مدل عوامل مؤثر در نهادینه کردن ورزش همگانی در ایران

احمدعلی آصفی[1]*، امیر قنبرپور نصرتی**

* استادیار دانشگاه اصفهان

** استادیار دانشگاه کاشان

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۴/۱/۱۰ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۵/۲/۱۴

چکیده

هدف این تحقیق تبیین مدل عوامل مؤثر در نهادینه کردن ورزش همگانی در ایران بود. روش انجام تحقیق آمیخته، از نوع اکتشافی بود. جامعه آماری تحقیق در بخش شناخت عوامل را کلیه متخصصان در حوزه ورزش همگانی و نهادینه‌سازی تشکیل می‌دادند و در بخش طراحی و آزمون مدل جامعه آماری تحقیق را کلیه مدیران و کارشناسان مسئول ورزش همگانی تشکیل داده بودند (۳۰۶ نفر) که به روش تمام شمار نمونه تحقیق انتخاب شد. ابزار تحقیق پرسش‌نامه محقق ساخته‌ای بود که روایی آن توسط مطالعه مبانی نظری و دقت نظر ۱۰ نفر از اساتید و متخصصان بررسی و پایایی آن توسط ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۱ محاسبه گردید. نتایج تحقیق نشان داد مدل تحقیق دارای چهار بعد فردی، گروهی، سازمانی و محیطی با ۲۸ عامل است. شاخص‌های برازش مدل تحقیق در سطح قابل قبولی بودند، بدین معنی که مدل دارای برازش مطلوبی است و ساختار عاملی در نظر گرفته شده برای آن قابل قبول است. نتایج تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم نشان داد مهم‌ترین بعد در نهادینه کردن ورزش همگانی در ایران بعد سازمانی بود (۰/۹۳، ۷/۳٤ =t) و پس از آن بعد گروهی (۰/۸۲، ۷/٤٦ =t)، محیطی (۰/۷۰، ٦/۳٤ =t) و فردی (۰/٦٥، ۷/۳۱ =t) قرار داشتند. در بعد سازمانی مهم‌ترین عامل منابع انسانی (۰/٦۷، ٦/۹۱ =t) بود. در بعد گروهی، گروه‌های مرجع (۰/٦٥، ۷/۳۷ =t)، در بعد محیطی، محیط اقتصادی، فرهنگی و جغرافیایی (۰/٥۹، ٦/۰۸؛ ٦/۰٤؛ ٦/۰٥ =t) و نهایتاً در بعد فردی باور و نگرش (۰/۷٥، ۹/۷۸ =t) مهم‌ترین عامل بود.

کلید واژه‌ها: منابع انسانی، گروه مرجع، باور و نگرش، نهادینه کردن، ورزش همگانی، ایران.

1. Asefi@ut.ac.ir

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

مقدمه

امروزه کم تحرکی یکی از مشکلات بزرگ قرن حاضر است. سبک زندگی بی‌تحرک با بیماری‌های قلبی- عروقی، پوکی استخوان، کاهش عملکرد بدنی (قدرت، استقامت، انعطاف‌پذیری) و افزایش خطر تمام دلایل مرگ و میر در ارتباط است (۱ و ۲). داشتن فعالیت بدنی و ورزش منظم و مستمر به‌عنوان یک راه حل برای این مسأله مطرح است. تحقیقات نشان می‌دهند ارتباط خطی معکوسی بین میزان فعالیت بدنی و همه دلایل مرگ و میر وجود دارد (۳) و داشتن فعالیت بدنی فواید سلامتی بی‌شماری در پی دارد (٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤). آنچه در این بین حیاتی و بسیار مهم است، موضوع استمرار فعالیت بدنی است، چرا که حفظ فواید سلامتی مستلزم مشارکت مستمر در فعالیت بدنی است (١٥). تحقیقات نشان داده‌اند که فعالیت بدنی عادت‌وار که در طول زمان استمرار دارد، فواید سلامتی بی‌شماری ایجاد می‌کند (١٦، ١٧). این در حالی است که فواید حاصل از فعالیت بدنی و ورزش با حضور مقطعی، موردی و پراکنده حاصل نمی‌گردد، هرچند داشتن حداقل فعالیت بدنی بهتر از نداشتن هیچ‌گونه فعالیت بدنی است. به همین منظور دستورالعمل‌های فعالیت بدنی اخیر مشارکت منظم و مستمر در فعالیت بدنی را توصیه می‌کنند (١٨). با این وجود تحقیقات نشان می‌دهند مؤثرترین مداخلات برای افزایش فعالیت بدنی موفقیت‌هایی را در کمک به افراد برای شروع فعالیت بدنی نشان داده‌اند، با این حال، اثربخشی کمی در کمک به افراد برای حفظ و استمرار فعالیت بدنی در طول زمان داشته‌اند (١٩). این مشکل اساسی (عدم حضور مستمر و منظم در فعالیت بدنی و ورزش)، کشورهای مختلف را به تکاپو برای یافتن راه حل‌هایی برای مبارزه با بی‌تحرکی و همچنین تشویق و ترغیب افراد برای شرکت منظم و مستمر در فعالیت بدنی و ورزش و کسب سلامتی، نشاط و شادابی وا داشته است. یکی از این رویکردها که در تلاش برای ایجاد فرصت برای شرکت همه افراد در فعالیت بدنی و ورزش است، جنبش ورزش همگانی یا ورزش برای همه است که در تلاش برای ایجاد فرصت برابر برای مشارکت افراد با هر گونه تفاوت فرهنگی، نژادی، اقتصادی، جنسیتی و... در فعالیت‌های ورزشی ارزان قیمت و مفرح است. ورزش برای همه «ورزش همگانی»، ضرورتاً یک فلسفه است، یک پیام برای انگیزاندن شهروندان برای مشارکت در ورزش و دیگر فعالیت‌های بدنی است (٢٠). ورزش همگانی، شکلی از فعالیت‌های جسمی یا حضور منظم در فعالیت های جسمانی است که سلامت بدن و روان را بهبود بخشد، روابط اجتماعی را شکل دهد و یا منجر به نتایج مثبت شود (٢١). با توجه مأموریت، چشم‌انداز و اهداف ورزش همگانی و فواید بی‌شمار مشارکت در آن، تحقیقات زیادی در کشور به مطالعه پیرامون ورزش همگانی پرداخته‌اند. برخی تحقیقات وضعیت ورزش همگانی را بررسی کرده‌اند (٢٢، ٢٣)، برخی چگونگی توسعه ورزش همگانی و عوامل مؤثر بر آن (٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٢٨، ٢٩، ٣٠، ٣١)، برخی موضوع اشاعه فرهنگی ورزش همگانی (٣٢)، برخی راهکارهای جذب و افزایش مشارکت و گرایش به ورزش همگانی (٣٣، ٣٤) و برخی راهبردها، چالش‌ها و برنامه‌ریزی آینده ورزش همگانی را مورد بررسی قرار داده‌اند (٣٥، ٣٦، ٣٧). بررسی این تحقیقات نشان می‌دهد اکثر این تحقیقات توسعه و افزایش مشارکت افراد در ورزش‌های همگانی (شروع فعالیت) را بررسی و جستجو کرده‌اند و تحقیقی به مسأله استمرار حضور در ورزش‌های همگانی نپرداخته و راه حل مناسبی برای آن ارائه نکرده است. وجود چنین خلاء در تحقیقات داخلی نیازمند تأمل، بررسی و پاسخ‌گویی مناسب و صحیح است. بنابراین، جستجوی راه حلی مناسب برای پاسخ‌گویی به این مسأله و کمک به افراد کشور جهت پیگیری استمرار تغییرات مثبت و حضور منظم و مستمر در ورزش‌های همگانی مستلزم انجام تحقیق و بررسی دقیقی است. به نظر می‌رسد نهادینه کردن ورزش‌های همگانی در جامعه و فعالیت بدنی در وجود تک تک افراد آن راه حلی مناسب برای حل این مسأله باشد. منظور از نهادینه کردن ورزش همگانی، عادت دادن افراد به شرکت مستمر در ورزش‌های همگانی و الزام‌آور شدن این شرکت در زندگی آنها است. به عبارتی، بیان عبارت «می‌خواهم فعالیت بدنی داشته باشم» در افراد جامعه باید به سمت «باید فعالیت بدنی داشته باشم» سوق یابد. از این رو، سیستم‌های مربوط به ورزش همگانی باید طوری تنظیم و استقرار یابد که پرداختن به ورزش‌های همگانی در بین افراد جامعه نه به عنوان یک پدیده مقطعی، موردی و پراکنده بلکه به‌عنوان یک پدیده خودجوش در تمام سطوح و ابعاد جامعه و در بین تمام افراد جاری و ساری باشد و به طور فعال و پیوسته پیگیری گردد تا در نتیجه ورزش همگانی در جامعه نهادینه گردد. نهادینه کردن از فرد شروع می‌گردد ولی هرگز به آن ختم نمی‌گردد و به علت ماهیت اجتماعی آن در بخش‌های مختلف جامعه و نهایتاً در کل جامعه فراگیر

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

می‌گردد. تعاریف نهادینه کردن و ویژگی‌های عمل نهادینه شده به خوبی این مطلب را روشن می‌سازد. اسکات (۲۰۰۱)، نهادی کردن را عبارت از فراهم آوردن زمینه‌ها و شرایطی می‌داند که موجب ثبات و پایداری و فراگیر شدن رفتارهای مطلوب شود (۳۸). گودمن و همکاران (۱۹۸۰)، نهادینه کردن را به‌عنوان فرایندی می‌دانند که طی آن تغییرات در سیستم‌های اجتماعی در طول زمان حفظ و استمرار می‌یابند (۳۹). کوستا و روس (۲۰۰۲)، نهادینه کردن را اجرا و درونی کردن عمل‌های جدید می‌دانند، جایی که اعمال جدید پذیرفته می‌شوند (٤٠). یک عمل نهادینه شده به‌عنوان رفتاری تعریف می‌گردد که در طول زمان استمرار دارد، به‌وسیله دو یا تعداد بیشتری از افراد در پاسخ به محرک یکسان اجرا می‌گردد و به‌عنوان واقعیت اجتماعی وجود دارد. رفتار به‌عنوان واقعیت اجتماعی[1] به این معنی است که رفتار خارج از وجود هر فردی قرار دارد، بخشی از حقیقت اجتماعی است و وابسته به هیچ فرد خاصی نمی‌باشد. یک عمل نهادینه شده رفتاری است که توسط چندین نفر در پاسخ به یک محرک یکسان انجام می‌شود. عمل نه تنها یک ساخت اجتماعی است، بلکه همچنین در یک زمینه اجتماعی رخ می‌دهد. افراد در زمینه اجتماعی دانش انجام رفتار هدف را دارند و اینکه دیگران این رفتار را با منطقی مشابه اجرا می‌کنند. نهایتاً، استمرار یک ویژگی مهم یک عمل نهادینه شده است، بدین معنی که عمل تمایل به اجرا شدن در طول زمان دارد. این سه ویژگی استمرار، فراگیری (انجام‌شدن توسط چندین نفر) و وجود به عنوان واقعیت اجتماعی ویژگی‌های عمل نهادینه شده را مشخص می‌کنند (۳۹). زوکر (۱۹۸۷)، بیان می‌کند فعالیت‌های نهادی شده، فعالیت‌هایی هستند که در طول دوره‌های زمانی بلند مدت بدون توجیه یا تفسیر بیشتر حفظ می‌شوند و شدیداً نسبت به تغییر مقاوم هستند (٤١). برگر و لاکمن (١٩٦٦)، اعمال نهادینه شده را رفتارهایی می‌دانند که معانی مشترکی از طریق فرایند نمونه‌سازی متقابل[2] کسب می‌کنند. اعمال نهادینه شده توسط اعضای سیستم اجتماعی بدون هیچ‌گونه تغییری در معانی این اعمال برای دیگر اعضای سیستم اجتماعی تکرارپذیر هستند (٤٢). با توجه به مطالب فوق‌الذکر و اینکه چه عواملی می‌تواند در نهادینه کردن ورزش همگانی در ایران مؤثر باشند، سؤال اصلی تحقیق این است که عوامل مؤثر در نهادینه کردن ورزش همگانی در ایران کدامند و مدل آن چگونه است؟ تا به‌عنوان مبنایی برای تبدیل آن به عملی مستمر، فراگیر و واقعیت اجتماعی قرار گیرد.

روش‌شناسی تحقیق

روش تحقیق

تحقیق حاضر، تحقیق آمیخته، از نوع اکتشافی بود که به روش میدانی اجرا گردید.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری تحقیق در بخش شناخت عوامل را متخصصان حوزه ورزش همگانی و نهادینه‌سازی تشکیل می‌دادند که با ۱۵ نفر از این افراد تا رسیدن به مرحله اشباع نظری مصاحبه گردید. در بخش دوم تدوین و طراحی مدل و آزمون آن جامعه آماری تحقیق متشکل از کلیه افراد درگیر در ورزش همگانی از جمله تمامی مدیران، کارشناسان و اعضای فدراسیون ورزش همگانی و هیئت‌های ورزش همگانی استان‌های کشور، دفتر توسعه ورزش همگانی وزارت ورزش و جوانان، مدیران و کارشناسان سازمان شهرداری تهران و تعدادی از دانشجویان مقطع دکتری مدیریت ورزشی به منظور تکمیل داده‌های لازم بود (جدول ۱). با توجه به نیاز به حجم بالایی از افراد جامعه تحقیق برای کسب داده‌های لازم جهت آزمون مدل تحقیق روش نمونه‌گیری تمام‌شمار برای انتخاب نمونه‌ها استفاده شد.

1. Social Reality
2. Reciprocal Typification

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

جدول ۱. جامعه و نمونه آماری مرحله دوم تحقیق

سازمان	زیر مجموعه‌ها	حجم جامعه	حجم نمونه	روش نمونه‌گیری
وزارت ورزش و جوانان	معاونت امور بانوان و توسعه ورزش همگانی	۱٤	۱٤	تمام شمار
فدراسیون ورزش‌های همگانی	مدیران و کارشناسان فدراسیون	۱٤	۱٤	تمام شمار
	رئیس و نایب‌رئیس هیئت‌های ورزش همگانی استان	٦۲	٦۲	
	رئیس و نایب‌رئیس انجمن‌های ورزشی	۲۲	۲۲	
سازمان ورزش شهرداری	مدیران و کارشناسان ستادی	۱۰۰	۱۰۰	تمام شمار
	مدیران مناطق ۲۲ گانه	٤٤	٤٤	
دانشگاه	دانشجویان دکتری مدیریت ورزشی	۵۰	۵۰	تمام شمار
جمع کل		۳۰٦	۳۰٦	

روش‌های جمع‌آوری اطلاعات

جهت گردآوری اطلاعات در زمینهٔ مبانی نظری و ادبیات تحقیق موضوع، از منابع کتابخانه‌ای، مقالات، کتاب‌های مورد نیاز و نیز از شبکه جهانی اطلاعات[1] استفاده شده است. همچنین به منظور جمع‌آوری داده‌ها برای تجزیه و تحلیل از مصاحبه و پرسش‌نامه محقق ساخته استفاده گردید. پرسش‌نامه مذکور در برگیرنده چهار بعد و ۲۸ عامل با سه سؤال مربوط به هر عامل بود که میزان تأثیر هر عامل را در نهادینه کردن ورزش همگانی (حضور مستمر در ورزش همگانی، فراگیری ورزش همگانی و واقعیت اجتماعی شدن ورزش همگانی در جامعه) مورد سنجش قرار می داد.

روایی و پایایی ابزار تحقیق

روایی پرسش‌نامه: برای تعیین روایی پرسش‌نامه از بررسی دقیق متون و ادبیات تحقیق در مورد ورزش همگانی و نهادینه کردن و دقت نظر اساتید و متخصصان در این زمینه (روایی محتوی و صوری) استفاده گردید.

پایایی پرسش‌نامه: به منظور بررسی پایایی پرسش‌نامه از آزمون ضریب آلفای کرونباخ استفاده گردید که پایایی ابزار تحقیق ۰/۹۱ به‌دست آمد. همچنین تحلیل عاملی تأییدی انجام گرفته برروی پرسش‌نامه جهت آزمون مدل تحقیق نیز نشان از روایی سازه بالای ابزار تحقیق دارد.

روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

برای آزمون مدل نهادینه کردن ورزش همگانی و همچنین اولویت‌بندی ابعاد و عوامل نهادینه کردن ورزش همگانی از روش‌های تجزیه و تحلیل آماری مانند آزمون کلموگروف اسمیرنف و تحلیل عاملی تأییدی استفاده گردید. تحلیل‌ها در این قسمت توسط نرم‌افزار SPSS و Lisrel انجام گردید.

نتایج و یافته‌ها

جدول ۲. توصیف نمونه‌های مطالعه در سازمان‌های تحت بررسی

ردیف	سازمان	تعداد	درصد
۱	وزارت ورزش و جوانان	۱۰	٤/۹
۲	فدراسیون ورزش‌های همگانی	۷۹	۳۵/۱
۳	سازمان ورزش شهرداری	۹۵	٤٦/۳
٤	دانشگاه	۲۸	۱۳/۷
کل		۲۰۵	۱۰۰

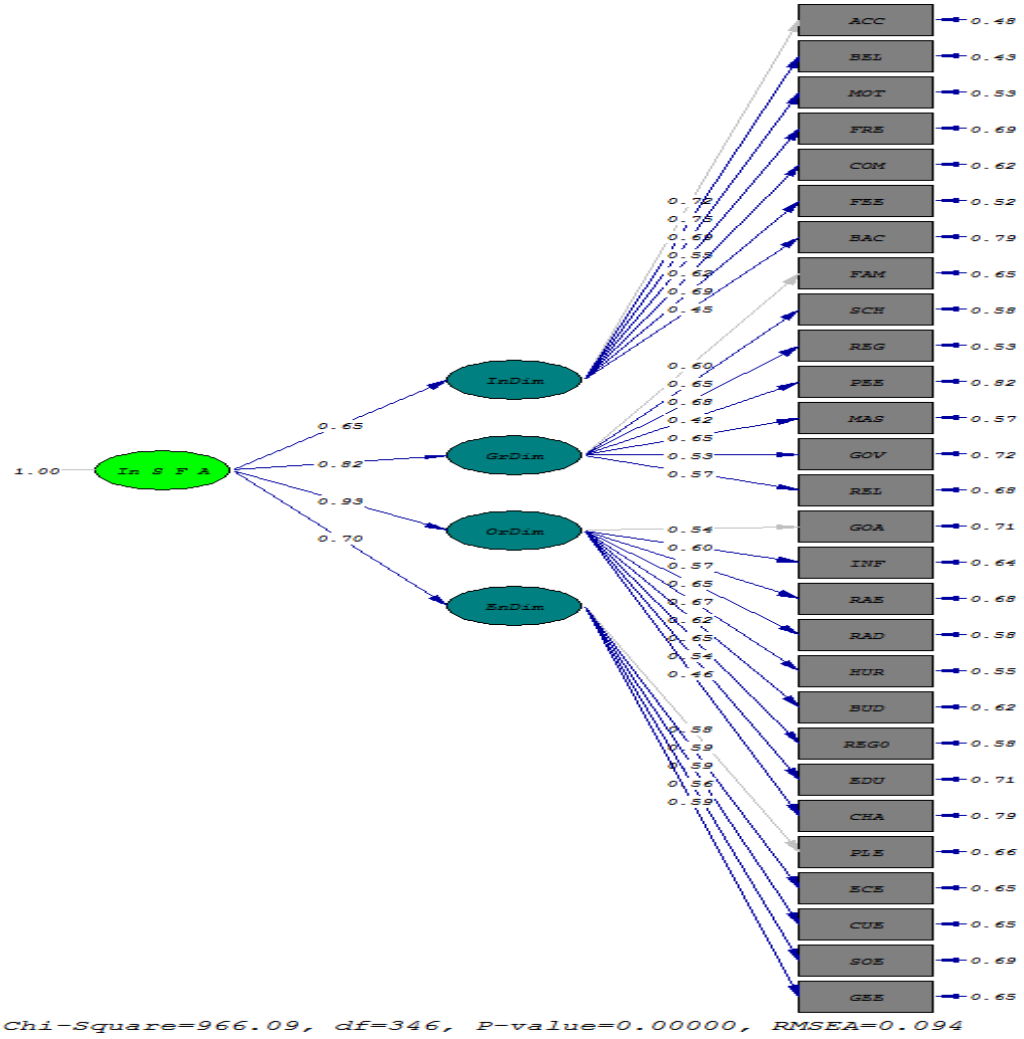
1. internet

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

نتایج جدول ۲، نشان می‌دهد از ۲۰۵ نمونه تحت بررسی، ۱۰ نفر در وزارت ورزش و جوانان (٤/۹٪)، ۷۹ نفر در فدراسیون ورزش‌های همگانی (۳۵/۱٪)، ۹۵ نفر در سازمان ورزش شهرداری (٤۳/۳٪) و ۲۸ نفر در دانشگاه (۱۳/۷٪) بودند.

مدل تحقیق



شکل ۱. مدل تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

بارهای عاملی استاندارد شده و سطح معناداری متغیرهای مدل

جدول ۳. بارهای عاملی استاندارد شده و سطح معناداری متغیرهای مدل

ردیف	متغیر پنهان	معرف در مدل	بار عاملی استاندارد شده	انحراف استاندارد	t	P_value	α	Pc
۱	بعد فردی	Acc	۱	–	–	–	۰/۸۳	۰/٦٥
		Bel	۰/۷٥	۰/۲۰	۹/۷۸	۰/۰۰۱*		
		Mot	۰/٦۹	۰/۲٤	۸/۹۸	۰/۰۰۱*		
		Fre	۰/٥٥	۰/٤٥	۷/۲۷	۰/۰۰۱*		
		Com	۰/٦۲	۰/۳٤	۸/۱۱	۰/۰۰۱*		
		Fee	۰/٦۹	۰/۲٥	۹/۰۱	۰/۰۰۱*		
		BaC	۰/٤٥	۰/۳۷	٥/۹۷	۰/۰۰۱*		
۲	بعد گروهی	Fam	۱	–	–	–	۰/۷۸	۰/۸۲
		Sch	۰/٦٥	۰/٤۰	۷/۱۱	۰/۰۰۱*		
		ReG	۰/٦۸	۰/۳۳	۷/۳۷	۰/۰۰۱*		
		Pee	۰/٤۲	۰/۳٥	٥/۰۷	۰/۰۰۱*		
		Mas	۰/٦٥	۰/۲۹	۷/۱٦	۰/۰۰۱*		
		Gov	۰/٥٥	۰/٤۳	٦/۱٤	۰/۰۰۱*		
		Rel	۰/٥۷	۰/۷۳	٦/٤٤	۰/۰۰۱*		
۳	بعد سازمانی	Goa	۱	–	–	–	۰/۸۳	۰/۹۳
		Inf	۰/٦۰	۰/۳۳	٦/٤۳	۰/۰۰۱*		
		RaE	۰/٥۷	۰/٤۱	٦/۲۲	۰/۰۰۱*		
		RaD	۰/٦٥	۰/۳۸	٦/۷٥	۰/۰۰۱*		
		HuR	۰/٦۷	۰/۳۱	٦/۹۱	۰/۰۰۱*		
		Bud	۰/٦۲	۰/۳۲	٦/٥٥	۰/۰۰۱*		
		Reg	۰/٦٥	۰/٤٥	٦/۷۷	۰/۰۰۱*		
		Edu	۰/٥٤	۰/۳۹	٥/۹۷	۰/۰۰۱*		
		Cha	۰/٤٦	۰/۳۲	٥/۳۰	۰/۰۰۱*		
٤	بعد محیطی	PlE	۱	–	–	–	۰/۷۱	۰/۷۰
		EcE	۰/٥۹	۰/٤۱	٦/۰۸	۰/۰۰۱*		
		CuE	۰/٥۹	۰/۳٥	٦/۰٤	۰/۰۰۱*		
		SoE	۰/٥٦	۰/۳۸	٥/۸٤	۰/۰۰۱*		
		GeE	۰/٥۹	۰/٦۱	٦/۰٥	۰/۰۰۱*		

**/* به ترتیب معناداری در سطح خطای ۰/۰۵ و ۰/۰۱

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

شاخص‌های برازش مدل تحقیق

جدول ۴. شاخص‌های برازش مدل تحقیق

ردیف	شاخص		مقدار	مقدار مطلوب	وضعیت
	معادل فارسی	معادل انگلیسی			
۱	خی‌دو	$\chi 2$	۹٦٦/۰۹	–	–
۲	ریشه میانگین مربعات باقیمانده	RMR	۰/۰٤۹	کم‌تر از ۰/۰۵	مطلوب
۳	شاخص برازش تطبیقی	CFI	۰/۹۰	مساوی یا بیش‌تر از ۰/۹۰	مطلوب
٤	شاخص برازش افزایشی	IFI	۰/۹۰	مساوی یا بیش‌تر از ۰/۹۰	مطلوب
۵	شاخص نیکویی برازش مقتصد	PGFI	۰/٦٤	بزرگ‌تر از ۰/۵۰	مطلوب
٦	ریشه میانگین مربعات خطای برآورد	RMSEA	۰/۰۹٤	کم‌تر از ۰/۱	مطلوب
۷	خی‌دو بهنجار شده	CMIN/DF	۲/۷۹۲	بین ۲ تا ۳	مطلوب

نتایج جدول ٤، گویای این مطلب است که شاخص‌های نسبت خی‌دو به درجه آزادی CMIN/DF برابر با ۲/۷۹۲، شاخص برازش مطلق RMR کم‌تر از ۰/۰۵، شاخص‌های برازش تطبیقی CFI و IFI برابر با ۰/۹۰، شاخص نیکویی برازش مقتصد PGFI برابر با ۰/٦٤ و شاخص RMSEA برابر با ۰/۰۹٤ در سطح قابل قبولی قرار دارند بدین معنی که مدل در تحقیق حاضر دارای برازش مطلوبی است و ساختار عاملی در نظر گرفته شده برای آن قابل قبول می‌باشد و از برازش مناسبی برخوردار است. در مدل مرتبه دوم نهادینه کردن ورزش همگانی تمامی ضرایب بین هر یک از ابعاد و نهادینه کردن ورزش همگانی (کم‌ترین ۰/٦۵ و بیش‌ترین ۰/۹۳) و همچنین ضرایب بین عوامل و ابعاد (کم‌ترین ۰/٤۲ و بیش‌ترین ۰/۷۵) معنی‌دار و در سطح قابل قبولی قرار دارند.

رتبه‌بندی ابعاد و عوامل مؤثر بر نهادینه کردن ورزش همگانی

جدول ۵. رتبه‌بندی اثر عوامل مؤثر بر نهادینه کردن ورزش همگانی در بعد فردی

ردیف	عامل	بار عاملی استاندارد شده	انحراف استاندارد	t	P_value	رتبه
۱	پذیرش	۰/۷۲	۰/۲۱	۹/۷۱	۰/۰۰۱*	۲
۲	باور و نگرش	۰/۷۵	۰/۲۰	۹/۷۸	۰/۰۰۱*	۱
۳	انگیزش	۰/٦۹	۰/۲٤	۸/۹۸	۰/۰۰۱*	۳/۵
٤	آزادی انتخاب	۰/۵۵	۰/٤۵	۷/۲۷	۰/۰۰۱*	۵
۵	تعهد	۰/٦۲	۰/۳٤	۸/۱۱	۰/۰۰۱*	٤
٦	بازخورد	۰/٦۹	۰/۲۵	۹/۰۱	۰/۰۰۱*	۳/۵
۷	ویژگی‌های زمینه‌ای	۰/٤۵	۰/۳۷	۵/۹۷	۰/۰۰۱*	۷

**/* به ترتیب معناداری در سطح خطای ۰/۰۵ و ۰/۰۱

نتایج جدول ۵، نشان می‌دهد مهم‌ترین عامل در بعد فردی (بر اساس بارهای عاملی) باور و نگرش با بار عاملی ۰/۷۵ است. بعد از آن به‌ترتیب پذیرش با بار عاملی ۰/۷۲، انگیزش و بازخورد با بار عاملی یکسان ۰/٦۹، تعهد با بار عاملی ۰/٦۲، آزادی انتخاب با بار عاملی ۰/۵۵ و ویژگی‌های زمینه‌ای با بار عاملی ۰/٤۵ قرار دارند.

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

جدول ۶. رتبه‌بندی اثر عوامل مؤثر بر نهادینه کردن ورزش همگانی در بعد گروهی

ردیف	عامل	بار عاملی استاندارد شده	انحراف استاندارد	t	P_value	رتبه
۱	خانواده	۰/٦۰	۰/٤۰	٦/۹۸	۰/۰۰۱*	٤
۲	مدرسه	۰/٦٥	۰/٤۰	۷/۱۱	۰/۰۰۱*	۲/٥
۳	گروه‌های مرجع	۰/٦۸	۰/۳۳	۷/۳۷	۰/۰۰۱*	۱
٤	دوستان و همسالان	۰/٤۲	۰/۳٥	٥/۰۷	۰/۰۰۱*	۷
٥	رسانه‌های جمعی	۰/٦٥	۰/۲۹	۷/۱٦	۰/۰۰۱*	۲/٥
٦	دولت	۰/٥٥	۰/٤۳	٦/۱٤	۰/۰۰۱*	٦
۷	نهادهای مذهبی	۰/٥۷	۰/۷۳	٦/٤٤	۰/۰۰۱*	٥

**/* به ترتیب معناداری در سطح خطای ۰/۰٥ و ۰/۰۱

نتایج جدول ٦، نشان می‌دهد مهم‌ترین عامل در بعد گروهی (بر اساس بارهای عاملی) گروه‌های مرجع با بار عاملی ۰/٦٥ است. بعد از آن به ترتیب مدرسه و رسانه‌های جمعی با بار عاملی یکسان ۰/٦٥، خانواده با بار عاملی ۰/٦۰، نهادهای مذهبی با بار عاملی ۰/٥۷، دولت با بار عاملی ۰/٥٥ و دوستان و همسالان با بار عاملی ۰/٤۲ قرار دارند.

جدول ۷. رتبه‌بندی اثر عوامل مؤثر بر نهادینه کردن ورزش همگانی در بعد سازمانی

ردیف	عامل	بار عاملی استاندارد شده	انحراف استاندارد	t	P_value	رتبه
۱	اهداف و راهبردها	۰/٥٤	۰/٤٥	٥/۹٥	۰/۰۰۱*	۷/٥
۲	زیرساخت‌ها و امکانات	۰/٦۰	۰/۳۳	٦/٤۳	۰/۰۰۱*	٥
۳	سیستم پاداش و تشویق	۰/٥۷	۰/٤۱	٦/۲۲	۰/۰۰۱*	٦
٤	واحد تحقیق و توسعه	۰/٦٥	۰/۳۸	٦/۷٥	۰/۰۰۱*	۲/٥
٥	منابع انسانی	۰/٦۷	۰/۳۱	٦/۹۱	۰/۰۰۱*	۱
٦	بودجه	۰/٦۲	۰/۳۲	٦/٥٥	۰/۰۰۱*	٤
۷	قوانین و مقررات	۰/٦٥	۰/٤٥	٦/۷۷	۰/۰۰۱*	۲/٥
۸	آموزش	۰/٥٤	۰/۳۹	٥/۹۷	۰/۰۰۱*	۷/٥
۹	ویژگی‌های ورزش	۰/٤٦	۰/۳۲	٥/۳۰	۰/۰۰۱*	۹

**/* به ترتیب معناداری در سطح خطای ۰/۰٥ و ۰/۰۱

نتایج جدول ۷، نشان می‌دهد مهم‌ترین عامل در بعد سازمانی (بر اساس بارهای عاملی) منابع انسانی با بار عاملی ۰/٦۷ است. بعد از آن به ترتیب واحد تحقیق و توسعه و قوانین و مقررات با بار عاملی یکسان ۰/٦٥، بودجه با بار عاملی ۰/٦۲، زیرساخت‌ها و امکانات با بار عاملی ۰/٦۰، سیستم پاداش و تشویق با بار عاملی ۰/٥۷، اهداف و راهبردها و آموزش با بار عاملی یکسان ۰/٥٤ و ویژگی‌های ورزش با بار عاملی ۰/٤٦ قرار دارند.

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

جدول ۸. رتبه‌بندی اثر عوامل مؤثر بر نهادینه کردن ورزش همگانی در بعد محیطی

ردیف	عامل	بار عاملی استاندارد شده	انحراف استاندارد	t	P_value	رتبه
۱	محیط سیاسی و حقوقی	۰/۵۸	۰/۵۸	۵/۹۸	۰/۰۰۱*	٤
۲	محیط اقتصادی	۰/۵۹	۰/٤۱	٦/۰۸	۰/۰۰۱*	۲
۳	محیط فرهنگی	۰/۵۹	۰/۳۵	٦/۰٤	۰/۰۰۱*	۲
٤	محیط اجتماعی	۰/۵٦	۰/۳۸	۵/۸٤	۰/۰۰۱*	۵
۵	محیط جغرافیایی	۰/۵۹	۰/٦۱	٦/۰۵	۰/۰۰۱*	۲

**/* به ترتیب معناداری در سطح خطای ۰/۰۵ و ۰/۰۱

نتایج جدول ۸، نشان می‌دهد مهم‌ترین عامل در بعد محیطی (بر اساس بارهای عاملی) محیط اقتصادی، فرهنگی و جغرافیایی با بار عاملی یکسان ۰/۵۹ هستند، بعد از آن به ترتیب محیط سیاسی و حقوقی با بار عاملی ۰/۵۸و محیط اجتماعی با بار عاملی ۰/۵٦ قرار دارند.

جدول ۹. رتبه‌بندی اثر ابعاد مؤثر بر نهادینه کردن ورزش همگانی

ردیف	عامل	بار عاملی استاندارد شده	انحراف استاندارد	t	P_value	رتبه
۱	بعد فردی	۰/٦۵	۰/۵۸	۷/۳۱	۰/۰۰۱*	٤
۲	بعد گروهی	۰/۸۲	۰/۳۲	۷/٤٦	۰/۰۰۱*	۲
۳	بعد سازمانی	۰/۹۳	۰/۱۳	۷/۳٤	۰/۰۰۱*	۱
٤	بعد محیطی	۰/۷۰	۰/۵۱	٦/۳٤	۰/۰۰۱*	۳

**/* به ترتیب معناداری در سطح خطای ۰/۰۵ و ۰/۰۱

نتایج جدول ۹، نشان می‌دهد مهم‌ترین بعد در نهادینه کردن ورزش همگانی (بر اساس بارهای عاملی) بعد سازمانی با بار عاملی ۰/۹۳ است. بعد از آن به ترتیب بعد گروهی با بار عاملی ۰/۸۲، بعد محیطی با بار عاملی ۰/۷۰ و بعد فردی با بار عاملی ۰/٦۵ قرار دارند.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج مدل تحقیق نشان داد بعد سازمانی مهم‌ترین بعد در نهادینه کردن ورزش همگانی در ایران بودند، بعد از آن به ترتیب بعد گروهی، محیطی و فردی قرار داشتند. هر عامل یا متغیری در نهادینه کردن یک عمل یا رفتار سه کارکرد یعنی کارکرد تنظیمی، هنجاری و شناختی دارد. به نظر می‌رسد عوامل تنظیمی در اوایل نهادینه کردن یک رفتار مهم و اساسی باشند. از آنجا که ورزش همگانی در کشور در ابتدای راه خود است و آنچنان رشد و توسعه نیافته مستلزم ساختارمندی و چارچوب‌مندی بیشتری برای گسترش و توسعه است. بنابراین عوامل سازمانی می‌توانند باعث ساختاریابی و چارچوب‌مند شدن ورزش همگانی و نهایتاً نهادینه‌شدن آن شوند، چرا که به نظر می‌رسد کارکرد تنظیمی عوامل سازمانی نسبت به کارکردهای دیگر بیشتر باشد. از این رو است که با توجه به موقعیت فعلی ورزش همگانی پاسخ‌گویان مجموعه عوامل سازمانی را مهم‌تر از بقیه عوامل در نهادینه کردن ورزش همگانی عنوان کرده‌اند. بعد از چارچوب‌مندی و نظامند شدن ورزش همگانی و شکل‌گیری اولیه آن عوامل هنجاری می‌توانند نهادینه کردن آن را تسریع و تسهیل کنند، بنابراین کارکرد هنجاری در این زمینه مهم و ضروری می‌گردد. در زمینه کارکرد هنجاری، عوامل مذکور می‌توانند باعث شکل‌گیری ارزش‌ها، هنجارها، باورها و نگرش‌ها و رفتارهای فعالیت بدنی و ورزش در بین افراد جامعه گردند، در این بین به خصوص نقش عوامل گروهی و محیطی مهم‌تر جلوه می‌کند، چرا که این عوامل در شکل‌گیری ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی سهم بزرگی دارند. نهایتاً شکل‌گیری دانش و

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

شناخت خاص در ارتباط با ورزش همگانی به‌عنوان یک فعالیت بدنی ارتقاء دهنده سلامتی، نهادینه کردن آن را در وجود افراد تحت تأثیر قرار می‌دهد. چنین دانشی نیروی محرک رفتار نهادی شده را تشکیل می‌دهد. در این خصوص عوامل فردی در زمینه شناختی می‌توانند نقش مهمی ایفا کنند. در ارتباط با نقش عوامل فردی باید گفت نهادینه کردن هر عمل یا رفتاری از فرد شروع می‌گردد و نهایتاً با فراگیری در تمام سطوح جامعه اشاعه و استمرار می‌یابد. بنابراین، نقش عوامل فردی در نهادینه کردن رفتار ورزش همگانی در جامعه بسیار مهم و اساسی است، چرا که این عوامل زمینه پذیرش و استمرار رفتار فعالیت بدنی و ورزش را در افراد فراهم می‌کنند. با این وجود، مجموعه عوامل فردی در رتبه آخر عوامل مؤثر بر نهادینه کردن ورزش همگانی در ایران قرار گرفتند. شاید دلیل آن این باشد که کارکرد و تأثیرگذاری عوامل فردی در گرو عملکرد مطلوب دیگر عوامل است و تا عوامل دیگر به خوبی عمل نکنند، این عوامل نتوانند عملکرد و تأثیر خوبی بگذارند، از این رو، از نظر پاسخ‌گویان در رتبه آخر قرار گرفته‌اند. چنین اولویتی با توجه به قرار داشتن ورزش همگانی در مراحل اولیه شکل‌گیری و رشد خود که مستلزم تمرکز بر سایر عوامل به خصوص عوامل سازمانی جهت شکل‌دهی و چارچوب‌مند کردن ورزش همگانی در جامعه است، منطقی به نظر می‌رسد، چرا که کارکرد مناسب مجموعه عوامل سازمانی می‌توانند به ساختاریابی و چارچوب‌مند شدن ورزش همگانی منجر گردند و عوامل گروهی و محیطی در پیشبرد و هدایت صحیح عوامل سازمانی نقش شایانی ایفا کنند. احتمال است پاسخ‌گویان نظر بر این داشته باشند که ابتدا ورزش همگانی جایگاه، ساختار و نظام خاصی در جامعه پیدا کند و سپس نهادینه کردن آن در وجود تک تک افراد جامعه در دستور کار قرار گیرد که این چارچوب‌مندی می‌تواند نهادینه شدن ورزش همگانی به‌عنوان یک فعالیت بدنی ارتقاء دهنده سلامتی، شادابی و نشاط را در وجود تک تک افراد جامعه تسهیل کند.

همچنین نتایج مدل تحقیق نشان داد در بین ابعاد مختلف در نهادینه کردن ورزش‌همگانی، بعد سازمانی مهم‌ترین بعد بود. از طرفی مهم‌ترین عامل در بعد سازمانی منابع‌انسانی با بار عاملی ۰/٦٧ بود. بعد از آن به‌ترتیب واحد تحقیق و توسعه و قوانین و مقررات با بار عاملی یکسان ۰/٦٥، بودجه با بار عاملی ۰/٦٢، زیرساخت‌ها و امکانات با بار عاملی ۰/٦۰، سیستم پاداش و تشویق با بار عاملی ۰/٥٧، اهداف و راهبردها و آموزش با بار عاملی یکسان ۰/٥٤ و ویژگی‌های ورزش با بار عاملی ۰/٤٦ قرار داشتند. در بعد سازمانی، منابع انسانی اعم از مدیران شایسته و لایق، کارکنان متعهد و متخصص و مربیان کارآمد در امر ورزش همگانی مهم‌ترین عامل در نهادینه کردن ورزش همگانی بودند. آنها نقش مهمی در همگانی کردن ورزش دارند. نقش نیروی انسانی متخصص در توسعه ورزش همگانی کشور در تحقیقات (٢٤، ٢٥، ٢٨، ٣١ و ٣٤) تأیید شده است. واحد تحقیق و توسعه و قوانین و مقررات در رتبه بعدی بودند. مستلزم رشد، توسعه و پیشرفت در ورزش همگانی انجام تحقیقات و مطالعات بنیادی، کاربردی و تطبیقی است، تحقیق در مورد موانع توسعه ورزش همگانی، نیازسنجی از افراد، روندهای مشارکت در ورزش همگانی، شناخت گروه‌های هدف و تحقیقات تطبیقی و الگوبرداری از کشورهای پیشرفته در بخش ورزش همگانی می‌تواند زمینه‌ساز رشد و گسترش ورزش همگانی در جامعه و نهایتاً نهادینه شدن آن گردد. تحقیقات (٢٤، ٢٥ و ٤٣) دال بر این موضوع هستند. از طرفی، وضع قوانین و مقررات مشوق فعالیت بدنی و ورزش، ضمانت‌های اجرایی و کنترل می‌تواند بروز این رفتارها را در افراد تشویق کند. قوانین و مقررات می‌تواند هم در بعد تشویقی و هم در بعد تنبیهی تدوین و تصویب گردند که هر کدام به نحوی انجام فعالیت بدنی و ورزش را ترغیب می‌کنند. به علاوه، ظرفیت‌سازی حقوقی و قانونی نیز به رشد و توسعه و نهادینه شدن ورزش همگانی کمک می‌کند. پاره‌ای از تحقیقات نقش تدوین قوانین و مقررات را در ارتقاء و توسعه ورزش و فعالیت بدنی، توسعه ورزش همگانی و نهادینه کردن تأیید کرده‌اند (٢٥، ٣١، ٤٤ و ٤٥). بودجه عامل مؤثر بعدی در نهادینه کردن ورزش همگانی در بعد عوامل سازمانی بود. بودجه عامل بسیار مهمی در رشد و توسعه به شمار می‌آید. تمام مجموعه عوامل بعد سازمانی و همچنین ابعاد دیگر برای رسیدن به اهداف و مقاصد خود مستلزم منابع مالی کافی و به موقع هستند، در واقع بودجه عامل حرکت سایر بخش‌های دیگر است. نقش بودجه به‌عنوان یکی از ابزارهای لازم برای افزایش سطح فعالیت بدنی، توسعه ورزش همگانی و نهادینه کردن در تحقیقات (٢٤، ٣١، ٤٣ و ٤٧) تأیید شده است. عامل مؤثر بعدی در نهادینه کردن ورزش همگانی در بعد عوامل سازمانی زیرساخت‌ها و امکانات بودند. نقش زیرساخت‌ها و امکانات در شروع و به خصوص استمرار فعالیت بدنی و ورزش بسیار مهم است چرا که افراد به دلایل مختلف ممکن است تصمیم به پذیرش و شروع فعالیت بدنی و ورزش کنند اما استمرار فعالیت

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

بدنی و ورزش مستلزم وجود زیرساخت‌ها و امکانات ورزشی مناسب، کافی و در دسترس است. در این راستا، تحقیقات مختلف نقش زیرساخت‌ها و امکانات ورزشی (موجودیت، قابلیت دسترسی، کیفیت و راحتی) را در افزایش مشارکت افراد در ورزش و فعالیت بدنی و همچنین توسعه ورزش‌های همگانی تأیید کرده‌اند (۲٤، ۲۵، ۲۸، ۲۹، ۳۱، ۳۳، ۳٤، ٤٤، ٤۸، ٤۹، ۵۰). سیستم پاداش و تشویق عامل مؤثر بعدی در نهادینه کردن ورزش همگانی در بعد سازمانی بود. عوامل انگیزشی نقش مهمی در شروع و ادامه یک رفتار در افراد دارند. از این رو، سیستم پاداش و تشویق از طریق ارائه انواع مختلف پاداش و همچنین تشویق عموم مردم برای مشارکت در ورزش‌های همگانی می‌تواند زمینه‌ساز حضور بیشتر افراد در این فعالیت‌ها باشد و از طرفی سیستم تشویق و پاداش عادلانه در بخش منابع انسانی باعث تشویق و ترغیب آنها جهت اجرای بهتر وظایف و حرکت به سوی اهداف از پیش تعیین شده خواهد گردید. پاره‌ای از تحقیقات نقش پاداش و سیستم پاداش و تشویق را در توسعه ورزش همگانی و نهادینه کردن تأیید کرده‌اند (۲٤، ۵۱، ۵۲). عوامل مؤثر بعدی در نهادینه کردن ورزش همگانی در بعد عوامل سازمانی اهداف و راهبردها و آموزش ورزش همگانی بود. هر اقدام یا عملی نیازمند هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی صحیح و جامع‌نگر است. بدون داشتن اهداف و راهبردهای مناسب امکان کسب موفقیت‌های اثربخش وجود ندارد. به عنوان مثال، جوادی‌پور (۱۳۹۰)، در بررسی وضعیت ورزش همگانی در کشورهای استرالیا، آلمان، ژاپن، مالزی، فنلاند و دانمارک نشان داد که برنامه‌های منظمی برای رشد و توسعه ورزش همگانی در این کشورها بیش از ۵۰ سال سابقه دارد که زمینه‌ساز رشد و توسعه این مهم را در این کشورها فراهم نموده است (۲۹). از طرفی، آموزش ورزش همگانی باعث افزایش دانش و آگاهی عمومی از ارزش‌های ورزش و فعالیت‌بدنی، شکل‌گیری باور و نگرش مثبت نسبت به ورزش و فعالیت بدنی، همچنین مهارت‌های لازم برای مشارکت در ورزش و فعالیت بدنی خواهد شد. تمام این تغییرات باعث افزایش مشارکت افراد در ورزش‌های همگانی خواهند شد. آموزش ورزش همگانی باید هم در بخش منابع انسانی و هم در بخش عموم مردم صورت گیرد. نقش آموزش در رشد و توسعه ورزش همگانی و نهادینه کردن انکارناپذیر است و تحقیقات مختلفی این موضوع را تأیید کرده‌اند (۲۵، ۲۸، ۳٤، ٤٤، ٤۵، ۵۳، ۵٤ و ۵۵). آخرین عامل مؤثر در نهادینه کردن ورزش همگانی در بعد عوامل سازمانی ویژگی‌های ورزش همگانی بود. ورزش همگانی برای رسیدن به اهداف خود، افزایش سطح سلامت، شادابی و نشاط جامعه و افزایش مشارکت حداکثری در آن مستلزم ویژگی‌های خاصی است. افراد خواهان شرکت در فعالیت‌هایی هستند که لذت‌بخش، ساده و متنوع باشند. بنابراین اگر فعالیت‌های ورزش همگانی از ماهیت لذت‌بخشی برخوردار باشند مشارکت در آنها افزایش خواهد یافت. این موضوع در تحقیقاتی مانند (٤۸، ۵۵، ۵٦ و۵۷) تأیید شده است. از طرفی تحقیقات مختلف نشان داده‌اند که لذت بردن از ورزش و فعالیت بدنی باعث حضور مستمر در این فعالیت‌ها و تعهد ورزشی فرد می‌گردد (۵۸، ۵۹، ٦۰، ٦۱ و ٦۲). از طرف دیگر افراد بیشتر متمایل به فعالیت‌هایی هستند که ضمن ایجاد لذت و شادی از راحتی خاصی نیز برخوردار باشند، این موضوع در تحقیقات (٦۳ و ٦٤) تأیید شده است. نهایتاً تنوع فعالیت‌ها مسئله مهمی است چرا که باعث می‌شود افراد فعالیت مورد نظر خود را انتخاب و در آن شرکت کنند. این انتخاب زمینه حضور بیشتر و نهادینه شدن آن رفتار را در فرد فراهم می‌کند. به عنوان مثال، کارلس (۲۰۰۷)، نشان داد تنوع اشکال فعالیت بدنی از عوامل شروع و حفظ مشارکت در فعالیت بدنی در مردان با بیماری روانی حاد بود (٦۵).

بعد گروهی دومین بعد مؤثر بر نهادینه کردن ورزش همگانی در ایران بود. در این بعد، مهم‌ترین عامل گروه‌های مرجع با بار عاملی ۰/٦۵ بود. بعد از آن به ترتیب مدرسه و رسانه‌های جمعی با بار عاملی یکسان ۰/٦۵، خانواده با بار عاملی ۰/٦۰، نهادهای مذهبی با بار عاملی ۰/۵۷، دولت با بار عاملی ۰/۵۵ و دوستان و همسالان با بار عاملی ۰/٤۲ قرار داشتند. گروه‌های مرجع اولین عامل مهم در نهادینه کردن ورزش همگانی در بعد گروهی بودند. گروه مرجع، گروهی است که افراد خود را با آن مقایسه و با استانداردهای آن ارزیابی می‌کنند. این گروه‌ها تأثیر زیادی در نگرش‌ها و طرز تلقی افراد دارند و روابط آنها را با سایر گروه‌ها تحت تأثیر قرار می‌دهند. گروه‌هایی نظیر قشر هنرمندان، هنرپیشه‌ها، نویسندگان، روحانیون و افراد نخبه و الگو جزء گروه‌های مرجع بسیاری از افراد به خصوص قشر نوجوان و جوان جامعه به حساب می‌آیند. گروه‌های مرجع شکل‌گیری هنجارها و ارزش‌هایی خاصی را باعث می‌گردند. در ارتباط با نقش گروه‌های مرجع در شکل‌گیری عادات فعالیت بدنی و ورزشی افراد تحقیقی صورت نگرفته است، ولی پاره‌ای از تحقیقات به طور

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

ضمنی به نقش این افراد و گروه‌ها در مشارکت افراد در ورزش و فعالیت بدنی اشاره کرده‌اند (٤٤، ٦١ و ٦٦). مدرسه و رسانه‌های جمعی در رتبه بعدی قرار داشتند. مدرسه نقش مهمی در پیشبرد و پالایش مهارت‌های از قبل یاد گرفته شده افراد بازی می‌کند. همچنین مدرسه در عادت دادن افراد به فعالیت بدنی و ورزش، ترغیب و گسترش الگوهای اولیهٔ جذب افراد به ورزش از طریق برنامه‌های ورزشی درون مدرسه و ... نقش دارد، از طرفی فضای مدرسه برای انجام شکل‌های گوناگون فعالیت بدنی و ورزش مهم است. در مدارس به‌ویژه، معلمان و مربیان ورزش بسیار حائز اهمیت می‌باشند و نقش کلیدی در ترغیب و تشویق افراد به فعالیت بدنی و ورزش دارند. نقش آنها با وجود زیرساخت و امکانات ورزشی مناسب و در دسترس تکمیل خواهد شد. بنابراین، مدارس می‌توانند نقش مهمی در نهادینه کردن فعالیت بدنی و ورزش با رویکرد همگانی در افراد داشته باشند. تحقیقات مختلفی نقش مدارس و به خصوص معلمان و زیرساخت‌های مدراس و برنامه‌های سازمان یافته ورزشی در مدراس را در گرایش افراد به فعالیت بدنی و ورزش تأیید کرده‌اند (٤٤، ٥٧، ٦٠، ٦٤ و٦٧). از طرفی گرایش به ورزش‌های همگانی مستلزم آگاهی‌بخشی، اطلاع‌رسانی و آموزش است. انجام این امور از طریق رسانه‌های جمعی امکان‌پذیر هستند. امروزه رسانه‌ها جزیی از زندگی مردم شده‌اند و منبع شکل‌گیری باورها، نگرش‌ها و رفتارهای افراد می‌باشند. بخش زیادی از فرهنگ، ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی از طریق رسانه‌ها انتقال می‌یابد. نفوذ و تأثیر رسانه تا جایی است که برخی اعتقاد دارند رسانه‌ها اولویت ذهنی و حتی رفتاری افراد را تعیین می‌کنند. تحقیقات مختلف نقش رسانه‌ها را در شکل‌گیری باورها، نگرش‌ها و گرایش افراد به ورزش و فعالیت بدنی تأیید کرده‌اند (٤٨، ٦٨ و ٦٩). تحقیقات مختلفی نیز نشان داده‌اند که رسانه‌های جمعی نقش مهمی در توسعه و گسترش ورزش همگانی دارند (٢٤، ٢٥، ٢٧، ٢٨، ٣١، ٣٢، ٣٣ و ٣٤). از طرفی پاره‌ای از تحقیقات نشان داده‌اند که اطلاع‌رسانی و رسانه‌ها نقش مهمی در نهادینه کردن بازی می‌کنند (٥٢ و ٧٠). خانواده عامل مؤثر بعدی در نهادینه کردن ورزش همگانی در بعد گروهی بود. خانواده به عنوان یک گروه مرجع مهم برای افراد به حساب می‌آید. در دوران کودکی، کودکان والدین خود را منبع ارزیابی و تعیین هویت به حساب می‌آورند. در این سال‌ها کودکان سعی در تقلید و الگو برداشتن از والدین خود دارند. والدین ورزشکار یا والدینی که به انجام فعالیت بدنی و ورزش می‌پردازند یا مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش را تشویق و حمایت می‌کنند، می‌توانند الگوی مهمی برای شروع و استمرار فعالیت بدنی و ورزش توسط کودکان باشند، زیرا روشن است که هر چه گرایش مثبت والدین به سمت فعالیت بدنی و ورزش بیشتر باشد فرزندان نیز به انجام این فعالیت‌ها بیش‌تر سوق می‌یابند. از طرفی نقش سایر اعضای خانواده نیز مانند خواهران و برادران به عنوان الگو، حامی و مشوق مهم و مؤثر است. تحقیقات مختلف نقش والدین و سایر اعضای خانواده را در جذب و حفظ کودکان در فعالیت بدنی و ورزش تأیید کرده‌اند (٤٤، ٥٧، ٦٠، ٦٤، ٧١ و ٧٢). عامل مؤثر بعدی در نهادینه کردن ورزش همگانی در بعد گروهی نهادهای مذهبی بودند. نهادهای مذهبی اعم از پایگاه‌های بسیج، مقاومت، هئیت‌ها، مساجد و ... می‌توانند با فراهم نمودن زمینه و شرایط لازم برای شرکت افراد ـ حداقل افراد عضو ـ در فعالیت بدنی و ورزش با رویکرد همگانی و حمایت معنوی از فعالیت بدنی و ورزش با برگزاری جلسات سخنرانی و بحث پیرامون اهمیت و ارزش فعالیت بدنی و ورزش از نگاه دین و مذهب در زندگی شخصی و اجتماعی افراد برای ایجاد باور و نگرش مثبت نسبت به این فعالیت‌ها و ترغیب افراد جهت مشارکت در آنها نقش ایفا کنند. دولت عامل مؤثر بعدی در نهادینه کردن ورزش همگانی در ایران در بعد گروهی بود. دولت نقش مهمی در رشد، پیشرفت و نهادینه کردن ورزش همگانی دارد. حمایت و پشتیبانی دولت در اختصاص بودجه به ورزش همگانی، تهیه زیرساخت‌ها و امکانات ورزشی، وضع قوانین و مقررات سازمانی در امر ورزش همگانی، آموزش و به‌کارگیری مدیران و افراد شایسته در حیطه ورزش همگانی و ... از این جمله است. برخی از تحقیقات نقش دولت را در گسترش ورزش همگانی و فعالیت‌های اوقات فراغت تأیید کرده‌اند (٢٩، ٤٣، ٤٧ و ٧٣). نهایتاً دوستان و همسالان آخرین عامل مؤثر در این بعد بودند. دوستان و همسالان از جمله گروه‌های مرجع افراد به حساب می‌آیند و می‌توانند مشوق یا مانع مشارکت فرد در فعالیت بدنی و ورزش باشند. نقش دوستان و همسالان به خصوص در سال‌های نوجوانانی و جوانی که افراد به محیط‌های بیرون از خانه تمایل پیدا می‌کنند بسیار حائز اهمیت است. پاره‌ای از تحقیقات به نقش مهم دوستان و همسالان در مشارکت افراد در ورزش و فعالیت بدنی اشاره کرده‌اند (٤٤، ٤٧، ٦٢ ٦٤، ٦٧ و ٧٢).

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

سومین بعد مؤثر بر نهادینه کردن ورزش همگانی در ایران بعد محیطی بود. مهم‌ترین عوامل در این بعد محیط اقتصادی، فرهنگی و جغرافیایی با بار عاملی یکسان ۰/۵۹بودند، بعد از آن محیط سیاسی و حقوقی با بار عاملی ۰/۵۸و محیط اجتماعی با بار عاملی ۰/۵٦ قرار داشتند. نتایج نشان می‌دهد محیط اقتصادی، فرهنگی و جغرافیایی تأثیر یکسانی بر نهادینه کردن ورزش همگانی در ایران دارند. محیط اقتصادی در برگیرنده تحولات اقتصادی، نرخ تورم و گرانی، سطح درآمد ملی و... است. تحولات و وضعیت اقتصادی کشورها تأثیر زیادی بر سطح رشد و توسعه ورزش دارد. نرخ مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش در کشورهای در حال توسعه بسیار پایین‌تر از کشورهای توسعه یافته است. در کشورهای در حال توسعه به خاطر مشکلات اقتصادی فعالیت بدنی و ورزش جزء اولویت‌های اصلی افراد نیست و مسائل دیگر مانند رفع نیازهای فیزیولوژیک و ایمنی در اولویت بالاتری قرار دارند. از طرفی در کشورهای پیشرفته به خاطر وضعیت اقتصادی نسبتاً خوب افراد جامعه، آنها آزادی بیشتری برای هزینه کردن در فعالیت بدنی و ورزش دارند. علاوه بر این باورها، اعتقادات، ارزش‌ها و هنجارهای افراد جامعه که شکل‌گیری رفتارهای فردی را در پی دارند می‌توانند ورزش و فعالیت بدنی را تشویق یا منع کنند. به نظر می‌رسد این دسته عوامل یعنی عوامل فرهنگی تأثیر مهمی بر سطوح فعالیت بدنی و ورزش افراد داشته باشند. همچنین منابع طبیعی شامل کوه‌ها، دریاها، دریاچه‌ها، دشت‌ها، پارک‌های طبیعی، تپه‌ها و حتی مناطق کویری می‌توانند شروع و استمرار فعالیت بدنی و ورزش را در افراد تشویق و ترغیب کنند. با به کارگیری مؤثر این فضاها که در کشور شاهد تعداد زیادی از آنها هستیم همراه با طراحی و اجرای انواع رشته‌های ورزش همگانی مناسب با این مناطق و تشویق و ترغیب افراد برای مشارکت در آنها می‌توان باعث افزایش سطح فعالیت بدنی افراد و در نتیجه سلامتی، نشاط و شادابی جامعه را فراهم آورد. تحقیقات مختلف نقش عوامل اقتصادی را در توسعه ورزش همگانی و نهادینه کردن تأیید کرده‌اند (۲٤، ۲۵، ۲۸، ۳۱ و ۷٤). از طرفی برخی از تحقیقات نشان داده‌اند که وضعیت اقتصادی افراد بر پذیرش و استمرار فعالیت بدنی و ورزش تأثیرگذار است (٤٤ و ۷۵). همچنین تحقیقات مختلف نقش عوامل فرهنگی در مشارکت در ورزش و فعالیت بدنی، توسعه ورزش همگانی و نهادینه کردن را تأیید کرده‌اند (۲۸، ۳۱، ٦۷ و ۷٤ و ۷٦). نهایتاً نقش محیط جغرافیایی را در رشد و توسعه ورزش همگانی و افزایش سطح مشارکت فعالیت بدنی در تحقیقات (۳۱، ٤۳ و ٤٤) تأیید شده است. عامل مؤثر بعدی در بعد محیطی در نهادینه کردن ورزش همگانی محیط سیاسی و حقوقی بود. محیط سیاسی و حقوقی در برگیرنده تغییر و تحولات سیاسی، نگرش سیاستمداران، اسناد قانونی در ارتباط با ورزش و همسویی با قوانین و مقررات است. تأثیرات محیط سیاسی و حقوقی بر سطوح فعالیت بدنی و ورزش افراد و به عبارتی ورزش‌های همگانی مستقیم و غیرمستقیم است. از یک طرف تغییر و تحولات سیاسی بر مسائل اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی و... تأثیرگذار است و باعث تغییرات مختلفی در آنها می‌شود، این تغییرات خود می‌تواند رشد و توسعه ورزش همگانی را تحت تأثیر قرار دهد. از طرفی نیز نگرش سیاستمداران و همچنین ظرفیت‌های حقوقی و قانونی در ارتباط با ورزش همگانی می‌تواند جایگاه ورزش همگانی در کشور، نحوه و میزان تخصیص بودجه به آن، انتخاب مدیران سازمان‌های ورزشی و... را تحت تأثیر قرار دهد. نقش و تأثیر محیط سیاسی و حقوقی در رشد و توسعه ورزش همگانی و نهادینه کردن در پاره‌ای از تحقیقات تأیید شده است (۲۸، ۳۱، ۷۷ و ۷۸).

نهایتاً محیط اجتماعی شامل سبک و شیوه زندگی افراد، بافت جمعیتی و امنیت اجتماعی تأثیرات مهمی بر سطوح فعالیت بدنی و ورزش افراد دارد. با توجه به مشکلات ناشی از بی‌تحرکی و عدم فعالیت بدنی که بخش از آن ناشی از پیشرفت تکنولوژی است، نگاه به فعالیت بدنی و ورزش باید به‌عنوان یک الزام زندگی باشد، در صورتی که در سبک زندگی بی‌تحرک یا افراد توجهی به ورزش و فعالیت بدنی ندارند یا نگاه به ورزش صرفاً به عنوان یک عمل تفریحی است. از طرفی بافت جمعیتی و امنیت اجتماعی نیز سطوح فعالیت بدنی و ورزش افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. جوان یا پیر بودن جمعیت، ترکیب جنسیتی و... می‌تواند بر مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش تأثیر گذارد. همچنین امن یا ناامن بودن محیط محله یا جامعه، امنیت یا ایمنی اماکن ورزشی و... نیز بر سطح مشارکت افراد در ورزش و فعالیت بدنی تأثیر گذارند. در تحقیقات مختلف نقش محیط اجتماعی در رشد و توسعه ورزش همگانی، سطح مشارکت در ورزش و فعالیت بدنی و نهادینه شدن تأیید شده است (۳۱، ٤۳، ٤٤، ٤۸، ۵۷، ۷۱ و ۷٤).

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

بعد فردی آخرین بعد تأثیرگذار بر نهادینه کردن ورزش همگانی در ایران بود. در این بعد، باور و نگرش با بار عاملی ۰/۷۵ مهم‌ترین عامل بود. بعد از آن به ترتیب پذیرش با بار عاملی ۰/۷۲، انگیزش و بازخورد با بار عاملی یکسان ۰/٦۹، تعهد با بار عاملی ۰/٦۲، آزادی انتخاب با بار عاملی ۰/۵۵ و ویژگی‌های زمینه‌ای با بار عاملی ۰/٤۵ قرار داشتند. نهادینه شدن ورزش همگانی در جامعه مستلزم پذیرش این رفتار در بین افراد جامعه است. باور و نگرش مثبت به ورزش همگانی اولین عامل مؤثر در نهادینه کردن ورزش همگانی در بعد فردی بود. اعتقاد و باور به مفید و مؤثر بودن ورزش همگانی در ایجاد و حفظ سلامتی، نشاط، شادابی فردی و اجتماعی و همچنین تأثیر آن در تقویت روابط اجتماعی و جنبه‌های عاطفی و شناختی می‌تواند در نهادینه کردن آن در وجود افراد و در نهایت در کل جامعه مؤثر باشد. تحقیقات مختلف در زمینه ورزش همگانی و فعالیت بدنی به نقش باور و نگرش مثبت در مشارکت افراد در این رفتارهای مطلوب اشاره داشته‌اند (۳۳، ٤٤، ٦٤ و ٦۷).

از طرفی پذیرش ورزش همگانی توسط فرد که نشان‌دهنده انتخابی از جانب وی است عامل مؤثری در نهادینه کردن ورزش همگانی به‌عنوان یک فعالیت بدنی ارتقاء دهنده سلامتی در وجود فرد است. تصمیم پذیرش، مرتبط با پذیرش اولیه رفتار جدید است که تحت تأثیر عوامل متعددی از جمله ادراک فرد از توانایی‌های خود برای انجام شکل جدیدی از رفتار، ادراک ارتباط بین رفتار جدید و نتایج حاصل از آن، ارزشمندی نتایج و... است. در زمینه تحقیقات ورزشی کورنیا و مکولی (۱۹۹٤)، در بررسی عوامل مؤثر بر مدت، شدت و تکرار فعالیت بدنی نشان دادند تمایل پیش‌بین قوی برای مدت فعالیت نسبت به تکرار و شدت فعالیت بود. بدین معنی که میل و علاقه فرد (پذیرش) برای انجام فعالیت بر مدت زمان انجام فعالیت توسط فرد تأثیر دارد (۷۹). از طرفی در تحقیقی نشان داده شده است فقدان پذیرش ارزش ورزش، به‌ویژه در مقایسه با دیگر جنبه‌های زندگی مانند انجام تعهدات خانوادگی و زندگی مانع مشارکت در ورزش است (۸۰). انگیزش و بازخورد از عوامل مؤثر دیگر در نهادینه کردن ورزش همگانی بودند که در رتبه بعدی قرار گرفته بودند. ادراک ارتباط بین رفتار جدید و نتایج حاصل از آن و ارزشمندی نتایج به‌عنوان عوامل انگیزشی عامل مؤثری در پذیرش ورزش همگانی توسط افراد است. اگر فرد درک کند که از مشارکت در ورزش‌های همگانی نتایج ارزشمندی به دست می‌آورد، تصمیم به پذیرش ورزش همگانی و شروع و استمرار مشارکت در آن می‌کند. پس از تصمیم پذیرش یک رفتار، فرد شروع به تصمیم‌گیری برای ادامه رفتار می‌کند. در تصمیم ادامه رفتار اگر فرد از انجام رفتار بازخورد مثبت کسب کند یا احساس خوبی داشته باشد به احتمال زیاد آن رفتار را ادامه می‌دهد و برعکس، در صورتی که بازخورد منفی باشد احتمال ادامه رفتار کاهش می‌یابد. بنابراین، بازخورد نقش مهمی در نهادینه شدن رفتار دارد. عوامل انگیزشی نقش مهمی در نهادینه کردن رفتار بازی می‌کنند که این نقش در تحقیقات نهادینه‌سازی اثبات شده است (۵۱ و ۵۲). در زمینه ورزش و فعالیت بدنی نیز تحقیقات مختلف نقش انگیزش و بی انگیزگی را در مشارکت افراد در ورزش و فعالیت بدنی تأیید کرده‌اند (۳۵، ٤۷ و ٦۷). در ارتباط با بازخورد و نقش آن در نهادینه کردن می‌توان به تحقیق (۵۱) اشاره داشت. در ارتباط با نقش بازخورد مثبت و منفی در ادامه حضور افراد در ورزش می‌توان به تحقیقات (۵۹، ٦۵ و ۸۱) اشاره کرد.

عامل مؤثر بعدی در نهادینه کردن ورزش همگانی در ایران در بعد فردی تعهد بود. تعهد ملزم و مقید بودن فرد به عمل‌های رفتاری است. میزان تعهد فرد به یک رفتار باعث استمرار رفتار می‌گردد. زمانی که تعهد بالایی به عمل خاصی باشد یا یک عمل نهادینه گردد، احتمال تغییر عمل کاهش می‌یابد. فرایند تعهد، تصمیم برای پذیرش رفتار جدید را شکل می‌دهد و بر سطح نهادینه شدن رفتار جدید تأثیر می‌گذارد. نقش تعهد در نهادینه کردن رفتار در تحقیق (۸۲) تأیید شده است و در زمینه ورزشی نیز تحقیقات نشان داده‌اند که تعهد ورزشی بر مشارکت در ورزش و استمرار آن تأثیر دارد (۵۸ و ۵۹) از جمله این تحقیقات هستند. از طرفی، آزادی فرد در تصمیم‌گیری برای مشارکت در فعالیت بدنی و ورزش و همچنین داشتن قدرت انتخاب نوع رشته ورزشی دلخواه می‌تواند تعهد فرد به آن رفتار را تحت تأثیر قرار دهد. در یک طرف طیف فرد منفعل است و نمی‌تواند داوطلبانه رفتار مورد نظر را بپذیرد، یعنی فرد برای انتخاب رفتار جدید آزاد نیست، در طرف دیگر طیف، فرد در انتخاب و خاتمه دادن به رفتار، داوطلب و خود مختار است. تصمیماتی که با «آزادی» اتخاذ شود موجب تعهد به رفتار جدید و افزایش احتمال استمرار آن می‌شود. از این رو، میزان آزادی یا کنترل فرد در تصمیم‌گیری برای پذیرش یک رفتار بر ویژگی نهادینه شدن آن رفتار تأثیر می‌گذارد. تحقیقات در زمینه نهادینه کردن، نقش آزادی انتخاب را در نهادینه

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

کردن رفتار تأیید کرده‌اند (۵۱ و ۸۲). در زمینه ورزشی نیز تحقیقات نشان دادند که آزادی انتخاب بر استمرار مشارکت افراد در فعالیت بدنی تأثیرگذار است (٤٨ و ٨٤). نهایتاً ویژگی‌های زمینه‌ای آخرین دسته عوامل در بعد فردی بودند که در نهادینه کردن ورزش همگانی در ایران مؤثر بودند. این ویژگی‌ها شامل توانایی‌های فردی، سن، سطح تحصیلات و سطح درآمد می‌گردد. تحقیقات مختلف نشان داده‌اند که توانایی‌های فردی، سن، سطح تحصیلات و سطح درآمد بر مشارکت افراد در ورزش و فعالیت بدنی تأثیر گذارند (۳۱، ۳۳، ٤٩، ۷۵، ۸۵ و ٨٦).

منابع

1. Jensen, M. K., Chiuve, S. E., Rimm, E. B., Dethlefsen, C., Tjonneland, A., Joensen, A. M., et al. (2008). Obesity, Behavioral Lifestyle Factors, and Risk of Acute Coronary Events, Circulation, Vol. 117, Pp: 3062–9.
2. Lollgen, H., Bockenhoff, A., Knapp, G. (2009). Physical Activity and All-Cause Mortality: An Updated Meta-Analysis with Different Intensity Categories, Int J Sports Med, Vol. 30, Pp: 213–24.
3. Lee, I. M., & Skerrett, P. J. (2001). Physical activity and all-cause mortality: what is the dose-response relation? Med Sci Sports Exerc, Vol. 33, Pp: S459–S471.
4. Lee, I. M., & Paffenbarger, R. S., Jr. (2000). Associations of light, moderate, and vigorous intensity physical activity with longevity: The Harvard alumni health study, American Journal of Epidemiology, Vol, 151, Pp: 293-299.
5. Knowler, W. C., Barrett-Connor, E., Fowler, S. E., Hamman, R. F., Lachin, J. M., Walker, E.A., & Nathan, D. M. (2002). Diabetes Prevention Program Research Group. Reduction in the incidence of type 2 diabetes with lifestyle intervention or metformin, N Engl J Med, Vol. 346, Pp: 393– 403.
6. Vuori, I. M. (2001). Health benefits of physical activity with special reference to interaction with diet, Public Health Nutr, Vol. 4, Pp: 517–528.
7. Brosse, A.L., Sheets, E. S., Lett, H. S., & Blumenthal, J. A. (2002). Exercise and the treatment of clinical depression in adults: recent findings and future directions, Sp Med, Vol. 32, Pp: 741–760.
8. Wing, R. R., & Hill, J. O. (2001). Successful weight loss maintenance. Annu Rev Nutr, Vol. 21, Pp: 323–341.
9. Breslow, R. A., Ballard-Barbash, R., Munoz, K., & Graubard, B. I. (2001). Long-term recreational physical activity and breast cancer in the National Health and Nutrition Examination Survey I epidemiologic follow-up study. Cancer Epidemiol Biomarkers Prev, Vol. 10, Pp: 805– 808.
10. Slattery, M. L., & Potter, J. D. (2002). Physical activity and colon cancer: confounding or interaction? Med Sci Sports Exerc, Vol. 34, Pp: 913–919.
11. DiLorenzo, T. M., Bargman, E. P., Stucky-Ropp, R., Brassington, G. S., Frensch, P. A., & LaFontaine, T. (1999). Long-term effects of aerobic exercise on psychological outcomes, Preventive Medicine, Vol. 28, Pp: 75-85.
12. Kahn, E. B., Ramsey, L. T., Brownson, R. C., Heath, G. W., Howze, E. H., Powell, K. E., Stone, E. J., Rajab, M. W., Corso, P., & The Task Force on Community Preventive Services (2002). The effectiveness of interventions to increase physical activity: A systematic review. American Journal of Preventive Medicine, Vol, 22, No. 4S, Pp: 73-107.
13. Green, B. C., & Chalip, L. (1998). Sport tourism as the celebration of subculture, Annals of Tourism Research, Vol. 25, Pp: 275-291.
14. Mannell, R. C., & Kleiber, D. A. (1997). A social psychology of leisure, State College, PA: Venture Publishing.
15. Marcus, B. H., Dubbert, P. M., Forsyth, L. A., McKenzie, T. L., Stone, E. J., Dunn, A. L., and Blair, S. N. (2000). Physical Activity Behavior Change: Issues in Adoption and Maintenance, Health Psychology, Vol. 19, No. l, Pp: 32-41.
16. Aoyagi, Y., Park, H., Watanabe, E., Park, S., Shephard, R. J. (2009). Habitual physical activity and physical fitness in older Japanese adults: The Nakanojo Stu, Gerontology, Vol. 55, Pp: 523-31.
17. Hankinson, A. L., Daviglus, M. L., Bouchard, C., et al. (2010). Maintaining a high physical activity level over 20 years and weight gain, JAMA, Vol. 304, Pp: 2603-10.
18. Haskell, W. L., Lee, I. M., Pate, R. R., et al. (2007). Physical activity and public health: Updated recommendation for adults from the American College of Sports Medicine and the American Heart Association. Circulation, Vol. 116, Pp: 1081-93.
19. Iwasaki, Y., & Mannell, R. C. (2000). Hierarchical dimensions of leisure stress coping, Leisure Sciences, Vol. 22, No. 3, Pp: 163-181.
20. Beram, J. A., & Semotiuk, D. (1991). Sport for All: facts and fantasy in the United States and Canada. In J. Standeven (Eds.) Sport for All in the 90s. Aachen, Germany:Meyer and Meyer Verlag.
۲۱. مطالعه تفصیلی توسعه ورزش همگانی و تفریحی، سازمان تربیت بدنی، ۱۳۸۲.

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

۲۲. کاشف، میرمحمد (۱۳۷۹)، بررسی وضعیت ورزش همگانی در ایران و توصیه‌هایی برای توسعه آن، طرح ملی زیر نظر شورای پژوهش های علمی ایران.

۲۳. قره، محمدعلی (۱۳۸٤)، بررسی وضعیت ورزش همگانی در ایران و مقایسه آن با چند کشور جهان، رساله دکتری، دانشگاه تربیت معلم.

۲٤. آفرینش خاکی، اکبر، تندنویس، فریدون و مظفری، سید احمد (۱۳۸٤). مقایسه دیدگاه‌های اعضای هیئت علمی، مربیان، ورزشکاران و مدیران در مورد چگونگی توسعه ورزش همگانی، نشریه علوم حرکتی و ورزش، جلد اول، شماره ۵، صص: ۲۲-۱.

۲۵. ممتازبخش، مریم و فکور، یوسف (۱۳۸٦). راهکارهای ارتقاء و توسعهٔ ورزش همگانی بانوان دانشگاه علوم انتظامی، فصلنامه دانش انتظامی، سال نهم، شماره ۱۰، صص: ٦۲-۵۳.

۲٦. غفرانی، محسن، گودرزی، محمود، سجادی، سیدنصراله، جلالی فراهانی، مجید و مقرنسی، مهدی (۱۳۸۸). طراحی و تدوین راهبرد توسعه ورزش همگانی استان سیستان و بلوچستان، نشریه حرکت، شماره ۳۹.

۲۷. مرادی، مهدی، هنری، حبیب و احمدی، عبدالحمید (۱۳۹۰). بررسی نقش چهارگانهٔ رسانه‌های ورزشی در توسعهٔ فرهنگ ورزش همگانی. مدیریت ورزشی، شماره ۹، صص، ۱۸۰-۱٦۷.

۲۸. غفوری، فرزاد، کشکر، سارا و چوپانکاره، وحید (۱۳۹۰). تحلیل عوامل موثر بر توسعه ورزش همگانی از دیدگاه مدیران ورزش شهری تهران، مجموعه مقالات همایش ملی تفریحات ورزشی، مدیریت و برنامه ریزی تفریحات ورزشی، سازمان ورزش و ادراه کل مطالعات فرهنگی، اجتماعی شهرداری تهران.

۲۹. جوادی پور، محمد، قویدل سرکندی، مژده و سمیع‌نیا، مونا (۱۳۹۱). ارائهٔ چارچوب نظری و طراحی الگو برای توسعهٔ ورزش همگانی در ایران. مطالعات مدیریت ورزشی، شماره ۲۱، صص، ۱٤۸-۱۲۷.

۳۰. گودرزی، محمود، نصیرزاده، عبدالمهدی، فراهانی، ابوالفضل و وطن دوست، مریم (۱۳۹۲). طراحی و تدوین راهبرد توسعهٔ ورزش همگانی استان کرمان، مدیریت ورزشی، شماره ۱۷، صص، ۱۷۲-۱٤۹.

۳۱. صفاری، مرجان (۱۳۹۲). طراحی مدل ورزش همگانی ایران، رساله دکتری، دانشگاه تربیت مدرس.

۳۲. آقاجانی، نوشین و نادری‌نژاد، پریچهر (۱۳۹۰). بررسی نقش و سایل ارتباط جمعی (نشریات، رادیو و تلوزیون) در اشاعه فرهنگ ورزش همگانی، فصلنامه فرهنگ ارتباطات، سال اول، شماره اول، صص: ۱٦۷-۱۳۹.

۳۳. سعیدی، علی اصغر (۱۳۹۰). بررسی عوامل تأثیرگذار بر میزان گرایش شهروندان به مشارکت در ورزش‌های همگانی، ورزش همگانی و شهروندان تهرانی، اداره کل مطالعات اجتماعی و فرهنگی شهرداری تهران، تهران: انتشارات جامعه و فرهنگ.

۳٤. سید عامری، میرحسن و قربان بردی، محمدآلق (۱۳۹۱). تبیین راهکارهای جذب و افزایش مشارکت شهروندان در برنامه های ورزش همگانی و تفریحی (مطالعه موردی ارومیه)، پژوهش‌های مدیریت ورزشی و علوم حرکتی، سال دوم، شماره ٤، صص: ۳٤-۲۳.

۳۵. غفوری، فرزاد (۱۳۸٦). مطالعه انواع ورزش های همگانی و تفریحات مطلوب جامعه و ارائه مدل برای برنامه‌ریزی های آینده، دفتر ملی مدیریت و توسعه ورزش کشور، سازمان تربیت بدنی جمهوری اسلامی ایران.

۳٦. کاشف، میرمحمد و عراقی، محسن (۱۳۹۰). چالش‌های پیش روی ورزش همگانی و تفریحی در ایران و راهبردهای آن، مجموعه مقالات همایش ملی تفریحات ورزشی، مدیریت و برنامه ریزی تفریحات ورزشی، سازمان ورزش و ادراه کل مطالعات فرهنگی، اجتماعی شهرداری تهران.

۳۷. شهبازی، مهدی، شعبانی مقدم، کیوان و صفاری، مرجان (۱۳۹۲). ورزش همگانی (ضرورت، موانع و راهکارها). فصلنامه مجلس و راهبرد، سال ۲۰، شماره ۷٦، صص، ۹۷-٦۹.

38. Scott, R. W. (2001). Institutions and Organizations, Sec ed. Sage, Thousand Oaks, CA.
39. Goodman, P, S., Bazerman, M. & Conlon, E. (1980). Institutionalization of Planned Organizational Change, Tepper School of Business. Paper 895.
40. Kostova, T and Roth, K. (2002). Adoption of an Organizational Practice by Subsidiaries of Multinational Corporations: Institutional and Relational Effects, Aca Manag J, Vol. 45, Pp: 215-233.
41. Zucher, L.G. (1987). Institutional theories of organizations. Annual Review of Sociology. 13, 443-464.
42. Berger, P.L., & Luckmann, T. (1967). The social construction of reality. New York: Doubleday.

٤۳. اتقیا، ناهید (۱۳۸۰)، بررسی تحلیلی سابقه، اهداف و استراتژی های ورزش همگانی در ایران (از سال ۱۳۵۹ تا ۱۳۸۰)، مجله ورزش و علوم حرکتی، شمارهٔ ۱، صص: ۸۱-۷۵.

44. Victorian Curriculum and Assessment Authority. (2010). VCE physical education (2011–2014). Unit 3: Social Ecological Model. Melbourne: Victorian Curriculum and Assessment Authority.
45. Cynarski, W. J. (2006). The institutionalization of martial arts, European Journal for Sport and Society, Vol. 3, No. 1, Pp: 55-61.

٤٦. عادلخانی، امین، واعظ موسوی، سیدمحمد کاظم و فراهانی، ابوالفضل (۱۳۹۱). سرمایه‌فرهنگی شرکت کنندگان در ورزش‌همگانی (سیاست گذاری و راه کارها)، فصلنامه مجلس و راهبرد، سال ۱۹، شماره ٦۹، صص: ۳۲-۵.

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

47. Brownson, R., Baker, E., Housemann, R. A., Brennan, L. K., and Bacak, S. J. (2001). Environmental and Policy Determinants of Physical Activity in the United States, American Journal of Public Health, Vol. 19, No. 12.
48. Biddle, S. et al (2005). Increasing Demand for Sport and Physical Activity by Girls Published by: Sportscotland Caledonia House, South Gyle Edinburgh, EH12 9DQ, www.sportscotland.org.uk
49. Yfantidou, G., Tsernou, A., Michalopoulos, M., Costa, G. (2011). Criteria of Participation at the Sport and Recreation Services of Municipal Organizations, International Journal of Sport Management, Recreation & Tourism, Vol.7, Pp.1-10.
50. Hallmann, K., Wicker, P. and Breuer, C. (2011). Individual and Infrastructural Determinants of Participation in Different Sports, 19th Conference of the European Association for Sport Management.
۵۱. سلطانی تیرانی (۱۳۷٦)، تبیین الگوی مناسب نهادی کردن بهبود و نوآوری در صنایع، رساله دکتری، دانشگاه تهران.
52. Cain, R. A., and Carolina, C. N. (2007). Institutionalizing Organizational Values in the Cary Fire Department, An applied research project submitted to the National Fire Academy as part of the Executive Fire Officer Program.
53. Pan, F. C., and Chen, C-H. (2010). Application of the Transtheoretical Model of Exercise Behavior Change Plan in High School Students, International Journal of Human and Social Sciences, Vol. 5, No. 10, Pp: 682-685.
54. Brinthaupt, T. M., Kang, M., and Anshel, M. H. (2013). Changes in exercise Commitment Following a Values-Based Wellness Program, Journal of Sport Behavior, Vol. 36, No,1,Pp:3-22.
۵۵. روزبیانی، مانیا، (۱۳۸۰). مقایسهٔ برخی از ویژگی‌های زنان شرکت‌کننده در ورزش های همگانی شهر تهران (پارک ها، با شگاه ها و کوهپایه‌ها)، پایان‌نامهٔ کارشناسی‌ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران.
56. Kilpatrich, M., Herbert, E. & Bartholomew, J. (2005). College students' motivation for physical activity: differentiating men's and women's motives for sport participation and exercise, Journal of American College Health, Vol. 54, No. 2, PP: 87-94.
57. Allender, S., Cowburn, G., and Foster, C. (2006). Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: a review of qualitative studies, Health Education Research, Vol. 21, No. 6, Pp: 826-835.
58. Casper, J. M., Gray, D. P., and Stellino, B. M. (2007). A Sport Commitment Model Perspective on Adult Tennis Players' Participation Frequency and Purchase Intention, Sport Management Review, Vol. 10, Pp: 253-278.
59. Casper, J. M. & Stellino, M. B. (2008). Demographic Predictors of Recreational Tennis Participants' Sport Commitment, Journal of Park and Recreation Administration, Vol. 26, No. 3, Pp: 93-115.
60. Casey, M. M., Eime, R. M., Payne, W. R., & Harvey, J. T. (2009). Using a socioecological approach to examine participation in sport and physical activity among rural adolescent girls. Qualitative Health Research, Vol. 19, No. 7, Pp: 881–893.
61. Young, B. W. and Medic, N. (2011). Examining social influences on the sport commitment of Masters swimmers, Psychology of Sport and Exercise, Vol. 12, Pp: 168-175.
62. Wood, L. (2011). Continued Sport Participation and the Negotiation of Constraints, Dissertation, The University of Western Ontario London, Ontario, Canada.
63. Jakicic, J. M., Wing, R. R., Butler, B. A., et al. (1995). Prescribing exercise in multiple short bouts versus one continuous bout: effects on adherence, cardio respiratory fitness, and weight loss in overweight women, Intl Obesity, Vol. 19, Pp: 893-901.
64. Daigle, K. G., (2003). Gender Differences in Participation of Physical Activites: A Comprehensive Model Approch, A Dissertation, Louisiana State University.
65. Carless, D. (2007) Phases in physical activity initiation and maintenance among men with serious mental illness. International journal of mental health promotion, Vol. 9, No. 2, Pp: 17-27.
66. Seok Choi, Y., Martin, J. J., Park, M., & Yoh, T. (2009). Motivational Factors Influencing Sport Spectator Involvement At NCAA Division II Basketball Games, Journal for the Study o f Sports and Athletes in Education, Vol. 3, No. 3, Pp: 265-284.
67. Berger, I. E., O'Reilly, N., Parent, M. M., Séguin, B. and Hernandez, T. (2008). Determinants of Sport Participation Among Canadian Adolescents, Sport Management Review, Vol. 11, Pp: 277-307.
68. Bauman, A. E., Bellew, B., Owen, N., Vita, P. (2001). Impact of an Australian mass media campaign targeting physical activity in 1998. Am J Prev Med; 21:41 – 7.
69. Miles, A., Rapoport, L., Wardle, J., Afuape, T., Duman, M. (2001). Using the mass media to target obesity: an analysis of the characteristics and reported behavior change of participants in the BBC's 'Fighting Fat, Fighting Fit' campaign. Health Educ Res, Vol. 16, Pp: 357–72.
۷۰. روشندل‌اربطانی، طاهر (۱۳۸٦). تبیین جایگاه رسانه‌های همگانی در نهادینه‌کردن ورزش‌همگانی درکشور، مجله حرکت، شماره ۳۳.
71. Humbert, M., Chad, K., Spink, K., Muhajarine, N., Anderson, K., Bruner, M., et al. (2006). Factors that influence physical activity participation among high- and low-SES youth. Qualitative Health Research, Vol. 16, Pp: 467-483.

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]

72. Cheuk Man, L. (2009). Parental Influence on Children's Participation in Physical Activity, Dissertation, Hong Kong Bapist University.
73. Humphreys, B. and Ruseski, J. (2007). Participation in Physical Activity and Government Spending on Parks and Recreation, Contemporary Economic Policy, Pp: 1-15.
74. Bagherzade, M. and Sara, H. (2012). The Survey of influencing Factors in institutionalization of E-banking Services in Banks (Case Study: Keshavarzi Bank of Tabriz City), Ninth AIMS International Conference on Management.
75. Cortis, N., Sawrikar, P., and Muir, K. (2008). Participation in Sport and Recreation by Culturally and Linguistically Diverse Women, Social Policy Research Centre, SPRC Report 8/08.
76. Osman-Gani, A. M., and Jacobs, R. L. (2004). Institutionalization of Organizational Change: A Study of HRD Interventions in Singaporean, US, Japanese, and German Companies, Paper presented at the Academy of Human Resource Development International Conference (AHRD), Pp: 482-489.
77. Tolbert, P. S., Arthur, J. B. (1990). Institutionalization and Negotiations in Organizations, Research on negotiation in organizations, Vol. 2, Pp: 219-240.
78. Humes, L. L. and Reinhard, N. (2007). Institutionalization of an Information System Through the Exercise of Power, Proceedings of the 9th International Conference on Social Implications of Computers in Developing Countries, São Paulo, Brazil.
79. Courneya, K. S. & McAuley, E. (1994). Are there different determinants of the frequency, intensity, and duration of physical activity? Behav Med, Vol. 20, Pp: 84-90.
80. Sportscotland. (2008). Sports Participation in Scotland, Research Digest no. 110, www.sportscotland.org.uk
81. Aniza, I. and Fairuz, M. R. (2009). Factors Influencing Physical Activity Level Among Secondary School Adolescents in Petaling District, Selangor, Med J Malaysia, Vol. 64, No. 3, Pp: 228-232.
82. Will, A. J. (2008). The Institutionalization of Knowledge Management in an Engineering Organization, Collaboratory for Research on Global Projects, http://crgp.stanford.edu.
83. Spray, C. M., Wang, J., Biddle, S. J. H., and Chatzisarantis, N. L. D. (2006). Understanding motivation in sport: An experimental test of achievement goal and self determination theories, European Journal of Sport Science, 6(1): Pp: 43_51.
84. Teixeira, P. J., Carraça, E. V., Markland, D., Silva, M. N., and Ryan, R. M. (2012). Exercise, physical activity, and self-determination theory: A systematic review,International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, Pp: 1-30.
85. Serrano-Sanchez, J. A., Lera-Navarro, A., Dorado-Garcı´a, C., Gonza´lez-Henriquez, J. J., Sanchis Moysi, J. (2012). Contribution of Individual and Environmental Factors to Physical Activity Level among Spanish Adults, PLoS ONE, Vol. 7, No. 6: e38693.
86. Kokolakakis, T. and Hallam, S. (2011). Analysis of the determinants of sports participation in Spain and England, The Journal of Applied Economics, Vol. 1, Pp: 1-32.

[Downloaded from ndea10.khu.ac.ir on 2026-11-04]

[DOI: 10.29252/JRSM.8.16.29]