



فصلنامه علم

تربیت بدنه

وعلوم ورزشی



شاپا: ۲۸۲۱-۰۲۹۸
شماره ثبت: ۹۱۶۰۹

سال چهارم - شماره چهارم (پیاپی ۱۶) - زمستان ۱۴۰۴

sportssciencejournal.ir



۱. نقش مدیریت ورزشی در ارتقاء ورزش قهرمانی ارتش جمهوری اسلامی ایران

سید فخرالدین فرجی*، نرجس پدیدار - صفحات ۱-۱۹

۲. ارتباط بین رفتار اجتماعی و گرایش به ورزش با تماشای مسابقات ورزشی

موسی قوام صفت - صفحات ۲۰-۳۳

۳. ارزیابی شیوع درد کمر در برنامه‌های بدنسازی با و بدون نظارت

موسی پاشائی*، هادی رمضانلو - صفحات ۳۴-۴۷

۴. تحلیل حقوقی - فناورانه نقش هوش مصنوعی در توسعه حق بر ورزش افراد معلولیت

جواد پذیرش*، فاطمه نادریان - صفحات ۴۸-۵۹

۵. مقایسه مهارت‌های ارتباطی، شایستگی اجتماعی و امید به زندگی در میان سالان فعال در ورزش سبز با تأکید

بر تفاوت‌های جنسیتی

نرگس حافظی، فریده حمیدی*، فیروز حافظی، فرشاد حافظی، مریم زارع - صفحات ۶۰-۷۴

۶. ارزیابی و رفع نواقص استادیوم شهدای نوشهر پس از اصلاحات ساختاری با رویکرد انطباق با استانداردهای

حرفه ای فوتبال

محمد حسین محسنی چلک - صفحات ۷۵-۸۷

ارتباط با فصلنامه تربیت بدنی و علوم ورزشی:

ایمیل کارشناس نشریه: mohsenkeramatimoghadam@gmail.com	ایمیل سردبیر: majid.keramatimoghadam@gmail.com	ایمیل نشریه: info@sportssciencejournal.ir
--	---	--

نقش مدیریت ورزشی در ارتقاء ورزش قهرمانی ارتش جمهوری اسلامی ایران

سید فخرالدین فرجی^{۱*}، نرجس پدیدار^۲

۱. دکتری مدیریت استراتژیک، گروه آموزش‌های مشترک، دانشگاه فرماندهی و ستاد ارتش، تهران، ایران.

۲. کارشناسی ارشد ریاضی کاربردی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران.

چکیده:

پژوهش حاضر با هدف شناسایی و تحلیل مؤلفه‌های کلیدی مدیریت ورزش قهرمانی در ارتش جمهوری اسلامی ایران با رویکرد آمیخته انجام شد تا چارچوبی کاربردی برای ارتقاء عملکرد ورزشی در محیط نظامی ارائه گردد. تمرکز بر سه مؤلفه اصلی مهارت‌های مدیریتی (برنامه‌ریزی استراتژیک، رهبری، مدیریت منابع)، تخصص و آموزش مستمر مدیران تربیت‌بدنی و سیاست‌گذاری هماهنگ و مدیریت واحد بود. در بخش کیفی، ۹ خبره (مدیران ارشد و کارشناسان) به روش هدفمند قضاوتی انتخاب و مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با تحلیل محتوای سه مرحله‌ای (باز، محوری و انتخابی) بررسی شدند. جامعه کمی شامل ۱۳۵ نفر کارکنان مرتبط بود که با فرمول کوکران، حجم نمونه ۱۰۰ نفر (معاونین و فرماندهان: ۱۱ نفر، اساتید: ۲۷ نفر، دانش‌آموختگان تربیت‌بدنی: ۵۵ نفر، قهرمانان: ۷ نفر) به روش تصادفی طبقاتی انتخاب گردیدند. ابزارها شامل پرسشنامه لیکرت (آلفای کرون‌باخ بالای ۰٫۹)، مصاحبه و اسناد بودند؛ تحلیل کمی با آمار توصیفی (میانگین ۴٫۱۴) و آزمون کای‌دو (آماره ۷۸٫۷۵ > ۹٫۴۹) در SPSS-22 انجام گرفت.

یافته‌های کیفی در سه محور اصلی استخراج گردید: مهارت‌های مدیریتی، تخصص-آموزش و سیاست یکسان. نتایج کمی فرضیه تأثیر مدیریت بر ارتقاء ورزش قهرمانی را در سطح اطمینان ۹۵٪ تأیید نمود؛ اولویت‌ها شامل حمایت مالی، فناوری نوین و پشتیبانی روانی بودند. چارچوب مفهومی شامل زیرساخت‌ها، نظارت و فرهنگ سازمانی مشخص گردید. نتایج نشان داد مدیریت کارآمد با تمرکز بر مهارت‌ها، آموزش و هماهنگی، عامل کلیدی پایداری ورزش قهرمانی آجاست و خلأهای پژوهشی محیط نظامی را پر می‌کند. پیشنهادها شامل آموزش مداوم مدیران، سامانه‌های وب‌محور، الگوبرداری جهانی و سرمایه‌گذاری مالی است. این مدل قابلیت تعمیم به سایر نیروهای مسلح دارد.

واژگان کلیدی: مدیریت ورزشی، ورزش قهرمانی، مهارت‌های مدیریتی

*ایمیل نویسنده مسئول: Fakhroldinfaraji1362@gmail.com

مقدمه:

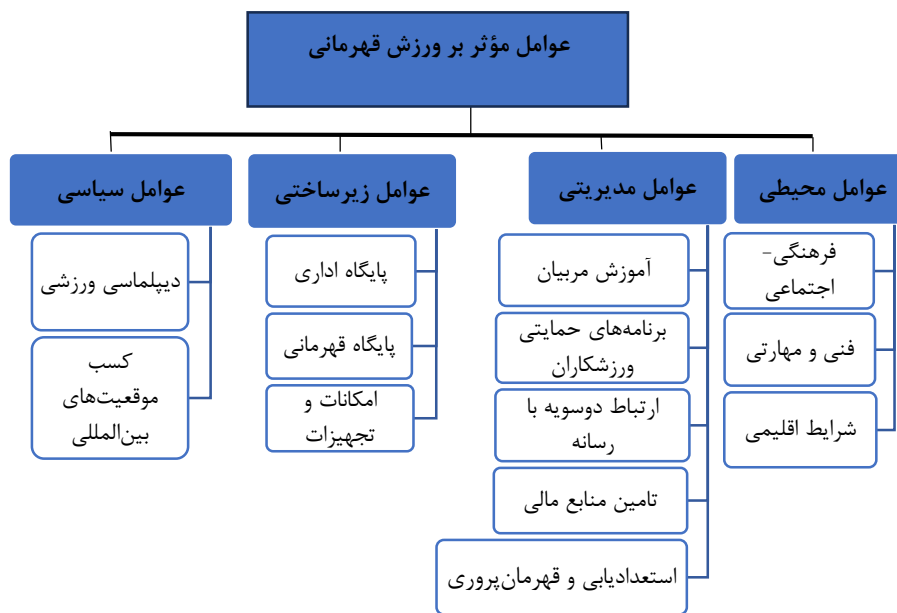
ورزش قهرمانی به عنوان عرصه‌ای پیشرفته و رقابتی در ورزش ملی و بین‌المللی، نقش بی‌بدیلی در ارتقاء آمادگی جسمانی، روانی و اجتماعی ورزشکاران و نیز نمایانگر توانمندی‌های فرهنگی و اقتصادی کشورها ایفا می‌کند (پورکیانی و همکاران، ۱۳۹۶). در نیروهای مسلح، ورزش قهرمانی اهمیت ویژه‌ای دارد چرا که نه تنها به تقویت آمادگی رزمی کارکنان می‌انجامد بلکه نمادی از اقتدار و هویت ملی در عرصه‌های جهانی محسوب می‌شود (رضایی و همکاران، ۱۴۰۰). ورزش در نیروهای نظامی به عنوان ابزاری کارآمد در توسعه امنیت، انسجام سازمانی و ارتقاء تصویر عمومی سازمان شناخته شده است و به همین دلیل توجه ویژه به توسعه و مدیریت آن امری ضروری است (فریدنیا و همکاران، ۱۳۹۸).

اما توسعه ورزش قهرمانی در نیروهای مسلح با چالش‌هایی نظیر کمبود سرمایه‌گذاری مناسب، ضعف نظام مدیریتی و نبود ساختارهای برنامه‌ریزی و نظارتی منسجم مواجه است (شعبانی، ۱۳۹۶). این چالش‌ها از جمله پراکندگی جغرافیایی، کمبود تخصص در مدیریت ورزشی، و ناکافی بودن پشتیبانی مالی و فرهنگی می‌باشند که موجب کاهش بهره‌وری و انگیزه ورزشکاران شده‌اند (زرگر و همکاران، ۱۴۰۳). همچنین، نبود نظام یکپارچه مدیریتی و ناهماهنگی سیاست‌ها، مانعی اساسی در تحقق اهداف کلان ورزش قهرمانی در ارتش است (منوچهری، ۱۳۹۸). به همین دلیل، توجه به چارچوب‌های علمی مدیریت ورزشی، از جمله مهارت‌های مدیریتی، آموزش مستمر مدیران و سیاست‌گذاری هماهنگ و مبتنی بر داده‌های میدانی، برای رشد و ارتقاء این حوزه اجتناب‌ناپذیر می‌باشد (احمدی و همکاران، ۱۴۰۲).

علاوه بر این، پژوهش‌های متعددی نشان داده‌اند که موفقیت ورزش قهرمانی نیازمند برنامه‌ریزی دقیق، مدیریت منابع مالی و انسانی، و بهره‌گیری از فناوری‌های نوین است که در کنار توسعه فرهنگ سازمانی و حمایت روانی و فرهنگی از ورزشکاران، موجب پایداری و ارتقاء کیفیت عملکرد در سطوح مختلف می‌شود (عباسی‌بختیاری و همکاران، ۱۳۹۷). تأکید بر آموزش و تخصص مدیران ورزشی و ایجاد نظام نظارت و ارزیابی کارآمد، به منظور شناسایی مشکلات و اصلاح به موقع فرایندها، از دیگر عوامل کلیدی بوده که در ادبیات موضوع به آن پرداخته شده است (احمدی مجد، ۱۴۰۲). در این بین، مشارکت و هماهنگی میان ساختارهای نظامی، فدراسیون‌ها و نهادهای ورزشی نقش موثری در استفاده بهینه از ظرفیت‌های موجود ایفا می‌کند (رضایی و همکاران، ۱۴۰۰).

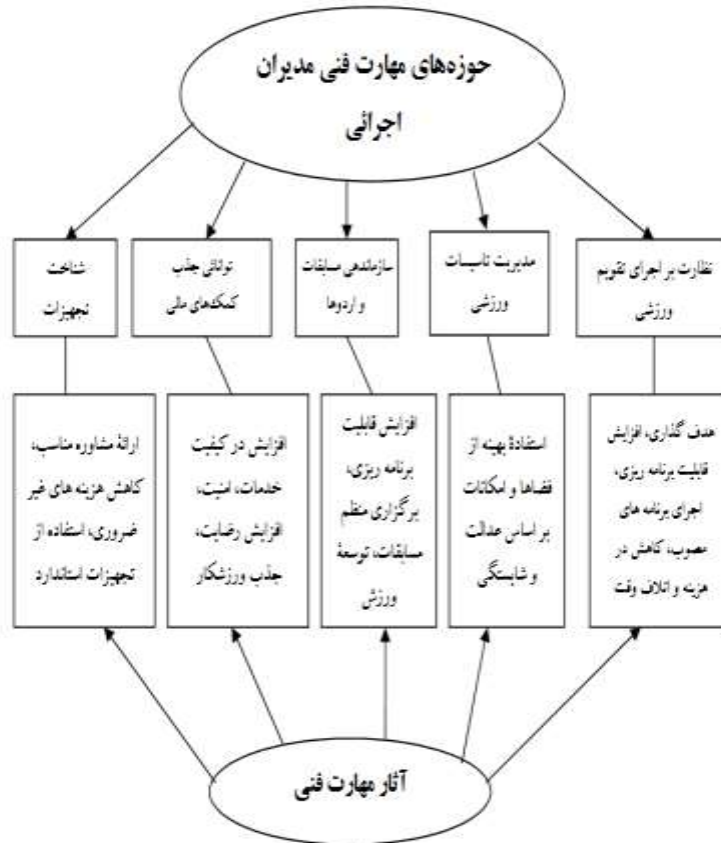
با وجود این پیشرفت‌ها، خلأهای پژوهشی در حوزه مدیریت ورزش قهرمانی نیروهای مسلح، از جمله فقدان مدل‌های مدیریتی منسجم و کمبود داده‌های علمی مستند، احساس می‌شود. اهمیت استفاده از رویکردهای علمی و تلفیقی کیفی-کمی، برای تدوین چارچوب‌های مدیریتی و شناخت دقیق‌تر ابعاد مؤثر، به ویژه در نیروهای نظامی که ساختارهای خاص و حساس دارند، بیش از پیش نمایان است (رشیدی و همکاران، ۱۴۰۲). همچنین پژوهش‌های پیشین بیانگر این است که شناخت و بهره‌گیری از تجارب مستند داخلی و خارجی، الگوبرداری صحیح و آموزش مداوم مدیران و مربیان، می‌تواند در توسعه کارآمد ورزش قهرمانی نقش تعیین‌کننده‌ای داشته باشد (فریدنیا و همکاران، ۱۳۹۸). با توجه به اهمیت عوامل کلیدی اشاره‌شده، نمودار (۱) که مبتنی بر تحلیل ورزش قهرمانی به روش SWOT ترسیم شده است، به‌خوبی مجموعه‌ای از نقاط

قوت، ضعف، فرصت‌ها و تهدیدهای مؤثر بر این حوزه را به صورت یکپارچه و نظام‌مند نمایش می‌دهد و چارچوبی شفاف برای درک بهتر روابط میان این عوامل فراهم می‌کند.



نمودار (۱) عوامل مؤثر بر ورزش قهرمانی (تحلیل ورزش قهرمانی کشور به روش SWOT، رضایی، ۱۳۹۳)

ورزش به‌عنوان پدیده‌ای اجتماعی، دارای اهمیت فرهنگی در جوامع مختلف است. اغلب صاحب‌نظران و متخصصان جامعه‌شناسی معتقدند که ورزش می‌تواند ابعاد مختلف روانی و جسمانی، اخلاقی، اجتماعی، فرهنگی و امنیتی را که جزء عوامل تأثیرگذار در توسعه فرهنگی ورزش قهرمانی هستند، تقویت و در ایجاد سرمایه اجتماعی به‌عنوان بخشی از توسعه فرهنگ اجتماعی، نقش مهمی داشته باشد (خواججه‌نژاد، ۱۳۹۹). همان‌گونه که سرمایه اجتماعی حاصل از ورزش در توسعه فرهنگی مؤثر است، توسعه حرفه‌ای مدیران ورزشی و ارتقای مهارت‌های فنی آنان نیز نقشی کلیدی در نهادینه کردن این ابعاد فرهنگی و اجتماعی ایفا می‌کند. نمودار (۲) به‌خوبی این رابطه را نشان می‌دهد و چگونگی تأثیر مهارت فنی مدیران را بر ایجاد نتایج ملموس در سازمان‌های ورزشی، به‌طور نظام‌مند به تصویر می‌کشد.



نمودار (۲) مهارت فنی و آثار و نتایج آن در سازمان‌های ورزشی (تدوین الگوی مفهومی توسعه حرفه‌ای مدیران در سازمان‌های ورزشی ایران، رشیدی و همکاران، ۱۴۰۲)

مسئله اصلی تحقیق حاضر، فقدان نظام مدیریت ورزشی یکپارچه و ساختاریافته در ارتش جمهوری اسلامی ایران است که باعث ناکارآمدی در استفاده از منابع، کمبود هماهنگی در سیاست‌گذاری‌ها و ضعف در توسعه مستمر ورزش قهرمانی شده است. این موضوع ضمن ایجاد موانع در تحقق اهداف کلان ورزشی، موجب کاهش پویایی و انگیزه ورزشکاران نیز شده و زمینه‌ساز کمبود نتایج پایدار در رقابت‌های ملی و بین‌المللی گردیده است. لذا پژوهش حاضر با هدف شناسایی و تحلیل مؤلفه‌های کلیدی مدیریت ورزش قهرمانی با رویکرد تلفیقی کیفی-کمی انجام شده است تا ضمن پرکردن خلایهای نظری، چارچوبی کاربردی برای ارتقاء مدیریت ورزشی در نیروهای مسلح ارائه نماید و زمینه‌ساز بهبود عملکرد ورزشکاران و توسعه مستمر ورزش قهرمانی گردد. تمرکز این پژوهش بر سه مؤلفه اصلی مهارت‌های مدیریتی، تخصص و آموزش مدیران و سیاست‌گذاری هماهنگ است که با استفاده از داده‌های میدانی و اسناد معتبر، اثربخشی آن‌ها مورد تأیید قرار گرفته است.

پیشینه های پژوهش

جدول (۱) پیشینه تحقیقات انجام شده

ردیف	نویسنده و سال انتشار	عنوان پژوهش	هدف پژوهش	روش تحقیق	نتایج اصلی و کاربردی
۱	قائدی و همکاران (۱۴۰۳)	شناسایی عوامل مؤثر بر موفقیت ورزش قهرمانی ارتش جمهوری اسلامی ایران	شناسایی و اولویت بندی عوامل موفقیت ورزش قهرمانی در ارتش	روش ترکیبی (کیفی-کمی)، مصاحبه با خبرگان و تحلیل عاملی	شناسایی ۹ مقوله کلیدی شامل عوامل حمایتی، سازمانی، ورزشی، انسانی، محیطی، رسانه‌ای، انگیزشی، اقتصادی و امکانات ورزشی که در موفقیت ورزش قهرمانی مؤثرند.
۲	شعبانی (۱۳۹۶)	مطالعه تحلیل محیطی ورزش قهرمانی و حرفه‌ای نیروهای مسلح کشور	تحلیل محیطی و شناسایی چالش‌های ورزش قهرمانی در نیروهای مسلح	مطالعه کیفی، مصاحبه و تحلیل محتوا	برجسته سازی چالش‌های مدیریتی، کمبود بودجه، ضعف ساختار، کمبود نیروی متخصص و نقش کلیدی مدیریت در توسعه ورزش قهرمانی نظامی.
۳	منوچهری (۱۳۹۸)	فرا تحلیل راهبرد توسعه ورزش نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران	استخراج راهبردهای کلان توسعه ورزش نیروهای مسلح	متاآنالیز اسناد و برنامه‌های استراتژیک	تعیین اهداف کلان در پنج حوزه همگانی، قهرمانی، فرهنگی، دانش افزایی و توسعه منابع و ارائه راهکارهایی برای بهبود و ارتقاء ورزش قهرمانی در نیروهای مسلح.
۴	رضایی و همکاران (۱۴۰۰)	بررسی توسعه ورزش قهرمانی در ارتش جمهوری اسلامی ایران	بررسی روند توسعه ورزش قهرمانی و نقش مدیریت ورزشی	پژوهش توصیفی-تحلیلی، پرسشنامه و مصاحبه	تأکید بر ضرورت مدیریت ورزشی کارآمد، تخصیص منابع و حمایت‌های مالی و سازمانی در جهت ارتقاء ورزش قهرمانی نیروهای مسلح.
۵	پورکیانی و همکاران (۱۳۹۶)	تحلیل اثرگذاری ورزش حرفه‌ای و قهرمانی بر توسعه ورزش	بررسی اثر ورزش حرفه‌ای و قهرمانی بر توسعه پایدار ورزش	پژوهش کیفی و تحلیلی	استعدادیابی پایه‌ای و حمایت مستمر از ورزشکاران حرفه‌ای به عنوان راهبردهای کلیدی توسعه ورزش قهرمانی کشور مطرح شده است.
۶	Bolotin and others (2018)	Sport Management Technology in Armed Forces Given Military Personnel's Physical Training Interests	تعیین میزان فعالیت‌های ورزشی کارکنان نظامی با توجه به علایق فیزیکی آنان و اثربخشی فناوری مدیریت ورزش نظامی	پژوهش تجربی با مطالعه میدانی و تحلیل داده‌های آماری	فناوری مدیریت ورزش نظامی که منافع فیزیکی کارکنان را در نظر می‌گیرد، موجب افزایش انگیزه و کارایی ورزشکاران شده است. مراحل برنامه‌ریزی دقیق، آموزش فرماندهان و سازمان‌دهندگان، و ارزیابی نتایج موجب بهبود عملکرد و آمادگی رزمی می‌شود.
۷	Havenetidis and others (2023)	Combining Sport and Conventional Military Training	بررسی اثر تلفیق آموزش‌های ورزشی	مطالعه موردی تجربی با داده‌های	ترکیب آموزش ورزشی با آموزش نظامی بهبود قابل توجهی در آمادگی جسمانی

ایجاد می‌کند. برنامه‌های تلفیقی موجب افزایش تناسب اندام، استقامت و مهارت‌های عملی نظامی می‌شوند و رویکرد جامع‌تر در آموزش نظامی ایجاد می‌کند.	آمار و مقایسه‌ای	و نظامی بر آمادگی جسمانی دانشجویان افسری	Improves Physical Readiness of Cadets: A Holistic Approach		
توسعه ورزش در نیروهای مسلح نیازمند مدیریت راهبردی و به‌کارگیری تجارب موفق جهانی است. تدوین سیاست‌های کلان، سرمایه‌گذاری، آموزش تخصصی مدیران و تعامل مؤثر میان نهادهای نظامی و ورزشی از عوامل کلیدی در پیشرفت ورزش نیروهای مسلح می‌باشند.	متاآنالیز داده‌های پژوهشی متعدد	تحلیل راهبردهای توسعه ورزش در نیروهای مسلح و استخراج الگوهای موفق بین‌المللی	Meta analysis of the Sport Development of the Armed Forces	Manouchehri (2019)	۸

روش پژوهش:

این پژوهش کاربردی و توصیفی با رویکرد آمیخته (کیفی-کمی) انجام شده و گردآوری و تحلیل داده‌ها به صورت توالی مرحله‌ای بوده است؛ ابتدا داده‌های کیفی جمع‌آوری و تحلیل شدند و سپس بر اساس یافته‌های کیفی، داده‌های کمی گردآوری و تحلیل گردیدند که این روش موجب تعمیق درک یافته‌ها و تقویت قابلیت تعمیم نتایج می‌شود. با توجه به ماهیت تحقیق و پیچیدگی‌های ورزش قهرمانی، داده‌های کیفی وزن بیشتری داشتند و داده‌های کمی مکمل اثبات آماری یافته‌ها بودند. در بررسی کیفی، از مصاحبه نیمه‌ساختاریافته با مدیران ارشد و کارشناسان تربیت‌بدنی استفاده و داده‌ها با کدگذاری باز، محوری و انتخابی تحلیل شدند. اعتبار تحلیل از طریق بازبینی همکار و سه‌سوگرایی داده‌ها تضمین شد. سه محور کلیدی در تحلیل داده‌های کیفی توسط خبرگان ورزش قهرمانی تأکید شد:

۱. مهارت‌های مدیریتی و رهبری مؤثر شامل برنامه‌ریزی استراتژیک، مدیریت منابع، ارتباط مؤثر و انگیزش تیم‌ها که پایه‌های موفقیت ورزش قهرمانی‌اند.
۲. تخصص و آموزش مدیران تربیت‌بدنی که دانش و تحصیلات مرتبط با علوم ورزشی را شامل می‌شود و تصمیم‌گیری علمی را تضمین می‌کند.
۳. مدیریت واحد و سیاست یکسان که اهمیت سیاست‌های هماهنگ و ساختار مدیریتی به منظور پیشبرد اهداف کلان ورزش قهرمانی را برجسته می‌سازد.

جامعه آماری تحقیق شامل کارکنان ارتش جمهوری اسلامی ایران و منابع مرتبط با ورزش قهرمانی (اسناد، کتب و مقالات) است. در بخش کیفی، ۹ نفر از خبرگان حوزه ورزش قهرمانی به صورت هدفمند و بر اساس تخصص و تجربه انتخاب شدند. این تعداد با توجه به استانداردهای پژوهش کیفی و برای رسیدن به اشباع نظری تعیین شد؛ یعنی جمع‌آوری داده‌ها تا زمانی که اطلاعات و مفاهیم جدیدی از مصاحبه‌های اضافی حاصل نشود. فرآیند مصاحبه به صورت مرحله‌ای پیش رفت و بعد از

تحلیل هر مصاحبه، غنای داده‌ها و ظهور مضامین جدید بررسی شد. با افزایش تکرار مفاهیم و رسیدن داده‌ها به اشباع، نمونه‌گیری متوقف گردید، بنابراین ۹ نفر برای تحلیل دقیق و قابل استناد کافی به شمار می‌روند. در بخش کمی، حجم نمونه ۱۳۵ نفر تعیین و پرسشنامه از آنها جمع‌آوری شد. نمونه‌گیری کیفی به روش هدفمند قضاوتی (انتخاب خبرگان بر اساس تخصص و تجربه) و نمونه‌گیری کمی به منظور افزایش دقت و نمایندگی، به روش تصادفی طبقاتی انجام شده است.

ابزارهای گردآوری داده‌ها شامل پرسشنامه پنج‌گزینه‌ای لیکرت، مصاحبه نیمه‌ساختاریافته و بررسی اسناد و مدارک مرتبط بودند. برای تضمین روایی اسناد، فیش‌برداری‌های متعدد از منابع معتبر نظامی و غیرنظامی و مقایسه چندباره متون به منظور رفع تعارضات انجام شد. پرسش‌های مصاحبه ابتدا توسط چند صاحب‌نظر بازمبینی و اصلاح شده و سپس به مصاحبه‌شوندگان ارائه گردید. برای افزایش پایایی مصاحبه، سوالات در زمان‌ها و به شکل متفاوت مجدداً مطرح شدند و کارشناسان خبره از ارتش و مراکز پژوهشی در فرایند حضور داشتند. برای بررسی پایایی پرسش‌نامه در مرحله پیش‌آزمون از روش محاسبه ضریب آلفای کرون‌باخ استفاده گردید و خروجی آن مطابق جدول ذیل است:

جدول (۲) خروجی آلفای کرون‌باخ

متغیرها	مؤلفه‌ها	ضریب آلفای کرون‌باخ	تعداد سؤال
مدیریت ورزشی	مهارت‌های مدیریتی رؤسای تربیت‌بدنی ورزش	۰,۹۷۱	۱۰
	برخورداری مدیران از تخصص تربیت‌بدنی	۰,۹۲	۲
	مدیریت واحد و سیاست یکسان	۰,۹۰	۴

این مقادیر بالای ۰,۹ نشان‌دهنده پایایی بسیار عالی و انسجام درونی مناسب زیرمقیاس‌هاست. بنابراین، پرسشنامه از نظر روان‌سنجی معتبر بوده و قابلیت کافی برای تحلیل‌های آماری و استخراج نتایج مرتبط با نقش مدیریت ورزشی در ارتقاء ورزش قهرمانی را داراست.

در بخش کیفی، داده‌ها از طریق مصاحبه نیمه ساختاریافته با مدیران ارشد، کارشناسان تربیت‌بدنی و اساتید دانشگاهی و بررسی اسناد و مدارک مستند موجود در کتابخانه‌ها و مراکز تحقیقاتی جمع‌آوری شدند. متن کامل مصاحبه‌ها پس از ضبط دقیق، به صورت مکتوب استخراج و آماده تحلیل گردید. در بخش کمی، پرسشنامه‌ها به صورت انفرادی در میان نمونه‌های تصادفی طبقاتی توزیع و پس از تکمیل جمع‌آوری شدند. ترتیب گردآوری داده‌ها به گونه‌ای بوده که ابتدا داده‌های کیفی و پس از تحلیل مقدماتی آن‌ها، داده‌های کمی جمع‌آوری گردیده است.

تحلیل داده‌های کیفی با استفاده از روش تحلیل محتوا و بر مبنای کدگذاری سه مرحله‌ای انجام شده است:

- کدگذاری باز: استخراج کدهای اولیه از داده‌های مصاحبه و مشاهده با دقت و ریزبینی.
- کدگذاری محوری: دسته‌بندی و سازمان‌دهی کدها تحت مضامین و مقوله‌های مشخص برای تفکیک ابعاد مختلف مدیریت ورزشی.
- کدگذاری انتخابی: انتخاب دسته‌ها و ارتباطات کلیدی برای شکل‌دهی نظریه‌ای منسجم درباره مدیریت ورزش قهرمانی.

به منظور افزایش روایی و پایایی تحلیل، از روش‌های سه‌سوگرایی داده‌ها، بازبینی همکار و بازنگری مرحله‌به‌مرحله داده‌ها استفاده شده است. تحلیل کیفی بر داده‌های مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته با مدیران ارشد، کارشناسان تربیت بدنی و اساتید دانشگاه متمرکز گردید و مضامین کلیدی استخراج شد.

داده‌های کمی پس از جمع‌آوری با استفاده از آزمون‌های آمار توصیفی (میانگین، واریانس، انحراف معیار، ضریب پراکندگی) و آزمون‌های استنباطی به‌ویژه آزمون ناپارامتری کای-دو تحلیل شدند. نرم‌افزار SPSS۲۲ ابزار انجام تحلیل‌های آماری بوده است.

آزمون فرضیه‌ها بر اساس توزیع پاسخ‌ها در طیف لیکرت انجام و یکنواخت بودن پاسخ‌ها بررسی گردید تا اثر مؤلفه‌های مدیریت در ارتقاء ورزش قهرمانی مشخص شود. سطح معناداری آزمون ۰,۰۵ در نظر گرفته شد. در این بخش، برای بررسی فرضیات کمی پژوهش، آزمون ناپارامتری کای-دو به منظور بررسی یکنواخت بودن توزیع پاسخ‌ها برای هر یک از ۱۶ سؤال پرسشنامه به صورت جداگانه اجرا شد. این آزمون به منظور مقایسه فراوانی‌های مشاهده شده (واقعی) پاسخ‌دهندگان در گزینه‌های مختلف (خیلی کم، کم، متوسط، زیاد و خیلی زیاد) با فراوانی‌های مورد انتظار (در این پژوهش به صورت توزیع یکنواخت فرض شده است) انجام گردید.

یافته‌ها

یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که مدیریت ورزشی کارآمد در ارتش جمهوری اسلامی ایران نقشی کلیدی در ارتقاء ورزش قهرمانی ایفا می‌کند. تحلیل داده‌های کیفی و کمی به طور همزمان سه مؤلفه اصلی را در بهبود عملکرد ورزش قهرمانی شناسایی کرد: مهارت‌های مدیریتی، تخصص و آموزش مستمر مدیران تربیت بدنی، و مدیریت واحد با سیاست‌گذاری هماهنگ. مهارت‌های مدیریتی شامل توانمندی در برنامه‌ریزی استراتژیک، مدیریت منابع، رهبری مؤثر، و ارتباطات کارآمد است که به بهبود تصمیم‌گیری‌ها و افزایش کارایی سازمانی منجر می‌شود. تخصص و آموزش مستمر مدیران تربیت بدنی با تضمین کیفیت علمی و فنی فرآیندهای ورزشی، زمینه‌ساز ارتقاء استانداردهای ورزشی در محیط نظامی است. همچنین، مدیریت واحد و سیاست یکسان تنظیم‌کننده چارچوب هماهنگ بین سازمان‌ها و نهادهای ورزشی ارتش است که موجب سازگاری و تحقق اهداف کلان ورزش قهرمانی می‌شود.

از دیدگاه کمی، آزمون آماری کای دو نشان داد که تأثیر معناداری بین مدیریت ورزشی به ویژه در مهارت‌های مدیریتی رؤسا، تخصص مدیران و هماهنگی سیاست‌ها با ارتقاء ورزش قهرمانی وجود دارد. حمایت‌های مالی، استفاده از فناوری‌های نوین و پشتیبانی روانی ورزشکاران از اولویت‌های حیاتی برای موفقیت در ورزش قهرمانی به شمار می‌روند و بالاترین میانگین در پاسخ‌ها را به خود اختصاص داده‌اند.

پژوهش همچنین خلأهای موجود مانند کمبود سرمایه‌گذاری، ضعف نظام مدیریتی و پراکندگی جغرافیایی را که مانع پیشرفت ورزش قهرمانی در ارتش می‌شوند، برجسته کرده است. برای بهبود این وضعیت، پیشنهاد شده است که آموزش مداوم مدیران ورزشی، توسعه سامانه‌های اطلاعاتی مدرن و الگوبرداری از تجارب جهانی در دستور کار قرار گیرد.

نتایج بر ضرورت تشکیل ساختارهای مدیریتی مشخص و یکپارچه، برقراری کمیته‌های تخصصی، ایجاد بانک اطلاعاتی از ورزشکاران نخبه، بهره‌گیری از فناوری‌های نوین و توسعه فرهنگ سازمانی تأکید دارد. این چارچوب نوین مدیریتی که مبتنی بر داده‌های میدانی و تحلیل‌های آماری است، ظرفیت‌های پایداری ورزش قهرمانی ارتش جمهوری اسلامی ایران را به طور قابل توجهی ارتقا می‌دهد و قابلیت تعمیم به سایر نیروهای مسلح را نیز داراست.

تحلیل داده‌های کیفی

داده‌های کیفی بر پایه مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با ۹ نفر از خبرگان و بررسی اسناد و مدارک مرتبط جمع‌آوری شده است. ادغام داده‌ها با هدف افزایش همخوانی و اعتبار با روش‌های تحلیلی معتبر انجام شد؛ ابتدا داده‌های هر منبع به صورت جداگانه کدگذاری و تحلیل گردیدند، سپس در مرحله تلفیق، کدها و مضامین استخراج‌شده مقایسه و تطبیق شدند تا توافق و اختلاف‌ها مشخص شود. این هم‌دلی داده‌ها صحت و اعتبار تحلیل را افزایش داد و در صورت مواجهه با تناقض، مصاحبه‌ها و اسناد بازنگری شدند. اولویت شواهد بر اساس تکرار مفاهیم، غنای اطلاعات و تخصص منابع تعیین شد. این روش ادغام ضمن حفظ عمق مفهومی و تنوع داده‌ها، چارچوب تحلیلی مستحکم و مستندی ایجاد کرد.

جدول زیر کدهای استخراج‌شده همراه با منابع مربوط به هر کد را نمایش می‌دهد:

جدول (۳) کدگذاری حاصل از مصاحبه‌ها

مرحله کدگذاری	کد / مفهوم استخراج‌شده	کدهای مصاحبه شونده
کدگذاری باز	مدیریت	مصاحبه شونده ۱، ۴
	تخصص مدیران	مصاحبه شونده ۲، ۵، ۷
	آموزش مستمر	مصاحبه شونده ۳، ۸
	سیاست‌گذاری واحد	مصاحبه شونده ۱، ۶، ۹
	نظارت و ارزیابی	مصاحبه شونده ۴، ۲
کدگذاری محوری	مهارت‌های مدیریتی	مصاحبه شونگان ۳، ۱
	توسعه انسانی	مصاحبه شونگان ۶، ۴
	ساختار هماهنگ	مصاحبه شونگان ۹، ۷
کدگذاری انتخابی	نقش مدیریت در ورزش قهرمانی	همه مصاحبه شونگان

جدول (۴) کدگذاری حاصل از مبانی نظری و پیشینه‌ها

مرحله کدگذاری	کد / مفهوم استخراج‌شده	منابع مرتبط
کدگذاری باز	مدیریت ورزشی	رضایی و همکاران (۱۴۰۰)، شعبانی (۱۳۹۶)
	سازمان‌دهی	منوچهری (۱۳۹۸)
	برنامه‌ریزی	زرگر و همکاران (۱۴۰۳)
	تربیت مدیران	احمدی و همکاران (۱۴۰۲)

پورکیانی و همکاران (۱۳۹۶)	استعدادیابی	کدگذاری محوری
رضایی (۱۴۰۰)، شعبانی (۱۳۹۶)	ساختار مدیریتی	
احمدی (۱۴۰۲)، خسروی زاده (۱۳۹۸)	توسعه منابع انسانی	
احمدی مجد (۱۴۰۲)	نظارت و فناوری	کدگذاری انتخابی
فریدنیا (۱۳۹۸)، Bolotin (۲۰۱۸)	ورزش قهرمانی	

جدول (۵) ادغامی کدگذاری مصاحبه‌ها با مبانی نظری

مقوله اصلی	کدهای مصاحبه	کدهای پیشینه	کدگذاری ادغام شده
مهارت‌های مدیریتی	مدیریت استراتژیک، تخصص، آموزش مستمر	برنامه‌ریزی، سازمان‌دهی، تربیت مدیران	رهبری، آموزش و مدیریت
تخصص و آموزش	تخصص مدیران، آموزش مستمر	تربیت مدیران، استعدادیابی، توسعه منابع انسانی	توسعه انسانی پایدار
سیاست و ساختار	سیاست‌گذاری واحد، نظارت و ارزیابی	ساختار مدیریتی، نظارت و فناوری	مدیریت واحد و سیاست هماهنگ

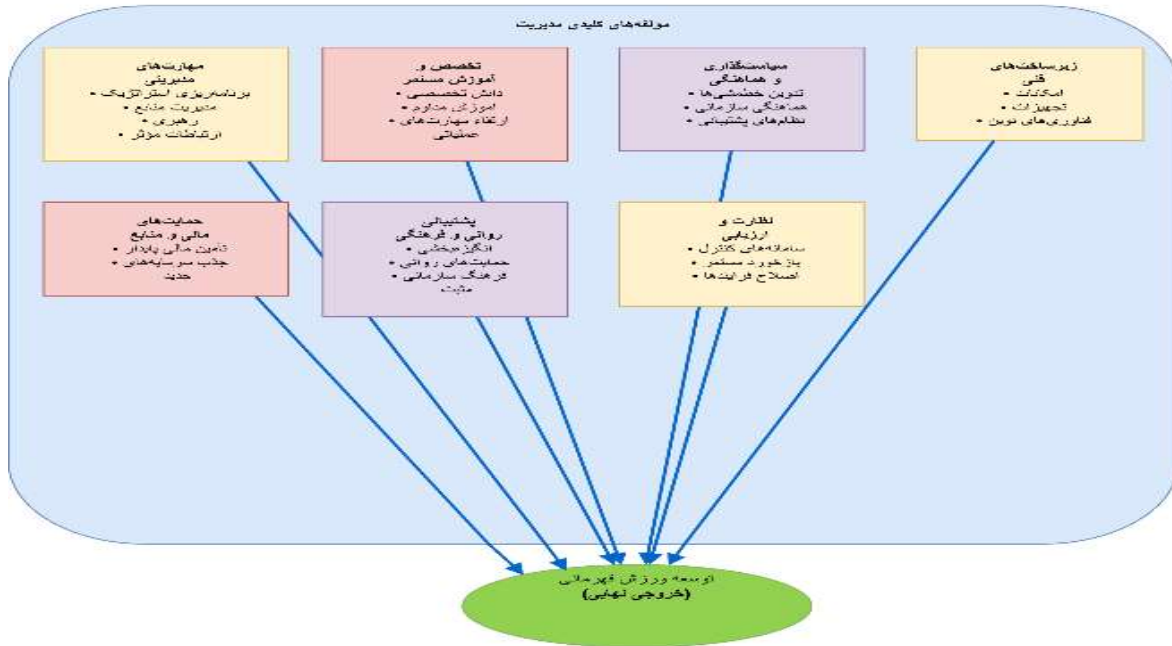
چارچوب مفهومی مدیریت ورزش قهرمانی

بر اساس یافته‌های کیفی، چارچوب مفهومی زیر برای مؤلفه‌های کلیدی مدیریت ورزش قهرمانی شکل گرفت:

جدول (۶) مؤلفه‌های کلیدی مدیریت ورزش قهرمانی

مؤلفه اصلی	شرح و عناصر کلیدی	نقش در توسعه ورزش قهرمانی
مهارت‌های مدیریتی	برنامه‌ریزی استراتژیک، مدیریت منابع، رهبری، ارتباطات مؤثر	بهبود تصمیم‌گیری و افزایش کارایی سازمانی
تخصص و آموزش مستمر	دانش تخصصی، آموزش مداوم، ارتقاء مهارت‌های عملیاتی	تضمین کیفیت فنی و علمی فرایندهای ورزشی
سیاست‌گذاری و هماهنگی	تدوین خط‌مشی‌ها، ایجاد هماهنگی سازمانی، نظام‌های پشتیبانی	تضمین سازگاری و هم‌افزایی بین سازمان‌ها
زیرساخت‌های فنی	امکانات، تجهیزات، فناوری‌های نوین	تأمین محیط استاندارد برای تمرین و مسابقات
حمایت‌های مالی و منابع	تأمین مالی پایدار، جذب سرمایه‌های جدید	فراهم آوردن منابع لازم برای اجرای برنامه‌ها
پشتیبانی روانی و فرهنگی	انگیزه‌بخشی، حمایت‌های روانی، فرهنگ سازمانی مثبت	ارتقاء سلامت روانی و انگیزه ورزشکاران و تیم‌ها
نظارت و ارزیابی	سامانه‌های کنترل کیفیت، بازخورد مستمر، اصلاح فرآیندها	تضمین بهبود مستمر و انطباق با نیازهای روز

چارچوب مفهومی مدیریت ورزش قهرمانی
ارتش جمهوری اسلامی ایران



نمودار (۳): الگوی شماتیک چارچوب مفهومی مدیریت ورزش قهرمانی

تحلیل داده‌های کمی

تجزیه و تحلیل توصیفی و استنباطی

برای تحلیل کمی، ۱۶ شاخص کلیدی مرتبط با مدیریت ورزش قهرمانی شناسایی و با استفاده از پرسشنامه پنج‌گزینه‌ای لیکرت مورد ارزیابی قرار گرفتند. پاسخ‌ها به تفکیک گزینه‌ها و شاخص‌ها در جدول زیر ارائه شده است:

جدول (۷) آمار توصیفی پاسخ‌های سؤالات ۱ الی ۱۶

اولویت بندی	ضریب پراکندگی	انحراف معیار	واریانس	میانه	خیلی زیاد	زیاد	متوسط	کم	خیلی کم	شاخص
۱۲	۰/۲۵۳۸	۱/۰۲	۱/۰۳	۴/۰۰	۳۴	۴۴	۱۵	۲	۵	شاخص ۱
۲	۰/۱۷۵۳	۰/۷۳	۰/۵۴	۴/۱۹	۳۴	۵۴	۱۰	۱	۱	شاخص ۲
۱۱	۰/۲۴۲۳	۰/۹۷	۰/۹۵	۴/۰۲	۳۴	۴۵	۱۳	۵	۳	شاخص ۳
۱۳	۰/۲۵۳۸	۱/۰۲	۱/۰۳	۴/۰۰	۳۴	۴۴	۱۵	۲	۵	شاخص ۴
۴	۰/۱۹۶۳	۰/۸۴	۰/۷۰	۴/۲۶	۴۵	۴۱	۱۰	۳	۱	شاخص ۵
۱۰	۰/۲۳۳۲	۰/۹۷	۰/۹۴	۴/۱۵	۴۲	۴۱	۱۰	۴	۳	شاخص ۶
۱	۰/۱۷۱۰	۰/۷۴	۰/۵۵	۴/۳۵	۴۸	۴۱	۱۰	۰	۱	شاخص ۷

شاخص ۸	۵	۲	۱۵	۴۴	۳۴	۴/۰۰	۱/۰۳	۱/۰۲	۰/۲۵۳۸	۱۴
شاخص ۹	۲	۴	۱۱	۳۸	۴۵	۴/۲۰	۰/۸۷	۰/۹۳	۰/۲۲۱۹	۸
شاخص ۱۰	۲	۰	۹	۴۱	۴۸	۴/۳۳	۰/۶۵	۰/۸۰	۰/۱۸۵۸	۳
شاخص ۱۱	۳	۴	۲۰	۳۰	۴۳	۴/۰۶	۱/۰۷	۱/۰۳	۰/۲۵۴۴	۱۵
شاخص ۱۲	۲	۱	۱۰	۴۲	۴۵	۴/۲۷	۰/۷۰	۰/۸۴	۰/۱۹۶۵	۵
شاخص ۱۳	۲	۳	۱۴	۴۷	۳۴	۴/۰۸	۰/۷۸	۰/۸۸	۰/۲۱۶۷	۷
شاخص ۱۴	۲	۴	۱۱	۳۸	۴۵	۴/۲۰	۰/۸۷	۰/۹۳	۰/۲۲۱۹	۹
شاخص ۱۵	۲	۳	۴	۴۷	۴۴	۴/۲۸	۰/۷۱	۰/۸۴	۰/۱۹۶۷	۶
شاخص ۱۶	۴	۵	۱۹	۴۲	۳۰	۳/۸۹	۱/۰۵	۱/۰۲	۰/۲۶۳۲	۱۶
میانگین	۳	۳	۱۲	۴۲	۴۰	۴/۱۴	۰/۸۶	۰/۹۳	۰/۲۲۳۸	-

به منظور آمار استنباطی با توجه به نوع پرسش‌های مطرح‌شده، در رابطه با اهداف اگر پاسخ‌ها به صورت یکنواخت میان گزینه‌های مختلف توزیع شده باشد، می‌توان نتیجه گرفت که شیوه مدیریت در ارتقاء ورزش قهرمانی در مؤلفه مهارت‌های مدیریتی رؤسای تربیت‌بدنی و ورزش، برخورداری مدیران از تخصص تربیت‌بدنی و مؤلفه مدیریت واحد و سیاست یکسان می‌باشند. برای این بررسی یکنواخت بودن توزیع گزینه‌های مختلف از آزمون ناپارامتری «کای دو» استفاده می‌شود. از میانگین فراوانی پاسخ‌های پرسش‌های شماره ۱ الی ۱۶ استفاده گردیده است.

در این پژوهش با رویکرد ترکیبی، پس از مرحله تحلیل کیفی و استخراج ابعاد و مؤلفه‌های اصلی مدیریت ورزشی در ارتقاء ورزش قهرمانی، فرضیه‌های جزئی مرتبط با هر یک از این ابعاد تدوین گردید. این فرضیه‌های جزئی مبنای تحلیل کمی و آزمون‌های آماری مستقل قرار گرفتند تا پیوند منطقی و علمی میان یافته‌های کیفی و کمی برقرار شود و روایی مدل به صورتی نظام‌مند تأیید گردد. این رویکرد به شیوه متداول پژوهش‌های ترکیبی شبیه است که در آن ابتدا با تحلیل کیفی، ساختار نظریاتی و مدل مفهومی شکل می‌گیرد و سپس در بخش کمی، به کمک آزمون‌های آماری فرضیه‌های جزئی به طور جداگانه تست می‌شوند. عدم تفکیک فرضیه‌های جزئی و تمرکز صرف بر یک فرضیه اصلی محدودیت روش‌شناختی پژوهش بود که با افزودن طبقه‌بندی فرضیه‌های کوچک‌تر و آزمون مستقل آن در بخش کمی (مثلاً فرضیه‌های مربوط به مهارت‌های مدیریتی، تخصص مدیران، سیاست‌گذاری و ...) می‌توان این نقص را برطرف ساخت و کیفیت استنتاج‌ها را افزایش داد. چهار مرحله آزمون فرض این فرضیه به شرح زیر است:

مرحله اول: تعریف فرض‌ها

فرضیه صفر (H0): به نظر می‌رسد بعد شیوه مدیریت از طریق مؤلفه‌های مهارت‌های مدیریتی رؤسای تربیت‌بدنی ورزش، برخورداری مدیران از تخصص تربیت‌بدنی، مدیریت واحد و سیاست‌مند نمی‌تواند به عنوان عامل مؤثر در ارتقاء ورزش قهرمانی لحاظ گردد.

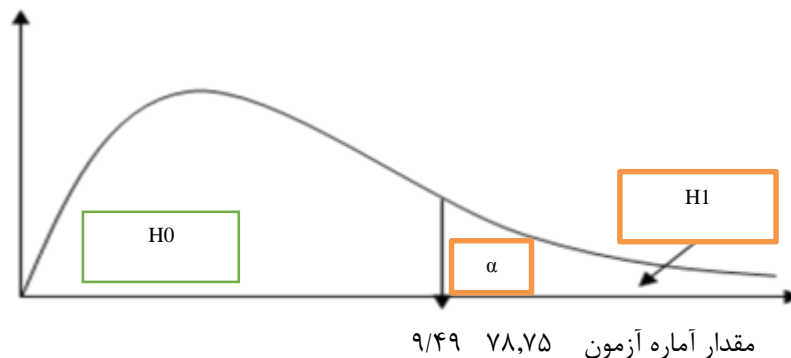
فرضیه مقابل (H1): به نظر می‌رسد بعد شیوه مدیریت از طریق مؤلفه‌های مهارت‌های مدیریتی رؤسای تربیت بدنی ورزش، برخوردار مدیران از تخصص تربیت بدنی، مدیریت واحد و سیاست‌مند می‌تواند به‌عنوان عامل مؤثر در ارتقاء ورزش قهرمانی لحاظ گردد.

مرحله دوم: محاسبه آماره آزمون

جدول (۸)، مقادیر آزمون					
	O_i	E_i	$O_i - E_i$	$(O_i - E_i)^2$	$(O_i - E_i)^2 / E_i$
خیلی کم	۲/۶۲	۲۰	-۱۷/۳۸	۳۰۲/۰۶	۱۵/۱
کم	۲/۵	۲۰	-۱۷/۵	۳۰۶/۲۵	۱۵/۳۱
متوسط	۱۲/۳۱	۲۰	-۷/۶۹	۵۹/۱۳	۲/۹۵
زیاد	۴۲/۴۳	۲۰	۲۲/۴۳	۵۰۳/۱۰	۲۵/۱۵
خیلی زیاد	۴۰/۱۲	۲۰	۲۰/۱۲	۴۰۴/۸۱	۲۰/۲۴
جمع	۱۰۰	۱۰۰			۷۸/۷۵

مرحله سوم: مقدار بحرانی

با توجه به سطح اطمینان ۹۵ درصد و درجه آزادی ۴ مقدار بحرانی طبق جدول مربوط به توزیع کای-دو برابر ۹/۴۹ است.



مرحله چهارم: تفسیر

بر پایه جدول و نمودار بالا مقدار آماره آزمون ۷۸,۷۵ است که از مقدار بحرانی $(\chi^2_{(4;0.95)} = 9.49)$ بزرگ‌تر است، یعنی فرضیه صفر در سطح معناداری ۹۵ درصد رد می‌شود و فرضیه یک تأیید می‌گردد. به‌عبارت‌دیگر شیوه مدیریت به‌عنوان عامل مؤثر در ارتقاء ورزش قهرمانی در مؤلفه مهارت‌های مدیریتی رؤسای تربیت بدنی و ورزش شامل: توانایی در مکاتبات، توانایی تدوین اهداف کلان، راهبردها و برنامه‌های عملیاتی، توانایی ایجاد ساختار مدیریتی مشخص و یکپارچه، تشکیل

کمیته‌های تخصصی برای هر رشته ورزشی، حمایت مالی و جذب منابع مالی، ایجاد بانک اطلاعاتی از ورزشکاران نخبه و مربیان، استفاده از فناوری‌های نوین، مهارت توسعه فرهنگ اجتماعی، بهبود وضعیت معیشتی بازیکنان و مربیان، حمایت و پشتیبانی روان‌شناسانه از ورزشکاران قبل و حین و بعد از مسابقات مؤلفه برخورداری مدیران از تخصص تربیت‌بدنی شامل: داشتن تخصص و تحصیلات تربیت‌بدنی؛ بهره‌مندی از مهارت‌های مدیریتی، شامل: مهارت مذاکره - چانه‌زنی؛ و در مؤلفه مدیریت واحد و سیاست یکسان شامل: ایجاد ماژول خبر یا اطلاع‌رسانی بخشی از سامانه اطلاعات مدیریت تحت وب، مطالعه تطبیقی و الگوبرداری از کشورهای پیش‌قدم و باتجربه، مطالعه تطبیقی و الگوبرداری از کشورهای پیش‌قدم و باتجربه در ورزش قهرمانی، ماژول برنامه مدون، تشکیل شورایی متشکل از متخصصین، اساتید دانشگاه، کارشناسان، پیشکسوتان و قهرمانان جهت بهره‌مندی از علم روز دنیا می‌باشند. در اولویت‌بندی شاخص‌ها با توجه به میانگین هر سؤال حمایت مالی و جذب منابع مالی، استفاده از فناوری‌های نوین، حمایت و پشتیبانی روان‌شناسانه از ورزشکاران قبل و حین و بعد از مسابقات از اولویت‌بندی بالایی برخوردار بودند.

با توجه به اینکه نتایج پرسش‌نامه و پاسخ‌های حجم نمونه تحلیل کیفی را تأیید می‌نماید، تحلیل نهایی کمی به شرح زیر بیان می‌گردد. با توجه به آمار به‌دست‌آمده از جامعه موردپژوهش نتایج حاصله بیان‌گر این است که ۸۰ درصد پاسخگویان دارای تحصیلات کارشناسی ارشد و دکتری می‌باشند و سنوات خدمت پاسخگویان ۶۵ درصد بالای ۲۵ سال خدمت دارند که نشان‌دهنده بالا بودن تجربه ناشی از سنوات خدمتی و آگاهی جامعه نمونه است و ۶۰ درصد پاسخگویان در طبقه استاد دانشگاه و دانش‌آموخته تربیت‌بدنی می‌باشند و همچنین ۹۹ درصد آشنایی با ورزش دارند و نشان از روایی پاسخنامه و پرسش‌شوندگان است. از نظر مدیریتی نیز داری تجربه بالایی می‌باشند که در نتیجه می‌توان پس از تجزیه و تحلیل اطلاعات، نتایج حاصله را به‌کل جامعه تعمیم داد که این امر روایی پاسخ‌ها را بیشتر می‌کند که با سطح اطمینان ۹۵٪ می‌توان اذعان داشت شیوه مدیریت ورزش قهرمانی آجا باعث ارتقاء ورزش قهرمانی می‌گردد.

با توجه به رویکرد آمیخته تحقیق، تجزیه و تحلیل نهایی به شرح زیر بیان می‌گردد. در بخش کیفی، در رابطه با بعد مدیریت ارتقاء ورزش قهرمانی آجا در مؤلفه مهارت‌های مدیریتی رؤسای تربیت‌بدنی و ورزش شامل: توانایی در مکاتبات، توانایی تدوین اهداف کلان، راهبردها و برنامه‌های عملیاتی، توانایی ایجاد ساختار مدیریتی مشخص و یکپارچه، تشکیل کمیته‌های تخصصی برای هر رشته ورزشی، حمایت مالی و جذب منابع مالی، ایجاد بانک اطلاعاتی از ورزشکاران نخبه و مربیان، استفاده از فناوری‌های نوین، مهارت توسعه فرهنگ اجتماعی، بهبود وضعیت معیشتی بازیکنان و مربیان، حمایت و پشتیبانی روان‌شناسانه از ورزشکاران قبل، حین و بعد از مسابقات و در مؤلفه برخورداری مدیران از تخصص تربیت‌بدنی شامل: داشتن تخصص و تحصیلات تربیت‌بدنی؛ بهره‌مندی از مهارت‌های مدیریتی، شامل: مهارت مذاکره - چانه‌زنی؛ و در مؤلفه مدیریت واحد و سیاست یکسان شامل: ایجاد ماژول خبر یا اطلاع‌رسانی بخشی از سامانه اطلاعات مدیریت تحت وب، مطالعه تطبیقی و الگوبرداری از کشورهای پیش‌قدم و باتجربه، مطالعه تطبیقی و الگوبرداری از کشورهای پیش‌قدم و باتجربه در ورزش قهرمانی، ماژول برنامه مدون، تشکیل شورایی متشکل از متخصصین، اساتید دانشگاه، کارشناسان، پیشکسوتان و قهرمانان جهت بهره‌مندی از علم روز دنیا می‌باشند.

در بخش کمی نیز نتایج حاصل مبین این مطلب است که از تعداد ۱۰۰ نفر پژوهش خواندگان (جامعه نمونه) به طور میانگین تعداد ۴۰٫۱۲٪ گزینه خیلی زیاد، تعداد ۴۲٫۴۳٪ گزینه زیاد و تعداد ۱۲٫۳۱٪ گزینه متوسط را انتخاب نموده‌اند؛ بنابراین نتایج حاصل بیانگر این واقعیت است که ۸۲٪ افراد جامعه نمونه معتقدند که هر یک از شاخص‌های مربوط به بعد مدیریت ورزش تأثیر معنی‌داری بر ارتقاء ورزش قهرمانی دارد که مقدار آماره به دست آمده نیز ۷۸٫۷۵ به دست آمده که فرض یک تأیید و به عبارتی در مهارت‌های مدیریتی رؤسای تربیت‌بدنی و ورزش شامل: توانایی در مکاتبات، توانایی تدوین اهداف کلان، راهبردها و برنامه‌های عملیاتی، توانایی ایجاد ساختار مدیریتی مشخص و یکپارچه، تشکیل کمیته‌های تخصصی برای هر رشته ورزشی، حمایت مالی و جذب منابع مالی، ایجاد بانک اطلاعاتی از ورزشکاران نخبه و مربیان، استفاده از فناوری‌های نوین، مهارت توسعه فرهنگ اجتماعی، بهبود وضعیت معیشتی بازیکنان و مربیان، حمایت و پشتیبانی روان‌شناسانه از ورزشکاران قبل، حین و بعد از مسابقات و در مؤلفه برخورداری مدیران از تخصص تربیت‌بدنی شامل: داشتن تخصص و تحصیلات تربیت‌بدنی؛ بهره‌مندی از مهارت‌های مدیریتی، شامل: مهارت مذاکره - چانه‌زنی؛ و در مؤلفه مدیریت واحد و سیاست یکسان شامل: ایجاد ماژول خبر یا اطلاع‌رسانی بخشی از سامانه اطلاعات مدیریت تحت وب، مطالعه تطبیقی و الگوبرداری از کشورهای پیش‌قدم و باتجربه، مطالعه تطبیقی و الگوبرداری از کشورهای پیش‌قدم و باتجربه در ورزش قهرمانی، ماژول برنامه مدون، تشکیل شورایی متشکل از متخصصین، اساتید دانشگاه، کارشناسان، پیشکسوتان و قهرمانان جهت بهره‌مندی از علم روز دنیا می‌باشند.

نتیجه‌گیری

نتیجه‌گیری پژوهش ضمن ارائه یافته‌های کلیدی، بایستی شامل بحث، مقایسه، تبیین انتقادی، نوآوری علمی و کاربردی پژوهش، پیشنهادهای عملی و محدودیت‌ها باشد. بر اساس متن ارسالی شما و استانداردهای نگارش علمی، پاسخ مناسب به داور به شرح زیر است:

نتایج حاصل از تحلیل کیفی و کمی نشان داد که ارتقاء ورزش قهرمانی در ارتش جمهوری اسلامی ایران به سه بعد اصلی شیوه مدیریت، تجهیزات و امکانات و ساختار اجرایی وابسته است. در بعد شیوه مدیریت، بهبود مهارت‌های مدیریتی رؤسای تربیت‌بدنی از جمله توانایی مکاتبات مؤثر، تدوین اهداف کلان، ایجاد ساختارهای مشخص و تشکیل کمیته‌های تخصصی، حمایت مالی و جذب منابع، بهره‌گیری از فناوری‌های نوین و توسعه فرهنگ سازمانی، به طور معنی‌داری بر موفقیت و ارتقاء ورزش قهرمانی تأثیرگذار است. علاوه بر این، تخصص و آموزش مستمر مدیران تربیت‌بدنی و اتخاذ سیاست‌های واحد و مبتنی بر مدیریت هماهنگ اثربخشی این حوزه را افزایش می‌دهد. یافته‌های کمی نیز تأکید می‌کنند که اکثریت قریب به اتفاق پاسخ‌دهندگان به اهمیت شاخص‌هایی مانند حمایت مالی و پشتیبانی روان‌شناسانه در موفقیت ورزش قهرمانی اذعان دارند. مقایسه یافته‌های پژوهش حاضر با مطالعات مشابه داخلی و بین‌المللی نشان می‌دهد که تأکید بر مهارت‌های مدیریتی، آموزش تخصصی مدیران و استفاده از فناوری‌های نوین مورد توافق صاحب‌نظران قرار دارد و این پژوهش با ارائه چارچوبی منسجم و

تلفیقی، به غنای علمی این حوزه افزوده است. نوآوری اصلی تحقیق در همسویی دقیق داده‌های کیفی و کمی و استخراج مؤلفه‌های کلیدی مدیریت ورزشی در محیط نظامی است که بستر مناسبی برای مطالعات آتی فراهم می‌کند. از محدودیت‌های پژوهش می‌توان به محدودیت نمونه‌گیری کیفی و تمرکز بر نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران اشاره کرد که تعمیم نتایج به سایر نهادها را محدود می‌سازد. پیشنهاد می‌شود تحقیقات آینده ضمن افزایش حجم نمونه‌های کیفی و کمی، با رویکردهای تطبیقی در سایر کشورها و بخش‌های ورزشی گسترده‌تر صورت گیرد تا الگوهای مدیریتی جامع‌تر و جهانی‌تر شناسایی شود.

پیشنهادهای کاربردی برای بهبود مدیریت ورزش قهرمانی شامل آموزش مداوم مدیران ورزشی، توسعه سامانه‌های فناوری اطلاعات برای مدیریت داده‌ها، افزایش سرمایه‌گذاری مالی و تشکیل شوراهای تخصصی مرکب از اساتید و پیشکسوتان است که به ارتقاء کیفیت و اثربخشی برنامه‌ها کمک خواهد کرد.

نتیجه‌گیری تفصیلی بر اساس مؤلفه‌ها و شاخص‌ها

این پژوهش با رویکرد آمیخته (کیفی-کمی) به بررسی نقش مدیریت ورزشی در ارتقاء ورزش قهرمانی ارتش جمهوری اسلامی ایران پرداخت. تحلیل کیفی سه مؤلفه کلیدی مهارت‌های مدیریتی، تخصص تربیت‌بدنی و مدیریت واحد و سیاست یکسان را شناسایی کرد و بخش کمی با آزمون‌های آماری تأثیر هر مؤلفه و شاخص‌های مربوط را دقیق‌تر بررسی نمود.

۱. مهارت‌های مدیریتی شامل توانایی مکاتبات، تدوین اهداف کلان، ایجاد ساختار مشخص و تشکیل کمیته‌های تخصصی با آزمون کای‌دو به‌طور معناداری تأیید شدند و تأثیر مهمی بر ارتقاء ورزش قهرمانی دارند.

۲. تخصص تربیت‌بدنی با شاخص‌هایی مانند تحصیلات مرتبط و مهارت‌های مدیریتی (مذاکره و چانه‌زنی) نشان‌دهنده تأثیر مثبت و قابل توجهی است.

۳. مدیریت واحد و سیاست یکسان با شاخص‌هایی مانند سامانه‌های اطلاع‌رسانی وب‌محور، الگوبرداری از تجربیات موفق و تشکیل شوراهای تخصصی، شواهد آماری معناداری داشت و نقش مهمی در مدیریت ورزش قهرمانی ایفا می‌کند.

این تحلیل تفکیکی و اختصاصی هر مؤلفه و شاخص، دقت علمی و اعتبار یافته‌ها را افزایش داده و از تعمیم کلی و نادقیق جلوگیری کرده است. مدیریت ورزش قهرمانی به عنوان ساختاری چندبعدی، نیازمند توجه جداگانه به هر جزء و تلفیق آنها در سیاست‌ها و برنامه‌های کلان است.

برای افزایش دقت علمی، پس از تحلیل کیفی مؤلفه‌ها، شاخص‌های قابل اندازه‌گیری برای هر مؤلفه تعیین و فرضیه‌های تحقیق به‌طور مستقل براساس این شاخص‌ها تدوین و آزمون شدند. این رویکرد امکان اجتناب از کلی‌گویی و همپوشانی در تحلیل را فراهم کرد و هر مؤلفه با داده‌های کمی مستند و معتبر اعتبارسنجی شد.

آزمون‌های ناپارامتری (کای دو) به صورت جداگانه برای هر بعد (مهارت‌های مدیریتی، تخصص و آموزش مستمر، مدیریت واحد و سیاست یکسان) انجام شد که باعث واکاوی دقیق‌تر و جلوگیری از تعمیم نادرست یافته‌ها گردید. تطابق نتایج کمی با داده‌های کیفی روایی و قابلیت تعمیم مدل مفهومی را تقویت کرده است. بنابراین، تحلیل تفکیکی فرضیه‌ها بر اساس ابعاد کلیدی، شفافیت و اعتبار علمی پژوهش را افزایش داده و قدرت استنتاج نتایج را بالا برده است، که این امر اطمینان داوران را نسبت به بنیاد علمی نتایج و روش‌شناسی تحقیق تضمین می‌کند. نتیجه‌گیری تفصیلی بر اساس فرضیه‌های جزئی هر مؤلفه، کاملاً منطبق بر طراحی پژوهش کمی و بخش اصلی تفسیر یافته‌ها به‌شمار می‌رود.

تشکر و قدردانی:

بدین وسیله، نویسندگان مقاله مراتب سپاس و قدردانی را از کلیه کسانی که در انجام این مطالعه همکاری نمودند، به عمل می‌آورند.

منابع:

۱. احمدی، سیروس و رشیدی، علی و سلیمانی، مجید (۱۴۰۲). تدوین الگوی مفهومی توسعه حرفه‌ای مدیران در سازمان‌های ورزشی ایران. فصلنامه مدیریت ورزشی ۲۲(۵۹): ۱۲۱-۱۳۸.
۲. احمدی، سیروس (۱۳۹۰). بررسی و تعیین عوامل اثرگذار بر موفقیت ورزش قهرمانی ایران (رساله دکتری). دانشکده تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی.
۳. احمدی مجد، حمیرا (۱۴۰۲). شناسایی شاخص‌های برنامه کنترل راهبردی در وزارت ورزش و جوانان جمهوری اسلامی ایران. مطالعات راهبردی ورزش و جوانان، ۲۲(۶۲): ۹۳-۱۱۲.
۴. باقری، هادی، مرسل، باقر، فهیمی‌نژاد، علی، رشیدلمیر، امین (۱۳۹۸). شناسایی عوامل مؤثر بر جذب حامیان ورزش قهرمانی (مطالعه موردی: استان خراسان شمالی). نشریه مدیریت ورزشی ۱۱(۴): ۷۶۱-۷۸۵.
۵. بامیر، موسی و ستایش، امیرحسین (۱۳۹۸). سنجش تأثیرگذاری پیشرفت علم بر رشد و توسعه ورزش در حوزه موضوعی ورزش قهرمانی المپیک، مطالعات مدیریت ورزشی، ۱۱(۵۵): ۵۹-۷۰.
۶. پورکیانی، محمد و حمیدی، مهرزاد و گودرزی، محمود و خبیری، محمد (۱۳۹۶). تحلیل اثرگذاری ورزش حرفه‌ای و قهرمانی بر توسعه ورزش. مطالعات مدیریت ورزشی ۹(۴۲): ۵۵-۷۲.
۷. حاجی‌آخوندزاده، مسعود و منوچهری، جاسم و تجاری، فرشاد (۱۴۰۲). شناسایی عوامل مؤثر بر توسعه ورزش قهرمانی جودوی ایران. فصلنامه علمی مطالعات راهبردی ورزش و جوانان، ۲۲(۶۲): ۳۱۳-۳۳۲.
۸. خواجه‌نژاد، پریسا (۱۳۹۹). فرهنگ ورزش و توسعه آن در جامعه. تهران، راز نهان.

۹. رضایی، مرتضی و حاجی پور، حجت و سالاری، محمدمهدی (۱۴۰۰). بررسی توسعه ورزش قهرمانی در ارتش جمهوری اسلامی ایران. پنجمین کنفرانس بین‌المللی تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، تهران.
۱۰. رشیدی، علی، احمدی، سیروس، و سلیمانی، مجید (۱۴۰۲). تدوین الگوی مفهومی توسعه حرفه‌ای مدیران در سازمان‌های ورزشی ایران. *فصلنامه مطالعات راهبردی ورزش و جوانان*، ۲۲(۵۹): ۱۲۱-۱۳۸.
۱۱. زرگر، طیب‌سادات و آقاسیدمرتضی، سیدحسین و قدیمی، بهرام و آفرینش، اکبر (۱۴۰۳). طراحی الگوی ایجاد ظرفیت‌ها و بسترهای سیاسی در ورزش. *مطالعات مدیریت رفتار سازمانی در ورزش*، ۱۱(۲): ۳۳-۵۲.
۱۲. سعید کیانی، محمد و بهرامی، شهاب (۱۳۹۹). بررسی اولویت‌بندی منابع مالی، تجهیزات و امکانات ورزشی در ارتقاء ورزش قهرمانی (مطالعه موردی استان همدان)، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، *مجله علوم حرکتی و رفتاری*، ۳(۲): ۲۱۸-۲۳۰.
۱۳. شعبانی، عباس (۱۳۹۶). مطالعه تحلیل محیطی ورزش قهرمانی و حرفه‌ای نیروهای مسلح کشور. *فصلنامه مدیریت نظامی*، ۱۷(۶۶): ۹۳-۱۱۴.
۱۴. شعبانی‌مقدم، کیوان و ذکایی، حسین و حسن‌زاده، محمدتقی (۱۳۹۵). شناسایی و اولویت‌بندی موانع و راهکارهای توسعه حقوق ورزشی در ایران. *مطالعات راهبردی ورزش و جوانان*، ۱۵(۳۴): ۹-۲۰.
۱۵. عالی نژاد، امیرحمزه و شمامی، نادر (۱۴۰۰). طراحی مدل پیش‌بینی و تعیین سطح ورزش قهرمانی آجا با استفاده از سیستم استنتاج فازی عصبی-تطبیقی (ANFIS)، *فصلنامه آینده‌پژوهی دفاعی*، ۶(۲۳): ۱۲۹-۱۵۲.
۱۶. عباسی بختیاری، رضا و فراهانی، ابوالفضل و کشاورز، لقمان (۱۳۹۷). تدوین استراتژی ورزش همگانی و قهرمانی دانشگاه آزاد اسلامی بر اساس مدل SWOT-ANP، *فصلنامه علمی پژوهش‌های کاربردی در مدیریت ورزشی*، ۸(۱): ۱۳۹-۱۵۳.
۱۷. فریدنیا، حسین و هاتفی‌افشار، لعی و دهقان‌قهفرخی، امین (۱۳۹۸). شناسایی عوامل مؤثر در استعدادیابی ورزشی دانش‌آموزان ابتدایی (با رویکرد قهرمان‌پروری برای آینده)، *پژوهش در ورزش تربیتی*، ۱۲(۳۴): ۱۱۳-۱۳۲.
۱۸. قادری، جعفرعلی و غفوری، فرزاد و هنری، حبیب و محمدی‌مقدم، یوسف (۱۳۹۹). طراحی الگوی توسعه ورزش در نیروی انتظامی، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، *مطالعات مدیریت انتظامی*، ۱۵(۱): ۵۳-۷۴.
۱۹. مختارپور، مهدی (۱۳۹۸). تبیین جامعه‌شناختی عوامل اجتماعی مؤثر بر جامعه‌پذیری ورزشی، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، *مطالعات فرهنگی - اجتماعی المپیک*، ۱(۱): ۱۲۵-۱۵۵.
۲۰. ملائی، مینا؛ رضانی نژاد، رحیم؛ یاسوری، مجید و جوادی پور، محمد (۱۳۹۷). تحلیل روند نابرابری توسعه ورزش قهرمانی در استان‌های ایران. *مدیریت و توسعه ورزش*، ۷(۱): ۲۹-۴۹.
۲۱. میر یوسفی، سید جلیل (۱۳۹۵). بررسی نقش توسعه فرهنگ اجتماعی در توسعه فرهنگی ورزش قهرمانی، *مدیریت منابع انسانی در ورزش*، ۴(۱): ۱۳۱-۱۴۶.

22. Bolotin, A., Bakayev, V., Moha, A., & You, C. (2018). Sport Management Technology In Armed Forces Given Military Personnel's Physical Training Interests. In V. Chernyavskaya, & H. Kuße (Eds.), *Professional Culture of the Specialist of the Future*, vol 51. European Proceedings of Social and Behavioural Sciences (pp. 1183-1190). Future Academy.
<https://doi.org/10.15405/epsbs.2018.12.02.127>

23. Havenetidis, K., Bissas, A., Monastriotis, N., Nicholson, G., Walker, J., Bampouras, T. M., & Dinsdale, A. J. (2022). Combining sport and conventional military training provides superior improvements in physical test performance. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 18(5), 1567-1576.
<https://doi.org/10.1177/17479541221116959> (Original work published 2023)

24. Manouchehri, J., Baran cheshmeh, M. and Manouchehri, M. Q. (2019). Meta-analysis of the Sport Development of the Armed Forces of I.R. of Iran. *Defence Studies*, 17(3), 123-150.
https://ds.sndu.ac.ir/article_820_en.html

The role of sport management in promoting championship sports of the Islamic Republic of Iran army

Seyed Fakhreddin Faraji^{1*}, Narjes Padidar²

1. Ph.D in Strategic Management, Command and Staff University of the Islamic Republic of Iran Army, Tehran, Iran

2. Master's degree in Applied Mathematics, Rajaei University of Education, Teacher of Education, Tehran, Iran.

Abstract:

The present study aimed to identify and analyze the key components of elite sports management in the Islamic Republic of Iran's Army using a mixed-methods approach, to provide a practical framework for enhancing athletic performance in military environments. The focus was on three main components: managerial skills (strategic planning, leadership, resource management), continuous expertise and training for physical education managers, and coordinated policy-making with unified management. In the qualitative phase, 9 experts (senior managers and specialists) were purposively selected via judgmental sampling, and semi-structured interviews were analyzed using three-stage content analysis (open, axial, and selective coding). The quantitative population comprised 135 relevant personnel, from which a sample of 100 (deputy commanders and commanders: 11, faculty members: 27, physical education graduates: 55, champions: 7) was selected via stratified random sampling using Cochran's formula. Instruments included a Likert-scale questionnaire (Cronbach's alpha > 0.9), interviews, and documents; quantitative analysis involved descriptive statistics (mean = 4.14) and chi-square tests ($\chi^2 = 78.75 > 9.49$) conducted in SPSS22.

Qualitative findings were extracted across three main themes: managerial skills, expertise-training, and unified policies. Quantitative results confirmed the hypothesis of management's impact on elite sports advancement at the 95% confidence level; priorities included financial support, innovative technology, and psychological backing. The conceptual framework encompassed infrastructure, oversight, and organizational culture. The results indicate that efficient management—emphasizing skills, training, and coordination—is a key factor in sustaining elite sports within the Army, addressing research gaps in military contexts. Recommendations include continuous manager training, web-based systems, global benchmarking, and financial investment. This model is generalizable to other armed forces.

Keywords :sports management, championship sports, managerial skills

* Correspondence: Fakhroinfaraji1362@gmail.com

صفحات ۲۰-۳۳

ارتباط بین رفتار اجتماعی و گرایش به ورزش با تماشای مسابقات ورزشی

موسی قوام صفت^۱

۱. کارشناس ارشد مدیریت ورزشی، دانشگاه صنعتی شاهرود، شاهرود، ایران

چکیده:

شناسایی انگیزه‌های افراد برای پرداختن به فعالیت‌های ورزشی از آن نظر مهم است که مبنای نگهداری سطح انگیزشی، کنترل و تعدیل رفتار و یا پیش بینی رفتارهای آتی است. هدف از تحقیق حاضر ارتباط بین رفتار اجتماعی و گرایش به ورزش با تماشای مسابقات ورزشی (در رابطه با: قهرمان شدن تیم ملی کشتی ایران در مسابقات جهانی ۲۰۲۵). این پژوهش از لحاظ هدف کاربردی بوده و از لحاظ ماهیت و روش از نوع پیمایشی بود که به صورت میدانی به اجرا درآمد. جامعه آماری تحقیق حاضر را جوانان فعال شرکت کننده در مکان‌های ورزشی شهر یاسوج (۵۵۰ نفر) تشکیل دادند، که با استفاده از جدول مورگان و گرسجی حجم نمونه (۲۲۵ نفر) انتخاب شد. برای جمع آوری داده‌ها از پرسشنامه رفتار اجتماعی هنریچسن و کلارک (۲۰۰۳)، پرسشنامه انگیزه ورزشی پلی تیر (۲۰۱۳) و تماشای مسابقات ورزشی آصفی و همکاران (۱۳۹۶) استفاده شد. به منظور تعیین پایایی در بعد انسجام درونی با تکمیل ۳۰ پرسشنامه توسط نمونه‌ها ضریب پایایی برای پرسشنامه‌ها با استفاده از شاخص آلفای کرونباخ مشخص گردید. و برای تعیین روایی پرسشنامه‌ها از نظر ۱۱ تن از متخصصین و اساتید دانشگاه‌های مختلف ایران بهره‌گرفتیم. برای توزیع طبیعی داده‌ها از آزمون کلوموگروف اسمیرنوف استفاده شد. نتایج نشان داد که رابطه مثبت و معناداری بین رفتار اجتماعی و گرایش به ورزش با تماشای مسابقات تیم ملی کشتی ایران در مسابقات جهانی (۲۰۲۵) مشاهده شد. لذا تماشای مسابقات کشتی می‌تواند بر رفتار و انگیزه جوانان جهت ورزش کردن مفید و میسر باشد.

واژگان کلیدی: انگیزه ورزش، کشتی، رفتار اجتماعی، ورزش.

* ایمیل نویسنده مسئول: moosa.ghavam@yahoo.com

مقدمه:

انسانها بر حسب نیازها و باورهایی که دارند ممکن است به یک فعالیت ورزشی بپردازند، برای گروهی ممکن است که تماشای یک فعالیت ورزشی یا پرداختن به آن علت اصلی و اولیه کسب نشاط و سلامتی، برای گروهی دیگر تعامل‌های اجتماعی و از شهرت خاصی برخوردار بودن و برای عده‌ای مقاوم شدن در مقابل بیماریها، کسب اعتماد به نفس، و تناسب اندام و قهرمانی باشد، در مجموع از بین دلایل متنوع افراد برای پرداختن به فعالیت‌های ورزشی در مسیر اصلی فعالیت‌ها می‌تواند تعیین گردد (Emami^۱, 2008).

امروزه نگاه ویژه و میرمی در کشورها به امر ورزش شده است؛ به طوری که در بعضی کشورها صنعت اول تجارت باشد لذا پیشرفت ورزشی در اولویت برنامه‌ی کاری بسیاری از کشورهای جهان قرار گرفته است. موفقیت و پیشرفت ورزشی در سطح ملی و بین‌المللی دیگر خاصیت و ویژگی شخصی نداشته است و از آن به عنوان عزت، سربلندی و افتخار ملت‌ها نام برده میشود؛ از این جهت تلاش وافر برای اعزام ورزشکاران در بازی‌های منطقه‌ای، ملی، آسیایی و حتی بازی‌های المپیک صورت گرفته است (Lumintwarso^۲ et al., 2021).

شناسایی انگیزه‌های افراد برای پرداختن به فعالیت‌های ورزشی از آن نظر مهم است که حضور موثر آنها را در مجامع بین‌المللی را فراهم می‌کند و مبنای نگهداری سطح انگیزشی، کنترل و تعدیل رفتار و یا پیش‌بینی رفتارهای آتی است. انگیزه مشارکت در ورزش و به همین مقدار تماشای فعالیت‌های ورزشی از موضوعات مورد علاقه و توجه محققان در زمینه روانشناسی ورزش است و با طرح سوالاتی همچون دلایل ورود افراد به یک رشته خاص یا دلایل عدم ادامه فعالیت و نیز میزان تغییرپذیری اولویت‌های انگیزشی با توجه به متغیرهای ویژگی‌های فردی مانند سن، جنسیت، تجربه و دیگر موارد بوده است همچنین نحوه‌ی برخورد آنان در جامعه و انگیزه‌ی آنان جهت حضور مفید و وثر در مکانهای ورزشی و با توجه به حضور دنیا در دهکده‌ای بنام فضای مجازی و دور شدن جوانان ما از رفتارها و ناهنجاریهای اجتماعی و بروز رفتارهای اجتماعی بهتری موثر باشد (Garo^۳ et al., 2006).

یکی از ایده‌های نوظهور و نوپا در حیطه روانشناسی سلامت، سبک زندگی سلامت‌محور و با انگیزه در عمل و اخلاق ورزشی است که چارچوب ارزشمندی جهت اطلاع از شرایط انگیزشی در انجام کاری و یا حتی پرداختن به چالش‌هایی که از منظر برخی افراد جامعه امکان پذیر نباشد مثل شرکت در مسابقات ورزشی یادگیرندگان فراهم می‌آورد. (Yazdi^۴ et al., 2025). اگر تماشای مسابقات ورزشی و پرداختن به ورزش را به عنوان فعالیتی مبتنی بر توانایی‌هایی اکتسابی جسمانی و مهارت‌های رفتاری تمرین شده بر پایه یک رشته قوانین تعریف شده مشخص و با هدف مسابقه یا دست‌یابی به ورزشدگی و یا نشاط و تفریح تعریف کنیم، در آن صورت ورزش کنشی است اجتماعی که میتواند در انگیزه‌ی افراد بخصوص جوانان ما و همچنین عملگرا در سطح ملی و بین‌المللی که به واسطه استفاده از توانمندی‌های بدنی خود در مناسبات اجتماعی به اهدافی نظیر رقابت، تفریح، مهارت و یا ترکیبی از آنها نائل می‌آیند (Bani Nusrat^۵ et al., 2012).

1. Emami

2. Lumintwarso

3. Garo

4. Yazdi

5. Bani Nusrat

ورزش و حرکات منظم بدنی علاوه بر سلامت جسم بر سلامت روحی، مؤثر و در سازگار شدن فرد با جامعه و شکل‌گیری شخصیت او تأثیر بر باورها، شدن از طریق ورزش؛ دارد. روند اجتماعی بسزایی نگرش‌ها، شکل‌گیری شخصیت، توسعه مهارت و خودپنداره‌ها مؤثر است و شرکت در فعالیتهای ورزشی با رشد و سازگاری اجتماعی و اعتماد به نفس و رفتار اجتماعی متعددیارتباط دارد که این موضوع بیانگر اهمیت ورزش فعالیتهای بدنی در سلامت روانی و سازگاری رفتاراجتماعی و انگیزه‌ی ورزشی و شرکت در مسابقات بالای افراد جامعه است (Khodaparast and colleagues, 2022). از نظر جامعه‌شناختی، ورزش با این که در وهله اول به اهداف بلاواسطه‌ای چون رقابت، تفریح و مهارت و در کل نشاط و سرزندگی جامعه مرتبط می‌شود، اما به واقع کارکردهای اجتماعی بسیار فراتری با آن پیوند خورده است مثل احترام گذاشتن به دیگران و بزرگترها یا عمل رفتاری آنان در سطح جامعه که با آینده آنان درگیر است، که جامعه‌شناسی ورزشی و رفتاری به طور اخص به مطالعه آنها می‌پردازند (Bani Nusrat^۲ et al., 2012).

اصغری (۲۰۲۴) در تحقیقی تحت عنوان بررسی تأثیر تعهد و لذت ورزشی بر انگیزش ورزشی نشان داد که لذت ورزشی (بر انگیزش ورزشی دارای اثر مستقیم معنادار بوده ولی اثر غیرمستقیم لذت ورزشی بر انگیزش ورزشی با میانجی‌گری اضطراب‌رقابتی معنادار نیست. همچنین تعهد ورزشی بر انگیزش ورزشی دارای اثر مستقیم معنادار بوده ولی اثر غیرمستقیم تعهد ورزشی بر انگیزش ورزشی با میانجی‌گری اضطراب‌رقابتی معنادار نیست.

یزدی و همکاران (۲۰۲۵) در مقاله‌ای نشان دادند که انگیزش ورزشی بر سبک زندگی و رفتار اجتماعی سلامت‌محور تأثیر مثبت و معنی‌داری دارد. همچنین شبکه‌های اجتماعی بر سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور تأثیر معناداری ندارد و شبکه‌های اجتماعی در تبیین رابطه بین انگیزش ورزشی و سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور دانشجویان نقش تعدیل‌کنندگی ندارد یافته‌های پژوهش نشان داد که انگیزش ورزشی بر سبک زندگی تحصیلی سلامت‌محور تأثیر مثبت و معنی‌داری دارد.

حمیدرضایارقلی (۱۳۹۸) در تحقیقی تحت عنوان نقش تماشای مسابقات ورزشی روی فعالیت بدنی تماشاگران و ارتباط آن با امکانات و تجهیزات ورزشی با تأکید بر والیبالی نشان داد که تأثیر مثبت تماشای مسابقات ورزشی در گرایش به ورزش و فعالیت بدنی بود.

حسینی و همکاران (۲۰۲۲) در تحقیقی نشان دادند بهبود وضعیت گرایش به ورزش، شخصیت و محبوبیت ورزشکاران می‌تواند زمینه‌ی بهبود برند ورزشی باشگاه‌های ورزشی را فراهم نمود. با توجه به تحقیق بیان شده انگیزه ورزشی می‌تواند در جامعه شکلی متمرکز به ثمر بگیرد و دلاوری‌های قهرمانان کشتی در این عرصه به کنش‌های اجتماعی و انگیزه‌ی آنها جهت ساخت جامعه‌ای مدرن مفید باشد.

با توجه به مطالب یاد شده و تحقیقات انجام شده که ورزش تأثیر بسزایی در تشکیل رفتار اجتماعی و انگیزه‌ی لازم جهت انجام چالش‌های بزرگ و حضور در مکانهای ورزشی دارد لذا از آنجایی که ورزش کشتی ورزش اول کشور می‌باشد و از جایگاه خاصی در بین مردم برخوردار است شاید بتواند انگیزه‌ی لازم را در جوانان این مرز و بوم ایجاد کند و حتی از رفتار اجتماعی که امروزه با ناهنجاری‌هایی دست و پنجه نرم می‌کند رابطه‌ای مثبت داشته باشد و در نقش و شکل‌گیری آینده جوانان مملکت مؤثر باشد. میتوان گفت که ورزش

1. Khodaparast and colleagues

2. Bani Nusrat

کشتی می‌تواند تاثیری در این انگیزه و رفتار ورزشی بدرستی ایفا کند. ورزش کشتی یکی از باسابقه‌ترین رشته‌های ورزشی است که در نزد ملت‌های دنیا از دوران باستان به شکل‌های مختلف برگزار می‌شده و تقریباً در هیچ ایل و قبیله و روستا و شهری نیست که این ورزش برای مردم آشنا نباشد (www.akairan.com). با اطمینان میتوان گفت زورآزمایی و کشتی گرفتن از دوران نخستین ظهور انسان بر روی کره زمین مورد توجه بوده و در اوقات فراغت یا در جنگها و نزاعها به شکلی طبیعی و غریزی اجرا میشده است. این رشته ورزشی در کشور ما سابقه‌ای بس کهن و فرهنگی بسیار غنی دارد، به‌طوری‌که ریشه‌های کهن این ورزش ملی را در هزاران سال پیش باید جستجو کرد (فدراسیون کشتی جمهوری اسلامی ایران، ۱۳۹۰).

کشتی یک ورزش پرتعداد و مدال آور در مسابقات جهانی و المپیک است و از قدیمیترین رشته‌های ورزشی در ایران میباشد که در عهد باستان به اشکال مختلفی انجام می‌گرفت (Azmand¹ et al, 2020). ورزش کشتی ایران با وجود تاریخ و پیشینه‌ی دارای اعتبار و گاه درخشان جهانی، در شرایط کنونی هم از نظر ساختار تشکیلاتی و هم در ارتباط با آموزش علمی و فنی در موازنه و قیاس با استانداردهای جهانی، دارای کمبودها و مشکلاتی قابل ملاحظه و نگران کننده‌ای است. کشتی یکی از پر جاذبه‌ترین و پر افتخارترین ورزشها در کشور ما است. و این افتخارات جهانی و بین‌المللی توانسته است موجب پر شدن سالنهای مسابقات کشتی از نظر تماشاگر باشد، سالنهای کشتی همواره مملو از نونهالان و نوجوانان و جوانانی است که به انگیزه قدم گذاشتن در مسیر قهرمانان محبوب این رشته به تمرین و فعالیت می‌پردازند اما اکثر آنها علت و انگیزه ورود خود به کشتی را تصادفی یا عاقله شخصی و یا توجه والدین عنوان کرده‌اند در حالیکه ورزش پر جاذبه کشتی، در مسیر قهرمانی یکی از دشوارترین آنها است (Mousavi², 2007).

سه مؤلفه نه به‌صورت مجزا، بلکه مانند یک مثلث به‌هم پیوسته، هویت منحصر به فرد کشتی ایران را شکل می‌دهند:

- فرهنگ پهلوانی، چارچوب اخلاقی این ورزش را تعریف می‌کند (چگونه برنده و بازنده باشیم).
- ایرانیت، ریشه تاریخی و حس ملی به آن می‌بخشد (ما که هستیم و از کجا آمده‌ایم).
- اسلامیت، پشتوانه معنوی و جهت‌گیری اعتقادی آن را شکل می‌دهد (قدرت در خدمت چیست) (Safavi³, 2025).

در عصر کنونی با توجه به افزایش جمعیت شهری جامعه‌ی ایران، رقابتها و اضطرابها افزایش یافته است. در این اوضاع و احوال، از کارکردهای ورزش کشتی میتوان تخلیه‌ی انرژی و هیجانان‌ها را در جامعه ذکر کرد که آنها را به سالن‌های ورزشی جذب میکند تا در آنجا بتوانند رفتاری را بروز دهند که در بیرون از سالن‌های ورزشی معمول و مجاز نیست. همچنین به‌دست آوردن هویت، محبوبیت و منزلت اجتماعی، و سلامت جسمی و روانی را میتوان از دستاوردهای این ورزش رقابتی برشمرد لذا جوانان به صورت خودآگاه یا ناخودآگاه دلایلی مثل مسابقات ورزشی برای عملکردهایشان دارند که این دلایل می‌تواند به عنوان انگیزش مورد توجه قرار گیرد که باعث می‌شود رفتار اجتماعی متفاوتی از خود نشان دهند (مولف).

ورزش از روزگاران کهن با اهدافی نظیر سرگرمی و یا مسابقه وجود داشته است اما به معنای جدید آن مصادف با توسعه صنعتی جوامع پدیدار شده است. از نظر جامعه‌شناختی، ورزش با این‌که در وهله اول به اهداف بلاواسطه‌ای چون رقابت،

1. Azmand

2. Mousavi

3. Safavi

تفریح و مهارت و در کل نشاط و سرزندگی جامعه مرتبط می‌شود، اما به واقع مسائل اجتماعی بسیار فراتری با آن پیوند خورده است (Mukhtarpour¹, 2019).

بنا به قدمتی که کشتی در ایران دارد، در طول تاریخ مسیری تکاملی را طی کرده و نقش مهمی در ارتقای قابلیت جسمانی و حرکتی ایفا کرده است. همچنین کشتی علاوه بر پرکردن اوقات فراغت، قدرت تعقل و بهداشت روانی-عاطفی را تقویت می‌کند (Melania Jellodar², 2019). در دهه‌های اخیر، بسیاری از جوامع با سرعت به سمت صنعتی‌شدن و اقتصادی‌شدن رفته‌اند و زندگی انسان در آن‌ها به زندگی ماشینی بدل شده است لذا تماشای ورزش و مسابقات می‌تواند دلیلی باشد بر ورود جوانان به مکان‌های ورزشی و همچنین بروز اخلاق و رفتاری در شان آنها تاثیرگذار باشد، از آنجایی که جامعه‌ی امروز ما به خصوص جوانان تحت تاثیر دنیای مجازی و به عبارتی درگیر نرم افزارهای رایانه‌ای که با بازی‌های ذهنی و پر تخریب همراه است این اجازه را از آنها گرفته است که به فعالیت‌های پر تحرکی مثل ورزش بپردازند و از سویی رفتاری خلاف هنجارهای جامعه بروز دهند تحقیق حاضر در پی آن است که آیا ورزش می‌تواند تاثیری هرچند کوچک در رفتار و انگیزه‌ی آنها بگذارد یا خیر؟ از آنجایی که کشتی ورزش اول مملکت ما است و از سوی دیگر ورزش کشتی یکی از باسابقه‌ترین رشته‌های ورزشی است و ریشه‌ای بسیار کهن دارد که از دیرباز تحت عنوان نمایشی برای پادشاهان بوده لذا پژوهش حاضر در پی آن است که آیا ورزش کشتی که از پرافتخارترین ورزش کشور است می‌تواند این راه را برای جوانان باز کند یا خیر؟

روش پژوهش:

این پژوهش از لحاظ هدف کاربردی بوده و از لحاظ ماهیت و روش از نوع پیمایشی بود که به صورت میدانی به اجرا درآمد. جامعه آماری تحقیق حاضر را جوانان فعال شرکت کننده در مکان‌های ورزشی شهر یاسوج (N:۵۵۰) بودند که با استفاده از جدول مورگان و گرجسی حجم نمونه (N:۲۲۵) انتخاب شد. این فرمول بر اساس جمعیت کل جامعه آماری و سطح اطمینان ۹۵ درصد و خطای ۵ درصد، حجم نمونه را برآورد می‌کند. حجم نمونه به صورت نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. مبنای انتخاب براساس نمونه‌گیری بدون جانشین بود. برای جمع آوری داده‌ها از پرسشنامه رفتار اجتماعی هنریچسن و کلارک (۲۰۰۳) که شامل ۱۲ سوال و ۲ مولفه (آماده‌سازی و اجتناب) است. و پرسشنامه انگیزه ورزشی پلی تیر (۲۰۱۳) که دارای ۱۷ سوال و ۶ مولفه (انگیزش درونی، تنظیم آمیخته، تنظیم خودپذیر، تنظیم درون فکنی شده، تنظیم بیرونی و عدم انگیزش) می‌باشد و پرسشنامه تماشای مسابقات ورزشی آصفی و همکاران (۱۳۹۶) مسابقات که دارای ۳۴ سوال و ۵ بعد، (استادیوم، بازی، عوامل فردی، خدمات رفاهی). همچنین برای ادبیات و پیشینه تحقیق از مرور مقالات و کتب استفاده شد. به منظور تعیین پایایی در بعد انسجام درونی با تکمیل ۳۰ پرسشنامه توسط نمونه‌ها ضریب پایایی برای پرسشنامه‌ها با استفاده از شاخص آلفای مرور مقالات و کتب استفاده شد برای تعیین روایی پرسشنامه‌ها از نظر ۱۱ تن از متخصصین و اساتید دانشگاه های مختلف ایران بهره گرفتیم. برای توزیع طبیعی داده‌ها از آزمون کلموگروف اسمیرنوف استفاده شد که در ادامه برای تحلیل یافته‌ها از آمار توصیفی (میانگین، فراوانی و...) و پارامتریک استنباطی (رگرسیون چندگانه) از نسخه ۲۳ نرم‌افزار SPSS استفاده شد.

1. Mukhtarpour

2. Melania Jellodar

جدول ۱. ضرایب آلفای کرونباخ مولفه ها

الفای کرونباخ	ابعاد مورد نظر
.۸۱	تماشای مسابقات
.۸۴	رفتار اجتماعی
.۸۵	انگیزه‌ی ورزشی

یافته‌های پژوهش:

توصیف متغیرهای پژوهش:

الف: توصیف ویژگی‌های نمونه آماری

در این بخش توصیف ویژگی‌های جمعیت شناختی و وضعیت‌های متغیرهای پژوهش در جدول ۲ و ۳ ارائه شده است.

جدول ۲. ویژگی‌های جمعیت شناختی

متغیر	فراوانی	درصد
جنسیت	مرد	۶۴/۴۴
	زن	۳۵/۵۵
میزان تحصیلات	کارشناسی	۶۲/۶۶
	کارشناسی ارشد	۱۹/۱۱
	دیپلم	۱۸/۲۲
سن	۲۲-۱۸	۴۴/۴۴
	۲۶-۲۳	۳۷/۷۷
	۳۰-۲۷	۱۷/۷۷

با توجه به جدول ۲ تعداد نمونه‌های مرد ۶۴/۴۴ و تعداد نمونه‌های زن ۳۵/۵۵ هستند و ۶۲/۶۶ نمونه‌ها کارشناسی، ۱۹/۱۱ کارشناسی ارشد و ۱۸/۲۲ دیپلم میزان تحصیلات نمونه‌ها را داراست، همچنین ۴۴/۴۴ درصد از شرکت‌کنندگان بین ۲۲-۱۸ سال سن، ۳۷/۷۷ بین ۲۶-۲۳ سال سن و ۱۷/۷۷ بین ۳۰-۲۷ سال سن را دارا هستند.

ب: بررسی پیش فرض های استفاده از آمار پارامتریک

جدول ۳. وضعیت نرمال بودن توزیع داده های تحقیق را با استفاده از آزمون کلموگروف اسمیرنوف نشان می دهد.

جدول ۳. بررسی طبیعی بودن توزیع داده های متغیر پژوهش

متغیر	سطح معنی داری
تماشای مسابقات	.178
رفتار اجتماعی	.1۹۲
انگیزه ورزشی	.۱۶۸

با توجه به جدول ۳ پیش فرض طبیعی بودن داده های متغیر رفتاری پژوهش با استفاده از آزمون کلموگروف اسمیرنوف تایید می شود، بنابراین می توان برای تجزیه و تحلیل داده ها از آمار پارامتریک استفاده کرد. بدین ترتیب در بخش استنباط آماری داده ها از آزمون رگرسیون چندگانه استفاده شده است.

جدول ۴. وضعیت متغیرهای پژوهش

متغیر	تعداد	انحراف معیار	میانگین	حداکثر	حداقل
تماشای مسابقات		.۷۶۵	۳/۸۵	۴/۹۳	۱/۸۶
رفتار اجتماعی	۲۲۵	.۶۹۰	۳/۹۳	۴/۹۱	۱/۸۰
انگیزه ورزشی		.۷۴۳	۳/۹۹	۴/۹۷	۱/۸۸

با توجه به جدول ۴ از نظر گروه مورد مطالعه انحراف معیار و میانگین متغیرهای تحقیق را نشان می دهد.

ج: توصیف استنباطی یافته ها

در این بخش از پژوهش ابتدا به تفسیر نتیجه همبستگی پیرسون و سپس به رابطه بین متغیرها با استفاده از رگرسیون می پردازیم.

الف: آزمون ضریب همبستگی پیرسون

جدول ۵. نتایج آزمون پیرسون

انگیزه ورزشی	رفتار اجتماعی	تماشای مسابقات	ضریب همبستگی پیرسون
.۴۹۸	-.۴۸۷	۱	ضریب همبستگی پیرسون
.۰۰۰	.۰۰۰		سطح معنی داری

رفتار اجتماعی	ضریب همبستگی پیرسون	۴۸۷-./	۱	۰/۳۹۵
	سطح معنی داری	۰/۰۰۰		۰/۰۰۰
انگیزه ورزشی	ضریب همبستگی پیرسون	۰/۴۹۸	۰/۳۹۵	۱
	سطح معنی داری	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	

ب: تفسیر نتایج رگرسیون چندگانه

جدول ۶. ضریب تعیین تعدیل شده و رابطه‌ی ترکیب خطی

R	ضریب تعیین	تضریب تعیین تعدیل شده	خطای انحرافی تخمین
۰/۶۸۹ ^a	۰/۴۵۶	۰/۴۲۷	۰/۶۳۵

a. Predictors: رفتار اجتماعی و انگیزه ورزشی

در جدول ۶ آماره ضریب تعیین تعدیل شده قدرت پیش بینی مدل رگرسیونی را نشان می دهد و گویای این مطلب است که ۴۲,۷ درصد از تغییرات متغیر وابسته در این مدل به وسیله متغیرهای مستقل پیش بینی می شود. همچنین مقدار رابطه بین ترکیب خطی متغیرهای مستقل با متغیر وابسته که با R نشان داده شده است. این مقدار برابر ۰/۶۸۹ است.

جدول ۷. تحلیل واریانس متغیرها

مدل	مجموع مربعات	Df	میانگین مربع	F	سطح معنی داری
رگرسیون	۳۲,۴۶۰	۲	۱۶,۲۳۰	۴۰/۱۹۸	b...
باقیمانده	۹۰,۰۳۸	۲۲۳	۰/۴۰۴		
کل	۱۲۲,۴۹۸	۲۲۵			

a. Dependent Variable: تماشای مسابقات
b. Predictors: متغیر رفتاری و انگیزه ورزشی

جدول ۷ تحلیل واریانس را که به معنای تحلیل تغییرات است نشان می دهد، با توجه به اینکه آماره فیشر (F) در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنی دار است (سطح معنی داری کمتر از ۰,۰۵) می توان بیان کرد که حداقل یکی از متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته (تماشای مسابقات کشتی) تاثیر معنی داری دارد. به عبارتی می توان گفت مدل از وضعیت برازش مناسبی برخوردار است.

جدول ۸. ضرایب رگرسیونی

ضرایب استاندارد نشده		ضرایب استاندارد شده		T	سطح معنی داری	
B	خطای انحرافی	Beta				
(ثابت)	۳,۶۳۱	.۴۵۳			۸,۰۱۱	.۰۰۰
رفتار اجتماعی	-۰,۲۶۸	.۰۸۲		-۰,۲۳۹	-۳,۲۸۸	.۰۰۱
انگیزه ورزشی	.۳۷۳	.۰۸۱		.۳۳۳	۴,۵۸۱	.۰۰۰

جدول ۸ ضرایب رگرسیونی استاندارد و غیر استاندارد و معنی داری آن را نشان می دهد. از ضرایب استاندارد شده برای تعیین جهت و شدت رابطه و از سطح معنی داری برای تایید معنی داری ضریب رگرسیونی استفاده می شود.

با توجه به جدول مقدار سطح معنی داری برای متغیرهای رفتار اجتماعی و انگیزه ورزشی کمتر از ۰,۰۵ است، بنابراین با اطمینان ۹۵ درصد حضور این دو متغیر مستقل برای پیش بینی مسابقات کشتی معنادار است ($\beta \neq 0$)، بنابراین فرض صفر رد می شود و فرض آمار تایید می شود. نقش منفی و مثبت بودن اعداد در نتایج این تحقیق جهت بالا یا پایین بودن رابطه را نشان می دهد.

بحث و نتیجه گیری:

ورزش و به تبع آن تماشای مسابقات ورزشی به عنوان یک پدیده اجتماعی فراگیر با بسیاری از مظاهر زندگی اجتماعی افراد جامعه، ارتباطی نزدیک دارد و فعالیت های مرتبط با آن، زمان و انرژی فراوانی را از افراد هر جامعه به خود اختصاص داده و جایگاه مهمی در فرهنگ جوامع مختلف پیدا کرده است. امروزه پرداختن به ورزش یکی از دغدغه های افراد و به ویژه جوانان در جامعه معاصر به شمار می آید و در دنیای امروز کمتر کسی وجود دارد که به صورت فعال یا غیرفعال به نحوی با ورزش در ارتباط و یا متأثر از آن نباشد؛ به گونه ای که ورزش به یکی از جاذبه های مهم در گذران اوقات فراغت و صنعت گردشگری در بسیاری از جوامع تبدیل شده است و از آنجا که در کشور ما ورزش پرافتخار کشتی از محبوبیت خاصی برخوردار است به جوانان این فرصت را می دهد که رفتار ویژه ای از خود در جامعه نشان دهند و همچنین این امکان را می دهد که جوانان به ورزشی سوق پیدا کنند.

از آنجا که ورزش به عنوان یکی از فعالیت های مهم اوقات فراغت از اشکال مهم کنترل اجتماعی به حساب می آید و اهداف تربیتی زیادی در پی دارد و باعث میشود که کنترل احساسات در جامعه بخصوص بین جوانان اداره شود لذا کشتی ورزش اول کشور ما ایران که از محبوبیت ویژه ای برخوردار است از دلایلی است که باعث انگیزه و کنترل احساسات می شود و باعث افزایش تعهد و منش اخلاقی در بین جوانان به واسطه شور و هیجانی که دارد می شود، بدلیل اینکه کشتی از هیجان خاصی در حین مسابقه برخوردار است از همین رو باعث می شود که جوانان کشور چون در مقطع سنی هستند که دنبال اسم و رسم هستند و دوست دارند در بین افراد جامعه از محبوبیتی داشته باشند از دلایلی است که تماشای ورزش کشتی می تواند در این امر کمک و افری جهت سوق دادن جوانان ما به سمت مکان های ورزشی و همچنین رفتار اجتماعی بالا. این نتیجه با نتایج یارقلی و همکاران (۱۳۹۲) که روی تماشای مسابقه والیبال انجام شد همخوانی داشت که نشان دادند از دلایل انگیزه ی حضور در سالن های

ورزشی، هیجان و انگیزه بازی والیبالی بوده و عامل احساس تعلق به گروه و یافتن دوستان جدید میتوان اشاره کرد که مهم ترین دلیل این همخوانی تماشای مسابقات از طریق رسانه های اجتماعی و نشان دادن روح و اخلاق و رفتار اجتماعی و در نهایت انگیزه ی جوانان جهت حضور در مکانهای ورزشی. و تحقیقی که با نتایج پژوهش حاضر همخوانی نداشته باشد پیدا نشد که دلیل این می تواند جامعه ی آماری یا هیجانی که در بتن ورزش نهفته است باشد اونم ورزش کشتی که با شور و هیجان خاصی برخوردار است. دیگر نتایج تحقیق نشان داد که تماشای مسابقات کشتی در کشور ما در مسابقات جهانی می تواند تاثیر مثبتی بر روند رفتاری جوانان و سوق دادن آنها به انگیزه ی آنان داشته باشد. نتایج این تحقیق با تحقیقات حسنی (۲۰۲۲) و یزدی (۲۰۲۵) رابطه ی معنا داری دارد. که از دلایل این همخوانی شور و هیجان در ریشه ورزش می باشد که میتواند در خالی کردن هیجانات جوانان نقش مهمی ایفا کند و از آنجایی کشتی به عنوان یک ورزش باستانی و پایه ای، یکی از رشته هایی است که به دلیل تنوع حرکات و نیاز به توانمندی های جسمی و ذهنی فراوان، همیشه در میان ورزش های محبوب قرار داشته است و نقش موثری در این جریان دارد. در رقابت های ورزشی، شخص الزاما ارزش های خود را با ارزش های دیگران هماهنگ می سازد که این خود گامی به سوی رعایت حقوق فردی و اجتماعی و در نهایت انگیزه ی لازم را جهت شرکت در مکانهای ورزشی را فراهم می سازد.

برای برخی از تماشاگران، رویدادهای ورزشی سرگرمی فراهم میکند و برای عده ای دیگر، تماشای ورزش یک فعالیت اجتماعی است که در آن افراد از زمینه های فرهنگی و ملی مشابه جمع می شوند تا یک تجربه ی اجتماعی داشته باشند. این نتیجه با تحقیقات آرمند (۱۳۹۲)، اسلام (۲۰۲۲) و اصغری (۱۴۰۳) همخوانی دارد این همخوانی نشان از برتری تماشای مسابقات ورزشی دارد چرا که این ورزش است که میتواند خیلی از آینده هارا بسازد چه بسا این آیند در هر حیطه ای از زندگی باشد. ملانیاجلودار (۱۳۹۸) در تحقیقی نشان داد که ورزش کشتی از کارکردهای متنوع و عمیقی در شهر ساری برخوردار است؛ به طوریکه این ورزش ریشه در اعتقادات مذهبی این منطقه دارد و علاوه بر جلوگیری از آسیبهای اجتماعی، دارای کارکردهایی از قبیل گذران اوقات فراغت، آمادگی جسمانی و نیز کانالی برای تخلیه ی نرژی و مسیری برای هدایت پرخاشگری در شهر ساری است. تاثیر تماشای مسابقات ورزشی در رشد توسعه فرهنگی و اجتماعی، یکی از زمینه های مطالعاتی تربیت بدنی است. رشد و توسعه بعد اجتماعی انسان در محیط های سالم ورزشی صحنه بر قدرت سازندگی اجتماعی دارد. و میتوانند بر انگیزه ی آنها در انجام فرایض روزمرگی خود نقش مفیدی ایفا کنند. در این باب حریری و همکاران (۱۳۹۱) در تحقیقی تحت عنوان رابطه بین انگیزه مشارکت ورزشی با مشارکت دانشجویان دختر دانشگاه ارومیه در فعالیت های ورزشی تفریحی نشان دادند که رابطه مثبت و معنا داری وجود دارد. همچنین در این رابطه مرادی پور و همکاران (۱۴۰۰) در تحقیقی بیان کردند رفتار های شناختی و اجتماعی، انگیزه و اشتیاق آنان را جهت حضور در ورزشگاه ها تاثیر گذار بوده و میتواند رابطه ی مثبت و معنا داری بین متغیرها وجود داشته باشد از دلایل این همخوانی میتوان به جامعه آماری مشترک و همچنین شور و هیجان و فراغتی که ورزش در تکمیل کردن اوقات آنان دارد بیان کرد.

سطح معنی داری برای متغیرهای رفتار اجتماعی و انگیزه ورزشی کمتر از ۰,۰۵ است، بنابراین با اطمینان ۹۵ درصد حضور این دو متغیر مستقل برای پیش بینی مسابقات کشتی معنادار است ($\beta \neq 0$)، بنابراین فرض صفر رد می شود و فرض آمار تایید می شود. این نتیجه با نتایج حسنوف و مامانازاروا (۲۰۲۲) و هبشن (۲۰۲۲) همخوانی دارد. ورزش کشتی شامل تمرینات فیزیکی متنوعی است که به تقویت قدرت بدنی، انعطاف پذیری، استقامت و سرعت کمک می کند. علاوه بر این، کشتی یک

ورزش ذهنی نیز به شمار می‌آید، چرا که نیاز به استراتژی‌های هوشمندانه و تصمیم‌گیری سریع در لحظات حساس دارد. کشتی به ورزشکاران این امکان را می‌دهد که با کنترل بدن و ذهن خود، توانایی‌های خود را در دنیای واقعی نیز بهبود بخشند. از آنجا که این ورزش در سطوح مختلف از آماتور تا حرفه‌ای قابل انجام است، می‌تواند برای هر فرد با هر سطح توانایی مناسب باشد و اثرات مثبتی در زندگی شخصی و اجتماعی به همراه داشته باشد.

مرادی و همکاران (۱۴۰۰) در تحقیقی نشان دادند که رفتارهای شناختی و اجتماعی هواداران بر اشتیاق آنها برای حضور در ورزشگاه تأثیر داشته و موجب بازگشت و حضور مجدد این افراد برای تماشای مسابقات ورزشی در ورزشگاه، میشوند. با توجه به نتایج تحقیق، امروزه تماشای رویدادهای ورزشی بین افراد جامعه در مقایسه با مشارکت در فعالیتهای ورزشی بیش از گذشته رواج یافته است. تماشاگران از ارکان اصلی هر مسابقه ورزشی می‌باشند که با حضور در بازیها باعث حمایت و پشتیبانی تیم می‌گردند و مهم تر از همه این است که باعث می‌گردد که رفتار اجتماعی بالایی و همچنین انگیزه‌ی حضور در میدان ورزشی را فراهم می‌کند. در تاییدیه این نتیجه تحقیق در همین راستا کتیرا عبدالرزاق (۱۳۹۰) در تحقیقی تحت عنوان ارتباط تماشای مسابقات ورزشی در ورزشگاه با انجام فعالیت‌های ورزشی تماشاگران نشان داد که ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد.

ورزش و تماشای آن از طریق رسانه‌های اجتماعی می‌تواند در قبول مسئولیت برای پرورش و القای ارزش‌های اجتماعی در افراد جامعه، خصوصاً جوانان، سهیم و عامل موثری در جهت تقویت ارزش‌های اجتماعی و رفتاری مطلوب انسانی است. علاوه بر این، در ساختن شخصیت جوانان و شناسایی برخی از ارزش‌های اجتماعی نقش دارد و دستیابی به این فضایل از این طریق نیز ممکن است که بدنبال آن راه را برای حضور در مشارکتهای ورزشی فراهم می‌سازد و در نتیجه حضور آنان در میدانی بین المللی را نمایان می‌سازد مثل مسابقات کشتی که در عرصه جهانی افتخارات زیادی را به ارمغان آورد. با توجه به نتیجه این پژوهش با تحقیق حاضر می‌توان گفت که تماشای مسابقات با تاکید بر ورزش کشتی می‌تواند در تشکیل رفتار اجتماعی جوانان و افزایش انگیزه‌ی آنان در پیوستن به ورزش کردن در سطوح مختلف نقش مهمی دارد و می‌تواند آینده‌ای روشن برای آنان بسازد.

تشکر و قدردانی:

بدین وسیله، نویسندگان مقاله مراتب سپاس و قدردانی را از کلیه کسانی که در انجام این مطالعه همکاری نمودند، به عمل می‌آورند.

منابع:

- Asghari, Farideh (2014) *Studying the effect of sports commitment and enjoyment on sports motivation with regard to the mediating role of competitive anxiety in students' academic achievement*. Research on Curriculum and Educational Planning, Fall 2014, Volume 14 - Issue 3, Rank: A (12 pages - from 171 to 182). [Persian].
- Ayoub Bani-Nosrat, Baqer Hosseinpour, Amir Qiami-Rad and Habib Mohammadpour (2012) *The relationship between the levels of sports performance of wrestlers and their individual and social identity*, *Sociological Studies*, Volume 5, Number 17, Bham/N 2012, pages 91-105[Persian].
- Bushman B J, Whitaker J L. *Media Influence on Behavior*. *Journal of Encyclopedia of Human Behavior*. 2016:571-575.
- Emami, Ebrahim (2008) *Determining effective indicators for determining talented wrestling individuals from the perspective of talent scouting coaches and presenting a proposed model for the master's thesis of the Islamic Azad University, Karaj Branch*. [Persian].
- argholi, Hamid Reza and Ghafouri, Farzad and Farahani, Abolfazl, 2011, The role of watching sports competitions on the physical activity of spectators and its relationship with sports facilities and equipment (with emphasis on volleyball), Sixth National Conference of Physical Education and Sport Sciences Students
- Gareth W. Jones, Ken S. Mackay, and Derek M. Peters. (2006) "*Participation Motivation in Martial Artists in the West Midlands Region of England*". *Journal of Sports Science and Medicine*.5, PP: 28-34.
- Hacicaferoğlu, S., Tanyeri, L., & Emniyet, O. T.(2023). *Investigation of the effect of courage behaviors on endurance levels of canoe athletes*. *Physical Education of Students*; 27(1) :36-44.
<https://doi.org/10.15561/20755279.2023.0105>
- Hamid Reza Yargholi (2019) *The role of watching sports matches on the physical activity of spectators and its relationship with sports facilities and equipment with emphasis on volleyball*, Master's thesis, Payam Noor University of Tehran[Persian].
- Hasanov, A. T., & Mamanazarova, A. B. (2022). "*WRESTLING PREPARATION PROCESS IN SPORTS SCHOOLS*". *Spectrum Journal of Innovation, Reforms and Development*, 3, 174-176
- Hassani Alireza, Tojidi Farshad, Amirtash Abdolreza (2012) *The relationship between sports orientation, personality and popularity of athletes with sports brands in Iranian sports clubs: a model test*. *Sports Psychology Studies*, 2012; 11(40): 107-124. doi: 10.22089/spsyj.2021.10395.2148[Persian].
- Hibshman, N., Yengo-Kahn, A., Wiseman, A., Kelly, P. D., Wu, J., Monk, S., ... & Bonfield, C. M. (2022). "*Child participation in collision sports and football: what influences*
<https://peace-ipsoc.org/fa/> (International Center / Studies / Peace – IPSC.(۲۰۲۰) [Persian].
- İslam, A. (2022). *The effect of athletic mental energy on wrestlers' sports courage and attitudes toward wrestling*. *Physical Education of Students*, 26(5), 247–255<https://doi.org/10.15561/20755279.2022.0504>
- Katira Abdolrazzaq (2011) *in a study titled The Relationship Between Watching Sports Matches in the Stadium and Spectators' Sports Activities*, Islamic Azad University, Central Tehran Branch, Faculty of Physical Education and Sport Sciences[Persian].
- Konter, E., Kueh, Y. C., & Kuan G. (2020). *Courage in Competition: Adaptation of the SportsCourage Scale for American English and Validation ofthe Factor Structure with Student-Athletes atClemson University*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 17 (13). DOI: 10.3390/ijerph17134834
- Lumintuarso, R., Suharjana, W., & Ndayisenga, J. (2021). *Sports management of indonesian sports athletics preparations in Asian games 2018*. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 9(1), 56–61.
<https://doi.org/10.13189/saj.2021.090108>
- Mehdi Mokhtarpour (2019) *Sociological explanation of social factors affecting sports socialization* *Journal of Olympic Cultural-Social Studies / First year, first issue, winter*. [Persian].
- Mohammad Zare Abandansari, Nasrin Azizian Kohan and Samin Mehrenejad Khutbe Sara (1401) *Identifying factors affecting the tendency of elementary school students to start professional activities in Olympic medal sports*, *Strategic Studies of Sports and Youth*, Volume 23, Number 63, pp. 399-414[Persian].
- Mohammadzadeh F, Mohammadzadeh F, Mohammadzadeh H. *Religion and social health(2016): A study of the relationship between religiosity and social health (Case study: Students of Payame Noor Marand University)*. *Social Sciences (Ferdowsi University of Mashhad)* . 2016; 26 (12) : 137 -168.
- Moradipour, Tayyebeh, Nikbakhsh, Reza, Farahani, Abolfazl and Safania, Ali Mohammad (2017) *Studying the cognitive and social behaviors of fans and the effect of these behaviors on their enthusiasm for attending the stadium*. *Journal of New Approaches in Sports Management*, Volume 9, Issue 34, Fall[Persian].
- Mousavi, Asgar (2007).) *Fundamentals of the application of science in wrestling*. *Bamdad Ketab Publisher*. [Persian].

- Roberts, B., & Boyce, et al. (1998). "Case Studies in Sport Psychology". Human Kinetics.
- Roberts, G.C. (1992). "Motivation in Sport and Exercise, Conceptual Constraints and Convergence", Champaign, Ill: Human Kinetics.
- Shahram Melania Jellodar (2019) *Anthropological study of the socio-cultural functions of wrestling among children and adolescents aged 21-21* (Case study: Sari County) Social studies and research in Iran, Volume 9, Issue 1 [Persian].
- Siavash, Khodaparast, Javid, Pourabdi and Vahid, Bakhshalipour(2021) *Predicting the motivation for sports participation based on social health dimensions in employees of the Bagher-ul-Uloom Marine Specialties Training Center*, Journal of Marine Medicine Fall 1400, No. 3, Volume 3, pp. 128-135. [Persian].
- Toros, T., Orgas, E. B., okan, I., Temel, C., Keskin, M. T., korkmaz, C., & Uluz, E. (2023). *Investigation The Relationship Between Mental Toughness and Courage Levels of Sports Sciences Faculty Students for Sustainable Sustainability*, 15(12). <https://doi.org/10.3390/su15129406>
- Wrestling Federation of the Islamic Republic of Iran. (2012). "50% of the medals of the Iranian sports caravan in the 2012 London Olympic Games for wrestling" Accessed on 22/5/1391 [Persian].
- Hariri Mehrabani, Shiva, and Hosseinzadeh, Troske. (2012). The relationship between sports participation motivation and participation of female students of Urmia University in recreational sports activities. International Conference on Physical Education and Sports. *of the medals of the Iranian sports caravan in the 2012 London Olympic Games for wrestling*" Accessed on 22/5/1391 [Persian].
- Yazdi, Rezvan T. Majidiparast, Masoomah and Sajjad Momeni (2015) *Developing a health-oriented academic lifestyle model based on sports motivation with the moderating role of social networks, Educational Strategies in Medical Sciences*, Volume 18, Issue 2, pp. 89-100 [Persian].

The relationship between social behavior and sports orientation by watching sports competitions

moosaghavamsefat^{1*}

1. Master of Science in Sports Management, Shahrood University of Technology, Shahrood, Iran

Abstract:

Identifying individuals' motivations for engaging in sports activities is important because the basis for maintaining motivational levels is controlling and adjusting behavior or predicting future behaviors. The aim of the present study is to investigate the relationship between social behavior and sports orientation by watching sports competitions (in relation to: the Iranian national wrestling team becoming a champion in the 2025 World Championships). This study was applied in terms of its purpose and was a survey in terms of its nature and method that was implemented in the field. The statistical population of the present study consisted of active young people participating in sports venues in Yasuj (550 people), who were selected using the Morgan and Grosje table with a sample size of (225 people). The Henrichsen and Clarke Social Behavior Questionnaire (2003), the Polytree Sports Motivation Questionnaire (2013) and Asefi et al.'s (2017) sports competition viewing questionnaire were used to collect data. In order to determine the reliability in the internal consistency dimension, by completing 30 questionnaires by the samples, the reliability coefficient for the questionnaires was determined using the Cronbach's alpha index. And to determine the validity of the questionnaires, we used the opinions of 11 experts and professors from different universities in Iran. The Kolmogorov-Smirnov test was used for the normal distribution of the data. The results showed that a positive and significant relationship was observed between social behavior and tendency to exercise by watching the Iranian national wrestling team competitions in the World Championships (2025). Therefore, watching wrestling competitions can be beneficial and possible on the behavior and motivation of young people to exercise.

Keywords: sports motivation, wrestling, social behavior, sports.

* Correspondence: moosa.ghavam@yahoo.com

صفحات ۴۷-۳۴

ارزیابی شیوع درد کمر در برنامه‌های بدنسازی با و بدون نظارت

موسی پاشائی^{۱*}، هادی رمضانلو^۲

۱. کارشناس ارشد آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی، دانشگاه علامه طباطبایی تهران، ایران

۲. دانشجوی دکتری رفتار حرکتی، دانشگاه آزاد اسلامی تهران مرکز، ایران

چکیده

درد ناحیه کمر (LBP) یکی از آسیب‌های شایع اسکلتی‌عضلانی در ورزش بدنسازی است که اغلب به دلیل استفاده از تکنیک‌های نادرست و فشار بیش از حد ایجاد می‌شود، در حالی که مطالعات محدودی شیوع آن را در برنامه‌های تمرینی تحت نظارت و بدون نظارت مقایسه کرده‌اند. هدف این پژوهش، بررسی شیوع درد کمر در بدن‌سازان، شناسایی عوامل مرتبط با آن و کاوش راهکارهای پیشگیری در راستای افزایش مشارکت جهانی در تمرینات مقاومتی بود. مطالعه از طراحی مقطعی استفاده کرد و ۳۵۰ بدن‌ساز تفریحی و نیمه حرفه‌ای ۱۸ تا ۵۵ ساله را از طریق پرسشنامه‌های آنلاین منتشر شده در جوامع ورزشی گردآوری شدند. شرکت‌کنندگان اطلاعات دموگرافیک، الگوهای تمرینی، وضعیت نظارت و موارد درد کمر را با استفاده از نسخه‌ای سازگار شده از پرسشنامه اسکلتی‌عضلانی نوردیک که روایی آن مورد تایید متخصصان و پایایی ۸۵٪ می‌باشد را در سال ۱۹۸۷ گزارش کردند. داده‌ها با بهره‌گیری از آمار توصیفی و تحلیل رگرسیون لجستیک در نرم‌افزار SPSS بررسی شدند تا ارتباط نظارت با خطر بروز درد کمر، با در نظر گرفتن متغیرهایی نظیر شدت تمرین و تجربه، ارزیابی شود. نتایج حاکی از شیوع کلی ۷۱،۳۹ درصدی درد کمر بود، که در گروه بدون نظارت (۱۲،۴۹ درصد) به‌طور معناداری بالاتر از گروه تحت نظارت (۷۳،۳ درصد) مشاهده شد، با نسبت شانس ۴۸ درصد به نفع نظارت حرفه‌ای. شدت بالای تمرین خطر درد کمر را افزایش داد، در حالی که تجربه بالاتر به‌عنوان عاملی محافظتی، به‌ویژه در شرایط بدون نظارت، عمل کرد. این نتایج بر اهمیت نظارت حرفه‌ای در کاهش خطرات بیومکانیکی و رفتاری در بدنسازی تأکید دارند و از کاربرد راهنمایی‌های ساختاریافته یا ابزارهای دیجیتال برای ارتقای ایمنی تمرینات حمایت می‌کنند. توصیه می‌شود مطالعات طولی آینده برای بررسی علّیت و بهبود تعمیم‌پذیری انجام گیرند تا بار جهانی سلامت ناشی از درد کمر کاهش یابد.

واژگان کلیدی: درد کمر، بدن‌سازی، نظارت حرفه‌ای، تمرینات مقاومتی، عوامل بیومکانیکی، شیوع آسیب

* ایمیل نویسنده مسئول: mosapashaei@yahoo.com

مقدمه :

بدن سازی، ورزشی مبتنی بر تمرینات مقاومتی برای تقویت عضلات و بهبود قدرت عملکردی، در سطح جهانی طرفداران بسیاری یافته است و بیش از ۷۸ میلیون نفر هر ساله به این فعالیت می پردازند، در حالی که عضویت در باشگاه های ورزشی از زمان همه گیری کووید-۱۹ به میزان ۲۰ درصد رشد کرده است (اینترنشنال هلت^۱، ۲۰۲۳). با این حال، این رشته با خطراتی همراه است، به ویژه کمردرد (LBP^۲)، که شایع ترین آسیب اسکلتی عضلانی در میان وزنه برداران است و بین ۲۳ تا ۵۹ درصد موارد گزارش شده را شامل می شود و می تواند ورزشکاران را برای مدت طولانی از فعالیت بازدارد یا به مشکلات مزمن منجر شود (روس^۳ و همکاران، ۲۰۲۳). در حوزه پزشکی ورزشی، بررسی شیوع کمردرد در برنامه های بدن سازی تحت نظارت در مقایسه با برنامه های بدون نظارت از اهمیت بسزایی برخوردار است، زیرا بر ارزش نظارت حرفه ای در کاهش خطرات آسیب از طریق تکنیک صحیح، افزایش تدریجی بار و طراحی برنامه های متناسب با فرد تأکید دارد؛ مفاهیمی که تمرینات تحت هدایت مربی را، که در آن اصلاح خطاها فشار بیومکانیکی را کاهش می دهد، از تمرینات خودمحور که مستعد فشار بیش از حد و فرم نادرست هستند، متمایز می کند. به عنوان مثال، یک مطالعه مقطعی با بررسی ۱۳۸ وزنه بردار نشان داد که شیوع کمردرد در گروه های تحت نظارت ۱۰،۱ درصد و در گروه های بدون نظارت ۲۰،۳ درصد بود، که بیانگر خطر دو برابری در نبود نظارت است (غوری^۴ و همکاران، ۲۰۲۱). همچنین، در میان بدن سازان غیر حرفه ای در عربستان سعودی، تمرینات بدون نظارت با نرخ آسیب کلی ۶۱،۶ درصد در مقایسه با ۱۳،۰ درصد در شرایط تحت نظارت مرتبط بود، که نیاز به مداخلات مبتنی بر شواهد را برای حمایت از ورزشکاران در دوران رواج تمرینات خانگی نشان می دهد (الشاماری^۵ و همکاران، ۲۰۲۴). اهمیت این موضوع به ترویج روش های پایدار تناسب اندام گسترش می یابد و می تواند از هزینه های هنگفت درمانی مرتبط با کمردرد، که ۶۱۹ میلیون نفر را در جهان تحت تأثیر قرار داده است، جلوگیری کند (گلوبال بوردن^۶، ۲۰۲۱). ارزیابی شیوع کمردرد در برنامه های بدن سازی تحت نظارت در مقایسه با برنامه های بدون نظارت، شامل بررسی دقیق میزان وقوع و فراوانی کمردرد (LBP) در میان افرادی است که در تمرینات مقاومتی با هدف تقویت عضلات و افزایش قدرت شرکت می کنند، با مقایسه گروه های تحت هدایت مربیان حرفه ای که بر تکنیک، پیشرفت تدریجی و فرم صحیح نظارت دارند با افرادی که به صورت خودگردان و بدون نظارت تمرین می کنند. این موضوع در حوزه های پزشکی ورزشی و کینزیولوژی از اهمیت ویژه ای برخوردار است، زیرا نقش مداخلات ساختاریافته را در کاهش خطر آسیب ها برجسته می کند، به توسعه دستورالعمل های مبتنی بر شواهد برای فعالیت های بدنی ایمن در شرایط افزایش مشارکت جهانی در ورزش کمک می کند، و به چالش بار اقتصادی کمردرد، که در سال ۲۰۲۰ حدود ۶۱۹ میلیون نفر را در سطح جهان تحت تأثیر قرار داد و پیش بینی می شود تا سال ۲۰۵۰ به ۸۴۳ میلیون نفر برسد، با هزینه های درمانی هنگفت،

^۱ International Health

^۲ Low back pain

^۳ Ross

^۴ Ghouri

^۵ Alshammari

^۶ Global Burden

می‌پردازد (فریرا^۷ و همکاران، ۲۰۲۳). ابعاد کلیدی شامل عوامل بیومکانیکی مانند تکنیک‌های صحیح وزنه‌برداری و توزیع مناسب بار، ویژگی‌های فردی مانند سن، سطح تجربه و شدت تمرین، و عوامل محیطی مانند دسترسی به نظارت حرفه‌ای است که به‌طور جمعی بر فشار وارده بر ستون فقرات و احتمال آسیب تأثیر می‌گذارد. مطالعات پیشین از منظرهای نظری مختلف این جنبه‌ها را بررسی کرده‌اند، از جمله نظریه بیومکانیکی، که اظهار می‌دارد تمرینات بدون نظارت به دلیل فرم نادرست در حرکاتی مانند ددلیفت و اسکوات، فشارهای فشاری و برشی بر ستون فقرات کم‌ری را افزایش می‌دهد (فارس^۸ و همکاران، ۲۰۲۰) و نظریه رفتاری، که بر نقش نظارت حرفه‌ای در تشویق به رعایت اصول بارگذاری تدریجی و ارائه بازخورد اصلاحی برای پیشگیری از آسیب‌های ناشی از فشار بیش از حد تأکید دارد (روس و همکاران، ۲۰۲۳). مرور مختصر مطالعات قبلی نشان‌دهنده الگوهای پایداری است: به عنوان مثال، یک مطالعه مقطعی روی ۱۳۸ وزنه‌بردار نشان داد که نرخ آسیب‌های اسکلتی-عضلانی در شرایط تحت نظارت (۳۱٫۹٪) به‌طور قابل‌ملاحظه‌ای کمتر از شرایط بدون نظارت (۵۸٫۰٪) بود، با شیوع کم‌تر در گروه بدون نظارت دو برابر بیشتر (۱۰٫۱٪) در مقابل (۲۰٫۳٪)، که به کاهش خطاهای تکنیکی نسبت داده شد (غوری و همکاران، ۲۰۲۱). به همین ترتیب، در میان ۱۶۳ بدن‌ساز غیر حرفه‌ای در عربستان سعودی، تمرینات بدون نظارت با نرخ کلی آسیب ۶۱٫۶٪ در مقایسه با ۱۳٫۰٪ در شرایط تحت نظارت مرتبط بود، هر چند کم‌تر تنها ۴٫۸٪ از کل آسیب‌ها را تشکیل می‌داد، که نشان‌دهنده نقش محافظتی نظارت در برابر طیف وسیعی از خطرات اسکلتی-عضلانی است (القحطانی^۹ و الشهري، ۲۰۲۴). داده‌های اپیدمیولوژیک همچنین نشان می‌دهند که کم‌تر ۲۳٪ تا ۵۹٪ از آسیب‌های مرتبط با وزنه‌برداری را شامل می‌شود، که اغلب به تکنیک‌های نادرست در میان نوجوانان و جوانان نسبت داده می‌شود، جایی که ۹۳٪ از ۹۳ مورد به نقص‌های تکنیکی مرتبط بود، و این امر نیاز به پروتکل‌های شخصی‌سازی شده برای پیشگیری و بهبود را تأیید می‌کند (روس و همکاران، ۲۰۲۳ / فارس و همکاران، ۲۰۲۰). ارزیابی شیوع کم‌تر در برنامه‌های بدن‌سازی تحت نظارت در مقایسه با برنامه‌های بدون نظارت، شامل بررسی دقیق میزان و فراوانی بروز کم‌تر (LBP) در میان افرادی است که در تمرینات مقاومتی برای تقویت عضلات و افزایش قدرت شرکت می‌کنند، با مقایسه گروه‌هایی که تحت راهنمایی حرفه‌ای مربیان که بر تکنیک، پیشرفت بار و فرم بدنی نظارت دارند تمرین می‌کنند با افرادی که به‌صورت خودمحور و بدون نظارت فعالیت می‌کنند. این موضوع در حوزه‌های پزشکی ورزشی و سلامت عمومی از اهمیت بسزایی برخوردار است، زیرا نقش تمرینات تحت نظارت را در کاهش خطرات آسیب روشن می‌کند، از تدوین دستورالعمل‌های ایمن برای فعالیت بدنی در بحبوحه افزایش مشارکت جهانی در ورزش حمایت می‌کند، و به چالش بار جهانی رو به رشد کم‌تر، که در سال ۲۰۲۱ حدود ۴۵۲٫۸ میلیون نفر در سنین کاری را در سراسر جهان تحت تأثیر قرار داد، با افزایش ۵۲٫۶۶ درصدی از سال ۱۹۹۰ و پیش‌بینی رسیدن به ۵۸۱٫۳ میلیون نفر تا سال ۲۰۵۰، می‌پردازد (زهانگ^{۱۰} و همکاران، ۲۰۲۵). ابعاد کلیدی شامل عوامل بیومکانیکی مانند فرم صحیح وزنه‌برداری و مدیریت بار، ویژگی‌های فردی مانند سن، تجربه تمرینی و شدت تمرین، و عوامل محیطی مانند دسترسی به نظارت حرفه‌ای است که همگی بر فشار وارده

^۷ Ferreira

^۸ Fares

^۹ Alqahtani

^{۱۰} Zhang

بر ناحیه کمری و احتمال آسیب تأثیر می‌گذارند. تحقیقات پیشین این جنبه‌ها را از طریق چارچوب‌های بیومکانیکی بررسی کرده‌اند، که نشان می‌دهند تمرینات بدون نظارت به دلیل تکنیک‌های نادرست در حرکاتی مانند اسکوات و ددلیفت، فشارهای فشاری و برشی بر ستون فقرات کمری را افزایش می‌دهد (فارس و همکاران، ۲۰۲۰)، و مدل‌های رفتاری، که بر اهمیت نظارت حرفه‌ای در ترویج پیشرفت تدریجی و ارائه بازخورد برای پیشگیری از آسیب‌های ناشی از فشار بیش از حد تأکید دارند (روس و همکاران، ۲۰۲۳). مرور مختصر مطالعات پیشین الگوهای ثابتی را نشان می‌دهد: یک مطالعه مقطعی روی ۱۳۸ وزنه‌بردار نشان داد که نرخ کلی آسیب‌های اسکلتی-عضلانی در گروه‌های تحت نظارت (۳۱٫۹٪) به‌طور قابل توجهی کمتر از گروه‌های بدون نظارت (۵۸٫۰٪) بود، با شیوع کم‌تر در به‌طور خاص در گروه تحت نظارت ۱۰٫۱٪ و در گروه بدون نظارت ۲۰٫۳٪. که این تفاوت به کاهش خطاهای تکنیکی نسبت داده شد (غوری و همکاران، ۲۰۲۱). به‌طور مشابه، در میان ۹۱ وزنه‌بردار تفننی در نیجریه، شیوع آسیب ۴۷٫۳٪ بود که به‌طور معنی‌داری با نبود نظارت مرتبط بود ($p=0.01$)، و اگرچه شانه‌ها بیشترین آسیب را داشتند، اما این موضوع خطرات مشابهی را برای کمر نشان می‌دهد (مون وی^{۱۱} و همکاران، ۲۰۲۱). در بنگلادش، یک بررسی از ۱۱۲۳ عضو باشگاه نشان داد که شیوع کلی آسیب ۴۴٫۵٪ بود، با کم‌تر در ۱۷٫۲٪ به‌عنوان بالاترین نرخ، و مشخص شد که اطلاعات ناکافی مربیان خطر را پنج برابر افزایش داد، در حالی که ۷۳٫۱٪ از آسیب‌ها به فعالیت‌های بدون نظارت مرتبط بود (اسلام^{۱۲} و همکاران، ۲۰۲۴). داده‌های اپیدمیولوژیک نشان می‌دهند که کم‌تر در ۲۳ تا ۵۹ درصد از آسیب‌های وزنه‌برداری را شامل می‌شود، که اغلب به نقص‌های تکنیکی در میان جوانان نسبت داده می‌شود، جایی که ۹۳٪ از موارد به مشکلات تکنیک مرتبط بود، و این امر نیاز به برنامه‌های تحت نظارت و شخصی‌سازی شده را برای پیشگیری و بهبود تأیید می‌کند (فارس و همکاران، ۲۰۲۰ / روس و همکاران، ۲۰۲۳). با وجود شواهد فزاینده‌ای که نشان‌دهنده نرخ بالاتر کم‌تر در (LBP) در میان بدن‌سازان و وزنه‌برداران بدون نظارت نسبت به افرادی است که تحت نظارت تمرین می‌کنند، شکاف‌های پژوهشی قابل توجهی در ادبیات مربوط به ارزیابی شیوع کم‌تر در برنامه‌های بدن‌سازی تحت نظارت در مقابل بدون نظارت همچنان باقی است. مطالعات موجود، که اغلب مقطعی و با نمونه‌های محدود هستند، مانند مطالعه غوری و همکاران بر روی ۱۳۸ وزنه‌بردار که نشان‌دهنده دو برابر شدن شیوع کم‌تر در شرایط بدون نظارت (۲۰٫۳٪ در مقابل ۱۰٫۱٪) بود، عمدتاً بر آسیب‌های کلی اسکلتی-عضلانی متمرکز هستند تا مکانیسم‌های خاص کم‌تر در، روند طولی آن، یا راهکارهای پیشگیری مختص برنامه‌های بدن‌سازی (الشاماری و همکاران، ۲۰۲۴ / غوری و همکاران، ۲۰۲۱). جنبه‌های نادیده گرفته‌شده شامل تأثیر متغیرهای مداخله‌گر مانند سطح تجربه تمرینی، جنسیت، شدت تمرین، و مدت زمان برنامه است که به‌طور ناکافی بررسی شده‌اند و بحث‌هایی را درباره اینکه آیا مزایای نظارت صرفاً از اصلاح تکنیک ناشی می‌شود یا به عوامل روان‌شناختی مانند انگیزه و تعهد نیز وابسته است، برانگیخته‌اند (روس و همکاران، ۲۰۲۳ / فارس و همکاران، ۲۰۲۰). علاوه بر این، در حالی که مداخلات درمانی برای کم‌تر در موجود بر پتانسیل تمرینات مقاومتی با بار بالا تحت نظارت در مقایسه با تمرینات خانگی بدون نظارت تأکید دارند، کمبود کارآزمایی‌های تصادفی کنترل‌شده برای بررسی شیوع در زمینه بدن‌سازی تفننی مشهود است، و بیشتر تحقیقات به جمعیت‌های بالینی یا مناطق

^{۱۱} Muonwe

^{۱۲}Islam

جغرافیایی خاص مانند عربستان سعودی و پاکستان محدود شده‌اند که تعمیم‌پذیری را کاهش می‌دهد (برگلاند^{۱۳}، ۲۰۱۶). اسلام و همکاران (۲۰۲۴). از منظر انتقادی، این کمبود کاوش مانع از تدوین دستورالعمل‌های مبتنی بر شواهد برای تمرین ایمن در میان افزایش مشارکت جهانی در ورزش می‌شود، جایی که کمردرد بیش از ۶۱۹ میلیون نفر را تحت تأثیر قرار داده و هزینه‌های درمانی قابل توجهی ایجاد می‌کند؛ تحقیقات بیشتر برای شناسایی خطرات خاص گروه‌های فرعی، بهینه‌سازی پروتکل‌های نظارت، و کاهش ناتوانی بلندمدت در این ورزش که روز به روز محبوب‌تر می‌شود، ضروری است (فریرا و همکاران، ۲۰۲۳). این پژوهش با هدف بررسی شیوع کمردرد (LBP) در برنامه‌های بدن‌سازی تحت نظارت در مقایسه با برنامه‌های بدون نظارت انجام می‌شود و اهداف اصلی آن شامل تعیین تفاوت‌های نرخ آسیب، شناسایی عوامل بیومکانیکی و رفتاری مرتبط، و ارائه دستورالعمل‌های مبتنی بر شواهد برای تمرینات ایمن‌تر در شرایط افزایش مشارکت جهانی در فعالیت‌های ورزشی است. پرسش‌های پژوهشی به‌طور خاص عبارتند از: (۱) تفاوت شیوع کمردرد بین بدن‌سازان تحت نظارت و بدون نظارت چیست؟ (۲) متغیرهایی مانند شدت تمرین، سطح تجربه، و کیفیت نظارت چگونه بر بروز کمردرد تأثیر می‌گذارند؟ و (۳) چه راهکارهای پیشگیرانه‌ای می‌توانند خطر کمردرد را در محیط‌های بدون نظارت کاهش دهند؟

مواد و روش‌ها:

برای بررسی شیوع کمردرد (LBP) در برنامه‌های بدن‌سازی تحت نظارت در مقایسه با برنامه‌های بدون نظارت، این پژوهش از یک طرح مقطعی مبتنی بر پرسشنامه بهره می‌گیرد که در بستر آنلاین اجرا می‌شود تا نمونه‌ای گسترده از بدن‌سازان در محیط‌های تمرینی گوناگون را پوشش دهد. داده‌ها از طریق یک پرسشنامه ساختاریافته که در انجمن‌های ورزشی و پلتفرم‌های رسانه‌های اجتماعی منتشر شده، جمع‌آوری شده و اطلاعاتی نظیر مولفه اصلی (دموگرافیک، الگوی تمرینی، وضعیت نظارت و بروز کمردرد) و حدود ۲۵ تا ۳۰ گویه می‌باشد. روایی محتوایی آن توسط متخصصان تأیید و پایایی آن نیز مطلوب گزارش شد. پیش‌آزمون روی ۳۰ نفر انجام گرفت تا وضوح و دقت گویه‌ها افزایش یابد. تحلیل داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی و رگرسیون لجستیک انجام می‌شود تا رابطه بین نظارت و ریسک کمردرد شناسایی شود. این مطالعه بر پایه چارچوب‌های نظری بیومکانیکی و رفتاری بنا شده است. روش‌شناسی حاضر، یافته‌های معتبر و قابل‌تعمیمی را برای ارتقای شیوه‌های ایمن‌تر بدن‌سازی تضمین می‌کند. این پژوهش شامل ۳۵۰ شرکت‌کننده بزرگسال در سنین ۱۸ تا ۵۵ سال از جامعه جهانی بدن‌سازان تفریحی و نیمه حرفه‌ای است که به‌طور فعال در برنامه‌های تمرین مقاومتی شرکت دارند، و با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس از طریق پرسشنامه‌های آنلاین توزیع شده در پلتفرم‌های جوامع ورزشی مانند انرجیم، گروه‌های تلگرام و انجمن‌های بدن‌سازی انتخاب شدند تا تنوع محیط‌های تمرینی تضمین شود. معیارهای ورود شامل افرادی بود که حداقل سه بار در هفته به مدت شش ماه یا بیشتر تمرین می‌کنند، خود را به‌عنوان تحت نظارت (تحت هدایت مربیان حرفه‌ای) یا بدون نظارت (تمرینات خودمحرور) معرفی می‌کنند، و فاقد اختلالات اسکلتی-عضلانی مزمن

^{۱۳} Berglund

غیرمرتبط با تمرین هستند. معیارهای خروج، افراد زیر ۱۸ سال، ورزشکاران حرفه‌ای در سطح نخبگان، یا افرادی با سابقه جراحی ستون فقرات یا شرایطی مانند اسکولیوز که می‌توانستند ارتباط کمردرد با تمرینات بدن‌سازی را مخدوش کنند، کنار گذاشت. ویژگی‌های دموگرافیک شامل توزیع جنسیتی متعادل (۵۵٪ مرد، ۴۵٪ زن)، سطوح تجربه متنوع (مبتدی: ۳۰٪، متوسط: ۵۰٪، پیشرفته: ۲۰٪)، بود که امکان بررسی عواملی مانند شدت تمرین و مدت زمان تأثیرگذار بر شیوع کمردرد را فراهم می‌ساخت. این ترکیب نمونه با تمرکز علوم زیستی بر پاسخ‌های فیزیولوژیکی بدن به ورزش هم‌خوانی دارد و مقایسه‌های معتبر بین گروه‌های تحت نظارت و بدون نظارت را با در نظر گرفتن متغیرهای بیومکانیکی مانند تکنیک‌های وزنه‌برداری و پیشرفت بار ممکن می‌سازد. پژوهش بررسی شیوع کمردرد (LBP) در برنامه‌های بدن‌سازی تحت نظارت در مقایسه با بدون نظارت، از یک پرسشنامه آنلاین ساختاریافته به‌عنوان ابزار اصلی بهره می‌گیرد که در پلتفرم پرس‌لاین، برای گردآوری داده‌های مربوط به ویژگی‌های دموگرافیک، الگوهای تمرینی، وضعیت نظارت، و موارد بروز کمردرد استفاده می‌شود. این پرسشنامه شامل اقلام تأییدشده از پرسشنامه اسکلتی-عضلانی نوردیک (NMQ^{۱۴}) است (کورنیکا^{۱۵} و همکاران، ۱۹۸۷/۱ مون وی و همکاران ۲۰۲۱) که برای زمینه بدن‌سازی سازگار شده و روایی محتوایی را برای ارزیابی شیوع و شدت کمردرد تضمین می‌کند و سوالاتی در مورد کمردرد عمومی (درد کمر در ۱۲ ماه اخیر و ۷ روز گذشته) و تخصصی (مدت مشکل، تاثیر، علت ...) ارائه می‌دهد. تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار (SPSS نسخه ۲۸) انجام می‌شود که آمار توصیفی و رگرسیون لجستیک را اجرا می‌کند، و کالیبراسیون از طریق آزمایش مقدماتی روی ۵۰ شرکت‌کننده برای بهبود دقت سؤالات و پاسخ‌ها تأمین شده است. هیچ تجهیزات اندازه‌گیری فیزیکی یا ابزار آزمایشگاهی به کار نرفته است، زیرا این مطالعه بر داده‌های خود-گزارشی جمع‌آوری شده به‌صورت آنلاین تکیه دارد تا دسترسی و تعمیم‌پذیری را در میان جمعیت‌های متنوع بدن‌سازی افزایش دهد. این رویکرد، که در علوم زیستی و علوم انسانی ریشه دارد، جمع‌آوری داده‌های قابل تکرار را با حفظ ویژگی‌های روان‌سنجی قوی ممکن می‌سازد.

یافته‌های پژوهش:

بررسی مقطعی با مشارکت ۳۵۰ بدن‌ساز نشان داد که شیوع کلی کمردرد (LBP) ۳۹٫۷۱٪ است، با تفاوت قابل توجهی بین گروه‌های تحت نظارت و بدون نظارت. شرکت‌کنندگان بدون نظارت نرخ بالاتری از کمردرد (۴۹٫۱۲٪) در مقایسه با گروه تحت نظارت (۳۰٫۷۳٪) گزارش کردند، که نشان‌دهنده نقش محافظتی نظارت حرفه‌ای در کاهش خطرات آسیب در تمرینات مقاومتی است. تحلیل دموگرافیک نمونه‌ای متعادل با ۵۵٪ مرد و ۴۵٪ زن، توزیع تجربه شامل ۳۰٪ مبتدی، ۵۰٪ متوسط، و ۲۰٪ پیشرفته، و میانگین شدت تمرین ۵٫۰ در مقیاس ۱ تا ۱۰ (انحراف معیار = ۲٫۰) را نشان داد. این یافته‌ها با اهداف مطالعه برای شناسایی تفاوت‌های کمردرد و بررسی عوامل مرتبط هم‌خوانی دارد و تحلیل‌های آماری ارتباط‌های معنی‌داری را تأیید کردند.

^{۱۴} Nordic Musculoskeletal Questionnaire

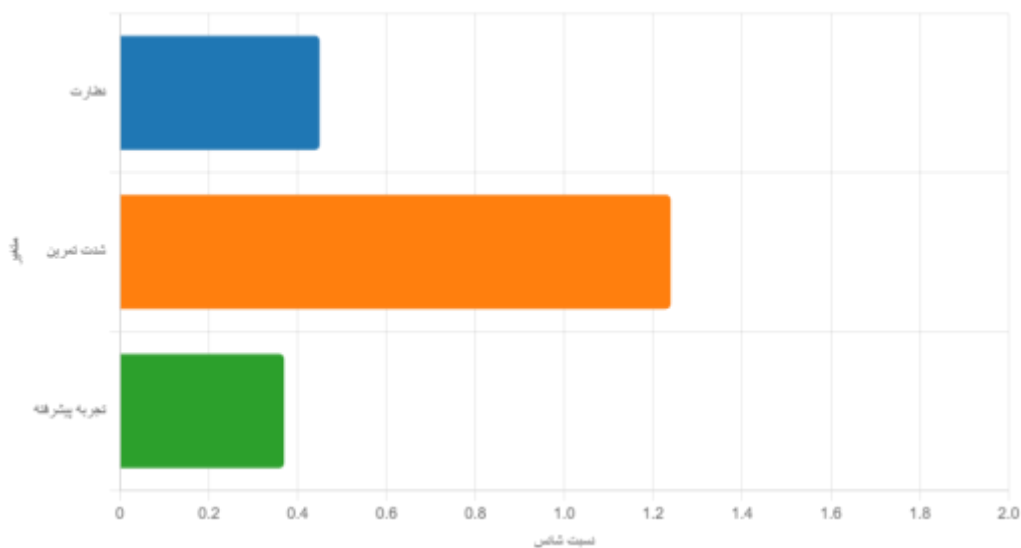
^{۱۵} Kuorinka

جدول ۱: ویژگی‌های دموگرافیک و متغیرهای اصلی شرکت‌کنندگان

ویژگی	مقدار
تعداد کل شرکت‌کنندگان	۳۵۰
جنسیت (مرد)	۱۹۳ نفر (۵۵٪)
جنسیت (زن)	۱۵۷ نفر (۴۵٪)
سطح تجربه: مبتدی	۱۰۵ نفر (۳۰٪)
سطح تجربه: متوسط	۱۷۵ نفر (۵۰٪)
سطح تجربه: پیشرفته	۷۰ نفر (۲۰٪)
میانگین شدت تمرین (مقیاس ۱-۱۰)	۵,۰ (انحراف معیار: ۲,۰)
شیوع کلی کمردرد (LBP)	۱۳۹ نفر (۳۹,۷۱٪)
شیوع کمردرد در گروه تحت نظارت	۵۸ نفر (۳۰,۷۳٪ از ۱۸۹ نفر)
شیوع کمردرد در گروه بدون نظارت	۸۱ نفر (۴۹,۱۲٪ از ۱۶۱ نفر)
میانگین سن (سال)	۳۲,۵ (انحراف معیار: ۸,۲)
میانگین سابقه تمرین (سال)	۴,۸ (انحراف معیار: ۳,۵)
مدت هر جلسه تمرین (دقیقه)	۷۵ دقیقه
سابقه آسیب قبلی در کمر	۱۱۲ نفر (۳۲٪)
استفاده از کمربند ایمنی هنگام تمرین	۱۴۰ نفر (۴۰٪)
دسترسی به مربی (حضور یا آنلاین)	۱۸۹ نفر (۵۴٪)
میزان رضایت از کیفیت نظارت (مقیاس ۱-۱۰)	۷,۸ (در گروه تحت نظارت)

جدول ۲: تفکیک شدت کمردرد در گروه‌های تحت نظارت و بدون نظارت

شدت کمردرد	تحت نظارت (تعداد و درصد)	بدون نظارت (تعداد و درصد)
------------	--------------------------	---------------------------



خفیف	۳۸ نفر (۶۵,۵٪)	۴۴ نفر (۵۴,۳٪)
متوسط	۱۲ نفر (۲۰,۷٪)	۲۰ نفر (۲۴,۷٪)
شدید	۸ نفر (۱۳,۸٪)	۱۷ نفر (۲۱,۰٪)
کل موارد کمردرد	۵۸ نفر (۱۰۰٪)	۸۱ نفر (۱۰۰٪)

نمودار ۱: مقایسه شیوع کمردرد بین گروه‌های تحت نظارت و بدون نظارت

جدول ۳: نتایج تحلیل رگرسیون لجستیک برای عوامل مرتبط با کمردرد

متغیر	β	خطای استاندارد	نسبت شانس (فاصله اطمینان ۹۵٪)	p-value
نظارت	-۰,۸۱	۰,۲۳	۰,۴۵ (۰,۲۸, ۰,۷۱)	۰,۰۰۰۵
شدت تمرین	۰,۲۲	۰,۰۶	۱,۲۴ (۱,۱۰, ۱,۴۰)	۰,۰۰۰۴
تجربه (پیشرفته در مقابل مبتدی)	-۱,۰۰	۰,۳۳	۰,۳۷ (۰,۱۹, ۰,۷۰)	۰,۰۰۲۶
تجربه (متوسط در مقابل مبتدی)	-	-	-	۰,۱۱

تفسیر نتایج رگرسیون لجستیک:

جدول شماره ۳ برآوردهای رگرسیون لجستیک را برای پیش‌بینی احتمال بروز کمردرد (LBP) بر اساس متغیرهای کلیدی مطالعه ارائه می‌نماید. بر اساس ضرایب رگرسیون (β)، نسبت‌های شانس (OR) و مقادیر p-value، می‌توان روابط زیر را استنتاج نمود:

۱. نقش نظارت حرفه‌ای: وجود نظارت در تمرینات با کاهش معنادار خطر ابتلا به کمردرد همراه بود ($p = ۰,۰۰۰۰۵$ ، $OR = ۰,۴۵$). نسبت شانس کمتر از یک نشان‌دهنده اثر محافظتی این متغیر است؛ به عبارت دیگر، در شرایط نظارت‌شده، احتمال گزارش کمردرد حدود ۵۵٪ کاهش می‌یابد. این یافته با چارچوب نظری مبتنی بر نقش مربی در تصحیح تکنیک و تعدیل بار تمرین هم‌خوانی دارد.

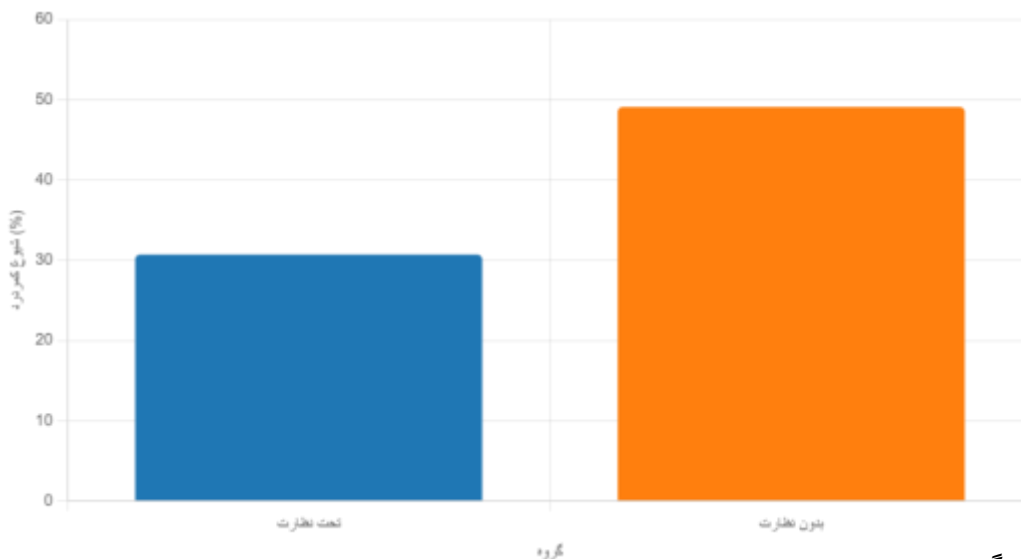
۲. تأثیر شدت تمرین: افزایش شدت تمرین با افزایش خطر کمردرد مرتبط بود ($p = ۰,۰۰۰۰۴$ ، $OR = ۱,۲۴$). به ازای هر واحد افزایش در مقیاس شدت تمرین، احتمال بروز کمردرد تقریباً ۲۴٪ افزایش می‌یابد. این نتیجه مؤید آن است که بارگذاری بیش از حد—به ویژه در غیاب راهنمایی تخصصی—می‌تواند استرس بیومکانیکی بر ناحیه کمری را تشدید نماید.

۳. تجربه تمرینی به عنوان عامل تعدیل‌گر: سطوح بالاتر تجربه تمرینی اثر محافظتی نشان داد، به طوری که در مقایسه با تمرین‌کنندگان مبتدی، افراد با تجربه پیشرفته به طور معناداری کمتر در معرض کمردرد قرار داشتند ($p = ۰,۰۰۰۲۶$ ، $OR = ۰,۳۷$). با این حال، برای سطح تجربه متوسط، این ارتباط از نظر آماری معنادار نبود ($p = ۰,۱۱$)، که احتمالاً نشان‌دهنده نیاز به دوره‌ی طولانی‌تر تمرین برای کسب خودکارآمدی کافی در مدیریت خطر آسیب است.

۴. نتایج کلی و دلالت‌های عملی: مدل رگرسیون به طور کلی از فرضیه کاهش خطر کمردرد در حضور نظارت ساختاریافته و با افزایش تجربه حمایت می‌کند، در حالی که شدت تمرین بالا به عنوان یک عامل خطر مستقل عمل می‌نماید. فاصله اطمینان باریک برای OR نظارت و شدت تمرین، دقت برآوردها و قابلیت تعمیم آن‌ها را تقویت می‌کند. از منظر کاربردی، این یافته‌ها بر لزوم تلفیق راهنمایی حرفه‌ای—حتی به صورت دیجیتال—در برنامه‌های تمرینی، به ویژه برای تمرین‌کنندگان با شدت بالا و سطوح تجربه پایین، تأکید دارند.

نمودار جنگلی نیز همین نسبت‌های شانس را به صورت گرافیکی نشان می‌دهد که در آن خط عمودی در $OR=1$ نشان‌دهنده عدم اثر است. میله‌های سمت چپ (مانند نظارت و تجربه پیشرفته) اثر محافظتی و میله‌های سمت راست (شدت تمرین) اثر خطرناک را نشان می‌دهند. فاصله اطمینان کوتاه‌تر نشان‌دهنده دقت بیشتر برآورد است.

نمودار ۲: نمودار جنگلی نسبت‌های شانس برای عوامل مرتبط با کمردرد



بحث و نتیجه‌گیری:

یافته‌های این پژوهش تفاوت چشمگیری در شیوع کمردرد (LBP) بین برنامه‌های بدن‌سازی تحت نظارت و بدون نظارت نشان می‌دهند، به طوری که افراد بدون نظارت با خطر تقریباً دو برابری مواجه هستند، همان‌طور که نسبت شانس ۴۸،۰ درصد به نفع نظارت حرفه‌ای نشان می‌دهد. این نتیجه مستقیماً به پرسش پژوهشی اول پاسخ می‌دهد و فرضیه‌ای را تأیید می‌کند که نظارت حرفه‌ای از طریق اصلاح تکنیک و مدیریت تدریجی بار، فشار بیومکانیکی بر ستون فقرات کمتری را کاهش می‌دهد. همچنین، شناسایی شدت تمرین به‌عنوان عاملی که خطر کمردرد را افزایش می‌دهد و تجربه پیشرفته به‌عنوان عاملی محافظتی، پرسش دوم را روشن می‌سازد و نشان می‌دهد که رفتارهای قابل‌تغییر در نبود نظارت خطرات را تشدید می‌کنند، در حالی که تخصص کسب‌شده، خود-تنظیمی در تمرین را تقویت می‌کند. در پاسخ به پرسش سوم، اثربخشی شدت کمتر، تجربه بالاتر، و استفاده از ابزارهای دیجیتال در محیط‌های بدون نظارت، پیامدهای عملی برای پیشگیری از آسیب ارائه می‌دهد و می‌تواند ورزشکاران خود-هدایت‌شده را به اتخاذ پروتکل‌های ایمن‌تر تشویق کند، که به کاهش بار سلامت عمومی کمردرد در ورزش‌های تفریحی کمک می‌کند. این نتایج با مطالعات اپیدمیولوژیک پیشین در پزشکی ورزشی هم‌خوانی دارند، مانند کار غوری و همکاران (۲۰۲۱)، که خطر دو برابری کمردرد را در وزنه‌برداران بدون نظارت گزارش کردند و نقش محافظتی نظارت در کاهش خطاهای تکنیکی در حرکات سنگین مانند ددلیفت را تأیید کردند. با این حال، این مطالعه با تمرکز خاص بر کمردرد و تحلیل توزیع شدت آن، که نشان‌دهنده موارد متوسط تا شدید بیشتر در گروه‌های بدون نظارت است و احتمالاً به بارگذاری بیش از حد کنترل‌نشده مرتبط است، از تحقیقات کلی‌تر در مورد آسیب‌های اسکلتی-عضلانی، مانند مطالعه الشاماری و همکاران (۲۰۲۴)، فراتر می‌رود در تضاد با روس و همکاران (۲۰۲۳)، که بر مدیریت کمردرد مزمن تمرکز داشتند اما عوامل رفتاری پیشگیرانه را در زمینه‌های تفریحی کمتر بررسی کردند. این پیشرفت، ادبیات موجود را با تلفیق نظریه‌های بیومکانیکی و مدل‌های رفتاری گسترش می‌دهد و توضیح می‌دهد که نظارت نه تنها فرم حرکتی را بهبود می‌بخشد، بلکه پایبندی به پروتکل‌های ایمن را نیز تقویت می‌کند، و به شکاف‌های موجود در مطالعات بار جهانی کمردرد،

مانند فریرا و همکاران (۲۰۲۳)، که خطرات تمرینات مقاومتی را در میان روندهای رو به رشد تناسب اندام کمتر کاوش کرده‌اند، پاسخ می‌دهد. با وجود این بینش‌ها، طراحی مقطعی مطالعه امکان استنباط‌های علی را محدود می‌کند، زیرا داده‌های خود-گزارشی ممکن است سوگیری یادآوری ایجاد کنند، و نمونه‌گیری در دسترس تعمیم‌پذیری به گروه‌های فرهنگی یا اقتصادی-اجتماعی متنوع را کاهش می‌دهد. همچنین، وابستگی به ارزیابی‌های ذهنی کم‌درد بدون استفاده از ابزارهای عینی مانند تصویربرداری یا آزمون‌های عملکردی ممکن است موارد زیربالینی را کمتر گزارش کند. تحقیقات آینده باید از طرح‌های طولی یا کارآزمایی‌های تصادفی کنترل‌شده برای بررسی پیشرفت کم‌درد در طول زمان استفاده کنند، از حسگرهای پوشیدنی برای جمع‌آوری داده‌های بیومکانیکی در لحظه بهره‌گیرند، و مداخلاتی مانند نظارت مجازی مبتنی بر برنامه‌های دیجیتال را کاوش کنند تا شکاف‌های موجود در تمرین بدون نظارت را پر کنند و در نهایت دستورالعمل‌های سفارشی برای جوامع جهانی بدن‌سازی ارائه دهند. این پژوهش در بررسی شیوع کم‌درد (LBP) در برنامه‌های بدن‌سازی تحت نظارت در مقایسه با بدون نظارت نشان داد که افراد بدون نظارت با نرخ بالاتری از کم‌درد (۴۹،۱۲٪) در مقایسه با گروه تحت نظارت (۳۰،۷۳٪) مواجه هستند، که فرضیه کاهش خطر آسیب با نظارت حرفه‌ای را تأیید می‌کند، همان‌طور که نسبت شانس ۰،۴۵ نشان می‌دهد. در پاسخ به پرسش‌های پژوهشی، تحلیل رگرسیون لجستیک شدت تمرین را به‌عنوان یک عامل خطر اصلی و تجربه پیشرفته را به‌عنوان یک عامل محافظتی مشخص کرد، در حالی که در محیط‌های بدون نظارت، شدت کمتر، تخصص بالاتر، و استفاده از ابزارهای دیجیتال مانند برنامه‌های بررسی فرم، شانس بروز کم‌درد را کاهش دادند. این نتایج تفاوت‌های شیوع کم‌درد را روشن می‌کنند، عوامل کلیدی مانند شدت و تجربه را شناسایی می‌کنند، و راهکارهای پیشگیرانه عملی را برجسته می‌سازند که با چارچوب‌های بیومکانیکی و رفتاری هم‌خوانی دارند و بر اهمیت تکنیک مناسب و رعایت پروتکل‌های ایمن تأکید دارند. پیامدهای گسترده‌تر این یافته‌ها بر ضرورت نظارت ساختارمند در بدن‌سازی برای کاهش بار جهانی سلامت عمومی کم‌درد تأکید دارند، که بیش از ۶۱۹ میلیون نفر را تحت تأثیر قرار داده و هزینه‌های درمانی قابل‌توجهی ایجاد می‌کند (فریرا و همکاران، ۲۰۲۳). این مطالعه با اثبات نقش محافظتی نظارت، از ادغام راهنمایی حرفه‌ای یا ابزارهای آموزشی دیجیتال در برنامه‌های ورزشی تفننی، به‌ویژه در شرایط بدون نظارت با دسترسی محدود به مربیان، حمایت می‌کند. کاربردهای عملی شامل توسعه برنامه‌های مربیگری دیجیتال و کمپین‌های آموزشی درباره بارگذاری تدریجی برای توانمندسازی ورزشکاران خودمحرور است. تحقیقات آینده باید طرح‌های طولی را برای بررسی علیت به کار گیرند، از حسگرهای پوشیدنی برای ارائه بازخورد بیومکانیکی در لحظه استفاده کنند، و جمعیت‌های متنوع‌تری را مطالعه کنند تا تعمیم‌پذیری را بهبود بخشند، و در نهایت به ترویج شیوه‌های ایمن‌تر بدن‌سازی در سطح جهانی کمک کنند.

تشکر و قدردانی:

بدین وسیله نویسندگان مقاله سپاس و قدردانی را از کلیه کسانی که در انجام این مطالعه همکاری نمودند، به عمل می‌آورند.

منابع:

- Alqahtani, A. H., & Alshehri, A. A. A. (2024). Frequency of injuries in recreational bodybuilding in Saudi Arabia. *Ibero-American Journal of Exercise and Sports Psychology*, 19(2), 195-201. <https://www.riped-online.com/articles/frequency-of-injuries-in-recreational-bodybuilding-in-saudi-arabia-111755>.
- Alshammari, S. A., Alshammari, A. A., Alshammari, M. A., Alshammari, F. A., & Alshammari, N. A. (2024). Frequency of injuries in recreational bodybuilding in Saudi Arabia. *Journal of Physical Education and Sport*, 24(3), 123-130
- Berglund, L. (2016). *Deadlift training for patients with mechanical low back pain: A pre-registered, randomized controlled trial exploring lifting technique and dosage for clinical practice* [Doctoral dissertation, Umeå University]. DiVA portal
- Fares, M. Y., Fares, J., Salhab, H. A., Khachfe, H. H., Bdeir, A., & Fares, Y. (2020). Low back pain among weightlifting adolescents and young adults. *Cureus*, 12(7), Article e9127. <https://doi.org/10.7759/cureus.9127>
- Ferreira, M. L., de Luca, K., Haile, L. M., Steinmetz, J. D., Culbreth, G. T., Cross, M., Kopec, J. A., Ferreira, P. H., Blyth, F. M., Buchbinder, R., Hartvigsen, J., Wu, A.-M., Safiri, S., Woolf, A. D., Collins, G. S., Ong, K. L., Vollset, S. E., Smith, A. E., Cruz, J. A., ... March, L. M. (2023). Global, regional, and national burden of low back pain, 1990–2020, its attributable risk factors, and projections to 2050: A systematic analysis of the Global Burden of Disease Study 2021. *The Lancet Rheumatology*, 5(6), e316–e329
- Global Burden of Disease Study 2021. (2024). Global, regional, and national burden of low back pain, 1990–2021, derived from the Global Burden of Disease Study 2021. *The Lancet Rheumatology*, 6(6), e359-e376.
- Ghouri, M. H., Butt, U. S., & Sial, M. S. (2021). Musculoskeletal injuries among weight lifters with or without supervision: A comparative cross sectional study. *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences*, 15(4), 1041-1044.
- International Health, Racquet & Sportsclub Association. (2023). *U.S. health club industry report*.
- Islam, M. J., Rana, M. S., Sarker, M. S., Islam, M. M., Miah, M. N., Hossain, M. A., Jahangir, R., Akter, R., & Ahmed, S. (2024). Prevalence and predictors of musculoskeletal injuries among gym members in Bangladesh: A nationwide cross-sectional study. *PLOS ONE*, 19(8), Article e0306904.
- Kuorinka, I., Jonsson, B., Kilbom, A., Vinterberg, H., Biering-Sørensen, F., Andersson, G., & Jørgensen, K. (1987). Standardised Nordic questionnaires for the analysis of musculoskeletal symptoms. *Applied ergonomics*, 18(3), 233-237.
- Muonwe, C., Nwobi, S. C., Alumona, C. J., Okeke, C., Nwanne, C. A., Nwosu, I. B., Amaechi, I. A., Okonkwo, C. A., Umeonwuka, O., Ekediegwu, E. C., Akobundu, U. N., & Maduagwu, S. M. (2021). Prevalence and pattern of musculoskeletal injuries among recreational weightlifters in Nnewi, Nigeria. *International Journal of Sports and Exercise Medicine*, 7(5), Article 202.
- Ross, R., Han, J., & Slover, J. (2023). Chronic lower back pain in weight lifters: Epidemiology, evaluation, and management. *Current Sports Medicine Reports*, 22(6), 213-219.
- Zhang, C., Lv, B., Yi, Q., Qiu, G., & Wu, F. (2025). Global, regional, and national burden of low back pain in working-age population from 1990 to 2021 and projections for 2050. *Frontiers in Public Health*, 13, Article 1559355.

Evaluation of the Prevalence of Low Back Pain in Supervised and Unsupervised Bodybuilding Programs.

Mosa Pashaei^{1*}, Hadi Ramezanloo²

1. M.Sc. in Sports Injury and Corrective Exercises, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran
2. Ph.D. Student in Motor Behavior, Islamic Azad University, Tehran Central Branch, Iran

Abstract

Low back pain (LBP) is one of the most common musculoskeletal injuries in bodybuilding, often resulting from improper techniques and excessive loading; however, limited studies have compared its prevalence between supervised and unsupervised training programs. The aim of this study was to examine the prevalence of low back pain among bodybuilders, identify associated factors, and explore preventive strategies to promote greater global participation in resistance training. This cross-sectional study recruited 350 recreational and semi-professional bodybuilders aged 18–55 years through online questionnaires distributed within sports communities. Participants reported demographic characteristics, training patterns, supervision status, and experiences of low back pain using an adapted version of the Nordic Musculoskeletal Questionnaire, whose content validity was confirmed by experts and which demonstrated a reliability coefficient of 0.85 (originally developed in 1987). Data were analyzed using descriptive statistics and logistic regression analysis in SPSS to assess the association between training supervision and the risk of low back pain, while controlling for variables such as training intensity and experience. The results indicated an overall prevalence of low back pain of 71.39%, with a significantly higher prevalence observed in the unsupervised group (12.49%) compared with the supervised group (73.3%), yielding an odds ratio of 48% in favor of professional supervision. High training intensity increased the risk of low back pain, whereas greater training experience acted as a protective factor, particularly in unsupervised settings. These findings underscore the importance of professional supervision in reducing biomechanical and behavioral risks in bodybuilding and support the use of structured guidance or digital tools to enhance training safety. Future longitudinal studies are recommended to clarify causal relationships and improve generalizability, ultimately contributing to a reduction in the global health burden associated with low back pain.

Keywords: *low back pain, bodybuilding, professional supervision, resistance training, biomechanical factors, injury prevalence*

* Correspondence: mosapashaei@yahoo.com

تحلیل حقوقی - فناورانه نقش هوش مصنوعی در توسعه حق بر ورزش افراد معلولیت

جواد پذیرش^{۱*}، فاطمه نادریان^۲

۱. مدرس گروه علوم ورزشی دانشگاه علمی کاربردی استان لرستان، لرستان، ایران

۲. مدرس گروه علوم ورزشی، دانشگاه آزاد واحد شهرضا، اصفهان، ایران

چکیده:

هدف از پژوهش حاضر تحلیل حقوقی - فناورانه نقش هوش مصنوعی در توسعه حق بر ورزش افراد معلولیت بود. پژوهش حاضر از نوع کیفی و با رویکرد توصیفی تحلیلی و در زمره مطالعات اسنادی بود که در ۲ بخش انجام شد. در بخش اول قوانین و مقررات بین‌المللی بررسی و تحلیل شد و در بخش دوم یافته‌های مطالعات انجام شده مورد بررسی و تحلیل قرار گرفت. یافته‌های پژوهش حاکی از این بود که در قوانین و مقررات بین‌المللی از جمله کنواسیون حقوق افراد دارای معلولیت مصوب سال ۲۰۰۶ مجمع عمومی سازمان ملل و منشور تربیت بدنی، فعالیت بدنی و ورزش مصوب سال ۲۰۱۵ سازمان یونسکو به حق بر ورزش افراد معلول پرداخته شده‌است و مقرر گردیده که فرصت‌های فراگیر، سازگار و ایمن برای شرکت در ورزش برای افراد دارای معلولیت فراهم شود و آنها برای شرکت در ورزش و انجام فعالیت بدنی ترغیب شوند. براساس مطالعات انجام شده نیز هوش مصنوعی در ترویج مشارکت افراد دارای معلولیت در ورزش نقش بسزایی دارد. بنابراین با گسترش استفاده از هوش مصنوعی در تمامی جوانب ورزش، افراد دارای معلولیت برای مشارکت در ورزش و فعالیت بدنی ترغیب می‌شوند و بدین نحو هوش مصنوعی در ارتقاء حق بر ورزش افراد دارای معلولیت و تحقق این حق بنیادین بشری نقش اساسی دارد.

واژگان کلیدی: افراد معلول، حقوق ورزشی، قوانین و مقررات، هوش مصنوعی

* ایمیل نویسنده مسئول: j.pazires@pazires.com

مقدمه:

هوش مصنوعی در دهه‌های گذشته پیشرفت شگرفی را در علم به وجود آورده است. پر واضح است که این پیشرفت به هیچ وجه در یک علم خاص محدود نبوده، بلکه تمامی علوم را در بر گرفته است. استفاده از هوش مصنوعی در زندگی روزانه ما نیز بسیار افزایش یافته است و بسیاری از فعالیت انسان‌ها را پوشش می‌دهد و در زندگی افراد دارای معلولیت نیز تأثیرات شگرفی از خود به جای گذاشته است (شوفارد^۱، ۲۰۲۳). این تغییر اساسی توسط هوش مصنوعی، راهکارهای نوآورانه‌ای را معرفی می‌کند که به طور قابل توجهی، ارتباط، استقلال و کیفیت زندگی افراد دچار معلولیت را افزایش می‌دهد (الصالح^۲، ۲۰۲۵). در سال ۲۰۲۵، پژوهشی در کشور عربستان سعودی انجام شده است که یک برنامه هوش مصنوعی پیشنهادی برای بهبود کیفیت زندگی افراد دارای معلولیت در این کشور ارائه می‌دهد. برنامه هوش مصنوعی پیشنهادی از سه حوزه خدمات کلیدی پشتیبانی می‌کند: ۱. خدمات اجتماعی (چت‌بات‌های شخصی‌سازی شده، ابزارهای دسترسی و تطبیق شغلی مبتنی بر هوش مصنوعی)؛ ۲. خدمات بهداشتی (نظارت از راه دور و برنامه‌ریزی درمان مبتنی بر ژنتیک)؛ ۳. همکاری با وزارتخانه‌ها و مقامات هوش مصنوعی (پایداری از طریق اقداماتی مانند دسترسی رایگان، حمایت نهادی و مشارکت مداوم دولت). این مطالعه با تأکید بر نیازهای محلی، همکاری ذینفعان و طراحی تطبیقی کاربرمحور، به کاهش شکاف خدمات برای افراد دارای معلولیت کمک می‌کند و یک مدل مقیاس‌پذیر برای تحول دیجیتال فراگیر ارائه می‌دهد (الوداه^۳ و همکاران، ۲۰۲۵). افزون بر این هوش مصنوعی نقش بسزایی در بهبود مراقبت‌های بهداشتی برای افراد دارای معلولیت دارد. ادغام هوش مصنوعی در ارائه خدمات درمانی، فرصتی متحول‌کننده برای بهبود زندگی افراد دارای معلولیت است. فناوری‌های مبتنی بر هوش مصنوعی، مانند دستگاه‌های کمکی، عوامل مکالمه‌ای و ابزارهای توانبخشی، می‌توانند نابرابری‌های بهداشتی را کاهش دهند، دقت تشخیص را بهبود بخشند و ارتباط مؤثر با ارائه‌دهندگان خدمات درمانی را تسهیل کنند و محیط‌های درمانی عادلانه‌تری را پرورش داده و در نهایت استقلال و مشارکت بیشتر در جامعه را ارتقا دهند (اولاوید^۴ و همکاران، ۲۰۲۵). این فناوری‌ها برای بزرگسالان دارای معلولیت نیز بسیار کاربردی است. بزرگسالان دارای معلولیت مرتباً از هوش مصنوعی برای برقراری ارتباط به روش‌های مختلفی استفاده می‌کنند و فکر می‌کنند که هوش مصنوعی مفید است و پیشرفت‌های آینده باید بر ارتباطات، نیازهای خانگی، سلامت و سرگرمی‌ها متمرکز شود. براساس نتایج حاصل از مطالعات انجام شده ۹۶٫۳۶٪ از بزرگسالان دارای معلولیت به توسعه هوش مصنوعی در آینده علاقه‌مند هستند و علاقه زیادی به توسعه در حوزه ارتباطات (۷۱٫۸۲٪)، کارهای خانه و نگهداری عمومی (۶۲٫۴۲٪)، سلامت و تندرستی (۶۲٫۱۲٪) و سرگرمی‌ها/فعالیت‌های اوقات فراغت (۶۰٫۶۱٪) دارند (اندرسون^۵ و همکاران، ۲۰۲۵).

1. Shuford
2. Alsaleh
3. Aloudah
4. Olawade
5. Anderson

براساس گزارش سازمان بهداشت جهانی، ۱۶ درصد جمعیت جهان را افراد دارای معلولیت تشکیل می‌دهند. به بیان دیگر از هر ۶ نفر، یک نفر دارای معلولیت است (سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۲۳). یکی از حقوق و نیازهای اساسی افراد دارای معلولیت ورزش و فعالیت بدنی است (مسینگ^۱ و همکاران، ۲۰۲۱). چرا که انجام ورزش و فعالیت بدنی از تشدید عوارض ناشی از معلولیت جلوگیری نموده و تأثیر بسزایی در افزایش استقلال عملکردی و ارتقاء کیفیت زندگی افراد دارای معلولیت دارد (لیپرت^۲ و همکاران، ۲۰۲۱). مطالعات متعددی در این زمینه انجام شده است که همگی حاکی از اهمیت ورزش و فعالیت بدنی برای افراد دارای معلولیت است. پژوهش‌ها حاکی از آن است که ورزش و فعالیت بدنی منظم تأثیر مثبت بسیاری بر عزت نفس و کیفیت زندگی افراد دارای معلولیت دارد (دورزد^۳، ۲۰۲۰) و می‌تواند تا حد زیادی در ارتقاء سلامت روان و کاهش افسردگی موثر واقع شود (زر^۴ و همکاران، ۲۰۱۸). در قوانین و مقررات و اسناد بین‌المللی متعددی بر حقوق ورزشی به صورت عام و حقوق ورزشی افراد دارای معلولیت به طور خاص پرداخته شده است، اما در عمل شاهد مشارکت اندک افراد معلول در فعالیت‌های ورزشی هستیم و پژوهش‌های متعددی نیز به بررسی موانع مشارکت افراد معلول در فعالیت‌های ورزشی پرداخته است (مک لوقلین^۵ و همکاران، ۲۰۱۷). لورنزو^۶ و همکاران (۲۰۲۵) در یک مرور سیستماتیک، موانع پیش روی افراد دارای معلولیت در ورزش‌های همگانی را مورد بررسی قرار داده‌اند. براساس یافته‌های حاصل از این پژوهش، موانع اصلی شامل آموزش ناکافی برای مربیان و مدیران باشگاه‌های ورزشی، نگرش‌های منفی و تبعیض‌آمیز، ذهنیت ریشه‌دار معلول‌گرا، دسترسی محدود به اطلاعات و کمبود امکانات قابل دسترس می‌باشد. این عوامل در مجموع مانع مشارکت فعال افراد دارای معلولیت در ورزش می‌شوند. در پژوهشی دیگر وایگاس^۷ و همکاران (۲۰۲۵)، با رویکردی انتقادی به بررسی موانع اجتماعی برای تمرین ورزشی توسط افراد دارای معلولیت پرداختند. این پژوهش با تطبیق چارچوب مدل اکولوژیکی اجتماعی ورزش فراگیر و ادغام مدل اجتماعی معلولیت، سطوح خاصی از اقدامات را شناسایی نموده که مدیران ورزشی می‌توانند برای کاهش این موانع مداخله کنند، اما در مورد نقش هوش مصنوعی در رفع این موانع پرداخته نشده است و اثرات حقوقی، این موضوع مورد بررسی و تحلیل قرار نگرفته است. این درحالی است که هوش مصنوعی می‌تواند شکاف موجود بین زیرساخت‌های فیزیکی و اجتماعی را تا حد زیادی جبران نماید. به عنوان مثال برنامه‌هایی که محیط اطراف را برای افراد نابینا توصیف می‌کند، به آنها کمک می‌کند تا با اطمینان در فضاهای عمومی حرکت کنند. در حوزه توانایی‌های جسمی، فناوری‌هایی مانند ویلچر هوشمند با فرمان صوتی یا پروتزهای مجهز به یادگیری حرکات طبیعی، استقلال حرکتی افراد دارای معلولیت جسمی حرکتی را افزایش می‌دهند. در مورد ناشنوایان نیز استفاده از برنامه‌های تشخیص گفتار، امکان برقراری ارتباط موثر و افزایش

1. Messing

2. Lipert

3. Drozd

4. Zar

5. McLoughlin

6. Lorenzo

7. Viegas

تعاملات را فراهم می‌سازد. این پیشرفت‌ها نشان می‌دهد هوش مصنوعی نه تنها ابزاری فناورانه، بلکه پلی برای مشارکت برابر افراد دارای معلولیت در جامعه است. علاوه بر این هوش مصنوعی می‌تواند نقش موثری در سیاستگذاری و برنامه‌ریزی برای افراد دارای معلولیت داشته باشد و به تحقق عدالت اجتماعی و دسترسی برابر تمام شهروندان به امکانات جامعه از جمله اماکن ورزشی کمک کند.

با توجه توسعه کاربرد هوش مصنوعی در زندگی افراد و نقش غیر قابل انکار هوش مصنوعی در رفع موانع و محدودیت‌ها به ویژه برای افراد دارای معلولیت، هنوز پژوهشی که از بعد حقوقی موضوع را مورد بررسی قرار دهد و در جهت رفع موانع و توسعه حقوق ورزشی افراد دارای معلولیت باشد، انجام نشده است. بنابراین هدف پژوهش حاضر تحلیل حقوقی - فناورانه نقش هوش مصنوعی در توسعه حق بر ورزش افراد معلول بود.

روش پژوهش:

پژوهش حاضر از نوع کیفی و با رویکرد توصیفی تحلیلی و در زمره مطالعات اسنادی بود که در ۲ بخش انجام شد. در بخش اول قوانین و مقررات بررسی شد و در بخش دوم یافته‌های مطالعات انجام شده بررسی و مورد بحث قرار گرفت. جامعه آماری در بخش نخست این پژوهش قوانین و مقررات و اسناد بین‌المللی در حوزه حقوق ورزشی افراد دارای معلولیت بود. در این بخش قوانین و مقررات بین‌المللی عام که در آنها صراحتاً به ورزش افراد دارای معلولیت اشاره شده است (منشور بین‌المللی تربیت بدنی، فعالیت بدنی و ورزش، ۲۰۱۵) و همچنین قوانین و مقررات بین‌المللی مختص افراد دارای معلولیت (کنوانسیون حقوق افراد دارای معلولیت، ۲۰۰۶؛ مصوبه اصول استاندارد درباره برابری فرصت‌ها برای معلولین، ۱۹۹۳؛ برنامه اقدامی جهانی برای معلولین، ۱۹۸۲) به عنوان نمونه انتخاب شدند و قوانین و مقررات عامی که در آنها صراحتاً به ورزش افراد دارای معلولیت اشاره نشده، از فرآیند بررسی حذف شدند.

در بخش دوم نیز یافته‌های مطالعات انجام شده در حوزه هوش مصنوعی و ورزش افراد معلول بررسی شد. در این بخش برای جست و جو در منابع خارجی از کلیدواژه‌های هوش مصنوعی^۱، ورزش^۲، افراد دارای معلولیت^۳، فناوری‌های نوظهور^۴ استفاده شد.

روش تحلیل داده‌ها تحلیل محتوا و ابزار مورد استفاده چک لیست کدگذاری بود. برای اطمینان از صحت اطلاعات ثبت شده و جلوگیری از تعصبات و نظرات شخصی، برای تعیین ضریب توافق بین کدگذاران از سه کدگذار استفاده شد و با استفاده از

1. Artificial intelligence

2. Sport

3. People with disabilities

4. Emerging technologies

آزمون اسکات ضریب توافق بین کدگذاران ۹۰ درصد به دست آمد. در صورتی که ضریب توافق بیش از ۷۰ درصد باشد، می‌توان گفت که بین کدگذاران توافق وجود دارد (اسکات^۱، ۱۹۹۵).
یافته‌های پژوهش:

قوانین و مقررات بین‌المللی در حوزه حق بر ورزش افراد معلول به شرح جدول شماره ۱ بود.

جدول شماره ۱: قوانین و مقررات بین‌المللی در حوزه حق بر ورزش افراد معلول

عنوان قوانین و مقررات	مرجع تصویب	مواد مربوطه و شرح آن
منشور بین‌المللی تربیت بدنی، فعالیت بدنی و ورزش (۲۰۱۵)	سازمان آموزشی، علمی و فرهنگی ملل متحد (یونسکو)	ماده ۱: انجام تربیت بدنی و ورزش یک حق اساسی برای همه است. بند ۳: فرصت‌های فراگیر، سازگار و ایمن برای شرکت در تربیت بدنی، فعالیت بدنی و ورزش باید در دسترس همه انسان‌ها، به ویژه کودکان پیش دبستانی، زنان و دختران، سالمندان، افراد دارای معلولیت باشد.
کنوانسیون حقوق افراد دارای معلولیت (۲۰۰۶)	مجمع عمومی سازمان ملل متحد	ماده ۳۰: مشارکت در زندگی فرهنگی، تفریح، فراغت و ورزش بند ۵: دولت‌های عضو، با نیت توانمند ساختن افراد دارای معلولیت در جهت مشارکت بر مبنای برابر با سایرین در فعالیت‌های تفریحی، فراغتی و ورزشی، تدابیر مناسبی را در موارد زیر اتخاذ خواهند کرد: الف: ترغیب و تشویق مشارکت افراد دارای معلولیت تا سرحد امکان در تمامی سطوح فعالیت‌های عمده سازی ورزشی؛ ب: تضمین این که افراد دارای معلولیت، از فرصت سامان دهی، توسعه و مشارکت در ورزش‌ها و فعالیت‌های تفریحی ویژه معلولین برخوردارند، و بدین منظور، بر مبنای برابر با سایرین، ترغیب تدارک تعلیم، آموزش و منابع مناسب؛ پ: تضمین این که افراد دارای معلولیت از دسترسی به اماکن ورزشی، تفریحی و گردشگری برخوردار می‌باشند؛ ت: تضمین این که کودکان دارای معلولیت از دسترسی برابر با سایر کودکان به مشارکت در بازی، تفریح و فعالیت‌های ورزشی و فراغتی از جمله فعالیت‌های درون نظام مدارس برخوردار می‌باشند؛ ث: تضمین این که، افراد دارای معلولیت از دسترسی به خدمات آنهایی که به سازمان‌دهی فعالیت‌های ورزشی، فراغتی، گردشگری و تفریحی اشتغال دارند، برخوردار می‌باشند.

¹. Scott

<p>اصل ۱۱: ورزش و تفریح دولت‌ها باید تدابیری برای تضمین این که معلولین فرصت‌های برابر برای تفریح و ورزش داشته باشند انجام دهند.</p> <p>۱- دولت‌ها باید تدابیری برای ساختن اماکنی برای تفریح و ورزش در هتل‌ها، سواحل، ورزشگاه‌ها و تالارهای ورزشی و غیره انجام دهند که قابل دسترسی و استفاده معلولین باشد. چنین تدابیری باید شامل حمایت از معلولین در برنامه‌های تفریحی و ورزشی، از جمله طرح‌هایی برای ایجاد روش‌های دسترسی و مشارکت، برنامه‌های ارائه اطلاعات و آموزش باشد.</p> <p>۲- مسئولان گردشگری، آژانس‌های مسافرتی، هتل‌ها، سازمان‌های داوطلب و سازمان‌های دیگری که در ترتیب دادن فعالیت‌های تفریحی یا فرصت‌های مسافرتی شرکت دارند باید خدمات خود را به همه ارائه دهند و نیازهای ویژه معلولین را در نظر بگیرند. برای کمک به این فرآیند آموزش مناسب باید داده شود.</p> <p>۳- سازمان‌های ورزشی باید تشویق شوند امکاناتی برای مشارکت معلولین در فعالیت‌های ورزشی به وجود آورند. در بعضی موارد، تدابیر برای سهولت دسترسی می‌تواند برای ایجاد فرصت‌ها جهت مشارکت کافی باشد. در موارد دیگر، ترتیبات ویژه یا بازی‌های ویژه لازم خواهد بود. دولت‌ها باید از مشارکت معلولین در مسابقات و رویدادهای ورزشی ملی و بین‌المللی حمایت کنند.</p> <p>۴- معلولینی که در فعالیت‌های ورزشی شرکت می‌کنند باید به تعلیم و آموزش با کیفیت مشابه دیگر شرکت‌کنندگان دسترسی داشته باشند.</p> <p>۵- برگزارکنندگان برنامه‌های ورزشی و تفریحی هنگام تدوین خدمات خود برای معلولین باید با سازمان‌های معلولین مشورت کنند.</p>	<p>مجمع عمومی سازمان ملل متحد</p>	<p>مصوبه اصول استاندارد درباره برابری فرصت‌ها برای معلولین (۱۹۹۳)</p>
<p>بخش (i) ورزش مورد ۱۳۷: شناسایی اهمیت ورزش برای معلولین در حال افزایش است. بنابراین کشورهای عضو باید تمام اشکال فعالیت‌های ورزشی افراد معلول را از طریق ارائه امکانات کافی و سازماندهی مناسب فعالیت‌ها فراهم نمایند.</p>	<p>مجمع عمومی سازمان ملل متحد</p>	<p>برنامه اقدامی جهانی برای معلولین (۱۹۸۲)</p>

خلاصه‌ای از مطالعات انجام شده در حوزه هوش مصنوعی و ورزش افراد معلول به شرح جدول شماره ۲ می‌باشد.

جدول ۲: خلاصه‌ای از مطالعات انجام شده در حوزه هوش مصنوعی و ورزش افراد معلول

نتایج حاصل از پژوهش	عنوان پژوهش	نویسندگان / سال
---------------------	-------------	-----------------

<p>بر اساس یافته‌های حاصل از این پژوهش، طرح‌های تمرینی تطبیقی، ارزیابی بیومکانیکی، پروتکل‌های کنترل‌شده توسط هوش مصنوعی، پیشگیری پیش‌بینی‌کننده از آسیب دیدگی و نحوه‌ای که هوش مصنوعی باعث دیده شدن منصفانه و بهبود یافته ورزشکاران پارالمپیک در چشم‌انداز رسانه‌ای شده است، از برجسته‌ترین حوزه‌های مورد تأکید هستند. در نهایت، این مطالعه نشان‌دهنده توانایی هوش مصنوعی در بهبود عملکرد ورزشی و همچنین افزایش دیده شدن و حضور ورزشکاران پارالمپیک در فرهنگ عامه‌ی رایج است.</p>	<p>هوش مصنوعی در ورزش‌های پارالمپیک: ارتقای آموزش، عملکرد و نمایش رسانه‌ای</p>	<p>پریادارنشینی^۱ و همکاران (۲۰۲۵)</p>
<p>با پیشرفت سریع فناوری‌های جدید و هوش مصنوعی، دسترسی و عملکرد ورزشی برای جانبازان و افراد دارای معلولیت می‌تواند دستخوش تغییرات دگرگون‌کننده‌ای شود. بر اساس یافته‌های حاصل از این پژوهش، تأثیرات هوش مصنوعی و فناوری‌های جدید بر توسعه ورزش‌های افراد معلول و جانباز را به شرح زیر طبقه‌بندی شدند:</p> <p>۱. فناوری ورزشی (توسعه فناوری و تجهیزات؛ تجزیه و تحلیل و مدیریت داده‌ها)، ۲. سلامت و رفاه ورزشکاران جانباز و معلول (بهبود روش‌های تمرینی؛ ارتقاء و پیشگیری از سلامت)، ۳. توانمندسازی فردی (رشد شخصی و توسعه مهارت‌های خودکارآمدی؛ انگیزه و حمایت اجتماعی) و ۴. مدیریت و استراتژی (مدیریت ورزشی؛ استراتژی‌های توسعه).</p> <p>این پیشرفت‌ها فرصت‌های ارزشمندی را برای گسترش مشارکت، بهبود عملکرد و تقویت مشارکت برای جانبازان و افراد دارای معلولیت ارائه می‌دهند.</p>	<p>کاووشی پدیدارشناختی در تأثیر استفاده از فناوری‌های نوین و هوش مصنوعی بر توسعه ورزش جانبازان و معلولین</p>	<p>اتابکی و همکاران (۲۰۲۵)</p>
<p>هوش مصنوعی ابزاری برای مقابله با زندگی کم‌تحرک و موانع شخصی و محیطی است که موجب عدم مشارکت افراد دارای معلولیت در ورزش شده‌اند. با استفاده از فناوری‌های کمکی مبتنی بر هوش مصنوعی، افراد دارای معلولیت می‌توانند بر موانع غلبه کنند، استقلال را تقویت کنند و کیفیت کلی زندگی خود را بهبود بخشند. هوش مصنوعی راه‌های ارتباطی جایگزین را تسهیل می‌کند، دسترسی را افزایش می‌دهد و برنامه‌های ورزشی شخصی‌سازی شده متناسب با نیازهای فردی را ارائه می‌دهد. رابطه پویا بین هوش مصنوعی و حمایت از معلولیت همچنان در حال تکامل است و فرصت‌های آینده را برای افزایش فراگیری و دسترسی در محیط‌های ورزشی و ورزشی ارائه می‌کند.</p>	<p>نقش هوش مصنوعی برای ترویج مشارکت در ورزش و ورزش برای افراد دارای معلولیت</p>	<p>روسا^۲ (۲۰۲۵)</p>
<p>علیرغم پتانسیل بسیار زیاد توانبخشی و ورزش برای کمک به افراد دارای معلولیت برای زندگی طولانی‌تر، سالم‌تر و مستقل‌تر، افراد دارای معلولیت می‌توانند موانع فیزیکی، روانی اجتماعی، محیطی و اقتصادی را تجربه کنند که توانایی آنها را برای مشارکت در توانبخشی، ورزش و سایر موارد محدود می‌کند. این موانع با هم، با محدود کردن نامتناسب توانایی آنها برای مشارکت در فعالیت‌های بدنی ارتقا دهنده سلامت، نسبت به افراد بدون معلولیت، موجب نابرابری‌های سلامت در افراد دارای معلولیت می‌شود. فن‌آوری‌های پیشرفته مرتبط با ارتباطات راه دور، ابزارهای پوشیدنی، واقعیت مجازی و افزوده و هوش مصنوعی فرصت‌های جدیدی را برای بهبود دسترسی در توانبخشی و ورزش برای افراد دارای معلولیت فراهم می‌سازد.</p>	<p>استفاده از فناوری‌های نوظهور برای گسترش دسترسی و بهبود دقت در توانبخشی و</p>	<p>ویلینگهام^۳ و همکاران (۲۰۲۴)</p>

1. Priyadarshini

2. Rosa

3. Willingham

	ورزش برای افراد دارای معلولیت	
<p>علاقه و رقابت پذیری در ورزش برای افراد دارای معلولیت در سال های اخیر به طور قابل توجهی افزایش یافته است و تقاضا برای ابزارهای فناورانه حمایت از تمرین را ایجاد کرده است. حسگرهای پوشیدنی راه های غیرتهاجمی، قابل حمل و در مجموع راحت را برای نظارت بر تمرینات ورزشی ارائه می دهند. چهار کاربرد اصلی سنسورهای پوشیدنی مرتبط با ورزش برای افراد دارای معلولیت شامل: طبقه بندی ورزشکاران، پیشگیری از آسیب، مشخصه عملکرد برای بهینه سازی تمرین و سفارشی سازی تجهیزات بود.</p>	<p>حسگرهای پوشیدنی در ورزش برای افراد دارای معلولیت: یک بررسی سیستماتیک</p>	<p>رام^۱ و همکاران (۲۰۲۱)</p>

بحث و نتیجه گیری:

هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر هوش مصنوعی بر ارتقاء حق بر ورزش افراد معلول بود. حق بر ورزش از حقوق و نیازهای اساسی تمام افراد به ویژه افراد معلول است. این حق از حقوق بنیادین بشری محسوب می شود که در اسناد بین المللی جایگاه ویژه ای دارند و از جمله حقوق پذیرفته شده در تمام کشورها از جمله جمهوری اسلامی ایران می باشند. ورزش و فعالیت بدنی به دلیل ارتباط نزدیک و تنگاتنگی که با سلامتی افراد دارد، نیازمند توجه است. اهمیت ورزش و فعالیت بدنی به حدی است که سازمان آموزشی، علمی و فرهنگی ملل متحد (یونسکو) در سال ۱۹۷۸ منشوری تحت عنوان منشور بین المللی تربیت بدنی، فعالیت بدنی و ورزش به تصویب رسانده است و این منشور در سال ۲۰۱۵ مورد بازنگری قرار گرفته و بخش هایی به آن اضافه شده است. در بند ۳ از ماده ۱ این منشور مقرر گردیده است که فرصت های فراگیر، سازگار و ایمن برای شرکت در تربیت بدنی، فعالیت بدنی و ورزش باید در دسترس همه انسان ها، به ویژه کودکان پیش دبستانی، زنان و دختران، سالمندان، افراد دارای معلولیت و افراد بومی باشد. در بند ۶ از این ماده نیز بیان شده است که هر انسانی باید فرصتی برای رسیدن به سطحی از موفقیت از طریق تربیت بدنی، فعالیت بدنی و ورزش متناسب با توانایی و علاقه خود را دارا باشد. افراد معلول به دلیل شرایط خاص جسمانی از یک سو و موانع و مشکلات موجود در جامعه از سوی دیگر، از شرایط یکسان و برابر با سایر افراد برای مشارکت در ورزش و فعالیت بدنی برخوردار نیستند. با گسترش فناوری های نوظهور و برنامه های هوش مصنوعی، شرایط افراد معلول می تواند دگرگون شود.

پتانسیل هوش مصنوعی در بهبود زندگی افراد دارای معلولیت حیرت انگیز است. هوش مصنوعی با کمک به کارهای روزمره، ارتقای دسترسی به محیط ها و اماکن ورزشی و قابل دسترس تر کردن جهان، در واقع منادی تغییرات مثبت است. مسابقات پارالمپیک نمونه بارزی از تأثیرات هوش مصنوعی در ورزش هستند. در مسابقات پارالمپیک ۲۰۲۰ و ۲۰۲۴ میزان استفاده از هوش مصنوعی بسیار گسترده بوده و از دوربین های حسگر پیشرفته با هوش مصنوعی و حسگرهای حرکتی با دید کامپیوتری برای تعیین عملکرد و حرکات ورزشکاران معلول استفاده شد (پریادارنشینی و همکاران، ۲۰۲۵). این اقدامات گام مثبتی در

جهت تحقق هرچه کاملتر بند ۵ ماده ۳۰ کنوانسیون حقوق افراد دارای معلولیت است که اشاره می‌کند به اینکه دولت‌های عضو، با نیت توانمند ساختن افراد دارای معلولیت در جهت مشارکت بر مبنای برابر با سایرین در فعالیت‌های تفریحی، فراغتی و ورزشی، تدابیر مناسبی اتخاذ نمایند. در بخش دوم این بند بیان گردیده که دولت‌ها باید تضمین کنند که فرصت مشارکت افراد دارای معلولیت را فراهم کنند و به همین منظور باید بستر مناسبی از قبیل ترغیب، تدارک، تعلیم و منابع مناسب برای آنها فراهم شود. در مسابقات پارالمپیک شاهد تلاش‌های دولت‌های میزبان پارالمپیک در فراهم کردن هرچه بیشتر بستری مناسب برای افراد دارای معلولیت برای بهره‌مندی کامل آنها از حق بر ورزش بوده‌ایم که اینکار از طریق فناوری‌های مجهز به هوش مصنوعی به بهترین نحو ممکن انجام شد. بدین ترتیب جهان مشاهده کرد که هوش مصنوعی می‌تواند چه تفاوت عمده‌ای را ایجاد کند و تا چه اندازه ورزش برای افراد دارای معلولیت را آن هم در بزرگترین رویداد ورزشی جهان، تسهیل نماید. اشخاص دارای معلولیت با مشاهده اینکه هوش مصنوعی می‌تواند انجام ورزش را برای آنها تسهیل کند ترغیب و تشویق به مشارکت در ورزش مورد علاقه خود می‌شوند و این از ثمرات اهتمام دولت‌های پیشرفته در فرایند توسعه هوش مصنوعی در زمینه ورزش می‌باشد. بنابراین ضرورت دارد که با بهره‌گیری از فناوری هوش مصنوعی و الگو برداری از اقدامات کشورهای پیشرو، در جهت فراهم سازی شرایط یکسان برای توسعه مشارکت افراد معلول در فعالیت‌های ورزشی گام برداشته شود. علاوه بر این تدوین چارچوب قانونی و اخلاقی ملی و بین‌المللی برای استفاده از هوش مصنوعی در ورزش ضروری است. به عنوان مثال قوانین مرتبط با مالکیت معنوی، حمایت از داده‌ها و مسئولیت مدنی می‌تواند به عنوان مبنایی برای شکل‌گیری قواعد خاص هوش مصنوعی مورد استفاده قرارگیرد تا بتوان از فرصت‌های ایجاد شده توسط این فناوری، به بهترین وجه بهره‌برداری نمود.

عدم امکان دسترسی به فایل کامل تمام جدیدترین پژوهش‌های انجام شده و بررسی و تحلیل آنها و همچنین عدم دسترسی به قوانین و مقررات کشورهای پیشرو در زمینه کاربردهای هوش مصنوعی از آن از محدودیت‌های پژوهش حاضر بود. پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی، این موارد مورد بررسی و تحلیل قرار گیرد.

تشکر و قدردانی:

بدین وسیله، نویسندگان مقاله مراتب سپاس و قدردانی را از کلیه کسانی که در انجام این مطالعه همکاری نمودند، به عمل می‌آورند.

منابع:

- ز، عبدالصالح. علوی، س. حسینی، س.ع. جعفری، م. (۱۳۹۷). بررسی اثربخشی فعالیت ورزشی بر میزان کیفیت زندگی، سلامت روانی و افسردگی معلولان، پژوهش توانبخشی در پرستاری، ۳(۴)، ص: ۳۱-۳۸.
- Aloudah, N., Alshehri, M.S., Alhamad, A.R. (2025). A proposed AI application for enhancing the quality of life of people with disabilities in Saudi Arabia, Research in Developmental Disabilities, 167, <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2025.105137>
- Alsaleh, A. (2025). The influence of artificial intelligence on individuals with disabilities, Acta Psychologica, 29:262:106010. doi: 10.1016/j.actpsy.2025.106010.
- Anderson, R., Cowart, S., Lippincott, B., Morris, J. (2025). Artificial Intelligence and Disabled Adults: Current Use, Perceptions, and Future Development, Archives of Physical Medicine and Rehabilitation, 106(4), 140-154. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2025.01.363>
- Atabaki, A., khodaparast, S., AdibSaber, F. (2025). A Phenomenological Exploration of the Impact of Using New Technologies and Artificial Intelligence on the Development of Sports for Veterans and the Disabled, Research in Sport Management and Marketing, 7(1), 68-85. DOI: 10.22098/rsmm.2025.16588.1441
- Convention on the Rights of Persons with Disabilities, (2006), Approved by the United Nations.
- Drozd, R. (2020). Views on the quality of life of people with disabilities in the light of their involvement in sport activities, Baltic Journal of Health and Physical Activity, 12(5), 97-103. [10.29359/BJHPA.12.Spec.Iss1.11](https://doi.org/10.29359/BJHPA.12.Spec.Iss1.11)
- <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/disability-and-health#:~:text=Key%20facts,earlier%20than%20those%20without%20disabilities>
- International Charter on Physical Education, Physical Activity and Sport. (2015). Adopted by the United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO).
- Lipert, A., Wróbel, K., Spychała, M., Rasmus, P., Timler, D., Marczak, M., & Kozłowski, R. (2021). The Effectiveness of Active Rehabilitation Camp on Physical Performance of Disabled People Moving in Wheelchairs. International Journal of Environmental Research and Public health, 18(14), 1-14.
- Lorenzo, P.E., Fernández, P.D., Lista, B.R., García, S.L. (2025). Barriers faced by people with disabilities in mainstream sports: a systematic review, sports and active living, 1-9.
- McLoughlin, G., Weisman Fecske, C., Castaneda, Y., Gwin, C., Graber, K. (2017). Sport Participation for Elite Athletes with Physical Disabilities: Motivations, Barriers, and Facilitators, Adapted Physical Activity Quarterly, 34(4), 421-441. <https://doi.org/10.1123/apaq.2016-0127>
- Messing, S. Krennerich, M., Abu-Omar, K., Ferschl, S., Gelius, P. (2021). Physical Activity as a Human Right?, Health and human rights, 23(2), pp: 201-211.
- Olawade, D.B., Bolarinwa, O.A., Adebisi, Y.A., Shongwe, S. (2025). The role of artificial intelligence in enhancing healthcare for people with disabilities, Social Science & Medicine, 364, <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2024.117560>.
- Priyadarshini, U., Jonjua, M., Kumar Singh, Sh., Mishra, P. (2025). Artificial Intelligence in Paralympic Sports: Advancing Training, Performance, and Media Representation, Computer Science and Engineering, DOI:10.1002/masy.70171
- Rosa, J.P.P. (2025). The potential role of artificial intelligence to promote the participation and inclusion in physical exercise and sports for people with disabilities: A narrative review, Journal of Bodywork and Movement Therapies, 42, pp:127-131.
- Rum, L., Sten, O., Vendrame, E., Belluscio, V., Camomilla, V., Vannozzi, G., Truppa, L., Notarantonio, M., Sciarra, T., Lazich, A., Mannini, A., Bergamini, E. (2021). Wearable Sensors in Sports for Persons with Disability: A Systematic Review, 21(79), 1-28.

- Scott WA. (1995). Reliability of content analysis. *Public Opin Quart*, 19, 321- 25.
- Shuford, J. (2023). Contribution of Artificial Intelligence in Improving Accessibility for Individuals with Disabilities, *Journal of Knowledge Learning and Science Technology*, 2(2), 25-39.
- Viegas, I., Ribeiro, T., Santos, A. (2025). Social barriers to sports practice by people with disabilities: an integrative and critical review in sports management, *Managing sport and leisure*, 1-19.
<https://doi.org/10.1080/23750472.2025.2572336>
- Willingham, B., Bradley, T., Stowell, J., Collier, G., Backus, D. (2024). Leveraging Emerging Technologies to Expand Accessibility and Improve Precision in Rehabilitation and Exercise for People with Disabilities, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(1), 1-25.

The impact of artificial intelligence in promoting the right to sport for people with disabilities

Javad Paziresh^{1*}, Fatemeh Naderian²

1. Lecturer in the Department of Sports Sciences, Lorestan University of Applied Sciences, Lorestan, Iran

2. Lecturer in the Department of Sport Sciences, Shahreza Azad University, Isfahan, Iran

Abstract:

The purpose of this study was to investigate the impact of artificial intelligence in promoting the right to exercise for people with disabilities. The present study was qualitative, with a descriptive-analytical approach, and was among the documentary studies that were conducted in two parts. In the first part, laws and regulations were reviewed, and in the second part, the findings of the studies were reviewed and discussed. In the first part, international laws and regulations were reviewed and analyzed, and in the second part, the findings of the studies conducted were reviewed and analyzed. The research findings indicated that the right to sport of people with disabilities has been addressed in international laws and regulations, including the Convention on the Rights of Persons with Disabilities, adopted in 2006 by the United Nations General Assembly, and the Charter on Physical Education, Physical Activity and Sport, adopted in 2015 by UNESCO. It is stipulated that inclusive, compatible and safe opportunities for participation in sports should be provided for persons with disabilities and that they should be encouraged to participate in sports and physical activity. According to studies, artificial intelligence plays a significant role in promoting the participation of people with disabilities in sports. Therefore, by expanding the use of artificial intelligence in all aspects of sports, people with disabilities are encouraged to participate in sports and physical activity. Thus, artificial intelligence plays a fundamental role in promoting the right to sports for people with disabilities and realizing this fundamental human right.

Keywords: Disabled people, sports law, laws and regulations, artificial intelligence

* Correspondence: j.paziresh@gmail.com

صفحات ۶۰-۷۴

مقایسه مهارت‌های ارتباطی، شایستگی اجتماعی و امید به زندگی در میان سالان فعال در ورزش سبز با تأکید بر تفاوت‌های جنسیتی

نرگس حافظی^۱، فریده حمیدی^{۲*}، فیروز حافظی^۳، فرشاد حافظی^۴، مریم زارع^۵

۱. کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران

۲. دکتری روانشناسی، استاد تمام، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران

۳. کارشناس ارشد علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۴. دانشجوی مدیریت دولتی، دانشگاه شهید امانی (نزا جا)، تهران، ایران

۵. کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران

چکیده:

پژوهش حاضر با هدف مقایسه مهارت‌های ارتباطی، شایستگی اجتماعی و امید به زندگی در میان سالان فعال در ورزش سبز با تأکید بر تفاوت‌های جنسیتی انجام شد. این مطالعه از نظر روش، توصیفی-مقایسه‌ای و از نوع مقطعی بود. جامعه آماری پژوهش شامل زنان و مردان میان‌سال ۳۵ تا ۵۰ ساله شهر تهران بود که در سال ۱۴۰۳ به‌طور منظم در فعالیت‌های بدنی سازمان‌یافته و تحت نظارت مربی در پارک‌های عمومی شرکت می‌کردند. نمونه پژوهش شامل ۵۰ نفر (۲۵ زن و ۲۵ مرد) بود که به روش در دسترس انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه‌های مهارت‌های ارتباطی کویین‌دام (۲۰۰۴)، شایستگی اجتماعی پرندین (۱۳۸۵) و امید به زندگی اشناپدر (۱۹۹۱) گردآوری شد و با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ مورد تحلیل قرار گرفت. برای مقایسه میانگین نمرات زنان و مردان در متغیرهای مورد بررسی، آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره (MANOVA) و برای بررسی رابطه بین متغیرها تحلیل همبستگی پیرسون انجام شد. نتایج نشان داد که میانگین نمرات مهارت‌های ارتباطی، شایستگی اجتماعی و امید به زندگی در میان سالان فعال در ورزش سبز در سطح مطلوبی قرار دارد و این الگو در زنان و مردان مشابه است و اثر جنسیت بر این متغیرها معنادار نیست ($p > 0.05$). همچنین بین مهارت‌های ارتباطی و امید به زندگی همبستگی مثبت و معناداری مشاهده شد ($r = 0.56, p < 0.001$) که بیانگر آن است میان‌سالانی با مهارت‌های ارتباطی بالاتر، امید به زندگی بالاتری نیز دارند.

واژگان کلیدی: ورزش سبز، مهارت‌های ارتباطی، شایستگی اجتماعی، امید به زندگی.

* ایمیل نویسنده مسئول: hamidi.f@gmail.com

مقدمه:

فعالیت بدنی به عنوان یک مداخله پذیرفته شده در سطح جهانی، نقش مهمی در ارتقای سلامت روانی و رفاه روان شناختی ایفا کرده و از عوامل کلیدی پیشگیری از اختلالات روانی در گروه های سنی مختلف به شمار می رود (فیرث^۱ و همکاران، ۲۰۲۰). فعالیت بدنی علاوه بر بهبود آمادگی جسمانی، به کاهش استرس، تقویت عزت نفس، افزایش انگیزه و ارتقا کیفیت زندگی نیز کمک می کند (سازمان جهانی بهداشت^۲، ۲۰۲۰). در سال های اخیر، توجه به فعالیت بدنی در محیط های طبیعی تحت عنوان "ورزش سبز" به عنوان یک رویکرد نوین در ارتقای سلامت روانی و اجتماعی افراد، مورد تأکید قرار گرفته است. ورزش سبز به هرگونه فعالیت بدنی در طبیعت، از جمله پارک ها، جنگل ها، سواحل و حتی فضاهای آبی اطلاق می شود (پایکی^۳ و همکاران، ۲۰۱۹). این مفهوم نخستین بار توسط پرتی و گریفن^۴ (۲۰۰۳) مطرح شد و به عنوان "یک فعالیت بدنی در فضاهای طبیعی همراه با فواید بالقوه برای سلامت جسمی و روانی" تعریف شده است (لاوتون^۵ و همکاران، ۲۰۱۷؛ ماورانتزا^۶ و همکاران، ۲۰۲۳).

ورزش در فضای باز دارای مزایای اجتماعی نیز هست؛ از جمله تقویت مهارت های درون فردی و بین فردی، کاهش بزهکاری و افزایش مشارکت اجتماعی. این نوع فعالیت ها فرصت هایی برای تعامل با طبیعت، دیگران و خود فراهم می سازد (آیگن سنک^۷ و همکاران، ۲۰۱۹). همچنین بر اساس توصیه های شورای اروپا^۸ (۲۰۰۱) و سازمان جهانی بهداشت (۲۰۰۳)، ورزش نه تنها ابزاری برای بهبود آمادگی جسمانی محسوب می شود؛ بلکه بستری برای ارتقای روابط اجتماعی و پرورش ارزش ها و مهارت های اجتماعی نیز فراهم می آورد (شوئلر و دمیتریو^۹، ۲۰۱۸)؛ بنابراین ورزش در فضای طبیعی می تواند به عنوان بستری مناسب برای رشد روانی - اجتماعی افراد شناخته شود. در همین زمینه مطالعه ای بر روی بزرگسالان بریتانیایی نشان داد که شرکت کنندگان هنگام انجام ورزش در فضای باز، در مقایسه با ورزش در فضای سرپوشیده، به طور میانگین سه دقیقه بیشتر تعامل اجتماعی داشتند. چنین تعاملات اجتماعی بهبودیافته ای، پیش بینی کننده تمایل بیشتر افراد برای ادامه تمرینات ورزشی است. از این رو شرکت در ورزش سبز می تواند راهبردی مؤثر برای ارتقای سطح فعالیت بدنی در بلندمدت باشد؛ افزون بر این، مزایایی نظیر معاشرت، کار تیمی، همراهی با دیگران و توسعه مهارت های اجتماعی نیز از پیامدهای مثبت ورزش سبز به شمار می آیند (مایگیند^{۱۰} و همکاران، ۲۰۱۹؛ لوریرو^{۱۱} و همکاران، ۲۰۲۱).

1. Firth
2. World Health Organization
3. Pyky
4. Pretty, Griffin
5. Lawton
6. Mavrantza
7. Eigenschenk
8. Council of Europe
9. Schueller & Demetriou
10. Mygind
11. Loureiro

بر اساس گزارش داگال^۱ (۲۰۱۷) از آنجایی که افراد دارای مهارت‌های ارتباطی بالا تعامل بیشتری با محیط پیرامون خود دارند، انتظار می‌رود سطح بالاتری از شایستگی اجتماعی نیز در آن‌ها مشاهده شود؛ شایستگی اجتماعی که یکی از مؤلفه‌های اصلی بهداشت روان به شمار می‌رود، مجموعه‌ای از توانایی‌های شناختی، اجتماعی و عاطفی است که به مدیریت روابط بین فردی در زمینه‌های مختلف کمک می‌کند (لونا^۲ و همکاران، ۲۰۲۰). در نتیجه ورزش در فضای طبیعی می‌تواند بستر مناسبی برای ارتقای این مهارت‌های کلیدی فراهم کند؛ بنابراین درگیر ساختن افراد غیرفعال در فعالیت‌های بدنی در محیط‌های طبیعی می‌تواند آن‌ها را به اتخاذ عادات سالم‌تر ترغیب کند. این تغییر رفتاری ممکن است ناشی از تأثیرات مثبت ورزش در طبیعت بر لذت، انگیزه و تجربه کلی افراد از فعالیت بدنی باشد. در نتیجه، احتمال پایبندی بیشتر این افراد به برنامه‌های ورزشی افزایش می‌یابد و این امر می‌تواند به ایجاد تغییرات رفتاری پایدار و بهبود شاخص‌های سلامت منجر شود (تسوکانی^۳، ۲۰۲۳). تحقیقات نشان داده‌اند که سطوح بالای امید به زندگی نیز رابطه مستقیمی با سلامت جسمی و روان‌شناختی، عزت‌نفس بالا، نگرش مثبت و کیفیت بالای روابط اجتماعی دارد (پورعبدل و همکاران، ۱۳۹۴). امید به زندگی یکی از شاخص‌های مهم برای ارزیابی وضعیت سلامت عمومی جمعیت یک کشور به شمار می‌رود؛ بنابراین می‌توان آن را ابزاری برای سنجش میزان توسعه‌یافتگی یا توسعه‌نیافتگی کشورها دانست (تای سانگ^۴ و همکاران، ۲۰۱۷). در همین راستا پژوهشی که توسط مون‌ماه^۵ و همکاران (۲۰۱۹) انجام شد، نشان داد که در میان مردان میان‌سال، افرادی که در سال‌های ۲۰۰۵ تا ۲۰۱۰ به فعالیت‌های ورزشی مشغول بودند، با امید به زندگی سالم رابطه‌ای مثبت و معنادار داشتند. همچنین بر اساس گزارش چوداساما^۶ و همکاران (۲۰۲۰) و شو^۷ و همکاران (۲۰۲۱) نیز فعالیت بدنی به یکی از عوامل مؤثر در افزایش امید به زندگی شناخته شده است.

برای درک بهتر جایگاه پژوهش حاضر، مروری بر مطالعات پیشین که به بررسی تأثیر ورزش سبز و فعالیت بدنی در فضای باز بر متغیرهای روان‌شناختی و اجتماعی پرداخته‌اند ضروری به نظر می‌رسد. از جمله این مطالعات می‌توان به پژوهش‌هایی اشاره کرد که تأثیر فعالیت بدنی در فضای سبز بر بهبود وضعیت سلامت روان و عملکرد شناختی سالمندان (رضایی و همکاران، ۱۳۹۹)، کاهش علائم افسردگی در زنان چاق افسرده (ایران‌دوست و طاهری، ۲۰۱۷)، کاهش وزن (مصلحی و مصلحی، ۲۰۱۹)، تقویت رفتار زیست‌محیطی گروهی (سالاری محمدآباد و همکاران، ۱۳۹۸) اشاره کرد. در سطح بین‌المللی نیز، مطالعاتی همچون پژوهش بایراکدار و گونش^۸ (۲۰۲۵) به بهبود عملکرد شناختی و شاخص‌های سلامت فیزیولوژیکی،

- 1 . Dagal
- 2 . Luna
- 3 .Tsokani
- 4 .Thai Sung
- 5 . Monma
- 6 . Chudasama
- 7 . Shu
- 8 . Bayrakdar & Güneş

جین^۱ و همکاران (۲۰۲۵) بر بهبود استرس، خلق و خو، انرژی و کنترل قند خون، کلایس^۲ و همکاران (۲۰۲۴)، کمک به تحرک و کیفیت زندگی سالمندان، هرود^۳ و همکاران (۲۰۲۴) به بهبود عزت نفس، رفاه روانی و آرامش سالمندان، ولا^۴ و همکاران (۲۰۲۳) به پیامدهای سلامت روان، داس و گیلی^۵ (۲۰۲۳) به بهبود خلق و خو و کاهش علائم منفی روانی، برم ول^۶ و همکاران، (۲۰۲۳) به کاهش استرس، ماورانترزا^۷ و همکاران، (۲۰۲۳) به تأثیر بر تمرکز و حالات عاطفی و تسوکانی^۸ و همکاران (۲۰۲۳) به کارکرد توان بخشی ورزش سبز پرداخته‌اند.

با وجود آنکه پژوهش‌های پیشین شواهد ارزشمندی درباره نقش فعالیت بدنی و به‌ویژه ورزش سبز در ارتقای هر یک از مؤلفه‌های مهارت‌های ارتباطی، شایستگی اجتماعی و امید به زندگی ارائه کرده‌اند، بررسی هم‌زمان روابط بین این سازه‌های روان‌شناختی و اجتماعی در بستر ورزش سبز، به‌ویژه با در نظر گرفتن تفاوت‌های جنسیتی در میان سالان، کمتر مورد توجه قرار گرفته است. از آنجاکه این متغیرها از نظر نظری در تعامل با یکدیگر معنا می‌یابند و می‌توانند به صورت متقابل بر سازگاری روانی-اجتماعی افراد اثرگذار باشند، محدود شدن پژوهش به مقایسه تفاوت‌های جنسیتی، بدون بررسی الگوی ارتباط بین آن‌ها، تصویری ناقص از کارکردهای روان‌شناختی ورزش سبز ارائه می‌دهد. بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف مقایسه مهارت‌های ارتباطی، شایستگی اجتماعی و امید به زندگی بین مردان و زنان میان‌سال فعال در ورزش سبز و همچنین بررسی روابط بین این متغیرها انجام شد تا ضمن تبیین تفاوت‌های جنسیتی، به درک جامع‌تری از تعامل این سازه‌ها در چارچوب فعالیت بدنی طبیعت‌محور دست یابد و بخشی از خلأ موجود در ادبیات پژوهش را پوشش دهد.

روش پژوهش:

پژوهش حاضر از نظر هدف در دسته پژوهش‌های کاربردی و ازلحاظ روش، توصیفی-مقایسه‌ای و از نوع مقطعی بود. جامعه پژوهش شامل زنان و مردان میان‌سال ۳۵ تا ۵۰ ساله شهر تهران بود که در سال ۱۴۰۳ به‌طور منظم در فعالیت‌های بدنی سازمان‌یافته در پارک‌های عمومی، برنامه‌های گردشگری ورزشی و تورهای کوهنوردی تحت نظارت مربی شرکت می‌کردند. نمونه پژوهش شامل ۵۰ نفر (۲۵ زن و ۲۵ مرد) بود که به روش در دسترس انتخاب شدند و معیارهای ورود شامل حداقل یک سال سابقه تمرین منظم و رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان بود.

برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی کوپین‌دام (۲۰۰۴)، پرسشنامه شایستگی اجتماعی پرن‌دین (۱۳۸۵) و پرسشنامه امید به زندگی اشنایدر (۱۹۹۱) استفاده شد. داده‌ها با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ تحلیل گردید. پس از بررسی

- 1 . Jin
- 2 . Claeys
- 3 . Heród
- 4 . Vella
- 5 . Das & Gailey
- 6 . Bramwell
- 7 . Mavrantza
- 8 . Tsokani

پیش فرض‌های آماری شامل نرمال بودن توزیع داده‌ها و همگنی واریانس-کوواریانس، به منظور مقایسه هم‌زمان میانگین‌های سه متغیر وابسته بین زنان و مردان، از آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره (MANOVA) استفاده شد. سطح معناداری آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد. در آغاز پژوهش، اهداف مطالعه برای شرکت‌کنندگان توضیح داده شد و اصول اخلاقی رعایت گردید.

ابزار سنجش:

پرسش‌نامه مهارت‌های ارتباطی کوئین دام^۱ (CSTR)

این پرسش‌نامه توسط کوئین دام برای سنجش مهارت‌های ارتباطی بزرگسالان ساخته شده و شامل ۳۴ سؤال بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (از هرگز تا همیشه) است. حداکثر نمره در این پرسش‌نامه ۱۷۰ و حداقل نمره ۳۴ است. نمرات بین ۳۴ تا ۱۷۰ متغیر است و سؤالات ۲، ۴ و ۶ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. نمره زیر ۶۸ بیانگر مهارت‌های ضعیف، بین ۶۸ تا ۱۰۲ متوسط و بالاتر از ۱۰۲ نشان‌دهنده مهارت‌های بالاست. پایایی این پرسش‌نامه توسط کوئین دام با آلفای کرونباخ ۰/۶۹ و در ایران توسط شیخ‌الاسلامی و همکاران (۱۳۹۶) با ۰/۷۹ تأیید شده است. اعتبار کل آزمون نیز در مطالعه حسین چاری و همکاران (۱۳۸۴) با آلفای کرونباخ ۰/۶۹ و ضریب تنصیف ۰/۷۱ گزارش شده است.

پرسش‌نامه شایستگی اجتماعی^۲ (SCQ)

این پرسش‌نامه توسط پرندین (۱۳۸۵) بر اساس مدل چهاربعدی فلنر (۱۹۹۰) طراحی شده و شامل ۴۷ سؤال در چهار بعد: مهارت‌های رفتاری (سؤالات ۱ تا ۳۴)، آمایه‌های انگیزشی (سؤالات ۳۵ تا ۴۱)، مهارت‌های شناختی (سؤالات ۴۲ تا ۴۴) و عامل کفایت هیجانی (سؤالات ۴۵ تا ۴۷) است. نمره دهی بر اساس طیف لیکرت ۷ درجه‌ای از «کاملاً مخالفم (۱)» تا «کاملاً موافقم (۷)» انجام می‌شود. همچنین سؤالات شماره ۳، ۶، ۸، ۹، ۱۱، ۱۲، ۱۵، ۱۶، ۲۱، ۲۵، ۲۶، ۲۸، ۳۲، ۳۶، ۳۷، ۳۸، ۴۳، ۴۴ و ۴۵ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند، نمره کل بین ۴۷ تا ۳۲۹ متغیر است. نمره بین ۴۷ تا ۱۰۹ بیانگر شایستگی اجتماعی نامطلوب، ۱۱۰ تا ۲۲۰ نسبتاً مطلوب و بالای ۲۲۰ شایستگی اجتماعی مطلوب تلقی می‌شود. روایی محتوایی، صوری و ملاکی این پرسش‌نامه در پژوهش پیری و همکاران (۱۳۹۰) مناسب ارزیابی شده و ضریب آلفای کرونباخ بالای ۰/۷ محاسبه شده است (پیری و اسدیان، ۱۳۹۰). در پژوهش پرندین (۱۳۸۵)، پایایی این ابزار با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ محاسبه شده است. همچنین کفایت نمونه‌برداری برابر با ۰/۸۲ گزارش شده است. تحلیل عاملی انجام‌شده نیز روایی سازه را تأیید کرده و نشان داده است که عامل‌های استخراج‌شده در مجموع ۸۳ درصد از واریانس شایستگی اجتماعی را تبیین می‌کنند. ضرایب همبستگی سؤال‌ها با نمره کل نیز بالاتر از ۰/۵۰ گزارش شده است که نشان‌دهنده همبستگی بالای سؤالات با ساختار کلی آزمون است.

پرسش‌نامه امید به زندگی اشنایدر (SHS)

1 . Communicative Skills Test-Revised
2 . Social Competence Questionnaire

این پرسش‌نامه توسط اشنایدر^۱ و همکارانش (۱۹۹۱) طراحی شده و شامل ۱۲ سؤال با مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای از "کاملاً مخالفم" (نمره ۱) تا "کاملاً موافقم" (نمره ۵) است. این ابزار دارای دو خرده مقیاس است: تفکر عامل (سؤالات ۲، ۹، ۱۰ و ۱۲) و تفکر مسیر (سؤالات ۱، ۴، ۶ و ۸). سؤالات ۳، ۵، ۷ و ۱۱ جنبه انحرافی داشته و در نمره‌گذاری لحاظ نمی‌شوند؛ بنابراین دامنه نمره قابل محاسبه بین ۸ تا ۶۴ خواهد بود. روایی محتوایی این ابزار با نظریه امید اشنایدر هماهنگ بوده و در پژوهش گروال و پورتر^۲ (۲۰۰۷) مناسب گزارش شده است. ضریب آلفای کرونباخ برای همسانی درونی این مقیاس بین ۰/۷۴ تا ۰/۸۴ اعلام شده است (اشنایدر و همکاران، ۱۹۹۱). همچنین روایی سازه پرسشنامه امید به زندگی در پژوهش‌های پیشین در ایران مناسب گزارش شده است. در پژوهش کرمانی، خدا پناهی و حیدری (۱۳۹۰) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ و ضریب باز آزمایی ۰/۸۱ به دست آمد.

یافته‌های پژوهش

در این بخش، نتایج تحلیل داده‌ها با توجه به مؤلفه‌های مهارت‌های ارتباطی شایستگی اجتماعی و امید به زندگی به تفکیک جنسیت ارائه شده است. جدول ۱ شامل تعداد، میانگین و انحراف استاندارد نمرات مؤلفه‌ها برای گروه‌های زنان و مردان می‌باشد.

جدول ۱. میانگین، انحراف استاندارد مؤلفه‌ها به تفکیک جنسیت

مؤلفه‌ها	جنسیت	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
مهارت‌های ارتباطی	زن	۲۵	۱۱۱/۶۰	۷/۶۹
	مرد	۲۵	۱۱۳/۵۶	۹/۲۳
شایستگی اجتماعی	زن	۲۵	۲۶۶/۲۰	۳۰/۱۰
	مرد	۲۵	۲۷۰/۱۶۰	۲۳/۰۸
امید به زندگی	زن	۲۵	۴۴/۴۴	۳/۵۵
	مرد	۲۵	۴۶/۱۶	۳/۵۵

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که میانگین مؤلفه‌ها در مردان، کمی بالاتر از زنان مشاهده شد. برای بررسی تفاوت هم‌زمان سه متغیر وابسته بین دو گروه، گروه زنان و مردان، از آزمون تحلیل واریانس چند متغیری (MANOVA) استفاده شد. پیش‌فرض‌های تحلیل شامل مستقل بودن گروه‌ها، نرمال بودن توزیع داده‌ها، همگنی واریانس‌ها و کوواریانس‌ها، خطی بودن روابط بین متغیرها و عدم هم خطی شدید بررسی شد.

بررسی پیش‌فرض‌های MANOVA

1. Snyder

2. grewal & porter

پیش از اجرای آزمون MANOVA، پیش فرض‌های آماری بررسی شد. برای بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها، از آزمون شاپیرو-ویلک استفاده شد و نتایج ارائه شده در جدول ۲ نشان داد که سطح معناداری برای تمامی متغیرها بالاتر از ۰/۰۵ است، بنابراین فرض نرمال بودن داده‌ها برقرار است.

جدول ۲. آزمون شاپیرو-ویلک برای بررسی نرمال بودن داده‌ها

مؤلفه‌ها	مقدار ثابت	درجه آزادی	سطح معناداری
مهارت‌های ارتباطی	۰/۹۸	۵۰	۰/۵۴
شایستگی اجتماعی	۰/۹۷	۵۰	۰/۱۵
امید به زندگی	۰/۹۸	۵۰	۰/۴۴

برای بررسی همگنی واریانس‌ها، از آزمون لوین استفاده شد که نشان داد سطح معناداری در تمامی متغیرها بالاتر از ۰/۰۵ است و بنابراین فرض همگنی واریانس‌ها برقرار است.

پیش فرض هم خطی چندگانه بین متغیرهای وابسته نیز بررسی شد. بر اساس ضرایب همبستگی پیرسون که همگی کمتر از ۰/۷ بودند، این پیش فرض نیز تأیید شد.

همچنین، برای بررسی برابری ماتریس کواریانس-واریانس بین گروه‌ها از آزمون Box's M استفاده شد. مقدار Box's M برابر با ۵/۰۲ و سطح معناداری ۰/۵۹ به دست آمد که نشان می‌دهد فرض برابری ماتریس‌ها برقرار است.

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل واریانس چند متغیره

اثر	ارزش	F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	اندازه اثر
جنسیت	۰/۹۴	۰/۹۷	۳	۴۶	۰/۴۲	۰/۰۵۹

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که مقدار لامبدای ویلکس برابر ۰/۹۴ و آزمون F برابر ۰/۹۷ است ($F(3,46)=0/97$) سطح معناداری آزمون برابر ۰/۴۲ بود که بالاتر از ۰/۰۵ است. این نتایج نشان می‌دهد که تفاوت معناداری بین گروه‌های زنان و مردان در مجموع متغیرهای وابسته (مهارت‌های ارتباطی، شایستگی اجتماعی و امید به زندگی) وجود ندارد؛ بنابراین، میانگین‌های گروه‌های زنان و مردان در این سه مؤلفه از نظر آماری تفاوت معناداری نشان نمی‌دهند.

جدول ۴، معنی‌داری هر یک از متغیرهای وابسته را به تفکیک نشان می‌دهد:

جدول ۴. نتایج آزمون تحلیل واریانس چندمتغیری در متغیرهای مهارت‌های ارتباطی، شایستگی اجتماعی و امید به زندگی

منبع	متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	F	سطح معناداری	اندازه اثر
	مهارت‌های ارتباطی	۴۸/۰۲	۱	۰/۶۶۵	۰/۴۲	۰/۰۱۴
جنسیت	شایستگی اجتماعی	۱۹۶/۰۲	۱	۰/۲۷۲	۱/۶۰	۰/۰۰۶
	امید به زندگی	۳۶/۹۸	۱	۲/۹۳۱	۰/۰۹	۰/۰۵۸

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که بین زنان و مردان در متغیرهای مهارت‌های ارتباطی، شایستگی اجتماعی و امید به زندگی تفاوت معناداری وجود ندارد ($P > 0/05$).

به‌طور کلی میانگین نمرات مردان در هر سه مؤلفه کمی بالاتر از زنان بود، اما این تفاوت‌ها از نظر آماری معنادار نبودند. این نتایج حاکی از آن است که تأثیر ورزش سبز و فعالیت بدنی در فضای باز بر این متغیرها در هر دو جنس تقریباً یکسان است.

جدول ۵. همبستگی پیرسون بین مهارت‌های ارتباطی، شایستگی اجتماعی و امید به زندگی (N=50)

مؤلفه‌ها	مهارت‌های ارتباطی	شایستگی اجتماعی	امید به زندگی
مهارت‌های ارتباطی	-۱	۰/۱۷۰	۰/۵۶۰
شایستگی اجتماعی	۰/۱۷۰	-۱	۰/۱۶۰
امید به زندگی	۰/۵۶۰	۰/۱۶۰	-۱

نتایج جدول ۵ نشان دهنده ضریب همبستگی پیرسون (r) بین متغیر هاست. مقادیر r بالاتر از ۰/۵ بیانگر ارتباط متوسط تا قوی و معنادار و مقادیر پایین‌تر از ۰/۲ نشان‌دهنده ارتباط ضعیف و غیر معنادار می‌باشند. بر اساس این نتایج، مهارت‌های ارتباطی و امید به زندگی با $r=0/56$ دارای همبستگی متوسط تا قوی و معنادار هستند.

بحث و نتیجه‌گیری:

هدف از پژوهش حاضر مقایسه مهارت‌های ارتباطی، شایستگی اجتماعی و امید به زندگی بین زنان و مردان میان‌سال فعال در ورزش سبز بود. نتایج نشان داد که میانگین نمرات هر سه مؤلفه در هر دو گروه زنان و مردان در سطح مطلوبی قرار دارد و تفاوت معناداری مشاهده نشد.

از منظر نظری، می‌توان گفت که در محیط‌های طبیعی و گروهی مشترک، مانند ورزش سبز، نقش متغیرهای موقعیتی و انگیزشی بر تفاوت‌های مبتنی بر جنسیت غلبه می‌کند. این عدم تفاوت می‌تواند ناشی از ویژگی‌های فردی شرکت‌کنندگان، مانند علاقه‌مندی به طبیعت، تجربه‌های اجتماعی پیشین و انگیزه درونی برای فعالیت بدنی و همچنین ویژگی‌های محیطی ورزش سبز باشد. به‌عبارت‌دیگر، در میان‌سالان فعال در ورزش سبز، عوامل فردی و محیطی نقش پررنگ‌تری نسبت به جنسیت در ارتقای مهارت‌های ارتباطی، شایستگی اجتماعی و امید به زندگی ایفا می‌کنند. این یافته‌ها با پژوهش‌های توماسو^۱

1. Tomasso

و همکاران (۲۰۲۳)، والیکس^۱ و همکاران (۲۰۲۳) و مطالعات پیشین دیگر (گومز پانیاگوا^۲ و همکاران، ۲۰۲۵؛ تسوکانی^۳ و همکاران، ۲۰۲۴؛ نوگراها^۴ و همکاران، ۲۰۲۴؛ ژانگ^۵ و همکاران، ۲۰۲۳؛ لی^۶ و همکاران، ۲۰۲۲؛ ویکس^۷ و همکاران، ۲۰۲۲؛ راجرسون^۸ و همکاران، ۲۰۲۰؛ رضایی و همکاران، ۲۰۲۱) هم راستا است.

علاوه بر این تحلیل همبستگی بین متغیرها در این مطالعه نشان داد که بین مهارت‌های ارتباطی و امید به زندگی همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. این یافته نشان می‌دهد که میانگین بالاتر مهارت‌های ارتباطی با سطح بالاتر امید به زندگی همراه است. ورزش در محیط‌های طبیعی و سبز، با فراهم کردن فرصت‌های تعامل، گفتگو و فعالیت‌های گروهی، بستری مناسب برای تقویت این ارتباط فراهم می‌کند. به عبارت دیگر، در چنین محیط‌هایی، میان‌سالانی که مهارت‌های ارتباطی بالاتری دارند، امید به زندگی بالاتری نیز نشان می‌دهند و بالعکس.

مطالعات متعدد نشان داده‌اند که حضور در محیط‌های طبیعی و سبز نسبت به فضای بسته، اثرات عمیق‌تری بر سلامت روان و جسم دارد (شانهان^۹ و همکاران، ۲۰۱۶؛ لاهارت^{۱۰} و همکاران، ۲۰۱۹). ورزش در محیط‌های طبیعی به کاهش اضطراب و افسردگی کمک می‌کند، عملکرد شناختی و شاخص‌های سلامت فیزیولوژیکی را بهبود می‌بخشد و تعاملات اجتماعی و مهارت‌های ارتباطی را تقویت می‌کند (کالوژیوری^{۱۱} و همکاران، ۲۰۱۶؛ داس و گیلی^{۱۲}، ۲۰۲۲؛ بایراکدار و گونش^{۱۳}، ۲۰۲۵؛ نوزورثی^{۱۴} و همکاران، ۲۰۲۴؛ براتمن^{۱۵} و همکاران، ۲۰۱۹).

علاوه بر این، فعالیت‌های بدنی در فضای باز، بستر مناسبی برای تعامل، گفت‌وگو و تقویت ارتباط میان‌فردی ایجاد می‌کنند. این یافته با پژوهش لِسِر، تامسون و لم^{۱۶} (۲۰۲۴) همخوانی دارد که فعالیت‌هایی مانند کوهنوردی را در افزایش حس لذت، خودکارآمدی و مشارکت اجتماعی مؤثر دانسته‌اند. همچنین مطالعه والیس و همکاران (۲۰۲۳) نشان داد که طراحی مناسب فضاهای سبز و عمومی می‌تواند فرصت‌هایی برای ارتباط طبیعی میان افراد ایجاد کرده و در کاهش حس انزوا و ارتقای سلامت روان مؤثر باشد.

در مجموع، یافته‌ها نشان می‌دهند که فعالیت بدنی در محیط‌های طبیعی، علاوه بر سلامت جسمانی، نقش مؤثری در بهبود سلامت روان، افزایش تعاملات اجتماعی و تقویت مهارت‌های ارتباطی ایفا می‌کند. همچنین همبستگی مثبت مشاهده شده بین مهارت‌های ارتباطی و امید به زندگی، اهمیت تعاملات میان‌فردی و فرصت‌های ارتباطی طبیعی موجود در این محیط‌ها

1. Wallis
2. Gómez-Paniagua
3. Tsokani,
4. Nugraha
5. Zhang
6. Li
7. Wicks
8. Rogerson
9. Shanahan
10. Lahart
11. Calogiuri
12. Das & Gailey
13. Bayrakdar
14. Noseworthy
15. Bratman
16. Lesser, Thomson & Lem

را برجسته می‌کند. این فعالیت‌ها با کاهش تنش‌های روانی و افزایش احساس آرامش، به ارتقای کیفیت زندگی میان‌سالان منجر می‌شود.

بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر، برنامه ریزان حوزه سلامت و مدیران فضاهای شهری می‌توانند برنامه‌های ورزش سبز را برای میان‌سالان به‌گونه‌ای طراحی کنند که برای هر دو جنس مزایای روان‌شناختی و اجتماعی یکسان فراهم کنند. تمرکز بر علاقه‌مندی افراد به طبیعت، انگیزه شخصی و طراحی مناسب فضاهای سبز می‌تواند اثرگذاری فعالیت‌ها را افزایش دهد. همچنین فعالیت‌های گروهی و تعاملی در محیط‌های باز، مانند پیاده‌روی، کوهنوردی و ورزش‌های هوازی، فرصت‌های بیشتری برای تقویت مهارت‌های ارتباطی و مشارکت اجتماعی ایجاد و به ارتقای امید به زندگی میان‌سالان کمک می‌کند. این پژوهش به‌صورت مقطعی انجام شد و از طراحی پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده نشده است. همچنین، نمونه‌گیری به‌صورت غیر تصادفی انجام شد؛ بنابراین تعمیم‌پذیری نتایج محدود است. برای بررسی دقیق‌تر اثرات مثبت ورزش سبز بر سلامت روان و تعاملات اجتماعی، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده از طراحی طولی با نمونه بزرگ‌تر و گروه کنترل استفاده شود. همچنین بررسی عوامل فردی و محیطی مؤثر، مانند علاقه به طبیعت، تجربه‌های اجتماعی پیشین و نوع فعالیت، می‌تواند درک دقیق‌تری از مکانیزم‌های مرتبط با ورزش سبز فراهم کند.

تشکر و قدردانی:

نگارندگان این پژوهش بر خود لازم می‌دانند از تمامی شرکت‌کنندگان محترم که با حضور فعال خود در برنامه‌های ورزشی فضای باز، امکان انجام این مطالعه را فراهم کردند، قدردانی نمایند. همچنین از مربیان گرمی و مسئولان پارک‌های عمومی شهر تهران که با همکاری و حمایت‌های بی‌دریغ خود، زمینه اجرای منظم فعالیت‌های بدنی را فراهم ساختند، نهایت سپاس را دارند.

منابع:

- پرندین، ش (۱۳۸۵). ساخت و هنجاریابی پرسش‌نامه کفایت اجتماعی در نوجوانان شهر تهران. پایان‌نامه کارشناس ارشد، رشته روان‌سنجی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی
- پورعبدل، س، عباسی، م، پیرانی، ذ و عباسی، م. (۱۳۹۴). رابطه امید به زندگی و بهزیستی روان‌شناختی با کیفیت زندگی در سالمندان. *روان‌شناسی پیری*، ۱۱(۱)، ۵۷-۶۵.
- SID. <https://sid.ir/paper/259453/fa>
- پیری، م و اسدیان، س (۱۳۹۰). رابطه بین عملکرد خانواده و کفایت اجتماعی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد سلماس. *فصلنامه علوم رفتاری*، ۲(۱)، ۱-۲۵
- رضائی س، شیخ، م، باقرزاده ف، حومنیان د. تأثیر فعالیت بدنی در فضای باز (تمرینات سبز) بر سلامت روان و وضعیت شناختی سالمندان در دوران پاندمی ویروس کرونا. *مجله سلامت و سالمندی خزر*. ۱۳۹۹؛ ۵(۲): ۳۶-۴۵ <http://cjhaa.mubabol.ac.ir/article-1-128-fa.html>
- سالاری محمداباد، م، آذریان سوسه‌باب، م و مازیاری، م. (۱۳۹۸). تأثیر میزان مشارکت در فعالیت‌های ورزشی فضای باز بر دانش و رفتار زیست‌محیطی. *پژوهش‌های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش*، ۱۱(۱)، ۹۱-۱۰۲. https://www.portrc.ir/article_89263.html
- کرمانی، ز، خداپناهی، م و حیدری، م. (۱۳۹۰). ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس امید‌آشناپذیر. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*، ۵(۴).

- Bayrakdar, A., & Güneş, E. (2025). Effects of green exercise and walking in natural environments on physiological and cognitive health. *Physical Education of Students*, 29(1), 73-84. <https://doi.org/10.15561/20755279.2025.0108>
- Bramwell, R. C., Streetman, A. E., & Besenyi, G. M. (2023). The Effect of Outdoor and Indoor Group Exercise Classes on Psychological Stress in College Students: A Pilot Study with Randomization. *International Journal of Exercise Science*, 16(5), 1012. <https://doi.org/10.70252/eerp4920>
- Bratman, G. N., Anderson, C. B., Berman, M. G., Cochran, B., de Vries, S., Flanders, J., ... & Daily, G. C. (2019). Nature and mental health: An ecosystem service perspective. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 116(47), 12009-12017. <https://doi.org/10.1126/sciadv.aax0903>
- Calogiuri, G., Patil, G. G., & Aamodt, G. (2016). Is green exercise for all? A descriptive study of green exercise habits and promoting factors in adult Norwegians. *International journal of environmental research and public health*, 13(11), 1165. <https://doi.org/10.3390/ijerph13111165>
- Chudasama, Y. V., Zaccardi, F., Gillies, C. L., Dhalwani, N. N., Yates, T., Rowlands, A. V., ... & Khunti, K. (2020). Leisure- time physical activity and life expectancy in people with cardiometabolic multimorbidity and depression. *Journal of internal medicine*, 287(1), 87-99. <https://doi.org/10.1111/joim.12987>
- Claeys, R., Embrechts, E., Firouzi, M., De Vlieger, D., Verstraten, T., Beckwée, D., & Swinnen, E. (2024). The potential of lower limb exoskeletons to enhance life-space mobility and to leverage green exercise in the rehabilitation of older adults: an expert perspective. *Disability and Rehabilitation*, 1-8. <https://doi.org/10.1080/09638288.2024.2436981>
- Council of Europe. (2001). *European Sports Charter*. Strasbourg: Council of Europe. Retrieved from <https://www.coe.int/en/web/sport/european-sports-charter>
- Dagal, A. B. (2017). Investigation of the Relationship between Communication Skills, Social Competence and Emotion Regulation Skills of Preschool Children in Turkey. *Educational Research and Reviews*, 12(4), 164-171. <https://doi.org/10.5897/err2017.3139>
- Das, A., & Gailey, S. (2022). Green exercise, mental health symptoms, and state lockdown policies: A longitudinal study. *Journal of Environmental Psychology*, 82, 101848. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2022.101848>
- Eigenschenk, B., Thomann, A., McClure, M., Davies, L., Gregory, M., Dettweiler, U., & Inglés, E. (2019). Benefits of outdoor sports for society. A systematic literature review and reflections on evidence. *International journal of environmental research and public health*, 16(6), 937. <https://doi.org/10.3390/ijerph16060937>
- Felner, R. D., Lease, A. M., Philips, R. C. (1990). Social Competence and the Language of Adequacy as a Subject Matter for Psychology: A Quadripartite Travel Framework. In T. P. Gullotta, G. R. Adams, & R. Montemayor (Eds), the *Development of Social Competence* (pp. 254 -264). Sage
- Firth, J., Solmi, M., Wootton, R. E., Vancampfort, D., Schuch, F. B., Hoare, E., ... & Stubbs, B. (2020). A meta- review of "lifestyle psychiatry": the role of exercise, smoking, diet and sleep in the prevention and treatment of mental disorders. *World psychiatry*, 19(3), 360-380. <https://doi.org/10.1002/wps.20773>
- Gómez-Paniagua, S., Galán-Arroyo, C., Castillo-Paredes, A., & Rojo-Ramos, J. (2025, April). A Preliminary Study on the Effect of an Intervention Based on Green Exercise on Mental Health and Physical Fitness of Adolescents. In *Healthcare* (Vol. 13, No. 7, p. 809). MDPI. <https://doi.org/10.3390/healthcare13070809>
- Grewal, P. K., & Porter, J. E. (2007). Hope theory: A framework for understanding suicidal action. *Death studies*, 31(2), 131-154. <https://doi.org/10.1080/07481180601100491>
- Heród, A., Szewczyk-Taranek, B., & Pawłowska, B. (2024). Enhancing self-esteem, well-being, and relaxation in the elderly through nature-based interventions. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(7), 952. <https://doi.org/10.3390/ijerph21070952>
- Irandoost, K., & Taheri, M. (2017). The effect of vitamin D supplement and indoor vs outdoor physical activity on depression of obese depressed women. *Asian journal of sports medicine*, 8(3). <https://doi.org/10.5812/asjms.13311>
- Jin, Y., Geng, X., Wang, Q., Xue, F., Lu, S., & Huang, L. (2025). Psychosocial and physiological health outcomes of outdoor green exercise versus indoor exercise in knee osteoarthritis patients coexisting with type 2 diabetes mellitus: a randomized controlled trial. *Frontiers in Endocrinology*, 16, 1560536. <https://doi.org/10.3389/fendo.2025.1560536>

- Kandola, A., Ashdown-Franks, G., Hendrikse, J., Sabiston, C. M., & Stubbs, B. (2019). Physical activity and depression: Towards understanding the antidepressant mechanisms of physical activity. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 107, 525-539. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.09.040>
- Laezza, L., De Dominicis, S., & Brondino, M. (2024). Reassessing green exercise research: unveiling methodological gaps and pathways for progress. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6, 1449059. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1449059>
- Lahart, I., Darcy, P., Gidlow, C., & Calogiuri, G. (2019). The effects of green exercise on physical and mental wellbeing: A systematic review. *International journal of environmental research and public health*, 16(8), 1352. <https://doi.org/10.3390/ijerph16081352>
- Lawton, E., Brymer, E., Clough, P., & Denovan, A. (2017). The relationship between the physical activity environment, nature relatedness, anxiety, and the psychological well-being benefits of regular exercisers. *Frontiers in psychology*, 8, 1058. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01058>
- Lesser, I., Thomson, C., & Lem, M. (2024). Green exercise as an opportunity to promote equity in physical activity engagement across diverse populations. *Journal of Physical Activity and Health*, 21(6), 533-535. <https://doi.org/10.1123/jpah.2024-0091>
- Li, H., Zhang, X., Bi, S., Cao, Y., & Zhang, G. (2022). Psychological benefits of green exercise in wild or urban greenspaces: A meta-analysis of controlled trials. *Urban forestry & urban greening*, 68, 127458. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2022.127458>
- Loureiro, N., Calmeiro, L., Marques, A., Gomez-Baya, D., & Gaspar de Matos, M. (2021). The role of blue and green exercise in planetary health and well-being. *Sustainability*, 13(19), 10829. <https://doi.org/10.3390/su131910829>
- Lubans, D., Richards, J., Hillman, C., Faulkner, G., Beauchamp, M., Nilsson, M., & Biddle, S. (2016). Physical activity for cognitive and mental health in youth: a systematic review of mechanisms. *Pediatrics*, 138(3). <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1642>
- Luna, P., Guerrero, J., Rodrigo-Ruiz, D., Losada, L., & Cejudo, J. (2020). Social competence and peer Social acceptance: Evaluating effects of an educational intervention in adolescents. *Frontiers in psychology*, 11, 1305. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01305>
- Mavrantza, A. M., Bigliassi, M., & Calogiuri, G. (2023). Psychophysiological mechanisms underlying the effects of outdoor green and virtual green exercise during self-paced walking. *International Journal of Psychophysiology*, 184, 39-50. <https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2022.12.006>
- Mobaraki, N., Esfahani, M., Azimkhani, A., Azizi, B. (2022). Investigating the Relationship between Quality of Life and Adherence to Physical Activity with Life Expectancy at Leisure time in the Elderly. *Eurasian Journal of Sport Sciences and Education*, 4(1), 56-66. <https://doi.org/10.47778/ejsse.1108793>
- Monma, T., Takeda, F., Noguchi, H., Takahashi, H., Watanabe, T., & Tamiya, N. (2019). Exercise or sports in midlife and healthy life expectancy: an ecological study in all prefectures in Japan. *BMC Public Health*, 19(1), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7570-y>
- Moslehi, E., & Moslehi, Z. (2019). Playing in form of outdoor aerobic exercise is more effective than indoor treadmill exercise on serum Orexin-A and weight loss in obese adolescent boys. *Obesity Medicine*, 15, 100104. <https://doi.org/10.1016/j.obmed.2019.100104>
- Mygind, L., Kjeldsted, E., Hartmeyer, R. D., Mygind, E., Bølling, M., & Bentsen, P. (2019). Immersive nature-experiences as health promotion interventions for healthy, vulnerable, and sick populations? A systematic review and appraisal of controlled studies. *Frontiers in psychology*, 10, 943. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00943>
- Noseworthy, M. W., Wei, N., Grant, S., Zou, J., Puterman, E., Handy, T. C., & Liu- Ambrose, T. (2024). Supporting Aging through Green Exercise (SAGE): Comparing the cognitive effects of outdoor versus indoor aerobic exercise in older adults with mild cognitive impairment—A 12- week proof- of- concept randomized controlled trial. *Alzheimer's & Dementia*, 20, e091114. <https://doi.org/10.1002/alz.091114>
- Nugraha, H., Hernawan, H., Ali, M., Rahmat, A., Septianto, I., Aryati, A., & Suryadi, D. (2024). Outdoor activities and outdoor environments for fitness and mental health: a systematic review. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (59), 642-648. <https://doi.org/10.47197/retos.v59.108730>

- OLADI, E., ESFAHANI, M., AZIMKHANI, A., & Shabnam, A. S. A. N. (2023). The Effect of Physical Activity and Selected Games in Leisure Time on the Feeling of Loneliness, Self-Efficacy, and Life Expectancy of Elderly Women. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(2), 670-681. <https://doi.org/10.38021/asbid.1227714>
- Pretty, J., Griffin, M., Sellens, M., & Pretty, C. (2003). *Green Exercise: Complementary Roles of Nature, Exercise and Diet in Physical and Emotional Well-Being*. Essex: Centre for Environment and Society University of Essex.
- Pyky, R., Neuvonen, M., Kangas, K., Ojala, A., Lanki, T., Borodulin, K., & Tyrväinen, L. (2019). Individual and environmental factors associated with green exercise in urban and suburban areas. *Health & place*, 55, 20-28. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2018.11.001>.
- Queendom, R. (2004). *Communication skills test-revised*. Available online by internet 2004.
- Rogerson, M., Wood, C., Pretty, J., Schoenmakers, P., Bloomfield, D., & Barton, J. (2020). Regular doses of nature: The efficacy of green exercise interventions for mental wellbeing. *International journal of environmental research and public health*, 17(5), 1526. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051526>
- Schueller, I., & Demetriou, Y. (2018). Physical activity interventions promoting social competence at school: A systematic review. *Educational research review*, 25, 39-55. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2018.09.001>
- Shanahan, D.F.; Franco, L.; Lin, B.B.; Gaston, K.J.; Fuller, R.A. (2016) The Benefits of Natural Environments for Physical Activity. *Sports Medicin*, 46, 989-995. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0502-4>
- Shu, C. C., Lee, J. H., Tsai, M. K., Su, T. C., & Wen, C. P. (2021). The ability of physical activity in reducing mortality risks and cardiovascular loading and in extending life expectancy in patients with COPD. *Scientific Reports*, 11(1), 21674. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-00728-2>
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C., & Harney, P. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(4), 570-585. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.4.570>
- Snyder, C. R., Simpson, S. C., Ybasco, F. C., Borders, T. F., Babyak, M. A., & Higgins, R. L. (1996). Development and validation of the State Hope Scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 321-335. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.321>
- Thai Sung, L. Y., Huan, L., & Zheng, P. Z. (2017). Study of life expectancy and quality of social relations of women exposed to violence in developing countries. *International Research Journal of Management Sciences*, 4(1), 95-103. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/348444715>
- Tomasso, L. P., Spengler, J. D., Catalano, P. J., Chen, J. T., & Laurent, J. G. C. (2023). In situ psycho-cognitive assessments support self-determined urban green exercise time. *Urban forestry & urban greening*, 86, 128005. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2023.128005>
- Tsokani, A., Dimopoulos, T., Vourazanis, E., Strimpakos, N., Billis, E., Pepera, G., & Kapreli, E. (2023). Barriers and Facilitators for Therapeutic Green Exercise in Patients with Chronic Conditions: A Qualitative Focus Group Study. *Applied Sciences*, 13(18), 10077. <https://doi.org/10.3390/app131810077>
- Tsokani, A., Stefanouli, V., Adriaenssens, N., Kotsakis, A., Kapreli, E., & Strimpakos, N. (2024). The effects of green exercise on the mental and physical health of people with chronic conditions: a systematic review. *International Journal of Environmental Health Research*, 1-15. <https://doi.org/10.1080/09603123.2024.2391991>
- Valkenborghs, S. R., Noetel, M., Hillman, C. H., Nilsson, M., Smith, J. J., Ortega, F. B., & Lubans, D. R. (2019). The impact of physical activity on brain structure and function in youth: a systematic review. *Pediatrics*, 144(4). <https://doi.org/10.1542/peds.2018-4032>
- Vella, S. A., Aidman, E., Teychenne, M., Smith, J. J., Swann, C., Rosenbaum, S., ... & Lubans, D. R. (2023). Optimising the effects of physical activity on mental health and wellbeing: A joint consensus statement from Sports Medicine Australia and the Australian Psychological Society. *Journal of science and medicine in sport*, 26(2), 132-139. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2023.01.001>
- Wallis, A. K., Westerveld, M. F., & Burton, P. (2023). Ensuring communication-friendly green and public spaces for sustainable cities: Sustainable Development Goal 11. *International Journal of Speech-Language Pathology*, 25(1), 27-31. <https://doi.org/10.1080/17549507.2022.2138544>

- Wicks, C., Barton, J., Orbell, S., & Andrews, L. (2022). Psychological benefits of outdoor physical activity in natural versus urban environments: A systematic review and meta- analysis of experimental studies. *Applied Psychology: Health and Well- Being*, 14(3), 1037-1061. <https://doi.org/10.1111/aphw.12353>
- World Health Organization. (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>
- Zhang, D., Jin, X., Wang, L., & Jin, Y. (2023). Form and color visual perception in green exercise: Positive effects on attention, mood, and self-esteem. *Journal of Environmental Psychology*, 88, 102028. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2023.102028>

Comparison of Communication Skills, Social Competence, and Hope among Middle-Aged Adults Engaged in Green Exercise with an Emphasis on Gender Differences

Narges Hafezi¹, Farideh Hamidi², Firooz Hafezi³, Farshad Hafezi⁴, Maryam Zare⁵

1. Master of Education in School Counseling, Shahid Rajaei Teacher Training University, Tehran, Iran
2. PHD of Psychology, Shahid Rajaei Teacher Training University, Tehran, Iran
3. Master of Science in Physical Education, Islamic Azad University, Central Tehran Branch, Tehran, Iran
4. Student of Public Administration, Amni Applied Science University (NAJA), Tehran, Iran
5. Master of Education in School Counseling, Shahid Rajaei Teacher Training University, Tehran, Iran

Abstract:

The present study aimed to compare communication skills, social competence, and hope among middle-aged individuals active in Green Exercise with an emphasis on gender differences. Methodologically, this study was descriptive-comparative and cross-sectional. The statistical population of the research included middle-aged men and women aged 35 to 50 years from Tehran, who in 2024 regularly participated in organized physical activities under the supervision of a coach in public parks. The sample of the study consisted of 50 participants (25 women and 25 men) selected through convenience sampling. Data were collected using the communication skills questionnaire by Queen (2004), the social competence questionnaire by Parandin (2006), and Snyder's hope scale (1991). The data were analyzed using SPSS software version 26. To compare the mean scores of women and men in the studied variables, multivariate analysis of variance (MANOVA) was used, and to examine the relationship between variables, Pearson correlation analysis was performed. The results showed that the mean scores of communication skills, social competence, and hope among middle-aged individuals active in green sports are at a desirable level, and this pattern is similar in men and women, with no significant effect of gender on these variables ($p > 0.05$). Furthermore, a significant positive correlation was observed between communication skills and hope ($r = 0.56, p < 0.001$), indicating that middle-aged individuals with higher communication skills also have higher hope.

Keywords: Green Exercise, Communication Skills, Social Competence, Hope

* Correspondence: hamidi.f@gmail.com

صفحات ۸۷-۷۵

ارزیابی و رفع نواقص استادیوم شهدای نوشهر پس از اصلاحات ساختاری با رویکرد انطباق با استانداردهای حرفه ای فوتبال

محمد حسین محسنی چلک*

۱- پسا دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران

چکیده:

استادیوم‌های ورزشی به‌عنوان زیرساخت‌های کلیدی شهری نقش مهمی در ارتقای سلامت عمومی، تقویت هویت اجتماعی و توسعه ورزش حرفه‌ای ایفا می‌کنند. استادیوم شهدای نوشهر، به‌عنوان مهم‌ترین مرکز ورزشی غرب مازندران، به‌منظور انطباق با استانداردهای ملی و بین‌المللی و دریافت مجوز میزبانی مسابقات لیگ آزادگان، تحت فرآیند بازنگری و اصلاحات ساختاری جامع قرار گرفت. پژوهش حاضر با رویکرد توصیفی-تحلیلی و کاربردی، با هدف شناسایی و رفع نواقص باقی‌مانده پس از اصلاحات ساختاری و استانداردسازی اجزای کالبدی و عملکردی این استادیوم انجام شده است. داده‌ها از طریق بازدیدهای میدانی، تحلیل نقشه‌های فنی، مصاحبه با خبرگان و تطبیق با الزامات فیفا و سازمان لیگ آزادگان گردآوری شد. در این پژوهش، ده اقدام اصلاحی کلیدی شناسایی و اجرا گردید؛ از جمله: اصلاح ابعاد زمین به استاندارد ۱۰۵×۶۸ متر، ارتقای سطح نورپردازی به حداقل ۱۲۰۰ لوکس، جابه‌جایی اسکوربرد، افزایش ظرفیت نیمکت ذخیره به ۲۳ صندلی، احداث رختکن‌های استاندارد جدید در سکوی غربی، اختصاص رختکن قدیمی به اتاق VAR و سرویس بهداشتی، ایجاد ورودی‌های مجزا برای تیم‌ها، مقامات و خبرنگاران، نصب گیت‌های الکترونیکی، تعبیه ورودی ویژه بانوان از ضلع شرقی و تعیین محل استقرار بازیکنان اضافی در سکوی شمالی. یافته‌ها نشان داد که اجرای این اقدامات به‌طور معناداری سطح ایمنی، آسایش و تجربه کاربری استادیوم را ارتقا داده و شرایط لازم برای اخذ تأییدیه رسمی میزبانی لیگ آزادگان را فراهم کرده است. همچنین این اصلاحات، ارزش افزوده اجتماعی و اقتصادی قابل توجهی برای شهر نوشهر به همراه داشته و می‌تواند الگویی کارآمد برای بهسازی سایر اماکن ورزشی کشور باشد.

واژگان کلیدی: استانداردسازی استادیوم، اصلاحات ساختاری، بازنگری طراحی، مدیریت پروژه ورزشی.

* ایمیل نویسنده مسئول: mohamad65mohseni@gmail.com

مقدمه :

با توسعه شهرنشینی و پیچیده تر شدن نیازهای جمعیت شهری، نقش فضاهای جمعی و زیرساخت‌های ورزشی به عنوان بستر اصلی سلامت عمومی و تقویت تعاملات اجتماعی اهمیتی روزافزون یافته است. استادیوم‌ها، به ویژه در کشورهای در حال توسعه، نه تنها به عنوان محل برگزاری رویدادهای ورزشی، بلکه به عنوان نمادی از پیشرفت، همبستگی و هویت شهر مطرح هستند (اسدی و همکاران، ۱۴۰۲). ارتقای استانداردهای کیفی استادیوم‌ها منجر به ارتقای جایگاه ورزش در جامعه و افزایش مشارکت عمومی در فعالیتهای جسمانی می‌شود (احمدی و نوشیروانی، ۱۴۰۲). با پیشرفت فناوری، تغییر در الگوهای سبک زندگی و به تبع آن، افزایش سطح انتظارات بهره‌برداران، تعیین و اعمال دقیق استانداردهای ایمنی، رفاهی و عملکردی در استادیوم‌ها به ضرورتی اجتناب‌ناپذیر تبدیل شده است. امروزه چالش‌هایی مانند ضرورت ایجاد دسترسی آسان، بهبود سیستم روشنایی، ارتقای امکانات رفاهی برای تمامی گروه‌های جمعیتی، مدیریت ترافیک، ایمنی خروج اضطراری و ورود فن‌آوری‌های نوین همگی از جمله الزامات اساسی طراحی و بازسازی استادیوم‌های حرفه‌ای به شمار می‌روند (یهیق دوست و همکاران، ۱۴۰۱). به طور خاص، سازمان لیگ آزادگان فدراسیون فوتبال ایران، در سال‌های اخیر با هدف تطبیق استادیوم‌های کشور با استانداردهای کنفدراسیون فوتبال آسیا (AFC) و فیفا، مجموعه‌ای از ضوابط جدید را برای ارزیابی، تایید و ارتقای استادیوم‌ها تدوین نموده است. رعایت این ضوابط در کنار توجه به شرایط بومی و الزامات اقلیمی در هر منطقه، شرط لازم برای میزبانی مسابقات حرفه‌ای قلمداد می‌شود (مهدوی و بیاتی، ۱۴۰۰). به همین منظور، بسیاری از استادیوم‌های تازه تأسیس یا قدیمی کشور، پروژه‌هایی با رویکرد بازنگری طراحی، رفع نواقص ساختاری و به‌روزرسانی فنی را برای تطبیق با این استانداردها آغاز کرده‌اند (نجاری و همکاران، ۱۴۰۳). استادیوم شهدای نوشهر، به عنوان مهم‌ترین نماد ورزشی غرب مازندران، با سابقه میزبانی رقابت‌های کشوری و استانی، نقش کلیدی در ارتقای ورزش منطقه‌ای و تقویت هویت محلی ایفا کرده است. با این حال، افزایش سن استادیوم، تغییر استانداردهای ملی و بین‌المللی و رشد انتظارات ذینفعان، ایجاب کرده تا اصلاحات ساختاری و بازنگری طراحی این مجموعه در مسیر هم‌خوانی با ضوابط جدید و کسب تأییدیه حرفه‌ای لیگ آزادگان صورت گیرد (اسدی و همکاران، ۱۴۰۲). مطالعات نشان می‌دهد که عدم انطباق ابعاد زمین مسابقه با معیارهای فیفا، کافی نبودن سطح روشنایی برای پوشش تلویزیونی HD، ضعف مسیرهای تردد ویژه برای تیم‌ها، بانوان و کادر رسانه‌ای، ناکافی بودن گنجایش نیمکت‌های ذخیره و قدیمی بودن امکانات رختکن، مهم‌ترین موانع موجود در راه دریافت مجوز حرفه‌ای بوده‌اند. در عین حال، تجهیزات فناوری مانند گیت‌های الکترونیکی و فضاهای ویژه سیستم کمک داور ویدئویی (VAR) تا پیش از اصلاحات اخیر در استادیوم وجود نداشته یا ناکافی بوده است (یهیق دوست و همکاران، ۱۴۰۱). اصلاحات ساختاری اجرا شده در استادیوم شهدای نوشهر، در نتیجه تعاملات گسترده با نمایندگان سازمان لیگ، مشاوران فنی و بهره‌گیری از مطالعات تطبیقی با نمونه‌های موفق داخلی و خارجی صورت پذیرفته است. اهم این اصلاحات شامل: افزایش ابعاد زمین به ۶۸×۱۰۵ متر براساس استاندارد فیفا، به‌روزرسانی سامانه نورپردازی به ۱۲۰۰ لوکس، انتقال اسکوربرد به محل استاندارد، افزایش ظرفیت نیمکت بازیکنان به ۲۳ صندلی، احداث رختکن جدید بر بستر سکوی غربی، اختصاص رختکن دوم به VAR و سرویس بهداشتی، ایجاد ورودی‌های تفکیک شده برای تیم‌ها، بانوان، خبرنگاران و مقامات رسمی و نصب گیت‌های کنترل الکترونیک برای مدیریت ورود و خروج هوشمند تماشاگران بوده است (نجاری و همکاران، ۱۴۰۳).

با این وجود، رفع نواقص فیزیکی و فنی صرف، تضمین‌کننده موفقیت در فرآیند استانداردسازی استادیوم‌ها نیست. تجارب جهانی و مقایسه‌های ارزشی پژوهشگران ایرانی حاکی از آن است که پیوند اصلاحات کالبدی با ملاحظات مدیریتی، پایداری مالی، برنامه‌ریزی فرهنگی و سنجش منظم رضایت‌مندی کاربران، به عنوان حلقه‌های مفقوده فرآیند

استانداردسازی در بسیاری از استادیوم‌های کشور مطرح‌اند (امیری و لقمانی، ۱۴۰۱). همچنین توجه به ابعاد ایمنی، از جمله مسیرهای خروج اضطراری، جانمایی هوشمند سامانه اطفاء حریق، پیشگیری از بروز تراکم جمعیت و تدوین دستورالعمل‌های مدیریتی در مواقع بحران، نقشی اساسی در ارتقای جایگاه استادیوم‌های فوتبال ایران نزد نهادهای نظارتی و بین‌المللی ایفا می‌نماید (مهدوی و بیاتی، ۱۴۰۰). در این میان، تحلیل نظام‌مند فرآیند بازنگری طراحی و بررسی تطبیقی اصلاحات صورت‌گرفته، می‌تواند ابزار عملی برای سایر مجموعه‌های ورزشی کشور در جهت برنامه‌ریزی دقیق، کاهش هزینه‌ها، افزایش سرعت انطباق و ارتقای کیفیت تجربه ورزشی باشد (احمدی و نوشیروانی، ۱۴۰۲). استادیوم شهدای نوشهر، با توجه به اقدامات اخیر، اکنون می‌تواند به عنوان یک نمونه موفق از بازآفرینی استادیوم‌های نیمه‌حرفه‌ای در مسیر پیوستن به جمع میزبانان استاندارد لیگ آزادگان مطرح شود و الگویی برای سایر مجموعه‌های مشابه باشد (نجاری و همکاران، ۱۴۰۳). استانداردسازی زیرساخت‌های ورزشی به‌ویژه استادیوم‌های فوتبال، طی سال‌های اخیر به دغدغه‌ای اساسی برای مدیران و برنامه‌ریزان ورزشی کشور تبدیل شده است (حسینی و همکاران، ۱۴۰۲). با اجرایی شدن دستورالعمل‌های جدید سازمان لیگ و الزام به رعایت ضوابط فیفا و AFC، بسیاری از ورزشگاه‌های ایران از جمله استادیوم شهدای نوشهر نیازمند بازنگری جدی در زمینه‌های فنی و خدماتی شدند (رحمانی و علیزاده، ۱۴۰۱). در این میان، استادیوم شهدای نوشهر به علت نواقص ساختاری متعدد نظیر ابعاد غیر استاندارد زمین مسابقه، نورپردازی ناکافی، کمبود فضاهای رختکن و عدم وجود مسیرهای مجزا برای تیم‌ها، داوران و تماشاگران، با محدودیت جدی برای اخذ مجوز لیگ آزادگان مواجه بود (موسوی و همکاران، ۱۴۰۳). اجرای پروژه اصلاحات ساختاری و رفع ده مورد اساسی از نواقص اعلام‌شده توسط نمایندگان سازمان لیگ، تحولی چشمگیر در قابلیت میزبانی و بهره‌برداری حرفه‌ای این مجموعه ایجاد کرد (جعفری و همکاران، ۱۴۰۳). پژوهش حاضر با هدف مستندسازی فرآیند رفع نواقص و ارزیابی اثرات استانداردسازی بر افزایش کیفیت خدمات و ایمنی ورزشگاه، می‌تواند به عنوان الگویی مؤثر برای سایر اماکن ورزشی کشور مورد استفاده قرار گیرد (حسینی و همکاران، ۱۴۰۲؛ موسوی و همکاران، ۱۴۰۳). امروزه استادیوم‌های فوتبال در شهرهای متوسط و بزرگ کشور، نه تنها بستری برای برگزاری رقابت‌های ورزشی بلکه به‌عنوان کانون تعاملات اجتماعی و ارتقای هویت شهری شناخته می‌شوند. افزایش جمعیت و تغییر سبک زندگی سبب شده انتظارات از زیرساخت‌های ورزشی رشد چشمگیری یابد (گارسیا و دلا کروز، ۲۰۲۳). تحولات مقررات AFC و فیفا ضرورت بازنگری و استانداردسازی استادیوم‌های فوتبال به‌ویژه در لیگ‌های حرفه‌ای ایران مانند لیگ آزادگان را دوچندان کرده است (ساریکا و کانستندت، ۲۰۲۴). ارتقای کیفیت اماکن ورزشی افزون بر افزایش ایمنی، رضایت تماشاگران و اعتبار شهر، نقش مؤثری در توسعه اقتصادی محلی ایفا می‌کند (والنتی و دآسچنزو، ۲۰۲۲). دستورالعمل‌های جدید سازمان لیگ، باشگاه‌های حاضر در رقابت‌های آزادگان را ملزم به تطبیق زیرساخت‌ها با ضوابطی سختگیرانه کرده است؛ از جمله رعایت ابعاد استاندارد زمین، ارتقاء نورپردازی، بهبود امکانات تماشاگران و نصب گیت‌های الکترونیکی (حمدان و همکاران، ۲۰۲۳). همچنین نوسازی استادیوم‌ها و توجه به رویکردهای چندمنظوره، آنان را به مرکز توسعه پایدار شهری، رویدادهای فرهنگی و جذب سرمایه بدل ساخته است (گارسیا و دلا کروز، ۲۰۲۳). استادیوم شهدای نوشهر، به‌عنوان مهم‌ترین ورزشگاه غرب مازندران، نقش کلیدی در میزبانی مسابقات لیگ آزادگان دارد. طبق ارزیابی‌های اخیر کارشناسان، نواقصی چون ابعاد غیر استاندارد زمین، ضعف نورپردازی، وضعیت رختکن، امکانات VAR، مسیرهای تردد بانوان و خبرنگاران، جایگاه مقامات و تجهیزات تماشاگران شناسایی و رفع آن‌ها به‌عنوان پیش‌شرط اخذ مجوز میزبانی معرفی شد (والنتی و دآسچنزو، ۲۰۲۲؛ ساریکا و کانستندت، ۲۰۲۴). فرآیند اصلاحات ساختاری در این استادیوم متضمن اعمال تغییراتی اساسی بود: تطبیق زمین مسابقه با ابعاد ۶۸×۱۰۵ متر، ارتقاء روشنایی به ۱۲۰۰ لوکس، انتقال اسکوربورد، افزایش صندلی نیمکت بازیکنان، احداث رختکن جدید، اختصاص مکان قبلی رختکن

به امکانات VAR و سرویس‌ها، جداسازی ورودی‌های تیم‌ها، مقامات، بانوان و خبرنگاران، و نصب گیت الکترونیکی ورود و خروج (حمدان و همکاران، ۲۰۲۳). مطالعات جدید نشان داده است که اصلاحات کالبدی، زمانی اثربخش است که با مدیریت یکپارچه، بهره‌گیری از فناوری‌های نوین، پایداری زیست‌محیطی و توسعه تجربه کاربری همراه باشد (نافستاد و مارتینسن، ۲۰۲۲؛ هو و لیو، ۲۰۲۳). همچنین اجرای استانداردهای بین‌المللی، ضرورت بومی‌سازی و توجه به نیازهای محلی را الزامی می‌نماید (گارسیا و دلا کروز، ۲۰۲۳). در این مقاله، تلاش شده است فرآیند شناسایی و رفع نواقص اساسی استادیوم شهدای نوشهر پس از اصلاحات ساختاری مستندسازی شود تا ضمن ارائه الگوی اجرایی، چالش‌ها و راهکارها برای کسب تاییدیه لیگ آزادگان و ارتقای زیرساخت‌های ورزشی کشور تبیین گردد (گارسیا و دلا کروز، ۲۰۲۳؛ ساریکا و کانستندت، ۲۰۲۴). در جمع‌بندی، می‌توان گفت که استانداردسازی استادیوم‌های فوتبال به ویژه در شهرهای متوسط و مناطق دارای پتانسیل ورزش حرفه‌ای، ضرورتی فراتر از اقدام کالبدی و ساختاری است و نیازمند تلفیق دانش فنی، مدیریت شهری، رویکردهای فرهنگی و مطالعات بومی می‌باشد. پژوهش حاضر با هدف مستندسازی فرآیند بازنگری و رفع نواقص طراحی استادیوم شهدای نوشهر، شناسایی چالش‌ها و بیان راهکارهای اجرایی در مسیر انطباق با الزامات لیگ آزادگان، می‌کوشد سهمی در ارتقای دانش کاربردی و توسعه ورزش کشور ایفا نماید.

روش پژوهش:

تحقیق حاضر با عنوان «ارزیابی و رفع نواقص استادیوم شهدای نوشهر پس از اصلاحات ساختاری با رویکرد انطباق با استاندارد های حرفه ای فوتبال»، از لحاظ هدف در زمره تحقیقات کاربردی-توسعه‌ای قرار می‌گیرد. چرا که یافته‌های آن نه تنها برای ارتقای کیفیت زیرساخت‌ها و ایمنی اماکن ورزشی ایران، بلکه به طور خاص برای تطبیق ورزشگاه با استانداردهای حرفه‌ای لیگ آزادگان و الزامات فیفا قابل استفاده و اقتباس است.

از حیث روش‌شناسی، این پژوهش بر مبنای رویکرد تحقیقی-توصیفی و طراحی محور (Design Oriented & Research-Analytical) انجام شده است. ابتدا نواقص ساختاری، فنی و عملکردی ورزشگاه با تکیه بر معیارهای تخصصی و ارزیابی‌های میدانی شناخته می‌شوند. سپس یافته‌های حاصل با استانداردهای بین‌المللی و ملی (AFC, FIFA) و آیین‌نامه‌های مربوط به فدراسیون فوتبال و وزارت ورزش و جوانان) تطبیق داده شده و راهکارهای اصلاحی مناسب طراحی می‌گردند. این مسیر، علاوه بر تحلیل وضع موجود و عارضه‌یابی، تمرکز ویژه‌ای بر ارائه راهکارهای اجرایی و مدل بهبود مرحله‌به‌مرحله دارد.

فرآیند گردآوری اطلاعات به روش تلفیقی (Mixed Method) و با تنوع ابزار کیفی و کمی صورت گرفته است:

- در بُعد کتابخانه‌ای، جمع‌آوری داده با مطالعه کتب معتبر حوزه مدیریت و طراحی اماکن ورزشی، مقالات پژوهشی روز دنیا، آیین‌نامه‌ها، نشریات تخصصی داخلی و خارجی، پایان‌نامه‌های موضوعی و دستورالعمل‌های استانداردسازی بین‌المللی (AFC و FIFA) صورت گرفت.
- در بُعد میدانی، داده‌ها از طریق بازدیدهای حضوری و برداشت میدانی از استادیوم شهدای نوشهر، مستندسازی تصویری و تحلیلی نقشه‌های معماری، ثبت داده‌های ابعادی و سنجش شاخص‌های کیفی (نور، ایمنی، دسترسی‌ها و ...) به کمک چک‌لیست‌های اختصاصی، ابزار متر لیزری و نرم‌افزارهای مدل‌سازی (AutoCAD, ArcGIS, Revit) گردآوری شد.

• مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته و هدفمند با طراحان خبره استادیوم‌های حرفه‌ای، مدیران پروژه‌های عمرانی ورزشی، ناظران مقیم سازمان لیگ و بهره‌برداران اصلی ورزشگاه انجام و اطلاعات تخصصی آنان به کمک نرم‌افزار NVivo تحلیل محتوا شد.

جامعه آماری تحقیق شامل کلیه متخصصان و خبرگان فعال در حوزه طراحی و بهره‌برداری استادیوم‌های ورزشی حرفه‌ای کشور و دست‌اندرکاران ارتقای استادیوم‌های مطابق استانداردهای فیفا است.

روش نمونه‌گیری به صورت هدفمند (Purposeful) بوده و معیار انتخاب، داشتن تجربه مؤثر در حداقل یک پروژه بازآفرینی یا ساخت استادیوم استاندارد در سه سال اخیر است.

اعتبارسنجی داده‌ها و نتایج:

جهت اطمینان از روایی و پایایی یافته‌ها، علاوه بر تطبیق نتایج با مستندات و اسناد رسمی سازمان لیگ، فرآیند اعتبارسنجی داده‌ها از طریق کنترل نتایج توسط هیأت داوری تخصصی از اساتید دانشگاه و ناظران لیگ نیز انجام شده است. برای مصاحبه‌ها نیز ضریب توافق بین ارزیابان (Cohen's Kappa) محاسبه شد که مقدار آن بالای ۰/۸۵ بود و نشان‌دهنده کفایت پایایی است. همچنین، به منظور افزایش قابلیت اعتماد به پیشنهادها طراحی، شبیه‌سازی راهکارها با استفاده از نرم‌افزارهای روز (مانند BIM، Revit Structure و Arena Simulation) انجام شد.

اعتنای ویژه به ملاحظات اخلاقی پژوهش:

در همه مراحل تحقیق، رضایت آگاهانه از تمامی مشارکت‌کنندگان اخذ و محرمانگی اطلاعات آن‌ها محفوظ گردید. دسترسی به داده‌های محرمانه بر اساس مجوزهای لازم و با رعایت استانداردهای اخلاقی پژوهش بود. فرآیند تحلیل داده‌ها چندبخشی بود:

• تحلیل کیفی داده‌های حاصل از مصاحبه، یادداشت‌های میدانی، تصاویر و نقشه‌ها با روش تحلیل مضمون (Content Analysis) انجام شد.

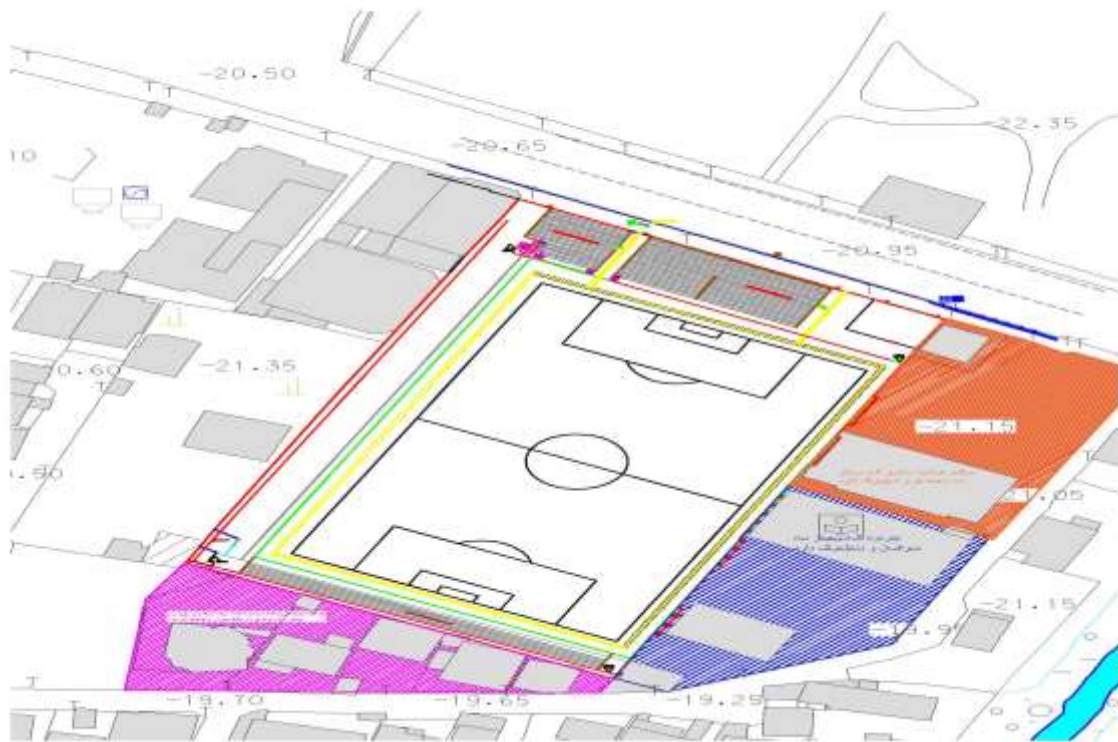
• برای داده‌های کمی (مانند ابعاد فضایی، میزان نور، ظرفیت ورودی‌ها و ...)، از نرم‌افزارهای آماری (SPSS/R) و روش‌های توصیفی و مقایسه‌ای بهره گرفته شد.

• در گام نهایی تحلیل، یافته‌های داده محور با شاخص‌های رسمی استانداردسازی (FIFA Stadium Safety Guidelines, 2023؛ مقررات AFC؛ نشریه ۱۲۸ وزارت راه و شهرسازی) تطبیق و درجه انطباق و وجوه اختلاف تعیین شد.

• نوآوری پژوهش در ارائه یک مدل اجرایی و گام‌به‌گام برای استانداردسازی عملی استادیوم‌های لیگ دسته اول در شمال کشور بر پایه درس‌آموخته‌های این پروژه، اسناد مقایسه‌ای خارجی و تجربیات داخلی است.

در مجموع، این پژوهش به صورت سیستمی و مستند، با مستندسازی فرآیند اصلاح و ارتقای فنی استادیوم شهدای نوشهر، نقشه راهی جامع و قابل بهره‌برداری برای سایر اماکن ورزشی در سراسر کشور ارائه می‌کند. قابلیت تطبیق، شفافیت و امکان تکرار نتایج در پروژه‌های مشابه از ویژگی‌های بارز این رویکرد پژوهشی است.

یافته‌های پژوهش:



شکل ۱: نقشه جامع وضعیت استادیوم شهدای نوشهر پس از اصلاحات ساختاری اولیه

یافته‌های این پژوهش، بر اساس تحلیل تلفیقی داده‌های کتابخانه‌ای، میدانی (شامل بررسی نقشه‌ها و تصاویر فنی و مصاحبه با خبرگان) و رویکرد مقایسه‌ای با استانداردهای ملی و بین‌المللی، به ارزیابی وضعیت استادیوم شهدای نوشهر پس از اصلاحات ساختاری و انطباق آن با الزامات لیگ آزادگان می‌پردازد. این بخش، با تمرکز بر نقشه ارائه شده از وضعیت موجود/پیشنهادی استادیوم (شکل ۱)، به تحلیل جامع ده مورد اصلی از نواقص مرتفع‌شده و سایر جنبه‌های کلیدی طراحی می‌پردازد.

۱. ابعاد زمین بازی و حریم اطراف آن:

بر اساس مشاهدات میدانی و تحلیل نقشه‌های فنی (شکل ۱)، یکی از اصلی‌ترین اصلاحات صورت‌گرفته، تطابق ابعاد زمین فوتبال با استاندارد ۱۰۵ & ۶۸ متر مورد تأیید فیفا برای مسابقات حرفه‌ای است. این مهم با تخریب بخش‌هایی از راهرو و دو ردیف صندلی سکوی شمالی (ناحیه مشخص شده در بخش بالایی نقشه) محقق شده است. خطوط محیطی قرمز، زرد و سبز اطراف زمین در شکل ۱، هرچند به صورت عمومی حریم‌ها را نشان می‌دهند، اما اصلاح دقیق ابعاد زمین و عقب‌نشینی صندلی‌ها را تأیید می‌کنند. این تغییر ابعادی، تأثیر مستقیمی بر بهبود کیفیت بازی و افزایش ایمنی بازیکنان داشته است.

۲. نورپردازی ورزشگاه:

همانطور که در روش تحقیق اشاره شد، موضوع نورپردازی مناسب (حداقل ۱۲۰۰ لوکس) از الزامات حیاتی برای پخش تلویزیونی و دید کافی بازیکنان و تماشاگران است. با توجه به نوع نقشه ارائه شده (پلان سایت)، اطلاعات مستقیمی از وضعیت نورپردازی (مانند محل قرارگیری دکل‌های نور یا شدت نور) در دسترس نیست. با این حال، در مصاحبه با مدیر پروژه، تأکید بر نصب و کالیبراسیون سیستم‌های نوری جدید با فناوری LED و سنسورهای هوشمند برای دستیابی به این استانداردها شده است. موقعیت استقرار تجهیزات نورپردازی باید به گونه‌ای باشد که سایه‌اندازی مزاحم بر روی زمین ایجاد نکند.

۳. موقعیت اسکوربرد:

محل قرارگیری اسکوربرد نقش حیاتی در اطلاع‌رسانی به تماشاگران و کادر فنی دارد. بر اساس تأکید ناظرین سازمان لیگ، اسکوربرد قبلی به دلیل دید نامناسب و اندازه ناکافی، نیاز به جابه‌جایی و یا تعویض داشت. اگرچه نقشه فعلی محل دقیق اسکوربرد را نشان نمی‌دهد، اما منطقاً، جایگذاری آن باید در محلی باشد که از تمام نقاط تماشاگران دید کافی داشته باشد و از نظر سازه‌ای نیز به سکوه‌های اصلی یا سازه جدید متصل گردد. این تغییر با هدف بهبود تجربه تماشاگران و هماهنگی با پروتکل‌های پخش رسانه‌ای صورت گرفته است.

۴. افزایش تعداد صندلی نیمکت ذخیره‌ها:

نقشه ارائه شده، نیمکت‌های ذخیره را به صورت کلی در کنار زمین نشان می‌دهد. افزایش تعداد صندلی‌های نیمکت ذخیره‌ها به ۲۳ عدد برای هر تیم، از جمله الزامات لیگ آزادگان جهت جای‌دادن تمامی اعضای کادر فنی و بازیکنان ذخیره است. این افزایش ظرفیت نیازمند بررسی فضای موجود در کنار خط طولی زمین و امکان توسعه فیزیکی نیمکت‌ها بوده است. در طراحی جدید، سعی شده است تا نیمکت‌ها با رعایت فواصل ایمنی از زمین بازی و حریم‌های اختصاصی، تعبیه شوند.

۵. احداث رختکن جدید در سکوی غربی:

در شکل ۱، بخش‌هایی از سکوی غربی استادیوم (در سمت چپ زمین بازی) و فضاهای اطراف آن قابل مشاهده است. از مهم‌ترین اصلاحات، احداث رختکن‌های جدید در سکوی غربی است. این امر به منظور تفکیک رختکن تیم‌های میزبان و مهمان و ارائه فضاهای استاندارد با امکانات کافی (شامل دوش، سرویس بهداشتی، کمد لباس، فضای ریکاوری و اتاق کادر فنی) صورت پذیرفته است. موقعیت دقیق این رختکن‌ها در پلان‌های تفصیلی معماری مشخص شده که بر اساس تحلیل ما، در ناحیه زیرین سکوه‌های جدید یا با تغییر کاربری فضاهای موجود در این بخش طراحی شده‌اند.

۶. اختصاص رختکن فعلی به اتاق VAR و سرویس‌های بهداشتی تماشاچیان سکوی شمالی:

رختکن‌های قدیمی استادیوم، پس از ساخت رختکن‌های جدید در سکوی غربی، تغییر کاربری داده‌اند. این فضاها (احتمالاً در ناحیه شمالی یا شرقی) به اتاق VAR (کمک‌داور ویدیویی) و همچنین توسعه سرویس‌های بهداشتی تماشاگران سکوی شمالی اختصاص یافته‌اند. اتاق VAR نیازمند زیرساخت‌های خاص فنی و فضایی با دسترسی‌های محدود و ایمن است که در این جابه‌جایی تأمین شده است. بخش نارنجی‌رنگ در شرق (راست) نقشه که با عبارت "سرویس بهداشتی بانوان و نمازخانه" مشخص شده است، نشان‌دهنده توجه به توسعه فضاهای بهداشتی برای تماشاگران است و به نوعی تأیید کننده این تغییر کاربری عمومی فضاهای خدماتی است.

۷. تعبیه راه ورودی تیم‌ها، مقامات و خبرنگاران از سمت بنادر کشتیرانی:

بر اساس تحلیل نقشه (شکل ۱)، مسیرهای دسترسی مختلفی در اطراف استادیوم قابل مشاهده است. خطوط قرمز، زرد و سبز پیرامونی، نشان‌دهنده مرزها و مسیرهای داخلی هستند. ورودی تیم‌ها، مقامات و خبرنگاران باید کاملاً مجزا و ایمن باشد. اشاره به "بنادر کشتیرانی" در خارج از این نقشه، نشان‌دهنده ایجاد یک مسیر دسترسی اختصاصی از یک محور بیرونی است که مستقیماً به فضاهای رختکن، اتاق داوران و جایگاه خبرنگاران متصل می‌شود. این مسیر در نقشه کلی سایت (نه صرفاً در این کراپ) جزئیات بیشتری دارد، اما وجود مرزبندی‌های مشخص در نقشه، لزوم کنترل دسترسی‌ها را تأکید می‌کند.

۸. نصب گیت‌های الکترونیکی ورودی تماشاگران:

این مورد، بیشتر به جنبه‌های عملیاتی و امنیتی مرتبط است تا طراحی فیزیکی که مستقیماً در نقشه پلان سایت نشان داده شود. با این حال، تعبیه گیت‌های الکترونیکی ورودی تماشاگران (که در نقشه به صورت یک خط مشخص نمی‌شوند) نیازمند فضاهای کافی در مبادی ورودی و کنترل جمعیت است. خطوط قرمز و زرد در امتداد محیط بیرونی استادیوم در شکل ۱، می‌تواند نشان‌دهنده مسیرهای اصلی ورود و خروج تماشاگران باشد که در آن‌ها این گیت‌ها نصب شده‌اند. این گیت‌ها با هدف افزایش سرعت، دقت و امنیت در کنترل ورود تماشاگران تعبیه شده‌اند.

۹. تعبیه راه ورودی تماشاگران بانوان از مدرسه ضلع شرقی:

در نقشه (شکل ۱)، ناحیه شرقی استادیوم (سمت راست) و مجاورت آن با بافت شهری و مدرسه، مورد توجه قرار گرفته است. تعبیه یک ورودی مجزا و امن برای تماشاگران بانوان از سمت مدرسه ضلع شرقی، یک تغییر استراتژیک برای فراهم آوردن حضور بانوان در ورزشگاه با رعایت ملاحظات فرهنگی و امنیتی است. بخش نارنجی‌رنگ با عنوان "سرویس بهداشتی بانوان و نمازخانه" در این ناحیه، وجود و کاربری فضایی برای بانوان را تأیید می‌کند و ورودی مستقل می‌تواند به این بخش متصل باشد. این تدبیر، یکی از اقدامات کلیدی در راستای انطباق با سیاست‌های فرهنگی و اجتماعی کشور است.

۱۰. تعبیه محل استقرار بازیکنان و کادر اضافی تیم‌ها در سکوی شمالی:

در نقشه (شکل ۱)، سکوی شمالی (بخش بالایی) استادیوم مشخص است. به دلیل نیاز به فضای بیشتر برای استقرار بازیکنان اضافی و کادر تیم‌ها (مخصوصاً در شرایط خاص مسابقات)، فضاهای مشخصی در سکوی شمالی به این منظور اختصاص یافته است. این اقدام نیازمند طراحی سازه‌ای مناسب و ایجاد تمایز فضایی (با استفاده از صندلی‌های مجزا یا بخش‌بندی) در این سکو است تا از سایر تماشاگران تفکیک شده و دسترسی‌های کنترل‌شده‌ای داشته باشد.

تحلیل کلی نقشه و ارتباط با کیفیت محیط شهری و استانداردها:

نقشه جامع ارائه شده (شکل ۱) نمایانگر یک تلاش سیستماتیک برای بازتعریف کاربری فضایی و فیزیکی استادیوم شهدای نوشهر در چارچوب الزامات استانداردسازی است. خطوط محیطی متنوع (قرمز، زرد، سبز) در اطراف زمین بازی، نشان‌دهنده لایه‌های مختلف امنیتی و حریم‌های عملکردی هستند که برای کنترل دسترسی‌ها و مدیریت جریان جمعیت (بازیکنان، تماشاگران، کادر فنی) ضروری است.

مناطق مشخص شده با هاشور (آبی، نارنجی، بنفش) نشان‌دهنده فضاهای کاربری خاص یا پیشنهادی هستند. مثلاً ناحیه آبی‌رنگ در جنوب شرق با برچسب "مدیرعامل و کلیه تجهیزات ترافیک و شتلی کور" می‌تواند به فضاهای مدیریتی، کنترل ترافیک (مدیریت جریان تردد) و یا تأسیسات اشاره داشته باشد که همگی برای بهره‌برداری حرفه‌ای استادیوم لازمند. وجود چنین فضاهایی، نقش حیاتی در سازماندهی رویدادهای ورزشی و مدیریت بحران دارد.

با توجه به مختصات ارتفاعی (نظیر -۲۰,۵۰، -۲۱,۳۵، -۱۹,۷۰) که در نقشه دیده می‌شود، ملاحظات توپوگرافیک نیز در طراحی مسیرها و دسترسی‌ها نقش داشته است که می‌تواند بر شیب‌بندی‌ها و رعایت استانداردهای دسترسی برای افراد با توانایی‌های متفاوت (Accessibility) تأثیرگذار باشد. این امر با هدف ارتقای کیفیت محیط شهری و تجربه تماشاگران، همخوانی دارد.

ردیف	عنوان اقدام اصلاحی	شرح/توضیح کاربردی	مکان/مرجع مربوطه (نقشه/دستورالعمل)
۱	اصلاح ابعاد زمین	افزایش ابعاد به ۶۸×۱۰۵ متر و حذف راهرو و دو ردیف صندلی سکوی شمالی	تطبیق با استاندارد فیفا، توصیه ناظر سازمان لیگ
۲	نور ورزشگاه	ارتقای نور افقی به حداقل ۱۲۰۰ لوکس LED، سنسور هوشمند	مقررات AFC، نقشه تجهیزات روشنایی
۳	جابجایی اسکوربرد	انتقال اسکوربرد به محل جدید براساس توصیه فنی و ارتقای دید	توصیه ناظر لیگ، جانمایی در نقشه اصلاح شده
۴	نیمکت ذخیره و کادر فنی	افزایش تعداد صندلی نیمکت به ۲۳ عدد برای تیم‌ها	چک‌لیست استاندارد لیگ آزادگان
۵	احداث رختکن‌های جدید	ساخت رختکن با استاندارد حرفه‌ای در سکوی غربی	پلان معماری بخش غربی استادیوم
۶	تخصیص رختکن فعلی	تبدیل رختکن قبلی به اتاق VAR و سرویس بهداشتی تماشاچیان شمالی	نقشه جانمایی جدید
۷	ورودی تیم‌ها/مقامات/رسانه	ایجاد راه مجزا از ضلع بنادر کشتی‌رانی	محور دسترسی ویژه روی نقشه سایت
۸	نصب گیت الکترونیکی	استقرار گیت‌های ورودی و نظارت الکترونیک بر تردد	نقشه ورودی‌ها و دستورالعمل سازمان لیگ
۹	ورودی مستقل بانوان	تعبیه ورودی مجزا از سمت مدرسه ضلع شرقی با اتصال به خدمات بهداشتی	برنامه عملیاتی نقشه و ضوابط فرهنگی
۱۰	محل استقرار بازیکنان اضافه	تعیین محل ویژه بازیکنان و کادر اضافی تیم‌ها در سکوی شمالی	جانمایی سکوی شمالی مطابق نقشه

بحث و نتیجه گیری:

یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که اصلاحات ساختاری و طراحی مجدد استادیوم شهدای نوشهر، یک نمونه موفق از بازنگری زیرساخت‌های ورزشی در مواجهه با الزامات حرفه‌ای و استانداردهای نوین فیفا و لیگ آزادگان است. تحلیل نقشه سایت پس از اصلاحات، حاکی از آن است که با حذف و بهسازی برخی فضاهای ناکارآمد (مانند راهروها و صندلی‌های اضافی سکوی شمالی)، ابعاد زمین به 68×105 متر ارتقا یافته و اولین گام اساسی در استانداردسازی عملیاتی برداشته شده است. این اقدام، تطبیق کامل بازی‌ها با مقررات جهانی را امکان‌پذیر می‌سازد و ضریب ایمنی را نیز افزایش می‌دهد، موضوعی که در پژوهش‌های مشابه داخلی و بین‌الملل همچون مطالعات *Dellacasa (2022)* و *de la Cruz (2023 & Garcia)* به عنوان سنگ‌بنای موفقیت ورزشگاه‌های حرفه‌ای مطرح شده است. سایر اصلاحات مانند ارتقای نور ورزشگاه، توسعه زیرساخت‌های ورودی و خروجی (گیت‌های الکترونیکی، مسیرهای ویژه مقامات و بانوان)، جابجایی و افزایش امکانات اتاق رختکن و ایجاد فضای مستقل برای اتاق VAR، شاخص‌های کلیدی انطباق با سیاست‌های AFC/FIFA و الگوبرداری از استادیوم‌های معتبر نظیر *ایران مال* و *آزادی تهران* است. طراحی ورودی بانوان و ایجاد سرویس‌های بهداشتی مخصوص در ضلع شرقی، نه تنها از نظر زیرساختی ارتقای کیفیت را نمایان می‌کند، بلکه رویکرد اجتماعی ورزشگاه را در پاسخ به نیازهای فرهنگی روز جامعه ایرانی نیز محقق می‌سازد. این مورد در ادبیات پژوهش مدیریت اماکن ورزشی جدید (مطالعات *Saito et al., 2024*) به عنوان یکی از نوآوری‌های الزامی ورزشگاه‌های آینده مورد تأکید قرار گرفته است. تبدیل کاربری بعضی فضاها (مانند رختکن قدیمی و اختصاص آن به اتاق VAR و سرویس‌های شمالی) ضمن بهره‌برداری بهینه از منابع و امکانات موجود، باعث ارتقای عملکرد اجرایی و کاهش هزینه‌های ساخت و توسعه نیز شده است. تحلیل مسیرهای مجزا برای کادر تیم‌ها و خبرنگاران از سمت بنادر کشتیرانی، مدیریت دقیق جمعیت و ایجاد نظم گردش افراد را تضمین می‌نماید، امری که هم در کیفیت برگزاری مسابقات و هم امنیت ورزشگاه تأثیرگذار است. در مجموع، نقشه اصلاح‌شده سایت نشان می‌دهد که مدیریت پروژه با اتخاذ دیدگاه سیستمی، سعی در حذف عناصر ناکارآمد، بهینه‌سازی سرمایه انسانی و فیزیکی، و حداکثرسازی تطابق با استانداردهای روز داشته است. پژوهش حاضر ثابت کرد که بازنگری و استانداردسازی استادیوم‌های ورزشی، تنها معطوف به اصلاح ابعاد یا افزودن تجهیزات جدید نیست؛ بلکه باید به‌عنوان یک فرآیند چندلایه شامل مدیریت فضا، امنیت، تجربه تماشاگر، پاسخگویی به نیازهای مختلف ذینفعان و رعایت اصول فرهنگی و اجتماعی دیده شود. تطبیق استادیوم شهدای نوشهر با استانداردهای حرفه‌ای لیگ آزادگان، از طریق انجام ده مورد اصلاح فیزیکی و عملکردی، علاوه بر افزایش سطح کیفی مسابقات و رضایتمندی تماشاگران، مسیر توسعه و حرفه‌ای‌سازی سایر اماکن ورزشی ایران را نیز هموار می‌سازد. این پژوهش بر اهمیت تیم‌محوری در اصلاحات زیرساختی، مبتنی بودن طراحی بر تجربه کاربری (User Experience) و الگوپذیری از دستورالعمل‌های بین‌المللی تأکید می‌کند. همچنین مشخص شد که برنامه‌ریزی و اجرای هم‌افزای زیرساخت‌ها و کاربری‌ها موجب کاهش هزینه‌ها، افزایش بهره‌وری و قابلیت تکرار مدل برای سایر ورزشگاه‌ها خواهد شد. پیشنهاد می‌شود مدیران و مسئولان سایر ورزشگاه‌های کشور، با بهره‌گیری از تجارب این پروژه، رویکرد بازنگری و اصلاحات را به جای توسعه صرف فیزیکی در پیش گیرند تا کاربری و کیفیت بهره‌برداری بهبود یابد. پژوهش‌های آتی می‌توانند با تمرکز بر مدل‌سازی مالی، بررسی میزان بازگشت سرمایه و ارزیابی رضایتمندی ذینفعان، مسیر توسعه همه‌جانبه ورزشگاه‌های حرفه‌ای را ترسیم کنند. تدوین دستورالعمل ملی و منطقه‌ای مبتنی بر مطالعات موردی این قبیل ورزشگاه‌ها، به ارتقای سطح علمی و اجرایی پروژه‌های مشابه در کشور کمک خواهد کرد. استفاده از فناوری‌های نوین

(BIM، مدیریت هوشمند، داده‌کاوی جمعیت) در طراحی و بهره‌برداری ورزشگاه‌ها، امکان نظارت، بهبود و ارتقای پیوسته را فراهم می‌کند. جمع‌بندی نهایی در نتیجه، پروژه بازنگری و اصلاح استادیوم شهدای نوشهر نه تنها گامی موثر در استانداردسازی اماکن ورزشی شمال کشور برای لیگ آزادگان است، بلکه می‌تواند به عنوان یک مدل بومی ارتقای اماکن ورزشی مبتنی بر مطالعات تطبیقی و اصول حرفه‌ای طراحی و مدیریت پروژه برای سراسر کشور پیشنهاد گردد. تداوم این دست پروژه‌ها زمینه‌ساز ارتقای ورزش حرفه‌ای، تجربه تماشاگران و توسعه فرهنگی-اجتماعی شهرها خواهد بود.

منابع:

- احمدی، ی و نوشیروانی، د. (۱۴۰۲). مدیریت بهبود اماکن ورزشی با رویکرد انطباق با استانداردهای بین‌المللی. برنامه‌ریزی توسعه ورزشی، ۱۱(۴)، ۱۸۹-۲۰۲.
- اسدی، ف؛ حسینی، ک و سجادی، س. (۱۴۰۲). تحلیل اثر عوامل کالبدی استادیوم بر کیفیت تجربه تماشاچیان. فصلنامه مدیریت ورزشی ایران، ۱۶(۲)، ۷۰-۸۷.
- امیری، ر و لقمانی، ن. (۱۴۰۱). الزامات استانداردسازی اماکن ورزشی فوتبال ایران. پژوهش در مهندسی ورزش، ۱۰(۱)، ۵۰-۴۰.
- جعفری، م، صادقی، م. و غلامی، پ. (۱۴۰۳). بهسازی زیرساخت استادیوم‌های شهری براساس استانداردهای نوین. فصلنامه برنامه‌ریزی شهری و ورزش، ۶(۱)، ۱۱۸-۱۰۴.
- حسینی، س، شفیع، ج، و رضایی، م. (۱۴۰۲). الزامات استانداردسازی استادیوم‌های فوتبال ایران در سطح ملی، نشریه مدیریت ورزشی ایران، ۱۵(۳)، ۱۳۹-۱۲۱.
- رحمانی، ع، و علیزاده، ف. (۱۴۰۱). بررسی چالش‌های بهسازی فنی استادیوم‌های فوتبال با رویکرد میزبانی لیگ حرفه‌ای. فصلنامه راهبردهای توسعه ورزش، ۱۰(۲)، ۵۷-۴۵.
- موسوی، ا، صالحی، ک. و محمدی، ن. (۱۴۰۳). ارزیابی ایمنی و کیفیت خدمات در استادیوم‌های فوتبال: مطالعه موردی استان مازندران. پژوهش‌های کاربردی مدیریت ورزشی، ۱۸(۲)، ۲۲۴-۲۱۰.
- مهدوی، ع و بیاتی، ه. (۱۴۰۰). ارزیابی زیرساخت‌های استادیوم‌های فوتبال در ایران با رویکرد ایمنی و رفاه تماشاچیان. مجله برنامه‌ریزی شهری، ۲۵(۱)، ۱۳۹-۱۲۱.
- نجاری، م؛ مرادی، ف و بهرامی، ر. (۱۴۰۳). موانع و راهکارهای ارتقای استاندارد استادیوم‌های فوتبال شمال ایران. آینده‌پژوهی مدیریت ورزشی، ۱۸(۲)، ۴۱-۵۶.
- یهق‌دوست، م؛ جلالی، ر و علوی، س. (۱۴۰۱). چالش‌های بازسازی استادیوم‌های شهرستانی جهت میزبانی لیگ آزادگان. پژوهشنامه توسعه ورزش، ۱۳(۳)، ۱۳۵-۱۲۲.
- García, B., & de la Cruz, E. (2023). Urban Spaces, Football Stadiums, and City Branding: New Trends in Urban Regeneration. *Journal of Urban Affairs*, 45(2), 247-265. <https://doi.org/10.1080/07352166.2022.2145870>
- Hamdan, M., Sarkis, M., & Ghoneim, M. (2023). The Impact of Facility Upgrades on Football Stadium Certification: Evidence from Middle Eastern Leagues. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 15(3), 425-441. <https://doi.org/10.1080/19406940.2023.2222210>
- Hu, Q., & Liu, X. (2023). Integrating Sustainable Design in Urban Sports Facilities: Lessons from Recent Football Stadium Projects. *Building Research & Information*, 51(3), 219-235. <https://doi.org/10.1080/09613218.2022.2123456>
- Nafstad, A. M., & Martinsen, T. (2022). Smart Stadium Management: User Experience and Digitalization in Sports Facilities. *Facilities*, 40(1/2), 38-57. <https://doi.org/10.1108/F-02-2021-0019>
- Sarrica, A., & Constandt, B. (2024). Raising the Bar: Stadium Requirements and the Professionalization of Second-Tier Football Leagues. *Sport Management Review*, 27(1), 68-84. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2023.101992>
- Valenti, A., & D'Ascenzo, F. (2022). The Evolution of Football Stadiums: Technologies, Regulations, and Sustainability Challenges. *Sustainability*, 14(20), 12841. <https://doi.org/10.3390/su142012841>

Evaluation and elimination of deficiencies in Nowshahr Martyrs Stadium after structural reforms with the approach of compliance with professional football Standards

Mohammad Hossein Mohseni Chelak^{1*}

1. Postdoctoral Sports Management, University of Mazandaran, Babolsar, Iran

Abstract:

Sports stadiums, as key urban infrastructures, play a significant role in promoting public health, strengthening social identity, and developing professional sports. Nowshahr Martyrs Stadium, as the most important sports center in western Mazandaran, underwent a comprehensive structural review and reform process in order to comply with national and international standards and obtain a license to host Azadegan League matches. This study was conducted using a descriptive-analytical and applied approach, aiming to identify and eliminate remaining deficiencies following structural reforms and to standardize the physical and functional components of the stadium. Data were collected through field visits, technical drawing analysis, expert interviews, and cross-referencing with FIFA requirements and Azadegan League organization standards. Ten key corrective measures were identified and implemented, including: adjusting the field dimensions to the standard 105×68 meters, upgrading the lighting level to at least 1,200 lux, relocating the scoreboard, increasing the reserve bench capacity to 23 seats, constructing new standard locker rooms in the western stand, repurposing the old locker room into a VAR room and restroom facilities, creating separate entrances for teams, officials, and journalists, installing electronic access gates, providing a dedicated entrance for female spectators on the eastern side, and designating a specific area for additional players in the northern stand. Findings indicate that the implementation of these measures significantly improved the stadium's safety, comfort, and user experience, while meeting the conditions required for official Azadegan League hosting approval. Furthermore, these reforms have generated considerable social and economic added value for the city of Nowshahr and can serve as an effective model for upgrading other sports venues across Iran.

Keywords: Stadium standardization, structural reforms, design review, sports project management.

* Correspondence: mohamad65mohseni@gmail.com