲).

با توجه به اهمیت ورزش و نقش مهم آن در گذران اوقات فراغت و تفریحات سالم و همچنین طی بررسی مطالعات پیشین، محقق الگو یا مدل جامع و سازمان‌یافته‌ای را مشاهده نکرد که برای ورزش تفریحی خانواده‌ها طراحی شده باشد. همچنین به نظر می‌رسد، نقش خانواده در شکل‌گیری انسجام اجتماعی و سامان‌دهی نظام پیشگیری از نبود آمادگی جسمانی و مقابله با بیماری‌ها، در نظام سلامت به‌دقت تبیین نشده است. از سوی دیگر، مقوله محوری ورزش خانواده در اوقات فراغت و تفریح، نیاز اجتماعی تمامی جوامع پیشرفته و رو به پیشرفت است، ولی بررسی زمینه‌ها و ابعاد آن نیازهای پنهان دیگری را نیز در تولیدات و خدمات ورزشی نشان خواهد داد. نرخ مشارکت فعال مردم در ورزش همگانی و میزان رشد آن در ابتدای دولت یازدهم ۱۶ درصد بود که براساس داده‌های مرکز آمار ایران و با اجرای گسترده و سراسری برنامه‌های ورزش همگانی طی سال‌های ۱۳۹۲ تا ۱۳۹۸، این آمار به ۵۱ درصد افزایش یافت (مرکز آمار ایران، ۲۰۱۹، ۱). انتظار می‌رود، با توجه به آمار و پیشینه تحقیق، استفاده از ورزش تفریحی برای خانواده‌ها جدا از پرکردن اوقات فراغت آن‌ها موجب صمیمیت و درک متقابل افراد خانواده از هم شود و جامعه‌پذیری بهتر صورت بگیرد. ورزش کردن در سنین کم برای کودکان در کنار خانواده موجب ایجاد فرهنگ ورزش و نهادینه‌شدن آن می‌شود و این امر نیز در آینده هزینه‌های بیماری‌های غیرواگیر ناشی از فقدان تحرک بدنی را کاهش می‌دهد؛ بنابراین در این پژوهش سؤال اصلی این است که چه عواملی در توسعه ورزش تفریحی خانواده‌ها مؤثرند؟ چه الگویی برای ورزش تفریحی خانواده‌ها می‌تواند مؤثر باشد؟ شناسایی عوامل مؤثر در ورزش تفریحی خانواده‌ها می‌تواند به مدیران فدراسیون‌های ورزشی و سازمان‌های دولتی کمک کند تا برنامه‌ریزی دقیق برای ورزش خانواده‌ها داشته باشند تا خانواده‌ها بتوانند ورزش تفریحی مناسب را براساس سبک زندگی خود انتخاب کنند. با ورود ورزش به خانواده پیشرفت چشمگیری در زمینه پیشگیری از بیماری‌ها و به‌تبع آن، بخش بیمه سازمان‌ها و مسائل اقتصادی روی خواهد داد. اگر بین ورزش، خانواده‌ها و سازمان‌ها تعامل مثبت و سازنده برقرار شود، باعث ایجاد جامعه‌ای سالم و درنهایت ایجاد کشوری توسعه‌یافته به لحاظ ورزش، سلامت و بهداشت می‌شود.

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع پژوهش‌های کیفی با به‌کارگیری رهیافت نظریه داده‌بنیاد بود. روش جمع‌آوری داده‌ها به‌صورت میدانی بود که براساس نظر متخصصان، مدل مناسب طراحی شد. جامعه این تحقیق، متخصصان فعال اوقات فراغت شامل اعضای هیئت‌علمی دانشگاه‌ها، مشاوران خانواده، کارشناسان برگزاری رویدادهای ورزشی خانوادگی در وزارت ورزش و جوانان و متخصصان فدراسیون ورزش همگانی و گروه ورزش همگانی ادارات کل تربیت‌بدنی بودند. روش نمونه‌گیری پژوهش به‌صورت گلوله برفی بود. نمونه‌گیری تا جایی ادامه یافت که محقق به اشباع نظری رسید که در این پژوهش، در مصاحبه بیست و ششم اشباع نظری به دست آمد؛ به‌طوری‌که با ادامه مصاحبه اندیشه جدیدی به وجود نیامد. مشخصات نمونه پژوهش در جدول شماره یک آورده شده است. ابزار پژوهش، مصاحبه نیمه‌ساختارمند بود. برای محاسبه پایایی مصاحبه با روش توافق درون‌موضوعی دو کدگذار (ارزیاب)، از یک دکترای مدیریت ورزشی به‌عنوان همکار پژوهش خواسته شد که چهار مصاحبه را که به‌صورت تصادفی انتخاب شده بود، پس از آموزش‌ها و توضیحات لازم کدگذاری کند. سپس با مقایسه کدگذاری انجام‌شده توسط همکار پژوهش با کدگذاری انجام‌شده توسط پژوهشگر، کدهای مشابهی که توسط دو کدگذار شناسایی شده بود، با

عنوان «توافق» و کدهای غیر مشابه با عنوان «عدم توافق» مشخص شدند. پس از آن، با استفاده از فرمول درصد پایایی بازآزمون، درصد توافق درون‌موضوعی محاسبه شد. نتایج نشان داد، پایایی بین دو کدگذار در کل برابر با ۸۹ درصد بود و در سطح خیلی خوب قرار داشت. همچنین تحلیل محتوای متن مصاحبه‌ها، از طریق فرایند تحلیل در پارادایم استراوس و کوربین و طی سلسله‌مراتب کدگذاری باز، کدگذاری محوری و انتخابی بود.

جدول ۱- توزیع فراوانی مصاحبه‌شوندگان براساس ویژگی‌های جمعیت‌شناختی

Table 1- Frequency distribution of interviewees based on demographic characteristics

19	Abundance / فراوانی	مرد	جنسیت Gender
73.07	Percentage / درصد	male	
7	Abundance / فراوانی	زن	جنسیت Gender
26.92	Percentage / درصد	female	
23	Abundance / فراوانی	متاهل	وضعیت تأهل Marriage status
88.46	Percentage / درصد	married	
3	Abundance / فراوانی	مجرد	وضعیت تأهل Marriage status
11.53	Percentage / درصد	single	
5	Abundance / فراوانی	کارشناسی ارشد	وضعیت تحصیلی Education status
19.23	Percentage / درصد	Master's degree	
21	Abundance / فراوانی	دکتری	
80.76	Percentage / درصد	PhD	
5	Abundance / فراوانی	بین ۳۰ تا ۴۰ سال	وضعیت سنی Age status
19.23	Percentage / درصد	30-40 years old	
13	Abundance / فراوانی	بین ۴۱ تا ۵۰ سال	
50	Percentage / درصد	41-50 years old	
8	Abundance / فراوانی	بیشتر از ۵۰ سال	وضعیت سنی Age status
30/76	Percentage / درصد	Above 50 years old	
19	Abundance / فراوانی	هیئت علمی	موقعیت شغلی Employment status
73.07	Percentage / درصد	Faculty member	
4	Abundance / فراوانی	فدراسیون ورزش‌های همگانی	
15.39	Percentage / درصد	جمهوری اسلامی ایران Sport for all Federation	
2	Abundance / فراوانی	وزارت ورزش و جوانان جمهوری اسلامی ایران	
7.69	Percentage / درصد	Ministry of Sport and Youth	
1	Abundance / فراوانی	مرکز مشاوره	
3.85	Percentage / درصد	Counseling center	

نتایج

در پژوهش حاضر، پدیده بررسی شده، ورزش تفریحی خانواده است؛ بر همین اساس طبقه محوری در نظر گرفته شده و سایر طبقات به شرح زیر به عنوان مقولات شریطی (علی، زمینه‌ای و مداخله‌گر)، تعاملی-فرایندی و پیامدی بررسی شده‌اند. **شرایط علی:** در این پژوهش، عوامل فرهنگی، عوامل انگیزاننده و بازدارنده، کمبود دانش ورزشی و سرمایه اجتماعی که لزوم طراحی الگوی ورزش تفریحی در خانواده را ایجاد کرده‌اند، شرایط علی در نظر گرفته شده‌اند. جزئیات شرایط علی در جدول شماره دو آورده شده است.

جدول ۲- شرایط علی طراحی الگوی ورزش تفریحی در خانواده

Table 2- Causal conditions for designing a pattern of recreational sports in the family

طبقه Class	مقوله Category	مفهوم Concept
شرایط علی Causal conditions	عوامل فرهنگی cultural factors	رواج فرهنگ ورزش Prevalence of sports culture
		مهیا کردن بستر فرهنگی Providing cultural context
	عوامل انگیزاننده و بازدارنده Motivating and deterrent factors	نقش رسانه در فرهنگ‌سازی Role of media in culture building
		عوامل انگیزاننده و بازدارنده فردی Individual motivating and deterrent factors
	کمبود دانش ورزشی Lack of sports knowledge	عوامل انگیزاننده و بازدارنده اجتماعی Social motivating and deterrent factors
		پایین بودن سطح آگاهی خانواده‌ها Low level of awareness in families
سرمایه اجتماعی Social capital	نگرش و باور نادرست Wrong attitude and belief	بهبود مهارت‌های اجتماعی Improving social skills
		بهبود مهارت‌های بین فردی Improving interpersonal skills
	یادگیری اجتماعی Social learning	
	جامعه‌پذیری ورزش در خانواده Socialization of sports in the family	
		جامعه‌پذیری ورزش در مدرسه Socialization of sports in school

شرایط زمینه‌ای: شرایط زمینه‌ای یا بسترهای حاکم عبارت است از سلسله شرایط خاصی که در آن فرایندها و تعاملات برای اداره، کنترل و پاسخ به پدیده صورت می‌گیرند (دانایی فرد و امامی، ۲۰۰۷، ۷۱، به نقل از کرسول^۱، ۲۰۰۵). در این پژوهش، مقوله‌های برنامه‌ریزی و سازمان‌دهی، ویژگی‌های ورزش تفریحی، مهارت‌های شناختی و زیرساخت‌های سخت‌افزاری، شرایط زمینه‌ای در نظر گرفته شده‌اند. جزئیات شرایط زمینه‌ای در جدول شماره سه آورده شده است.

جدول ۳- شرایط زمینه‌ای طراحی الگوی ورزش تفریحی در خانواده

Table 3- Background conditions for designing a recreational sports model in the family

طبقه Class	مقوله Category	مفهوم Concept
شرایط زمینه‌ای Contextual conditions	برنامه‌ریزی و سازمان‌دهی Planning and organizing	طراحی برنامه‌های فراغتی فعال برای خانواده‌ها Designing active leisure programs for families
		برنامه‌ریزی برای ورزش‌های تفریحی خانوادگی Planning for family recreational sports
	ویژگی‌های ورزش تفریحی Features of recreational sports	اختیاری و آزادانه بودن فعالیت‌های ورزشی Optional and free sports activities
		فراگیربودن فعالیت‌های ورزشی Inclusiveness of sports activities
	مهارت‌های شناختی Cognitive skills	ارتقای دانش ورزشی خانواده‌ها Improving the sports knowledge of families
		درک ضرورت انجام ورزش Understanding the need to exercise
		عوامل روان‌شناختی psychological factors
زیرساخت‌های سخت‌افزاری Hardware infrastructure	نیازسنجی بوم‌محورانه Localized assessment	
	فراهم کردن امکانات و زیرساخت‌ها Providing facilities and infrastructure	
	دسترسی داشتن به امکانات Access to facilities	
	تجهیزات Equipment	

شرایط مداخله‌گر: شرایط مداخله‌گر به مثابه بستری است که باعث تخفیف یا تشدید پدیده‌ها می‌شود (دانایی فرد و امامی، ۲۰۰۷، ۷۲، به نقل از کرسول، ۲۰۰۵). در این پژوهش، مقوله‌های فرهنگی، مدیریتی، اقتصادی و سنت و ورزش به‌عنوان

1. Creswell

شرایط مداخله‌گری لحاظ شده‌اند که در جهت بهبود پدیده بررسی شده یعنی الگوی ورزش تفریحی در خانواده عمل می‌کنند. جزئیات شرایط مداخله‌گر در جدول شماره چهار آورده شده است.

جدول ۴- شرایط مداخله‌گر طراحی الگوی ورزش تفریحی در خانواده

Table 4- Interfering conditions for designing a recreational sports model in the family

طبقه Class	مقوله Category	مفهوم Concept
شرایط مداخله‌گر Interfering conditions	فرهنگی Cultural	ضعف دانش فرهنگی Cultural knowledge weakness
		ضعف رسانه Media weakness
	مدیریتی Managerial	ضعف عملکردی Functional weakness
		جزیره‌ای بودن سازمان‌ها The island nature of organizations
	اقتصادی Economical	کاهش قدرت اقتصادی خانواده‌ها Decreasing financial power of families
		تخصیص نادرست بودجه Incorrect budget allocation
	سنت و ورزش Traditions and sport	محدودیت‌های مذهبی Religious restrictions
		نگاه منفی به ورزش Negative view of sports
		عوامل ارزشی و اعتقادی Value and belief factors
		شکاف بین‌نسلی Intergenerational gap

استراتژی‌ها (فرایندها/تعاملات): بیانگر رفتارها، واقعیت‌ها و تعاملات هدفداری‌اند که تحت‌تأثیر شرایط مداخله‌گر و زمینه‌ای حاصل می‌شوند (دانایی‌فرد و امامی، ۲۰۰۷: ۷۳، به نقل از کرسول، ۲۰۰۵). استراتژی‌های ایجادشده برای کنترل، اداره و برخورد با هر پدیده، در شرایط مشاهده‌شده خاصی هستند. در این پژوهش نیز آموزشی، سیاسی، تنظیمی، اقتصادی و انگیزشی، استراتژی‌ها در نظر گرفته شده‌اند. جزئیات استراتژی‌ها در جدول شماره پنج آورده شده است.

جدول ۵- استراتژی‌ها در طراحی الگوی ورزش تفریحی در خانواده

Table 5- Strategies in designing a model of recreational sports in the family

طبقه Class	مقوله Category	مفهوم Concept
استراتژی (فرایندها/تعاملات) Strategy (processes/interactions)	آموزشی Educational	تربیت و توانمندسازی منابع انسانی Training and empowerment of human resources برگزاری دوره‌های آموزشی Holding educational courses تخصص‌گرایی ورزشی Sports specialization
	سیاسی Political	حمایت دولت‌مردان از ورزش Government support for sports نقش تغییرات سیاسی در ورزش The role of political changes in sport سیاست‌گذاری Policy making حکمرانی ورزش Sports governance بهبود شاخص‌های کلان ملی Improving national macro indicators ایجاد ساختار برای ورزش تفریحی Creating a structure for recreational sports
	تنظیمی Regulatory	هماهنگی و همکاری بین‌سازمانی Inter-organizational coordination and cooperation تنظیم قوانین و مقررات Setting rules and regulations عملیاتی کردن رشته تربیت‌بدنی Making the physical education practical
	اقتصادی Economical	مشوق‌های مالی-اقتصادی Financial-economic incentives حمایت مالی دولت از ورزش Financial government support for sports برون‌سپاری Outsourcing
	انگیزشی Motivational	اجرای مراسم Performing ceremonies بازی‌سازی Game development

پیامدها: پیامدها، نتیجه و حاصل فرایندها و تعاملات هستند (دانایی فرد و امامی، ۲۰۰۷: ۷۳، به نقل از کرسول، ۲۰۰۵). در این نظریه، مقوله‌های ارتقای شاخص سلامتی و بهداشت، بهبود کیفیت زندگی، پویایی و نشاط، بهبود مهارت‌های ارتباطی، توسعه و شکوفایی اقتصادی، توسعه پایدار اجتماعی و توسعه ورزش خانواده‌محور، پیامد و نتیجه حاصل از این مدل در نظر گرفته شده‌اند. جزئیات پیامدها در جدول شماره شش آورده شده است.

جدول ۶- پیامدها در طراحی الگوی ورزش تفریحی در خانواده

Table 6- Consequences in designing a recreational sports model in the family

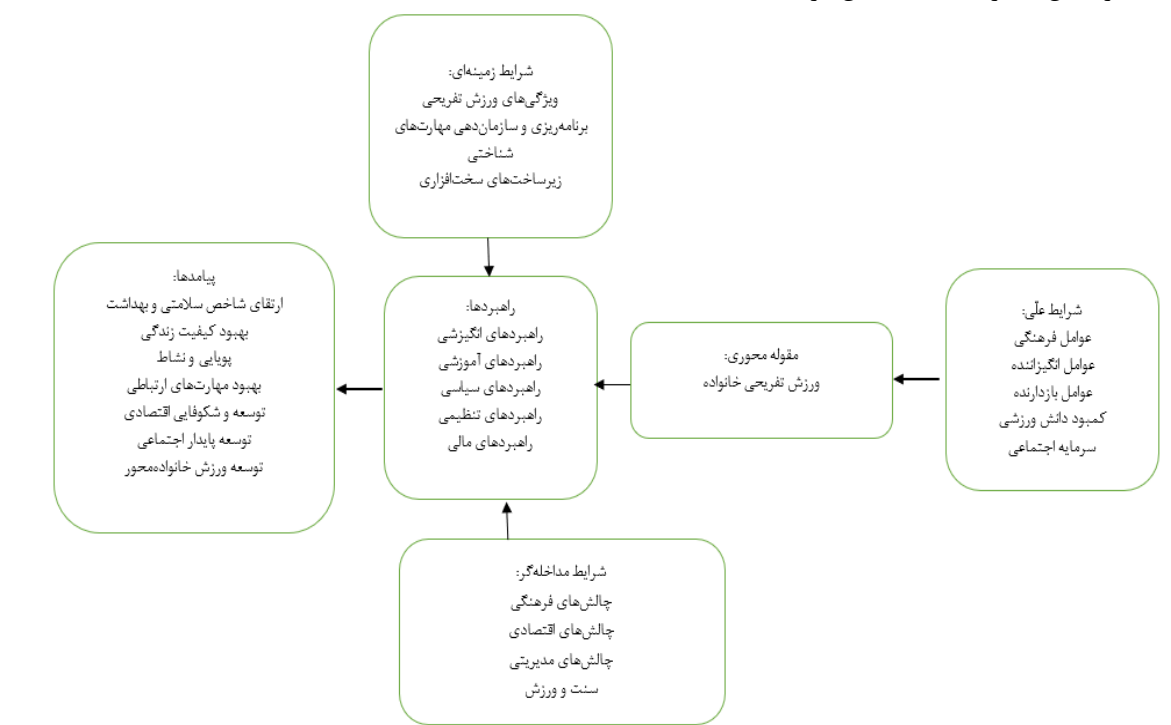
طبقه Class	مقوله Category	مفهوم Concept
پیامدها Consequences	ارتقای شاخص سلامتی و بهداشت Improving the health index	بهبود سلامت جسمانی Improving physical health
		کاهش نرخ بیماری Reducing disease rates
		بهبود سلامت روانی Improving mental health
	بهبود کیفیت زندگی Improving the quality of life	سبک زندگی سالم Healthy lifestyle
		رضایتمندی Satisfaction
	پویایی و نشاط Dynamism and vitality	گسترش نشاط و شادابی در جامعه Spreading the vibrancy in the community
		گسترش نشاط و شادابی در خانواده Spreading the vibrancy in the family
	بهبود مهارت‌های ارتباطی Improving communication skills	بهبود روابط خانوادگی Improving family relationships
		بهبود روابط اجتماعی Improving social relationships
	توسعه و شکوفایی اقتصادی Economic development and prosperity	سرمایه‌گذاری و تخصیص بودجه Investment and budget allocation
جذب سرمایه‌گذار Attracting investors		
منافع اقتصادی Economic interests		
توسعه پایدار اجتماعی Sustainable social development	بازاریابی Marketing	
	پایش جمعیت Population monitoring	
	عوامل اجتماعی یا حمایت اجتماعی Social factors or social support	

جدول ۶- پیامدها در طراحی الگوی ورزش تفریحی در خانواده

Table 6- Consequences in designing a recreational sports model in the family

طبقه Class	مقوله Category	مفهوم Concept
		کاهش جرایم اجتماعی Reducing social crime
		ارائه طرح‌های ورزشی با رویکرد شادی و نشاط خانواده Presenting sports projects with the approach of family happiness and vitality
	توسعه ورزش خانواده‌محور Development of family-oriented sports	مشارکت خانواده‌محور Family- oriented participation
		سازمان‌دهی خانواده‌محور Family- oriented organization

کدهای به‌دست‌آمده از مرحله کدگذاری محوری که در قالب طرح گرافیکی و برای ارائه درکی جامع از مراحل انجام شده است، در شکل شماره یک به نمایش درآمده است.



شکل ۱- مدل کلی تحقیق

Figure 1- General research model

بحث و نتیجه‌گیری

با پیش‌روی سبک زندگی به سمت ماشینی‌شدن، میزان ورزش و فعالیت بدنی در بین افراد کاهش پیدا کرده و همین عامل موجب کاهش میزان سلامتی بین افراد جامعه شده است. یکی از زمینه‌هایی که موجب افزایش سلامت جسمانی و روانی جامعه می‌شود، ورزش و اوقات فراغت در خانواده است که همین امر موجب شد محقق به انجام تحقیق با هدف طراحی الگوی ورزش تفریحی در خانواده با رویکرد نظریه داده بنیاد بپردازد؛ بر همین اساس، ورزش تفریحی در خانواده، طبقه محوری در نظر گرفته شد و سایر طبقات به شرح زیر به‌عنوان مقولات شریطی (علی، زمینه‌ای و مداخله‌گر)، تعاملی/فرایندی و پیامدی بررسی شدند. نتایج حاصل از کدگذاری‌ها از مصاحبه‌های جمع‌آوری‌شده نشان داد که در این پژوهش عوامل فرهنگی، عوامل انگیزاننده و بازدارنده، کمبود دانش ورزشی و سرمایه اجتماعی، لزوم طراحی الگوی ورزش تفریحی در خانواده را ایجاب کرده‌اند. رواج فرهنگ ورزش، مهیا کردن بستر فرهنگی و همین‌طور نقش رسانه در فرهنگ‌سازی ورزش و تفریح در بین خانواده، از مهم‌ترین دلایل پیوستن خانواده‌ها به ورزش و تفریح است. همچنین میزان سطح آگاهی خانواده‌ها در ارتباط با جایگاه ورزش تفریحی در خانواده و نگرش و باور آن‌ها به تفریح و ورزش، از تأثیرگذارترین موارد در طراحی الگوی ورزش تفریحی در خانواده است. وجود عوامل انگیزاننده فردی و اجتماعی مانند کسب مهارت‌های ورزشی و تناسب اندام و در مقابل آن، عوامل بازدارنده فردی و اجتماعی مثل نداشتن انگیزه و شیوع بازی‌های رایانه‌ای بر میزان روی آوردن خانواده به ورزش‌های تفریحی تأثیر بسیاری دارد. نتایج این تحقیق با نتایج پژوهش‌های کارنس هولت^۱ (۲۰۱۲) و رونکن^۲ (۲۰۱۲) همخوانی دارد. همچنین نتایج پژوهش درباره بسترهای حاکم (سلسله شرایط خاصی که در آن فرایندها و تعاملات برای اداره، کنترل و پاسخ به پدیده صورت می‌گیرد)، نشان داد که مقوله‌های برنامه‌ریزی و سازمان‌دهی، ویژگی‌های ورزش تفریحی، مهارت‌های شناختی و زیرساخت‌های سخت‌افزاری از مهم‌ترین بسترهای حاکم برای طراحی الگوی ورزش تفریحی خانواده هستند. از یک طرف، طراحی برنامه‌های فراغتی فعال برای خانواده‌ها مانند سوق دادن اوقات فراغت خانواده‌ها به سمت فعالیت ورزشی و از طرف دیگر، برنامه‌ریزی برای ورزش‌های تفریحی خانوادگی مانند برنامه‌ریزی بلندمدت برای جانداختن مفهوم ورزش خانواده و ورزش همگانی، از جمله بسترهای حاکم در زمینه ورزش تفریحی خانواده هستند. در همین زمینه، با ارتقای دانش ورزشی خانواده‌ها، تبیین ضرورت انجام ورزش و توجه به عوامل روان‌شناختی با در نظر گرفتن نیازهای بوم‌محورانه می‌توان بسترهای لازم برای جانداختن ورزش و تفریح در خانواده‌ها را فراهم کرد. در پژوهش لین^۳ و همکاران (۲۰۱۵)، بر اهمیت و تأثیر حمایت و همراهی مدیران بر کیفیت اوقات فراغت تأکید شده است. عزیزاده‌ثانی و همکاران (۲۰۱۷) نیز در پژوهش خود تأثیر مثبت و معنادار تأمین امکانات رفاهی بر تمام ابعاد روان‌شناختی مثبت افراد را نشان دادند؛ به این معنی که با افزایش و بهبود امکانات رفاهی، تمامی ابعاد روان‌شناختی شامل خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی افراد افزایش می‌یابد. نتایج تحقیق درباره بستری که باعث تخفیف یا تشدید پدیده‌ها می‌شود، نشان داد که در این پژوهش، مقوله‌های فرهنگی، مدیریتی، اقتصادی و سنت و ورزش در جهت بهبود پدیده بررسی‌شده یعنی الگوی ورزش تفریحی در خانواده عمل می‌کنند. در هرکدام از موارد ذکرشده، مدیران و برنامه‌ریزان با چالش‌های اساسی مواجه می‌شوند که برای رسیدن به هدف خود، یعنی رونق اوقات فراغت خانواده باید به‌خوبی مدیریت شود. چالش‌های فرهنگی عبارت‌اند از: ضعف دانش فرهنگی و الگوسازی

1. Carnes-Holt
2. Runcan
3. Lin

نامناسب در جامعه، ضعف رسانه‌ها در افزایش گرایش خانواده‌ها به ورزش‌های تفریحی و همچنین سرمایه‌گذاری رسانه‌ها بر ورزش‌های پرطرفدار قهرمانی. از جمله چالش‌های مدیریتی که می‌توان به آن اشاره کرد، ضعف عملکردی مانند ضعف مدیران، فقدان مدیریت واحد و نبود برنامه‌های مدون و جزیره‌ای بودن سازمان‌ها مانند ناهمگونی در اجرای برنامه‌های ورزش بین نهادهای دولتی و اختلاف بین سازمان‌ها و نهادهای مختلف در ارتباط با ورزش هستند. چالش‌های اقتصادی که مدیران و برنامه‌ریزان با آن مواجه‌اند، عبارت‌اند از: کاهش قدرت اقتصادی خانواده‌ها ناشی از عوامل مانند نداشتن درآمد کافی، گران بودن ورزش‌های خانوادگی مثل کوه‌نوردی، تخصیص نادرست بودجه مانند اختصاص دادن بودجه ورزش بانوان به آقایان، بی‌توجهی به ورزش همگانی طبقات کم‌درآمد، ناهمگونی در تخصیص بودجه بین وزارت‌های مختلف، کاهش ارزش پول ملی در کشور، هزینه‌بر بودن توسعه ورزش در بلندمدت و صرف بودجه سرانه ورزش در ورزش قهرمانی. براساس^۱ (۲۰۱۱) در پژوهش خود بیان کرد که الگوی فعالیت‌های اوقات فراغت برای گروه‌های مختلف سنی و جنسی متفاوت است. همچنین ارتاس^۲ (۲۰۱۵)، هسن^۳ و همکاران (۲۰۱۱) و توینگ^۴ (۲۰۱۰) در پژوهش‌های مختلفی که بر نسل‌های مختلف کاری پرداختند، به تفاوت میان گروه‌های مختلف سنی در زمینه تمایل به اوقات فراغت اشاره کردند.

استراتژی‌های عنوان شده که متأثر از شرایط علی، بسترهای حاکم و مداخله‌گرهای ورزش‌های تفریحی خانواده‌اند، نشان‌دهنده اخلاق و رفتارها، واقعیت‌ها و تعاملات هدفمند هستند و برای ارزیابی، اداره و برخورد با هر پدیده، در شرایط مشاهده شده ویژه‌ای‌اند. در این پژوهش، استراتژی‌ها آموزشی، سیاسی، تنظیمی، اقتصادی و انگیزشی‌اند. استراتژی‌های آموزشی عنوان شده در این تحقیق شامل تربیت و توانمندسازی منابع انسانی مانند آموزش و تربیت مربی ورزش برای خانواده‌ها، برگزاری دوره‌های آموزشی مانند برگزاری دوره‌های دانش‌افزایی و ضمن خدمت با محتوای ورزش و تخصص‌گرایی ورزشی مانند ورود افراد تحصیل کرده برای هدایت و جهت‌دهی فعالیت‌های ورزشی جامعه براساس نیاز جامعه است. استراتژی‌های سیاسی که در این تحقیق مطرح شد، شامل حمایت دولت‌مردان از ورزش، برای مثال حمایت مسئولان از ورزش، توجه به نقش تغییرات سیاسی در ورزش مانند رخ دادن تغییرات جهانی در مورد ورزش یا به وجود آمدن تغییرات سیاسی در سازمان‌های بین‌المللی، سیاست‌گذاری در سطح محلی یا توسعه دیدگاه پایداری در رویکرد سیاست‌گذاری‌های شهری و دولتی، استراتژی‌های مربوط به حکمرانی ورزش مانند اصلاح و بهبود ساختار ملی ورزش و خانواده، بهبود شاخص‌های کلان ملی مانند افزایش اعتماد و همبستگی ملی و در نهایت ایجاد ساختار برای ورزش تفریحی مانند ایجاد نظام سلامت ورزش است. استراتژی‌های تنظیمی شامل هماهنگی و همکاری بین‌سازمانی مانند همکاری بین سازمان‌ها و نهادها برای مشارکت خانواده‌ها در ورزش، تنظیم قوانین و مقررات مانند یکپارچگی در وضع و اجرای قوانین و عملیاتی کردن رشته تربیت‌بدنی مانند ایجاد همکاری بین‌رشته‌ای مثل طرح کهد و مهاد و افزایش تعداد واحدهای کارورزی و عملی است. استراتژی‌های اقتصادی عنوان شده در این تحقیق، شامل مشوق‌های مالی-اقتصادی مانند کاهش قیمت تمام‌شده برای پرداختن به ورزش یا تخفیف بیمه تکمیلی، حمایت مالی دولت از ورزش مانند ارائه یارانه به طرح ورزش در خانه، مشاوره ورزش در خانواده و برون‌سپاری مانند اجتناب از دولتی‌شدن برنامه‌ها و واگذاری به بخش خصوصی است. استراتژی‌های انگیزشی عنوان شده در این تحقیق، شامل اجرای مراسم مانند

-
1. Brajša
 2. Ertas
 3. Hansen
 4. Tweng

برگزاری مراسم تفریحی مختص خانواده‌ها یا برگزاری جشنواره‌های ورزشی خانوادگی، استراتژی بازی‌سازی مانند بازی‌سازی و شیرین‌کاری در جمع خانوادگی، انجام کارهای سرگرم‌کننده خانوادگی در مناسبت‌های مختلف، توجه به نقش بازی در رشد شخصیتی کودک و توسعه بازی در خانواده‌ها است. در همین زمینه، نتایج تحقیق تاج‌فر و همکاران (۲۰۱۹) با استفاده از نظریه داده‌بنیاد نشان داد که مفاهیم مربوط به استراتژی‌ها را می‌توان در قالب استراتژی عملیاتی، استراتژی تصمیم‌گیری، استراتژی نیروی انسانی، استراتژی بازاریابی، استراتژی مالی و تمرکز استراتژیک قرار داد.

پیامدها، نتیجه و حاصل فرایندها و تعاملات هستند (دانایی‌فرد و امامی، ۲۰۰۷، به نقل از کرسول، ۲۰۰۵). در این نظریه، مقوله‌های ارتقای شاخص سلامتی و بهداشت، بهبود کیفیت زندگی، پویایی و نشاط، بهبود مهارت‌های ارتباطی، توسعه و شکوفایی اقتصادی، توسعه پایدار اجتماعی و توسعه ورزش خانواده‌محور، به‌عنوان پیامد و نتیجه حاصل از این مدل در نظر گرفته شده‌اند. از مهم‌ترین پیامدهای رونق ورزش و تفریح در خانواده، ارتقای شاخص سلامتی و بهداشت جامعه است که می‌توان به بهبود سلامت جسمانی مانند افزایش طول عمر و بهبود تناسب اندام و کاهش نرخ بیماری اشاره کرد. از دیگر پیامدهای توسعه ورزش و تفریح در خانواده، بهبود سبک زندگی سالم مانند اصلاح تغذیه نامناسب و داشتن زندگی فعال است که افزایش رضایتمندی فردی و خانوادگی افراد را به دنبال دارد. گسترش نشاط و شادابی در جامعه و خانواده و بهبود روابط خانوادگی و اجتماعی نیز از نتایج توسعه اوقات فراغت در بین خانواده‌ها است. یکی دیگر از پیامدهای اوقات فراغت خانواده، توسعه و شکوفایی اقتصادی است که موجب افزایش سرمایه‌گذاری و تخصیص بودجه به ورزش، جذب سرمایه‌گذار برای سرمایه‌گذاری در ورزش خانواده، افزایش منافع اقتصادی مانند تأثیر مثبت بر تولید ناخالص داخلی کشور و بازاریابی و تبلیغ برای فضاهای ورزشی و ایجاد بازار مناسب برای گردشگری ورزشی می‌شود. توسعه پایدار اجتماعی نیز از نتایج و پیامدهای توسعه اوقات فراغت خانواده در بین خانواده‌ها است که موجب انسجام اجتماعی، توجه بیشتر به نهاد خانواده در توسعه پایدار اجتماعی و کاهش جرایم اجتماعی مانند کاهش استفاده از مواد مخدر و جرم و جنایت در جامعه و همچنین موارد مربوط به پایش اجتماعی مانند پذیرش نقش اجتماعی زنان در جامعه می‌شود. توسعه اوقات فراغت خانواده، آخرین پیامد ترویج اوقات فراغت در خانواده است؛ مانند مشارکت همگانی خانواده‌ها بدون محدودیت زمانی و با توجه به امکانات و همین‌طور سازمان‌دهی ورزش‌های و اوقات فراغت براساس نوع نیاز و سن افراد خانواده. اکمل^۱ (۲۰۱۲) بر ارتباط فراغت و ایجاد رضایت تأکید می‌کند. براجسا^۲ (۲۰۱۲) و مبابو^۳ (۲۰۱۳) این ارتباط را با بهبود عملکرد شغلی و بهزیستی افراد نشان می‌دهند. موکایا (۲۰۱۲) و براجسا (۲۰۱۱) پژوهشی‌هایی در ارتباط با فعالیت‌های نشاط‌آور در محیط کار انجام داده‌اند. رحیم‌نیا (۲۰۱۷) پژوهشی در زمینه ارتباط مثبت میان مسرت کارکنان و رفتار شهروندی سازمانی انجام داده است. در پژوهش‌های گلابگیر (۲۰۱۶)، ملک‌زاده (۲۰۱۶) و کسبانی (۲۰۱۲) (به نقل از فروزان و همکاران، ۲۰۱۹، ۸۰)، همگی به تأثیر برنامه‌های ورزشی اوقات فراغت بر بهبود کیفیت زندگی شخصی و شادکامی در محیط کاری و زندگی اشاره کرده‌اند.

ورزش کردن به‌صورت گروهی و با همراهی اعضای خانواده بر روحیه و سلامت جسم بسیار تأثیرگذار است که در صورت تجربه کردن آن، افراد تمایل دارند سالیان سال در کنار خانواده ورزش کنند و لذت ببرند. برای درک بهتر ماهیت پیچیده و

-
1. Akmal
 2. Mokaya
 3. Mbaabu

متناقض تأثیرات و درگیری طبیعت پویایی خانواده بر توسعه ورزش تفریحی، به انجام تحقیقات کمی و کیفی بیشتری نیاز است. مطالعه حاضر بیشتر به نظرات متخصصان در زمینه طراحی الگوی ورزش تفریحی در خانواده‌ها محدود شد. به انجام تحقیقات بیشتر، با نمونه گسترده‌تری از خانواده‌ها و فرزندان آن‌ها و همچنین طیف وسیعی از فرهنگ‌ها و موقعیت‌های اقتصادی و اجتماعی نیاز است و کارهای آینده شامل بررسی روابط خواهر و برادر و معاشرت خواهر و برادر، راهکار مهمی برای توسعه ورزش خانواده‌ها است. همچنین پیشنهاد می‌شود، مطالعه تطبیقی و الگوبرداری از کشورهای پیشرفته و با تجربه در ورزش خانواده و بومی‌سازی آن با توجه به توانایی‌ها و امکانات موجود صورت گیرد.

در پژوهش حاضر سعی شد، ضمن شناسایی عوامل مؤثر بر ورزش تفریحی خانواده مفاهیم و مقولات اصلی آن، مدلی جامع و کامل به‌منظور استفاده سازمان‌ها و نهادهای دولتی و غیردولتی برای فراهم کردن بسترها، زیرساخت‌ها، تجهیزات و امکانات برای مشارکت هرچه بیشتر خانواده‌ها در ورزش تهیه شود. پیشنهاد می‌شود، سازمان متولی ورزش خانواده با توجه کافی به مؤلفه‌های شناسایی شده در تحقیق حاضر، تمامی سلسله‌مراتب ورزش را مدنظر قرار دهد تا ورزش خانواده توسعه یابد. همچنین پیشنهاد می‌شود، عوامل مؤثر بر ورزش خانواده، مؤلفه‌ها و مقولات آن‌ها، سیاست‌گذاری اصولی در زمینه توسعه ورزش خانواده توسط مراجع و نهادهای ذی‌صلاح انجام شود؛ لایحه ورزش خانواده و نظام ورزش در دولت به تصویب برسد و برای ارائه به مجلس شورای اسلامی ابلاغ شود. آموزش و آگاه‌کردن عمومی خانواده‌ها و ایجاد مشارکت وسیع و همه‌جانبه خانواده‌ها در ورزش تفریحی باید در برنامه‌ریزی سازمان‌ها و نهادهای دولتی مدنظر قرار گیرد. همچنین با توجه به نتایج تحقیق پیشنهاد می‌شود، مدیران و مسئولان با استفاده از راهبردهای ارائه‌شده در این تحقیق، پیامدهای ذکر شده برای آن‌ها و همین‌طور مدل ارائه شده، به توسعه اوقات فراغت و ورزش تفریحی خانواده در کشور اقدام کنند تا جامعه بشری هم از بسیاری از انحرافات و مشکلات اجتماعی-فرهنگی و ورزشی مصون بماند و هم از پیامدهای اشاره‌شده در این تحقیق بهره‌مند شود.

تشکر و قدردانی

از زحمات همه متخصصان و خبرگان و اساتید راهنما و مشاور محترمی که برای ارتقای ورزش تفریحی در خانواده دلسوزانه در این پژوهش مشارکت کردند و بی‌شک بدون همکاری آنان انجام‌شدن این پژوهش میسر نبود، صمیمانه تشکر و قدردانی می‌شود.

References

- Akmal, F. (2012). Recreational program and its association with job satisfaction. *Asian Social Science*, 8(13), 172-180.
- Alizadeh Sani, M., Hosseini, A., & Tabassomi, A. (2017). The impact of welfare amenities on positive psychological capital. *Journal of Management Studies (Improvement and Transformation)*, 27(87), 29-44. (in Persian).
- Asadi, H., & Shabani Moghaddam, K. (2017). *Management of leisure and public sports* (2nd ed.). Tehran: Institute of Printing and Publishing, University of Tehran. (in Persian).
- Brajša-Žganec, A., Merkaš, M., & Šverko, I. (2011). Quality of life and leisure activities: How do leisure activities contribute to subjective wellbeing? *Social Indicators Research*, 102(1), 81-91.
- Bureau of Labor Statistics. (2016). American time use survey – 2015 Results. Department of labor. United States of America. Available at: <https://www.bls.gov/tus/data.htm> (Accessed 27 Jun 2017).
- Carnes-Holt, K. (2012). Child-parent relationship therapy for adoptive families. *The Family Journal*, 20(4), 419-426.

10. Cloix, L., Caille, A., Helmer, C., Bourdel-Marchasson, I., Fagot-Campagna, A., Fournier, C., . . . , & Jacobi, D. (2014). Article physical activity at home, at leisure, during transportation and at work in French adults with type 2 diabetes: The ENTRED physical activity study, *Diabetes Metab*, 634, 2-8.
11. Danaeifard, H., & Emami, S.M. (2007). Qualitative research strategies: A reflection on the grounded theorizing. *Management Thought*, 1(2), 69-97. (in Persian).
12. Ebrahimi, Z., Ismailzadeh Ghandahari, M. R., & Weisi, C. (2019). The effect of interventional sports based on intergenerational programs, on the elderly's quality of life. *Elderly: Iranian Journal of Aging*, 14(4), 406-421. (in Persian).
13. Ertas, N. (2015). Turnover intentions and work motivations of millennial employees in federal service. *Public Personnel Management*, 44(3), 1-23.
14. Forouzan, F., Teymouri, H., & Safari, A. (2019). Employee leisure management model at work with a combined approach. *Management Studies (Improvement and Transformation)*, 28(94), 63-84. (in Persian).
15. Golabgir Khademi, A. (2016). Investigating the relationship between the dimensions of quality of work life and leisure of employees (Unpublised master's thesis). Payame Noor University, Karaj Center. (in Persian).
16. Hamer, M., Weiler, R., & Stamatakis, E. (2014). Watching sport on television, physical activity and risk of obesity in older adults. *BMC Public Health*, 8, 1-4.
17. Hansen, C., & Leuty, M. E. (2011). Work values across generations. *Journal of Career Assessment*, 20(1), 34-52.
18. Janke, M. C., Carpenter, G., Payne, L. L., & Stockard, J. (2010). The role of life experiences on perceptions of leisure during adulthood: A longitudinal analysis. *Leisure Sciences. An Interdisciplinary Journal*, 33(1), 52-69
19. Kashef, M.M. (2011). *Leisure and healthy recreation management (1st ed.)*. Tehran: Mobtakaran Publications. (in Persian).
20. Kasyani, A. (2012). Comparison between spending the leisure between sports and non-sports organizations (Unpublised master's thesis). Islamic Azad University of Tehran. (in Persian).
21. Kavehpour, A. (2013). Factor analysis of barriers to the development of public sports in Saipa Automotive Company (Unpublised master's thesis). Payam-e-Noor University. (in Persian).
22. Lebowitz, E. R., & Omer, H. (2013). *Treating childhood and adolescent anxiety: A guide for caregivers*. New Jersey: John Wiley & Sons, Child & Adolescent Clinical Psychology.
23. Lin, J. H., Wong, J. Y., & Ho, Ch. H. (2015). The role of work-toleisure conflict in promoting frontline employee. leisure satisfaction, *international Journal of Contemporary Hospitality Management*, 27(7), 1539-1555.
24. Liu, W., Li, Ch., Tong, Y., Zhang, J., & Ma, Z. (2020). The places children go: Understanding spatial patterns and formation mechanism for children's commercial activity space in Changchun city, China. *Sustainability*, 12(4), 1377-1389.
25. Majdara, A. (2011). *Sport for all (1st ed.)*. Tehran: Avae Zohour Publications. (in Persian).
26. Malekzadeh, Gh., & Rahnema, N. (2016). Investigating the factors affecting the cheerfulness of employees in the workplace. Paper presented at the 2nd International Conference on Management and Information and Communication Technology, Tehran. (in Persian).
27. Mbaabu, C. (2013). Effect of workplace recreation on employee wellbeing and performance (Unpublised master's thesis). Kenyatta University.
28. Mokay, S., & Gitari, J. W. (2012). Effects of workplace recreation on employee performance: The case of Kenya Utalii College. *International Journal of Humanities and Social Science*, 2(3), 176-183.
29. Nayebe, H., & Golshani, M. (2013). The impact of the women's available resources on decision-making power in the family. *Journal of Women in Development and Politics*, 11(1), 135-152. (in Persian).
30. Nordh, H., Vistad, O. I., Skar, M., Wold, L. C., & Magnus Bærum, K. (2017). Walking as urban outdoor recreation: Public health for everyone. *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*, 20, 60-66.

31. Rabiee Gargari, T. (2015). Investigating the relationship between sports expenses and household medical expenses. Paper presented at the First National Sports Conference for All, Tehran. (in Persian).
32. Rahdar, M., Seidi, M., & Sajjad, R. (2020). Analysis of family leisure path to social growth mediated by the quality of parent-adolescent relationship and the quality of relationship with peers. *Social Psychology Research*, 10(37), 29-44. (in Persian).
33. Rahimi, M., & Ghaedifar, H. (2013). The role of youth attachment styles in spending the leisure. *Proceedings of the National Congress on Leisure and Youth Lifestyle* (pp. 486-496). Shiraz. (Persian)
34. Rahimnia, F., & Rahnema, N. (2017). The mediating role of employee happiness in the relationship between refreshing at work and organizational citizenship behavior. *Journal of Management Studies (Improvement and Transformation)*, 26(84), 1-32. (in Persian).
35. Rowe, K., Shilbury, D., Ferkins, L., & Hinckson, E. (2013). Sport development and physical activity promotion: An integrated model to enhance collaboration and understanding. *Sport Management Review*, 16(3), 364-377.
36. Runcan, P. L. (2012). The time factor: Does it influence the parent-child relationship?! *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 33, 11-14
37. Salhshuri, F. (2012). Relationship between participation in leisure sports activities, and quality of life in Ministry of Defense staff (Unpublished master's thesis). Islamic Azad University, Central Tehran Branch. (in Persian).
38. Statistical Center of Iran. (2019). The approach of Iranians to sports in 2017. Available at: <https://www.amar.org.ir/> (Accessed 15 March 2019)
39. Tajfar, A.H., Shayan, A., & Pourmoghaddsi, M. (2019). Evaluation and ranking of effective strategies in the smart city for the success of partner companies of Tehran Municipality using the grounded theory method. *Strategic Management Thought (Management Thought)*, 1(25), 189-214. (in Persian).
40. Tayyebi, B., Asadi, F., & Janani, H. (2020). The paradigm of improving the culture of sports at home during the outbreak of the Coronavirus. *Sport Management Studies*, 12(62), 265-290. (in Persian).
41. Tercan, E. (2015). An examination of leisure participation, family assessment and life satisfaction in university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 186, 58-63.
42. Torkildsen, G. (2011). *Torkildsen's Sport and leisure management* (6th ed.). New York: Routledge.
43. Tweng, J. M., & Campbell, S. M. (2010). Generational differences in work values: Leisure and extrinsic values increasing. social and intrinsic values decreasing. *Journal of Management*, 36(5), 1117-1143.