



Research on Educational Sport

Journal homepage: <https://res.ssrc.ac.ir>



Original Article

Presenting a Physical Activity-Friendly University Model in Iraq

Mohammed Hawat Hussein Al-Jamali¹ , Amin Khatibi^{2*} , Seyed Hosein Marashian³ , Tahereh Azmsha⁴ , Mehdi Seifourian⁵

1. Ph. D Student of Sport Management, Faculty of Sport Sciences, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.

2 & 3. Associate Professor of Sport Management, Faculty of Sport Sciences, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.

4 & 5. Assistant Professor of Sport Management, Faculty of Sport Sciences, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.

Received: 30/01/2025, Accepted: 06/05/2025, Online Published: 06/05/2025

* Corresponding Author: Amin Khatibi, E-mail: a_khatibi@scu.ac.ir

How to Cite: Al-Jamali, MHH; Khatibi, A; Marashian, H; Azmsha, T & Seyfoorian, M. (2024). Presenting a Physical Activity-Friendly University Model in Iraq. *Research on Educational Sport*, 13(38), 113-139. In Persian. 10.22089/res.2025.17706.2613

Extended Abstract

Background and Purpose

This study aimed to develop a model for a physical activity-friendly university in Iraq. Physical activity encompasses all bodily muscular movements requiring energy expenditure and is well-established as beneficial for health. Its benefits include obesity reduction, decreased risk of certain cancers, alleviation of pain, improved mental health symptoms, prevention of metabolic and cardiovascular diseases, and enhanced academic performance. Universities represent a strategic environment for promoting physical activity, as physical activity behaviors established during youth are likely to persist into adulthood. Given the increasing inactivity among youth, fostering physical activity within university settings is critical, making the creation of physical activity-friendly universities especially important.

Materials and Methods

Employing a qualitative grounded theory approach (Strauss and Corbin), this research began with the analysis of 16 scholarly articles related to the topic. Subsequently, 17 expert participants were purposively selected based on saturation, expertise, experience, and willingness to participate. Inclusion criteria required at least five years of relevant professional or research experience. Data were collected through semi-structured interviews, conducted between July and September 2024, lasting 45 to 60 minutes each. All participants provided informed consent, and interviews were recorded with permission. Simultaneously with participant selection, analysis began using open coding per Strauss and Corbin's methodology. Constant comparison of codes led to their categorization, and categories were merged or separated to construct a conceptual framework. Data saturation was reached after 17 interviews, as no new substantial data emerged.



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

Findings

Analysis identified multiple concepts organized into key causal, intervening, contextual, strategic, and outcome-related conditions:

Causal conditions comprised 40 concepts divided into intrapersonal factors—psychological and physical—and extrapersonal factors including socio-environmental, economic, and cultural dimensions. Intervening conditions included 52 concepts categorized as attitudes and beliefs (personal preferences and internal motivators), constraints (economic/financial and organizational barriers), and facilitators (external stimuli and incentives).

Contextual conditions entailed 47 concepts addressing attractions (supportive family/friends environment and suitable sports facilities), organizational factors (weaknesses and strengths), and effective actions (management and research/education).

Strategies consisted of 75 concepts classified as organizational actions (law reform, managerial strengthening, strategic planning), motivators (specialized personnel and facility maintenance), and strengthening approaches (monitoring/evaluation, cultural and media involvement).

Outcomes included 52 concepts highlighting physiological outcomes (fitness and physical health), social excellence (social growth, development, and career progress), and personal growth (psychological improvement and life purposefulness).

Conclusion

Creating a physical activity-friendly university fosters not only physical well-being but also social development. It promotes social health, nurtures positive interpersonal relationships, and embeds physical activity as a valued social duty, enhancing vitality and efficiency across both organizational and societal levels. Benefits include reduced social harms, optimized leisure time usage, increased student engagement, prevention of non-communicable diseases, amplification of physical activity's latent advantages through promotion, improved career productivity, job satisfaction, organizational loyalty, and stronger bonds among student athletes—culminating in comprehensive social excellence.

Keywords: Friendly Environment for Physical Activity, University Sport, Active University, Sport Activities

Article Message

The entire university community—not solely athletic departments—should actively cultivate positive habits such as physical activity. Establishing physical activity-friendly campus environments represents a key strategy to achieve this goal.

Authors' Contributions

All authors contributed equally and substantively to the conceptualization, research design, data acquisition, analysis, and manuscript preparation. All have reviewed and approved the final manuscript.

Conflicts of Interest

This research received no funding. The authors declare no conflicts of interest related to this publication.

Acknowledgement

The authors sincerely thank all participants for their invaluable cooperation.



ارائه مدل دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی در کشور عراق

محمد حوات حسین الجمالی^۱، امین خطیبی^{۲*}، سید حسین مرعشیان^۳، طاهره ازمشا^۴،
مهدی صیغوریان^۵

۱. دانشجوی دکتری، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران
۲ و ۳. دانشیار، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران
۴ و ۵. استادیار، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱۱/۱۱، تاریخ اصلاح: ۱۴۰۴/۰۲/۱۶، تاریخ پذیرش آنلاین: ۱۴۰۴/۰۲/۰۶

*نویسنده مسئول: امین خطیبی، E-mail: a_khatibi@scu.ac.ir

How to Cite: Al-Jamali, MHH; Khatibi, A; Marashian, H; Azmsha, T & Seyfoorian, M. (2024). Presenting a Physical Activity-Friendly University Model in Iraq. Research on Educational Sport, 13(38), 113-139. In Persian. 10.22089/res.2025.17706.2613

چکیده

هدف پژوهش حاضر، تدوین مدل دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی در کشور عراق بود. این پژوهش کاربردی از نظر شیوه جمع آوری اطلاعات، توصیفی-تحلیلی و از لحاظ شیوه اجرا از نوع تحقیقات کیفی بود. به منظور جمع آوری داده‌ها از ۱۶ مقاله و مصاحبه با ۱۷ نفر از نخبگان و سپس از روش استراوس و کوربین به منظور تحلیل داده‌های به دست آمده استفاده شد. براساس یافته‌ها، برای شرایط علی ۴۰ مفهوم، پنج زیرمقوله و دو مقوله اصلی (عوامل درون فردی و عوامل برون فردی)، برای عوامل مداخله گر ۵۲ مفهوم، شش زیرمقوله و سه مقوله اصلی (نگرش و باور، محدودکننده‌ها و تسهیل کننده‌ها)، برای عوامل زمینه‌ای ۴۷ مفهوم، شش زیرمقوله و سه مقوله اصلی (جاذبه‌ها، عوامل سازمانی و اقدامات اثربخش)، برای راهبردها ۷۵ مفهوم، هفت زیرمقوله و سه مقوله اصلی (راهبردهای تقویتی، انگیزاننده‌ها و اقدامات سازمانی) و برای دستاوردها ۵۲ مفهوم، شش زیرمقوله و سه مقوله اصلی (پیامدهای فیزیولوژیک، تعالی اجتماعی و رشد و شکوفایی فردی) و در مجموع ۲۶۶ مفهوم، ۳۰ زیرمقوله و ۱۴ مقوله اصلی مربوط به مدل دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی شناسایی شد. می‌توان بیان کرد که با شناسایی عوامل علی، مداخله گر و زمینه‌ای و طراحی و تدوین راهبردهای استراتژیک و مؤثر درخصوص ایجاد دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی، می‌توان به پیامدها و دستاوردهای ارزشمندی همچون تعالی اجتماعی و رشد و شکوفایی فردی دست یافت.

واژگان کلیدی: محیط دوستدار فعالیت بدنی، ورزش دانشگاهی، دانشگاه فعال، فعالیت ورزشی.



مقدمه

فعالیت بدنی^۱ به تمامی حرکات عضلات بدن که مستلزم صرف انرژی است، اشاره دارد (الخوالده^۲ و همکاران، ۲۰۲۴). پژوهش‌های متعددی تأیید می‌کنند که مشارکت در فعالیت بدنی فواید زیادی برای سلامتی دارد (تیول^۳ و همکاران، ۲۰۱۸). این مزایا شامل کاهش چاقی (جاکچیچ^۴ و همکاران، ۲۰۱۸)، کاهش خطر ابتلا به انواع خاصی از سرطان (سانگراجرانگ^۵ و همکاران، ۲۰۱۳)، کاهش درد (آنیل^۶ و همکاران، ۲۰۲۱)، بهبود علائم بیماری‌های روانی (جاکچیچ و همکاران، ۲۰۱۸)، پیشگیری از شروع بیماری‌های متابولیک و قلبی (الکلوب^۷ و همکاران، ۲۰۱۹)، و ارتقای عملکرد تحصیلی (بیدل و آسار^۸، ۲۰۱۱) است. در مقابل، فقدان فعالیت بدنی اثرات منفی بر عملکرد تحصیلی (ردوندو-فلورز^۹ و همکاران، ۲۰۲۲)، سلامت قلبی-عروقی (لاوی^{۱۰} و همکاران، ۲۰۱۹) و سلامت روان (رودریگز-رومو^{۱۱} و همکاران، ۲۰۲۳) دارد. فعالیت بدنی در حوزه‌های مختلف مانند فعالیت بدنی در اوقات فراغت و ورزش، حمل‌ونقل فعال یا بی‌تحرک، فعالیت بدنی شغلی (مدرسه و دانشگاه) و فعالیت بدنی مبتنی بر خانه (کلی^{۱۲} و همکاران، ۲۰۱۶) رخ می‌دهد. فقدان تحرک بدنی به‌عنوان روندی رایج در میان بزرگسالان جوان بررسی شده است که دانشجویان نیز در آن طبقه‌بندی می‌شوند (سام‌الدین^{۱۳} و همکاران، ۲۰۲۱). مطالعات در سراسر جهان نرخ بالای فعالیت بدنی ناکافی را در بین دانشجویان گزارش کرده‌اند (برتراند^{۱۴} و همکاران، ۲۰۲۱؛ برتون^{۱۵} و همکاران، ۲۰۲۱؛ مسلی^{۱۶} و همکاران، ۲۰۱۸). آمار نشان می‌دهد، حدود ۸۰ درصد از افراد جوان، توصیه‌های سازمان جهانی بهداشت^{۱۷} در مورد سطوح فعالیت بدنی را رعایت نمی‌کنند (گاتهلد^{۱۸} و همکاران، ۲۰۲۰)؛ به عنوان مثال، در انگلستان، ۶۲ درصد از دانشجویان دکتری و ۶۴ درصد از نیروی کار اداری در محیط دانشگاه، سطوح پیشنهادی فعالیت بدنی را برآورده نمی‌کنند (اندوپو^{۱۹} و همکاران، ۲۰۲۳). به طور مشابه، در مالزی، ۴۱/۴ درصد از دانشجویان فعالیت بدنی کافی ندارند (گوژه^{۲۰} و همکاران، ۲۰۱۴). علاوه بر این، از هر سه دانشجو در رومانی، یک نفر غیرفعال است (مانوئلا و گئورگه^{۲۱}، ۲۰۲۰). این مطالعات نرخ پایین فعالیت بدنی را نشان می‌دهند که نیاز به توسعه مداخلات برای رسیدگی به نبود فعالیت بدنی در بین دانشجویان را برجسته می‌کند. همچنین تحقیقات نشان می‌دهند، مزایایی برای دانشجویان وجود دارد که می‌توان از طریق مشارکت در فعالیت بدنی منظم به

1. Physical Activity
2. Alkhawaldeh
3. Thivel
4. Jakicic
5. Sangrajrang
6. O'Neill
7. Al-Kloub
8. Biddle & Asare
9. Redondo-Flórez
10. Lavie
11. Rodríguez-Romo
12. Kelly
13. Samodien
14. Bertrand
15. Burton
16. Maselli
17. WHO
18. Guthold
19. Ndupu
20. Goje
21. Manuela & Gheorghe

دست آورد (سازمان جهانی بهداشت، ۲۰۲۰؛ کرومری-مانکوسو^۱ و همکاران، ۲۰۱۳). این مزایا شامل کاهش سطح بیماری‌های قلبی-عروقی و دیابت و کاهش احتمال افزایش وزن، استرس، افسردگی، اضطراب و رفتار کم‌تحرك است (کرومری-مانکوسو و همکاران، ۲۰۱۳؛ سازمان جهانی بهداشت، ۲۰۲۰). اعتقاد بر این است که در مقایسه با افراد کم‌تحرك، افراد فعال، کنترل بهتری بر بیماری‌های پرخطر دارند (دایر^۲ و همکاران، ۲۰۲۰). با شیوع زیاد نبود فعالیت بدنی در میان بزرگسالان جوان همچون دانشجویان، مداخلات، استراتژی‌ها و دستورالعمل‌ها باید توسط متخصصان مربوط در مؤسسات آموزش عالی برای رفع این نگرانی مرتبط با سلامتی اجرا شوند (پنگپید و پلتزر^۳، ۲۰۱۳)؛ با این حال، قبل از اینکه بتوان مداخلات فعالیت بدنی ویژه دانشجویان را توسعه داد، تحقیقاتی برای کشف استراتژی‌ها و شیوه‌هایی که ممکن است برای ارتقای سطوح فعالیت بدنی دانشجویان مناسب باشد، نیاز است (یوهانس^۴ و همکاران، ۲۰۲۴). در یک بررسی سیستماتیک که بر مداخلات برای افزایش فعالیت بدنی متمرکز بود، نشان داده شد که برای افزایش سطح فعالیت بدنی باید بر مداخلاتی که مؤلفه‌های رفتاری مانند خود نظارتی، تعیین هدف، و پاداش‌ها و مشوق‌ها را هدف قرار می‌دهند، تأکید کرد (کان^۵ و همکاران، ۲۰۱۱). مطالعات روی عوامل تعیین‌کننده رفتار مانند عوامل روانی-اجتماعی که ممکن است بر مشارکت فعالیت بدنی تأثیر بگذارد، تمرکز کرده‌اند (سام الدین و همکاران، ۲۰۲۱؛ موری^۶ و همکاران، ۲۰۱۷). این شواهد نشان می‌دهند که تکنیک‌های تغییر رفتار ممکن است استراتژی مفیدی برای تقویت تعامل کوتاه‌مدت فعالیت بدنی باشد، اما این تعامل به‌ندرت حفظ می‌شود (موری و همکاران، ۲۰۱۷).

محققان قبلی اثربخشی راهبردها و مداخلات ارتقای سلامت را بر دانشجویان، عمدتاً اثربخشی شیوه‌های متمرکز بر استرس (ریبیرو^۷ و همکاران، ۲۰۱۸)، کنترل وزن و مصرف غذا (بلوگینی و بالدوین^۸، ۲۰۱۹) و علاوه بر توسعه فناوری، بازی‌های ویدئویی و رسانه‌های اجتماعی را (پریماک^۹ و همکاران، ۲۰۱۲؛ کلیایویچ^{۱۰} و همکاران، ۲۰۲۲) کردند؛ با این حال، شواهد محدودی در مورد نحوه اجرای این استراتژی‌های فعالیت بدنی در محیط دانشگاه، نحوه استفاده از این استراتژی‌ها و نحوه استفاده از این ابزارها، برای سنجش مشارکت دانشجویان در فعالیت بدنی وجود دارد (گارسیا-آلوارز و فائوبل^{۱۱}، ۲۰۲۰). در پژوهشی که مداخله فعالیت بدنی مبتنی بر بازی ویدئویی را بررسی کرده است، تنها بر مطالعات کارآزمایی تصادفی‌سازی و کنترل‌شده متمرکز بود؛ بنابراین تحقیقات بیشتر از طریق روش‌شناسی‌های مختلف مانند روش‌های کمی و کیفی را محدود می‌کرد (پریماک و همکاران، ۲۰۱۲)؛ در نتیجه به بررسی بیشتر در مورد استراتژی‌های استفاده‌شده برای ترویج فعالیت بدنی نیاز است (مسلی و همکاران، ۲۰۱۸).

با توجه به توسعه کمی آموزش عالی در کشور و مشغول به تحصیل شدن اکثر جوانان در مراکز دانشگاهی، دانشگاه‌ها یکی از نهادهای تأثیرگذار بر کیفیت زندگی اکثر جوانان هستند. دانشجویان به‌عنوان اصلی‌ترین سرمایه ملی و منبع جوشان رشد و توسعه اجتماعی، مخاطبان اصلی دانشگاه‌ها را تشکیل می‌دهند؛ جوانانی که باید نیازهای جسمی و روحی آنان را شناخت و راه‌های رشد و شکوفایی استعدادهای آنان را هموار کرد. پیشرفت همه‌جانبه کشورها مرهون حضور

1. Krumrei-Mancuso
2. Dwyer
3. Pengpid & Peltzer
4. Johannes
5. Conn
6. Murray
7. Ribeiro
8. Belogianni & Baldwin
9. Primack
10. Kljajevic
11. García-álvarez & Faubel

نیروهای سازنده، شاداب، پویا و خلاق است (حبیب‌الهی، ۲۰۱۰). در این میان، دانشجویان به‌عنوان قشر تحصیل کرده و نخبه که برآیند عملکرد آنان بخش مهمی از آینده کشور را رقم می‌زند، باید از سلامت مطلوبی برخوردار باشند که یکی از ارکان مهم سلامت مطلوب، فعالیت بدنی است. از طرفی، برای اینکه مردم سالم باشند، ضروری است سلامت محیط افزایش یابد تا فرصت‌های زندگی سالم فراهم شود؛ زیرا محیط‌های ناسالم آثار مستقیم بر سلامت و تندرستی جوامعشان دارند (هاولی^۱ و همکاران، ۲۰۱۹).

یکی از محیط‌های مهم و مؤثر در این راستا، دانشگاه‌ها هستند. دانشگاه‌ها محیطی ایده‌آل برای ترویج فعالیت بدنی محسوب می‌شوند؛ از این حیث که فرصتی منحصربه‌فرد برای دسترسی به طیف گسترده‌ای از جوانان با ویژگی‌های جمعیت شناختی مختلف نظیر سن، جنسیت، تحصیلات، طبقات اجتماعی و... را فراهم می‌کنند و از ظرفیت زیادی برای ترویج فرهنگ تحرک و نهادینه کردن فعالیت‌های بدنی و ورزشی در طول عمر برخوردارند. فعالیت بدنی در بزرگسالی ریشه در الگوسازی این فعالیت‌ها در دوره جوانی دارد و جوانان کم‌تحرک امروز، بزرگسالان کم‌تحرک آینده خواهند بود (محمدی و همکاران، ۲۰۱۰)؛ لذا توجه به فعالیت بدنی جوانان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است که بخشی از این فعالیت می‌تواند از طریق ایجاد دانشگاه‌های دوستدار فعالیت بدنی^۲ تأمین شود. طراحی فضای دانشگاه‌ها به گونه‌ای که تسهیلگر و مشوق فعالیت‌های حرکتی باشند، یکی از راهکارهای مهم در جهت فعال‌سازی جامعه دانشگاهی است که می‌تواند به‌عنوان الگویی برای سایر فضاهای بزرگ شهری نیز در نظر گرفته شود. بارها نشان داده شده است که محیط ایجادشده به طور مقطعی، با فعالیت بدنی در میان جوانان مرتبط است (برینگولف-ایسلر^۳ و همکاران، ۲۰۱۹).

با توجه به اینکه دانشجویان تقریباً نیمی از ساعات بیداری خود را در دانشگاه می‌گذرانند، تقویت اجرای ملی برنامه‌های ارتقای فعالیت بدنی در دانشگاه، به‌عنوان راهی برای مقابله با سطوح پایین فعالیت بدنی پیشنهاد می‌شود. دانشگاه‌ها موقعیت ایده‌آلی برای ایجاد محیط‌های ارتقا‌دهنده سلامت با فراهم کردن فرصت‌های متعدد فعال بودن برای دانشجویان دارند (مسلی و همکاران، ۲۰۱۸). این موضوع ممکن است شامل ارائه فرصت‌های فعالیت بدنی حین رفت‌وآمد به دانشگاه، در زمان درس تربیت‌بدنی، در زمان‌های استراحت یا در ساعات فوق‌برنامه باشد. تجربیاتی که جوانان از فعالیت بدنی در دانشگاه کسب می‌کنند، احتمالاً به طور مستقیم بر رفتارهای فعالیت بدنی آن‌ها در آینده تأثیر می‌گذارد. از طرفی، دانشگاه به‌نوعی آخرین نهادی است که می‌تواند قبل از ورود به زندگی شغلی بر آگاهی، نگرش و رفتار بدنی افراد و نهادینه کردن آن در طول زندگی مؤثر باشد. تأیید شده است که تربیت‌بدنی به‌تنهایی نمی‌تواند مشکل سطوح پایین فعالیت بدنی را در داخل یا خارج از دانشگاه حل کند و رویکردی چندبعدی (که شامل تربیت‌بدنی باشد، اما محدود به آن نباشد) برای حمایت از تغییرات پایدار لازم است؛ بر این اساس، باید فرصت‌های بیشتری برای دانشجویان فراهم شود تا با استفاده از رویکرد چندجانبه فعالیت بدنی را تجربه کنند. به موجب آن، باید کل ارکان دانشگاه (و نه فقط بخش ورزش دانشگاه)، در ایجاد عادات فعالیت مثبت کمک کنند. ایجاد محیط‌های دوستدار فعالیت بدنی در دانشگاه‌ها، یکی از استراتژی‌هایی است که برای رفع این نگرانی‌ها پیشنهاد شده است (اندوپو و همکاران، ۲۰۲۳).

عوامل بسیار زیادی در ایجاد دانشگاه‌های فعال نقش دارند. این عوامل باید شناسایی شوند تا هم‌راستا با آن بتوان از فرصت‌ها و استراتژی‌های مناسب برای ترویج فعالیت بدنی استفاده کرد. سالیس و همکاران (۲۰۰۶) سیاست‌ها، محیط فیزیکی ساختگی و طبیعی، عوامل سازمانی، عوامل فردی و بین فردی را از عوامل مؤثر بر ایجاد و توسعه شهرهای فعال برشمردند. حاتمی‌نژاد و اشرفی (۲۰۰۹) به عوامل فرهنگی، ایمنی، تجهیزاتی و زیرساختی، اقتصادی، آب و هوایی، فردی،

1. Hawley

2. Physical activity-friendly university

3. Bringolf-Isler

ساختار ترافیک، موانع طبیعی و موانع مصنوعی اشاره کردند. بولر و پوچر^۱ (۲۰۱۲) بیان کردند، با توجه به اینکه سبک زندگی مردم به طرف سبک زندگی غیرفعال شتابی تند گرفته و پیامدهای ناشی از آن مانند چاقی، اضافه‌وزن و سایر بیماری‌ها شدت گرفته است، حمل‌ونقل فعال (پیاده‌روی و دوچرخه‌سواری)، روشی مناسب برای جدایی از این نوع سبک زندگی قلمداد می‌شود. حمل‌ونقل فعال، افراد را درگیر می‌سازد تا از انرژی خودشان در انتقال از یک مکان به مکان دیگر استفاده کنند. سیستم‌های حمل‌ونقل غیرموتوری، دوچرخه و پیاده با عنوان سیستم‌های حمل‌ونقل پایدار شناخته می‌شوند؛ زیرا آلودگی تولید نکرده و منابع انرژی نیز مصرف نمی‌کنند. مطالعات متعدد نشان می‌دهند، مردمی که در محیط‌های دوستدار فعالیت زندگی می‌کنند، تمایل بیشتری به انجام فعالیت‌های فیزیکی در اوقات فراغتشان دارند (سالیس، ۲۰۰۲). محیط دوستدار فعالیت، مکانی است که به افراد امکان فعالیت فیزیکی را از طریق ورزش‌های برنامه‌ریزی‌شده و فعالیت‌های روزانه دائمی می‌دهد. با توجه به مسائل و مشکلات موجود بر سر راه فعالیت فیزیکی ساکنان شهرها و در راستای خلق محیط‌های مناسب فعالیت و پویایی زندگی شهرنشینی، راهکارهایی متنوع و گوناگون ارائه می‌شود (پورتجیس و همکاران، ۲۰۲۳).

براساس منشورهای بین‌المللی، دولت‌ها در ارتباط با حق سلامتی و تندرستی برای مردم مسئولیت‌های معینی دارند و موظف به تأمین این بخش مهم از زندگی برای جامعه هستند. هرچند دولت‌ها نتوانند صحت سلامتی و تندرستی افراد را تضمین کنند، می‌توانند شرایطی را فراهم آورند که در آن از سلامتی افراد حمایت شود و دستیابی به تندرستی را برای آن‌ها ممکن کنند. مطالعات نشان می‌دهند، شرکت در فعالیت‌های بدنی به‌عنوان بخشی از سبک زندگی سالم، مؤثرترین و پایدارترین شیوه برای جلوگیری از بیماری و توسعه سلامتی است. ترویج فعالیت بدنی در جامعه، یکی از راه‌حل‌های عملی و اثربخش در توسعه سلامتی از طریق کاهش بیماری‌های غیرواگیر است. سازمان جهانی بهداشت (۲۰۲۰) به همه کشورهای جهان توصیه کرده است تا راهکارهای مناسب و اثربخشی را برای کاهش درصد افرادی که فعالیت بدنی کافی ندارند، انتخاب و اجرا کنند؛ بر این اساس، بسیاری از کشورها توانسته‌اند با مشارکت کارشناسان خبره از بخش‌های دولتی و غیردولتی و در نظر گرفتن شرایط اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی جوامع خود، راهبردهای ارزشمندی را برای افزایش میزان تحرک بدنی تدوین و اجرا کنند. یکی از مهم‌ترین روش‌های شناخته‌شده در این زمینه، پرداختن به فعالیت بدنی، ورزش و تفریحات مبتنی بر حرکت و بازی است؛ به همین دلیل، در همه جوامع کنونی، فعالیت بدنی و مشارکت ورزشی، بخش جدایی‌ناپذیری از نظام تعلیم و تربیت، اوقات فراغت و تفریحات است. دلیل اصلی اهمیت ورزش در تندرستی و نشاط اجتماعی را باید در مزایا و کارکردهای آن جستجو کرد. فعالیت بدنی نه‌تنها عامل اصلی ایجاد، ارتقا و حفظ تندرستی و قابلیت جسمانی است، بلکه در ابعاد روانی و اجتماعی نیز اثرات مثبت و متعددی ایجاد می‌کند. مزایا و ضرورت‌های فعالیت بدنی سبب شده است که امروزه توسعه فضاهای ورزشی تفریحی در شهرها و سکونتگاه‌ها و حتی در فضاهای آموزشی و شغلی، یکی از وظایف اصلی نهادها و سازمان‌های متولی باشد (حاکمی و همکاران، ۲۰۲۰).

دانشجویان، نخبگان علمی جامعه به حساب می‌آیند و باید نظام سلامت این افراد، کارا و اثربخش باشد؛ لذا به نظر می‌رسد اولین قدم برای طراحی نظام سلامت دانشجویان، شناسایی مهم‌ترین عوامل مرتبط با سلامتی از جمله عوامل محیطی آن‌ها باشد. آیا دانشگاه‌ها محیط مناسبی برای سلامت دانشجویان فراهم رده‌اند؟ دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی به تحرک و ورزش دانشجویان توجه می‌کند تا اطمینان حاصل کند که دانشجویان از میزان کافی فعالیت بدنی چه در زمان کار و چه فراغت و ورزش برخوردارند. در دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی، دانشجویان در جریان فعالیت‌های معمول، تشویق به ورزش، پیاده‌روی دائم، دوچرخه‌سواری و دویدن و به‌طور کلی تحرک می‌شوند. با توجه به افزایش آپارتمان‌نشینی و کمبود

1. Buehler & Pucher

فضاهای باز، افزایش استفاده از کامپیوتر و موبایل، صنعتی و ماشینی شدن بسیاری از کارها و افزایش دسترسی به وسایل نقلیه موتوری شخصی و عمومی، قشر جوان و به‌ویژه دانشجویان، فعالیت بدنی کمتری را تجربه می‌کنند. دانشگاه به‌عنوان مکانی که جمعیت زیادی از جوانان تأثیرگذار را در خود جای می‌دهد، می‌تواند در ترویج و نهادینه‌سازی فعالیت بدنی در این قشر تأثیر زیادی داشته باشد؛ بنابراین پژوهش حاضر به دنبال پاسخ به این سؤال است که مدل دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی چگونه است؟

روش پژوهش

با توجه به موضوع و هدف پژوهش، پژوهش حاضر در چارچوب رویکرد کیفی و با روش نظریه زمینه‌ای (استراوس و کوربین^۱، ۱۹۹۸) انجام شد. با توجه به ماهیت اجرایی پژوهش و اصول نظریه زمینه‌ای، اولین منبع گردآوری داده‌ها، مقالات با موضوعات مرتبط بود که در این خصوص، ۱۶ مقاله تحلیل شد. سپس ۱۷ نفر از متخصصان و نخبگان آگاه به موضوع شامل مدیران و کارشناسان امور ورزشی وزارت علوم عراق، رؤسا و معاونان دانشگاه‌های عراق، مدیران ورزش دانشگاه‌ها و اساتید تربیت‌بدنی دانشگاه‌های عراق آشنا با موضوع پژوهش با سابقه کار اجرایی یا تحقیقی در این حوزه، به‌عنوان شرکت‌کنندگان پژوهش و برای انجام مصاحبه، انتخاب شدند. این افراد براساس اشباع داده‌ها، تخصص، تجربه و تمایل انتخاب شدند. ملاک انتخاب و ورود مصاحبه‌شوندگان، داشتن سابقه کار یا فعالیت یا حداقل پنج سال سابقه پژوهشی مرتبط با موضوع پژوهش بود.

داده‌ها از طریق انجام مصاحبه و همچنین بررسی اسناد و گزارش‌های مرتبط جمع‌آوری شد. در انجام مصاحبه‌ها، از روش مصاحبه نیمه‌ساختاریافته استفاده شد (بنی‌اسدی و صالحی، ۲۰۱۹). قبل از انجام مصاحبه، فرم رضایت‌نامه به همه شرکت‌کنندگان ارائه شد که در آن هدف مطالعه و محرمانه بودن اطلاعات این افراد مشخص شده بود. مصاحبه‌ها بین ۴۵ دقیقه تا ۱ ساعت طول کشید. همچنین با اطلاع مصاحبه‌شونده‌ها مصاحبه‌ها ضبط شد. مصاحبه‌ها در فاصله زمانی تیر تا شهریور ۱۴۰۳ انجام شد.

هم‌زمان با جمع‌آوری داده‌ها، داده‌های کیفی با استفاده از روش استراوس و کوربین (کدگذاری باز) تجزیه و تحلیل شد؛ به گونه‌ای که پس از تجزیه و تحلیل (کدگذاری) داده‌های به‌دست‌آمده از هر مصاحبه یا گزارش، با شناسایی نقاط مبهم یا ضعیف چارچوب و دسته‌بندی، نمونه بعدی برای اصلاح و غنی‌سازی چارچوب انتخاب و نمونه‌گیری تا اشباع داده‌ها ادامه یافت. اشباع داده‌ها به این معناست که داده‌های جدید مرتبط با مقوله به دست نیامد و روابط بین دسته‌ها ایجاد و تأیید شد (گلیزر و استراوس^۲، ۲۰۱۷). اعتبار و روایی پژوهش از طریق ارائه نتایج به‌دست‌آمده به شرکت‌کنندگان برای تأیید آن‌ها ارزیابی شد. در صورت تأیید یافته‌ها توسط این افراد، اطمینان بیشتری درخصوص اعتبار مطالعه حاصل می‌شد. برای اندازه‌گیری پایایی، از روش پایایی بازآزمون استفاده شد که نشان‌دهنده ثبات کدگذاری داده‌ها در طول زمان است. این شاخص زمانی قابل‌محاسبه است که یک کدگذار متنی را در دو نقطه زمانی مختلف کدگذاری می‌کند. برای محاسبه پایایی بازآزمون، چند مصاحبه به‌عنوان نمونه از مصاحبه‌های انجام‌شده، انتخاب و هریک در بازه زمانی کوتاه و مشخصی، دوباره کدگذاری شدند. سپس گدهای تعیین‌شده از دو بازه زمانی هر مصاحبه، با یکدیگر مقایسه و شاخص پایداری آن براساس میزان توافق و عدم توافق مشاهده‌شده در دو مرحله کدگذاری محاسبه شد. در هر مصاحبه،

1. Strauss & Corbin
2. Glaser & Strauss

کدهایی که بین دو بازه زمانی مشابه بودند، به‌عنوان توافق شناسایی شدند؛ در حالی که کدهای متفاوت به‌عنوان عدم توافق نام‌گذاری شدند (هولستی^۱، ۱۹۶۹). پایایی پژوهش برابر با ۰/۸۲ محاسبه شد.

تکنیک پژوهش شامل مطالعه اسنادی (مقالات مرتبط با موضوع پژوهش) و مصاحبه اکتشافی (نیمه ساختاریافته) بود. استخراج عوامل با بررسی مبانی و پیشینه از طریق مطالعه مقالات (درمجموع ۱۶ مقاله) (جدول ۱) و مصاحبه (درمجموع ۱۷ نفر) (جدول ۲) برای جمع‌آوری داده‌ها در این مطالعه انجام شد. همچنین برای کدگذاری مقالات و مصاحبه‌ها در پژوهش حاضر، از حرف A برای مقالات و حرف P برای شرکت‌کنندگان استفاده شد. هم‌زمان با انتخاب شرکت‌کنندگان، کار تحلیل آن‌ها به روش استراوس و کوربین (کدگذاری باز) آغاز شد. با بررسی دقیق مصاحبه‌ها، کدها طبقه‌بندی شدند. مقایسه مداوم، تفاوت‌ها و شباهت‌های بین این کدها را نشان داد. طبقه‌ها از هم جدا یا ادغام شدند تا چارچوبی را در این فرایند تشکیل دهند. از منابع و متون موجود نیز در فرایند تکمیل چارچوب استفاده شد. جمع‌آوری داده‌ها تا زمانی ادامه یافت که محقق مطمئن شد ادامه کار مطالب جدیدی به دانش او اضافه نمی‌کند. پس از انجام ۱۷ مصاحبه طی سه ماه، تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که هیچ داده جدیدی به داده‌های قبلی اضافه نشد؛ زیرا درصد زیادی از داده‌های استخراج‌شده از آخرین مصاحبه‌ها تکرار شد؛ بنابراین با رسیدن به اشباع داده‌ها مصاحبه‌ها پایان یافت.

نتایج

ابتدا مشخصات مربوط به مقالات استفاده‌شده برای کدگذاری در پژوهش حاضر، ارائه شده است (جدول ۱).

جدول ۱- مقالات استفاده‌شده برای کدگذاری
Table 1- Articles used for coding

سال انتشار Publication year	عنوان مقاله Article title	نویسندگان Authors	کد Code
2023	طراحی الگوی توسعه فعالیت بدنی در کارکنان دانشگاه‌های علوم پزشکی براساس نظریه پردازی داده‌بنیاد	سلیمی و همکاران	A1
2022	مدل پارادایمی نهادینه‌سازی فعالیت‌های فوق برنامه ورزشی دانشگاهی در دانشجو-معلمان دانشگاه فرهنگیان	قدیریان مارنانی و همکاران	A2
2022	شناسایی چالش‌های ورزش سالمندی و ارائه راهکارهای مؤثر بر ترغیب سالمندان به فعالیت‌های ورزشی	خان‌محمدی و همکاران	A3
2015	مطالعه انگیزه‌های فعالیت بدنی جامعه دانشگاهی ایران	فرجی و همکاران	A4
2017	تعیین عوامل مؤثر بر افزایش مشارکت دانشجویان در فعالیت‌های بدنی	حسینی و همکاران	A5
2021	واکاوی نقش عوامل زمینه‌ای در نهادینه کردن فعالیت بدنی در دانشگاه‌های ایران	رشید لمیر	A6
2024	فعالیت بدنی دانشجویان: موانع و مزایای درک‌شده برای فعالیت بدنی و عوامل مؤثر بر آن	الخوانده و همکاران	A7
2024	آیا بزرگ شدن در محله‌ای مناسب برای فعالیت بدنی، احتمال فعال ماندن را در دوران نوجوانی و اوایل بزرگسالی افزایش می‌دهد؟	برینگولف-ایسلر و همکاران	A8
2024	عوامل کلیدی مؤثر بر فعالیت بدنی دانشجویان: یک مرور سیستماتیک با استفاده از چارچوب نظری دامنه‌ها و مدل COM-B رفتار انسانی	براون و همکاران	A9
2017	آیا محیط دوستدار فعالیت درک‌شده با فعالیت بدنی بیشتر و فعالیت‌های کمتر مبتنی بر صفحه‌نمایش در نوجوانان مرتبط است؟	کوپاکووا و همکاران	A10

1. Holsti

جدول ۱- مقالات استفاده شده برای کدگذاری

Table 1- Articles used for coding

سال انتشار Publication year	عنوان مقاله Article title	نویسندگان Authors	کد Code
2020	حمایت محیط فیزیکی دانشگاه بر مشارکت دانشجویان مقطع کارشناسی در فعالیت های بدنی اوقات فراغت در جنوب غربی نیجریه	آجیبوآ و آنانوگا	A11
2022	فعالیت بدنی از یک جامعه دوستدار فعالیت تأثیر می پذیرد: یک پروتکل مطالعه آزمایشی طبیعی	ژو و همکاران	A12
2023	محیط های دوستدار فعالیت برای سالمندی فعال: محیط های فیزیکی، اجتماعی و فناوری	پورتگیس و همکاران	A13
2018	آیا محله های دوستدار فعالیت بدنی بر اعضای جامعه به یک اندازه تأثیر می گذارد؟ یک مطالعه مقطعی	استپرز و همکاران	A14
2024	سیاست ها و فرصت های مشارکت در فعالیت های بدنی در مدارس اتریش: بررسی سرشماری	اونگر و همکاران	A15
2020	فعالیت بدنی دانشجویان ارشد دانشگاه	کولوکلتسف و همکاران	A16

در ادامه، شرح مختصری از ویژگی های جمعیت شناختی مصاحبه شوندگان در قالب جنسیت، سمت، مدرک تحصیلی و سابقه مرتبط ارائه شده است (جدول ۲).

جدول ۲- ویژگی های جمعیت شناختی شرکت کنندگان

Table 2. Demographic characteristics of participants

مصاحبه شونده Interviewee	جنسیت Gender	سمت Position	مدرک تحصیلی Educational Level	سابقه مرتبط Relevant experience
P1	مرد	مدیر ورزش وزارت علوم عراق	دکتری علوم ورزشی	15 سال
P2	مرد	معاون ورزش وزارت علوم عراق	دکتری علوم ورزشی	11 سال
P3	مرد	مدیر ورزش دانشگاه کربلا	دکتری علوم ورزشی	12 سال
P4	مرد	مدیر ورزش دانشگاه بغداد	دکتری علوم ورزشی	15 سال
P5	مرد	عضو هیئت علمی دانشگاه بغداد	دکتری علوم ورزشی	9 سال
P6	مرد	معاون عمرانی دانشگاه بغداد	دکتری معماری	13 سال
P7	زن	کارشناس ورزش دانشگاه بغداد	کارشناسی ارشد علوم ورزشی	8 سال
P8	مرد	مدیر ورزش دانشگاه میسان	کارشناسی ارشد علوم ورزشی	17 سال
P9	زن	دانشجوی دانشگاه میسان	کارشناسی ارشد مدیریت	8 سال
P10	مرد	رئیس دانشگاه میسان	دکتری مدیریت	12 سال
P11	مرد	کارشناس ورزش دانشگاه میسان	کارشناس علوم ورزشی	10 سال
P12	مرد	معاون عمرانی دانشگاه اربیل	دکتری مهندسی عمران	13 سال
P13	مرد	عضو هیئت علمی دانشگاه کربلا	دکتری علوم ورزشی	13 سال
P14	مرد	رئیس دانشگاه کربلا	دکتری علوم اجتماعی	17 سال
P15	مرد	مدیر ورزش دانشگاه ناصریه	کارشناسی ارشد علوم ورزشی	15 سال
P16	زن	داوطلب ورزش دانشجویی	کارشناسی ارشد علوم ورزشی	7 سال
P17	مرد	مدیر ورزش دانشگاه بصره	کارشناسی ارشد علوم ورزشی	9 سال

همان طور که در جدول (۲) نشان داده شده است، براساس جنسیت، از میان ۱۷ مصاحبه‌شونده، ۳ نفر زن و ۱۴ نفر مرد بودند. براساس مدرک تحصیلی، اکثر شرکت‌کنندگان دارای مدرک دکتری تخصصی بودند. براساس سابقه نیز حداقل سابقه مرتبط افراد با موضوع پژوهش، ۷ سال و حداکثر ۲۱ سال بود. در ادامه، جداول مربوط به کدهای باز، محوری و انتخابی شرایط علی، مداخله‌گر، زمینه‌ای، راهبردها و پیامدهای مدل دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی ارائه شده است.

جدول ۳- کدهای باز، محوری و انتخابی مرتبط با شرایط علی

Table 3 - Open, axial, and selective codes related to causal conditions

مفهوم Concept	زیرمقوله Subcategory	مقوله اصلی Main category
منافع درک‌شده، اعتقادات مذهبی، خودکارآمدی درک‌شده، باور به توانایی‌ها، خوش‌بینی، نیت و اهداف، باور به عواقب، مهارت‌های شناختی و بین‌فردی، لذت‌بخشی فعالیت بدنی، کیفیت دوست‌ورزشی، شادکامی، رضایت از زندگی، عزت‌نفس	عوامل روان‌شناختی	عوامل درون‌فردی
شایستگی جسمانی، شرایط عضلانی، ترکیب بدنی، تصور از بدن، سرمایه بدنی	عوامل جسمانی	
وضعیت اقتصادی، میزان درآمد، طبقه اقتصادی، هزینه ورزش	عوامل اقتصادی	
اطلاع‌رسانی، آموزش، فرهنگ‌سازی، تعریف دانشگاه فعال، میزان مشارکت فرهنگی	عوامل فرهنگی	
محیط فیزیکی، جو ادراک‌شده از محیط فیزیکی، جو ادراک‌شده از محیط اجتماعی، اثرات اجتماعی، منابع و بسترهای محیطی، هویت و نقش اجتماعی/ حرفه‌ای، محیط درک‌شده، جامعه‌پذیری ورزشی، سرمایه اجتماعی، احساس امنیت، طبقه اجتماعی، تفکر قالبی، اعتماد اجتماعی	عوامل اجتماعی-محیطی	عوامل برون‌فردی

با توجه به نتایج جدول (۳)، از مجموع ۴۰ کد باز مرتبط با شرایط علی، ۱۸ کد تشکیل‌دهنده عوامل درون‌فردی بودند که این عامل خود از دو عامل محوری عوامل روان‌شناختی و عوامل جسمانی تشکیل شده است. همچنین ۲۲ کد تشکیل‌دهنده عوامل برون‌فردی بودند که این عامل خود از سه عامل محوری عوامل اجتماعی-محیطی، عوامل اقتصادی و عوامل فرهنگی، تشکیل شده است.

جدول ۴- کدهای باز، محوری و انتخابی مرتبط با شرایط مداخله‌گر

Table 4- Open, axial, and selective codes related to intervening conditions

مفهوم Concept	زیرمقوله Subcategory	مقوله اصلی Main category
بی‌اهمیتی به فعالیت بدنی، ترس از آسیب‌های فیزیکی، احساس خستگی پس از فعالیت بدنی، عقب ماندن از کارهای روزانه، تنبلی و بی‌حوصلگی، عادت نداشتن، بی‌علاقگی، ترجیح دادن تماشای تلویزیون، خجالتی بودن، همراهی نکردن خانواده و دوستان در فعالیت‌های ورزشی، نداشتن آگاهی درمورد مزایای ورزش، کمبود وقت و دشواری انجام ورزش، عقاید و باورهای منفی درباره خود، حمایت نکردن دوستان نزدیک، موانع درک‌شده، تعارض، اتلاف وقت	ترجیحات شخصی	نگرش و باور

جدول ۴- کدهای باز، محوری و انتخابی مرتبط با شرایط مداخله‌گر

Table 4- Open, axial, and selective codes related to intervening conditions

مقوله اصلی Main category	زیرمقوله Subcategory	مفهوم Concept
	سوق‌دهنده‌های درونی	احترام گذاشتن به شأن ورزشکار، وجود ارزش‌های اسلامی در رفتار ورزشکاران، تأکید مبانی دینی و بزرگان اسلام به ورزش، تبیین نقش ورزش و فعالیت بدنی، نشان دادن ارزش‌ها و توانایی‌های خود به دیگران، ملاقات و آشنایی با افراد جدید، تعهد اخلاقی و رفتاری دانشجویان و کارکنان، اثربخشی فعالیت‌های ورزشی
محدودکننده‌ها	موانع اقتصادی و مالی	مشکلات اقتصادی و معیشتی، فقدان پشتیبانی مالی و جبران خدمت، مشکلات مالی، موانع فرهنگی و سبک زندگی
	موانع سازمانی	نبود هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی، نبود فرهنگ فعالیت بدنی سازمانی، نبود فعالیت ورزشی مفید و مستمر در دوره دبیرستان، فراهم نبودن زیرساخت‌های ورزشی، تأمین نشدن زیرساخت‌های سخت‌افزاری، در حاشیه بودن موضوع ورزش، رواج زندگی یکنواخت در جامعه، تضاد در اجرای قوانین و مقررات، ماشینی شدن و استفاده از فناوری
تسهیل‌کننده‌ها	محرك‌های بیرونی	همگانی بودن و مقبولیت عمومی نوع فعالیت بدنی، امنیت در سفر به مکان ورزشی، پذیرفته شدن از جانب سایرین، تأکید بر نتایج مثبت ورزش، اجتناب از عمل انجام دادن ورزش به‌زور، اشاعه فعالیت‌های فوق برنامه
	مشوق‌ها	تشویق دانشجویان به انجام ورزش صبحگاهی، تشویق دانشجویان به شرکت در کلاس‌های آموزشی ورزشی، تشویق مادی و معنوی دانشجویان ورزشکار، تشویق و ترغیب دانشجویان، تقویت احساس نیاز به فعالیت ورزشی، توصیه و تشویق دوستان، اطرافیان و خانواده، وجود قوانین تسهیل‌کننده و تشویق‌کننده، محرك‌ها و تشویق‌های سازمانی به‌منظور کار بیشتر

با توجه به نتایج جدول (۴)، از مجموع ۵۲ کد باز مرتبط با شرایط مداخله‌گر، ۲۵ کد تشکیل‌دهنده عامل نگرش و باور بودند که این عامل خود از دو عامل محوری ترجیحات شخصی و سوق‌دهنده‌های درونی تشکیل شده است. همچنین ۱۳ کد تشکیل‌دهنده محدودکننده‌ها بودند که این عامل خود از دو عامل محوری موانع اقتصادی و مالی و موانع سازمانی تشکیل شده است. درنهایت، ۱۴ کد تشکیل‌دهنده تسهیل‌کننده‌ها بودند که این عامل خود از دو عامل محوری محرك‌های بیرونی و مشوق‌ها تشکیل شده است.

جدول ۵- کدهای باز، محوری و انتخابی مرتبط با شرایط زمینه‌ای

Table 5- Open, axial, and selective codes related to background conditions

مقوله اصلی Main category	زیرمقوله Subcategory	مفهوم Concept
عوامل سازمانی	ضعف‌های سازمانی	غفلت از اصل رسالت و بی‌توجهی به دانشجویان و کارکنان، بی‌اهمیتی به نیازهای روحی و فعالیت‌های موردعلاقه دانشجویان و کارکنان، ضعف در جذب و مشارکت دانشجویان و کارکنان، فقدان آگاه‌سازی و اطلاع‌رسانی، آشنایی نداشتن با مهارت‌های ورزشی، نبود سالن و مکان مناسب، استاندارد نبودن سالن‌های دانشجویی، سخت بودن دسترسی به اماکن و تسهیلات فعالیت بدنی، کمبود امکانات ورزشی رایگان، شرایط بد آب و هوایی و تأثیرات منفی آن

جدول ۵- کدهای باز، محوری و انتخابی مرتبط با شرایط زمینه‌ای

Table 5- Open, axial, and selective codes related to background conditions

مقوله اصلی Main category	زیرمقوله Subcategory	مفهوم Concept
	قوت‌های سازمانی	ارزش‌گذاری و اولویت‌بندی‌ها، هماهنگی بخش‌های مختلف ورزش دانشگاهی، وجود نیروهای متخصص در اماکن ورزشی دانشگاهی، تعهد سازمان در راستای حفظ سلامت دانشجویان و کارکنان، حمایت سازمان و احساس خودکارآمدی، وجود کارشناس تربیت‌بدنی مجرب، تناسب فعالیت‌ها با نیازهای روحی و روانی دانشجویان، تنوع در فعالیت‌ها، ورزش و نرمش صبحگاهی، ورزش درون خوابگاهی
اقدامات اثربخش	مدیریت مؤثر	تأکید مدیران دانشگاه بر توسعه فعالیت‌های بدنی، مدیریت تضاد منافع، مدیریت برای رفع تصمیمات جزیره‌ای، مدیریت برای رفع انتصاب‌های غیرمرتبط با تخصص،
	آموزش و پژوهش	انجام تحقیقات مناسب و به‌موقع برای کمک به فرایند تصمیم‌گیری، وجود تحقیقات مناسب برای پاسخگویی به سؤالات مدیران ارشد، تشکیل کلاس‌های آموزشی برای افراد، برگزاری کارگاه‌های ارتقای مربیان و داوران، آموزش‌های تخصصی به ورزشکاران و دانشگاهیان، به‌روز بودن معلومات مربیان ورزشی، پرورش مربیان متخصص، مطالعه کتب علمی ورزشی
جاذبه‌ها	بستر حمایتی خانواده و دوستان	حمایت اجتماعی دوستان، حمایت خانواده از فعالیت‌های ورزشی، پذیرش ورزش و فعالیت بدنی در میان اعضای خانواده، ورزشی بودن خانواده، سطح تحصیلات والدین، تربیت افراد در خانواده، شرایط حاکم بر محیط خانوادگی، الگو گرفتن از دوستان و اعضای خانواده
	اماکن و تسهیلات ورزشی مناسب	قرارگیری مناسب محل اماکن ورزشی در دانشگاه، جذابیت بصری اماکن و تجهیزات ورزشی دانشگاهی، توجه به نظافت اماکن ورزشی دانشگاهی، تأثیر امنیت محیط فعالیت بدنی بر مشارکت دانشجویان در آن، وجود اماکن ورزشی جذاب و زیبا در دانشگاه، دسترسی به شرایط محیطی مناسب، امکان استفاده از سالن‌های ورزشی در تمام ایام

با توجه به نتایج جدول (۵)، از مجموع ۴۷ کد باز مرتبط با شرایط زمینه‌ای، ۱۵ کد تشکیل‌دهنده عامل جاذبه‌ها بودند که این عامل خود از دو عامل محوری بستر حمایتی خانواده و دوستان و همچنین اماکن و تسهیلات ورزشی مناسب تشکیل شده است. همچنین ۲۰ کد تشکیل‌دهنده عوامل سازمانی بودند که این عامل خود از دو عامل محوری ضعف‌های سازمانی و قوت‌های سازمانی تشکیل شده است. درنهایت، ۱۲ کد تشکیل‌دهنده عامل اقدامات اثربخش بودند که این عامل خود از دو عامل محوری مدیریت مؤثر و آموزش و پژوهش تشکیل شده است.

جدول ۶- کدهای باز، محوری و انتخابی مرتبط با راهبردها

Table 6- Open, axial, and selective codes related to strategies

مقوله اصلی Main category	زیرمقوله Subcategory	مفهوم Concept
اقدامات سازمانی	اصلاح قوانین و مقررات	تغییر سازوکارها با بازنگری قوانین، بازنگری در قوانین و ساختارهای سازمان، اصلاح سیاست‌ها در ورزش و فعالیت بدنی، اصلاح قوانین و ساختارهای ورزشی کلان کشور، بازنگری قوانین بالادستی، نیازسنجی در ساختار و مدیریت سازمان، ریل‌گذاری و ترمیم زیرساخت‌های قانونی
	تقویت مدیران و مسئولان	مدیریت کارآمد، ایجاد هم‌افزایی بین مدیریت‌ها، آموزش و آگاه‌سازی عمیق مدیران
	برنامه‌ریزی استراتژیک	ارائه برنامه‌های هدفمند، انجام کارها به‌طور منسجم و هدف‌دار، ارائه گزارش عملکرد ادواری و سالیانه، شناسایی نقاط قوت و ضعف برنامه‌ها، برنامه‌ریزی روی مهارت‌های پایه، برنامه‌ریزی مناسب برای استفاده از فرصت‌های موجود، تصویب برنامه سالیانه خرید و نوسازی وسایل و تجهیزات، تهیه تقویم و برنامه عملیاتی فعالیت‌های ورزشی سالیانه، برنامه‌ریزی دقیق و مناسب با نیازهای مخاطب، طراحی برنامه‌های آموزش‌های تحت شبکه، تدوین برنامه‌های راهبردی جذب افراد به ورزش، تنوع‌بخشی به خدمات ورزشی برای ارتقای سلامت دانشجویان
انگیزاننده‌ها	استفاده از نیروی متخصص	فراهم کردن مربی، فراهم‌سازی امکان مشارکت والدین، دادن هدیه به افراد یا تیم‌های برتر، به‌کارگیری مربیان مجرب و ماهر، استفاده از مربیان کارآزموده، استفاده از نیروی انسانی متخصص، بهره‌مندی از مربیان حرفه‌ای، بهره‌مندی از مربیان با اخلاق
	رسیدگی به اماکن ورزشی	توسعه امکانات و تجهیزات ورزشی، مرتفع ساختن نواقص و معایب امکانات ورزشی، فراهم‌سازی امکانات فیزیکی و شرایط مناسب، فراهم‌سازی تجهیزات، سالن‌های ورزشی در اختیار دانشگاه باشد، مناسب بودن فضای ورزشی، داشتن امکانات و تجهیزات موردنیاز، کامل بودن امکانات و تجهیزات، به‌روز بودن امکانات ورزشی، رایگان بودن استفاده از فضاهای ورزشی، از بین بردن شکل‌گیری مکانی و زمانی فرسودگی، تنوع در انتخاب نوع فعالیت در پارک‌ها و اماکن ورزشی، توسعه سیستم حمل‌ونقل عمومی به اماکن ورزشی، توسعه کیفیت و بهبود دسترسی به فضاهای طبیعی، استانداردسازی اماکن ورزشی
راهبردهای تقویتی	فرهنگ و رسانه	فرهنگ‌سازی مشارکت در فعالیت بدنی از طریق تلویزیون، بازتاب فعالیت‌ها در رسانه‌ها، ترغیب به فعالیت بدنی از طریق رسانه‌های چاپی، الکترونیکی و گروهی، آموزش مدون و مداوم ورزش در رسانه‌ها، ترویج فعالیت‌های ورزشی در خانه، استفاده از افراد شاخص و سرشناس جهت فرهنگ‌سازی، فعالیت‌های رسانه‌ای به‌ویژه رسانه‌های جمعی
	نظارت و ارزیابی مستمر	راه‌اندازی واحد نظارت بر سطح سلامت دانشجویان و کارکنان، شناسایی نیازها و سلیقه‌های دانشجویان و کارکنان، شناسایی نقاط قوت و استعدادهای هر دانشگاه، شناسایی وضعیت موجود، شناسایی فرصت‌های موجود در ورزش برای بهره‌برداری توسط دانشگاه‌ها، نظارت بر فعالیت‌های ورزشی، نظارت بر عملکرد انجمن‌های تخصصی ورزش، تعریف حیطه‌های فوق‌برنامه ورزشی، ارائه بازخورد عملکرد ورزشی به دانشجویان، تمهید بسترهای توسعه فعالیت‌های فوق‌برنامه، انجام فعالیت‌های فوق‌برنامه در بعدازظهر، اهمیت

جدول ۶- کدهای باز، محوری و انتخابی مرتبط با راهبردها

Table 6- Open, axial, and selective codes related to strategies

مقوله اصلی Main category	زیرمقوله Subcategory	مفهوم Concept
		دادن به ورزش‌های بومی و محلی، استعدادیابی و هدایت دانشجویان، تهیه کارنامه فعالیت ورزشی برای دانشجویان، ایجاد ایستگاه ورزشی در محوطه دانشگاه، زمان‌بندی مناسب ساعت آموزشی، برگزاری مسابقات ورزشی به مناسبت‌های مختلف، تیم سازی، ایجاد بسترهای حمایت مادی و معنوی، افزایش تعداد مسابقات ورزشی، افزایش سطح فرهنگ و دانش کارکنان سازمان، توسعه توانمندسازی و انعطاف‌پذیری کارکنان، ایجاد نظام آماری فراگیر و جامع در ورزش همگانی

با توجه به نتایج جدول (۶)، از مجموع ۷۵ کد باز مرتبط با راهبردها، ۲۲ کد تشکیل‌دهنده عامل اقدامات سازمانی بودند که این عامل خود از سه عامل محوری اصلاح قوانین و مقررات، تقویت مدیران و مسئولان، و برنامه‌ریزی استراتژیک، تشکیل شده است. همچنین ۲۳ کد تشکیل‌دهنده عامل انگیزاننده‌ها بودند که این عامل خود از دو عامل محوری استفاده از نیروی متخصص و رسیدگی به اماکن ورزشی تشکیل شده است. درنهایت، ۳۰ کد تشکیل‌دهنده عامل راهبردهای تقویتی بودند که این عامل خود از دو عامل محوری نظارت و ارزیابی مستمر و فرهنگ و رسانه تشکیل شده است.

جدول ۷- کدهای باز، محوری و انتخابی مرتبط با دستاوردها/پیامدها

Table 7- Open, axial, and selective codes related to consequences

مقوله اصلی Main category	زیرمقوله Subcategory	مفهوم Concept
پیامدهای فیزیولوژیک	بهبود تناسب اندام و سلامتی جسمی	دوری از کسالت، پیشگیری از بیماری‌های قلبی عروقی، کاهش فشارخون بالا، بهبود خواب شب، کاهش احساس خستگی، داشتن عمری طولانی‌تر، کسب تناسب اندام و بهبود ظاهر بدنی، کنترل وزن، انجام دادن فعالیت‌های روزانه با خستگی کمتر، افزایش انرژی، توسعه تناسب اندام، کاهش ناهنجاری شایع در بین دانشجویان، ارتقاء سواد جسمانی، کاهش هزینه‌های درمانی، فشارهای عصبی و روانی و افزایش رضایت
	بهبود آمادگی جسمانی	بهبود انعطاف‌پذیری جسمانی، افزایش قدرت عضلانی، افزایش تن عضلانی، بهبود عملکرد سیستم قلبی عروقی، بهبود قدرت بدنی، افزایش استقامت عضلانی، بهبود مهارت‌های حرکتی و ورزشی، فراگیری یک فعالیت یا ورزش جدید
تعالی اجتماعی	رشد و توسعه اجتماعی	توسعه سلامت اجتماعی، برقراری روابط خوب و انسانی، تبدیل فعالیت بدنی به عنوان یک وظیفه و تکلیف، سلامتی، تحرک، نشاط و کارایی (نه تنها در سازمان بلکه در تمامی جامعه)، افزایش نشاط اجتماعی، کاهش آسیب‌های اجتماعی در بین دانشجویان، پر شدن مطلوب اوقات فراغت دانشجویان، افزایش مشارکت دانشجویان در سایر برنامه‌ها، هدفمند کردن فعالیت ورزشی دانشجویان در خارج از دانشگاه، جلوگیری از افزایش بیماری‌های غیرواگیر، شکوفا شدن مزایای پنهان فعالیت بدنی با کار تبلیغاتی
	توسعه شغلی	بالا بردن سطح کارایی و پیشرفت در امور شغلی، بهره‌وری، کیفیت زندگی کاری و منافع اقتصادی در سازمان، داشتن سازمانی سلامت‌محور و شاداب،

	رضایت شغلی، افزایش بهره‌وری، دلسوزی نسبت به سازمان، تعلق و دل‌بستگی به محیط کار و آموزش، افزایش پیوند دوستی بین دانشجویان ورزشکار
هدفمند شدن در زندگی رشد و شکوفایی فردی ارتقای مؤلفه‌های روانی	احساس موفقیت شخصی، بهبود کیفیت زندگی، داشتن هدف در زندگی (ورزش به عنوان یکی از اهداف زندگی)، کاهش بار روانی دوری از خانواده افزایش سلامت روان، کسب احساس آرامش، بهبود هوشیاری ذهنی، بهبود خودپنداره و عزت‌نفس، کسب احساس بهتر به خود، توسعه اخلاقی، کاهش احساس استرس و فشار روانی از طریق مشارکت در فعالیت بدنی، افزایش اعتماد به نفس، شادابی

با توجه به نتایج جدول (۷)، از مجموع ۵۲ کد باز مرتبط با پیامدها/دستاوردها، ۲۲ کد تشکیل‌دهنده عامل پیامدهای فیزیولوژیک بودند که این عامل خود از دو عامل محوری بهبود تناسب اندام و سلامتی جسمی تشکیل شده است. همچنین ۱۷ کد تشکیل‌دهنده عامل تعالی اجتماعی بودند که این عامل خود از دو عامل محوری رشد و توسعه اجتماعی و توسعه شغلی تشکیل شده است. در نهایت، ۱۳ کد تشکیل‌دهنده عامل رشد و شکوفایی فردی بودند که این عامل خود از دو عامل محوری ارتقای مؤلفه‌های روانی و هدفمند شدن در زندگی تشکیل شده است. پس از شناسایی مقولات محوری و انتخابی مرتبط با عوامل پنج‌گانه، مدل پارادایمی دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی تدوین شد (شکل ۱).



شکل ۱- مدل دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی

Figure 1- Physical activity friendly University

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر، تدوین مدل دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی بود. در خصوص عوامل علی، ۴۰ مفهوم، پنج مقوله فرعی و دو مقوله اصلی شناسایی شد.

اولین مقوله اصلی شناسایی شده، عوامل درون فردی بود که این عامل خود از دو عامل محوری عوامل روان‌شناختی و عوامل جسمانی تشکیل شده است. در این راستا، سلیمی و همکاران (۲۰۲۳)، قدیریان مارنانی و همکاران (۲۰۲۲)، رشید لمیر (۲۰۲۱)، فرجی و همکاران (۲۰۱۵)، الخوالده و همکاران (۲۰۲۴)، براون و همکاران (۲۰۲۴)، اونگر و همکاران (۲۰۲۴)، ژو و همکاران (۲۰۲۲)، و کولوکتسف و همکاران (۲۰۲۰)، همگی به مواردی هم‌راستا با این یافته پژوهش

اشاره کردند. قدیریان مارنانی و همکاران (۲۰۲۲) نیز انگیزش، باور، آگاهی و نگرش را در نهادهای سازی فعالیت بدنی در دانشجویان مؤثر دانستند؛ بنابراین می‌توان بیان کرد که دانشجویان، کارکنان و مسئولان دانشگاه‌های کشور با توجه به منافع که از انجام فعالیت بدنی درک می‌کنند، اعتقادات و باورهای مذهبی که دارند، میزان خودکارآمدی‌شان، باوری که به توانایی‌های جسمانی خود دارند، خوش‌بینی آن‌ها به انجام فعالیت بدنی، نیت و اهدافی که از انجام این فعالیت‌ها دارند، باورهایی که به عواقب انجام فعالیت بدنی دارند، مهارت‌های شناختی و بین فردی‌شان، میزان لذت‌بخش بودن فعالیت بدنی برای آن‌ها، کیفیت دوستان ورزشی‌شان، شادکامی، رضایت از زندگی، عزت‌نفسی که از انجام این فعالیت‌ها به دست می‌آورند، شایستگی جسمانی، شرایط عضلانی، ترکیب بدنی، تصور از بدن و سرمایه بدنی خود، ممکن است به انجام فعالیت‌های بدنی در محیط دانشگاه ترغیب شوند. می‌توان بیان کرد که در صورت وجود ویژگی‌های شخصیتی و شرایط فردی مناسب (عوامل خانوادگی، روانی، جسمانی و جمعیت شناختی) و در صورتی که امکان انجام فعالیت بدنی و ورزش برای دانشجویان مهیا باشد و همچنین مدیریت ورزش دانشگاه‌ها به شکل صحیح و هدفمند عمل کنند، می‌توان به جذب دانشجویان به سوی فعالیت بدنی و ورزش امیدوار بود که این امر می‌تواند منجر به ارتقای سلامت در سطح جامعه دانشگاهی شود.

دومین مقوله اصلی شناسایی شده درخصوص عوامل علی، عوامل برون فردی بود که این عامل خود از سه عامل محوری عوامل اجتماعی-محیطی، عوامل اقتصادی و عوامل فرهنگی تشکیل شده است. در این خصوص، قدیریان مارنانی و همکاران (۲۰۲۲)، رشید لمیر (۲۰۲۱)، حسینی و همکاران (۲۰۱۷)، الخوالده و همکاران (۲۰۲۴)، براون و همکاران (۲۰۲۴)، اونگر و همکاران (۲۰۲۴)، و پورتگیس و همکاران (۲۰۲۳)، همگی به مواردی هم‌راستا با این یافته پژوهش اشاره داشتند. به عقیده رشیدلمیر (۲۰۲۱) دانشگاه‌ها باید ضمن عادت دادن افراد به ورزش و فعالیت بدنی و عینیت بخشیدن به این عمل در رفتار و کردار آنان، موجب تثبیت ورزش و فعالیت بدنی در ذهن، جسم و روح دانشجویان شوند؛ به طوری که این رفتار مطلوب امری مسلم و بدیهی نزد آنان شود و مشارکت در فعالیت‌ها و رویدادهای ورزشی در بین دانشگاهیان امری مستمر و همیشگی شود؛ چراکه فواید حاصل از ورزش و فعالیت بدنی صرفاً در صورت استمرار این رفتار مطلوب ایجاد خواهد شد؛ بنابراین می‌توان دریافت که عواملی همچون وضعیت اقتصادی، میزان درآمد، طبقه اقتصادی و هزینه ورزش، اطلاع‌رسانی، آموزش و فرهنگ‌سازی، محیط فیزیکی و جو ادراک‌شده از آن، جو ادراک‌شده از محیط اجتماعی و اثرات اجتماعی، منابع و بسترهای محیطی، هویت و نقش اجتماعی/ حرفه‌ای، محیط درک‌شده، جامعه‌پذیری ورزشی، سرمایه اجتماعی، احساس امنیت، طبقه اجتماعی، تفکر قالبی و اعتماد اجتماعی و نیز دانشگاه فعال، ازجمله عوامل تأثیرگذار بر جذب دانشجویان، کارمندان و مسئولان دانشگاه‌های کشور به انجام فعالیت‌های بدنی در محیط دانشگاه هستند؛ بنابراین می‌توان دریافت که در صورت وجود ویژگی‌های روان‌شناختی و جسمانی مطلوب در افراد و همچنین مهیا بودن بسترهای اجتماعی-محیطی، اقتصادی و فرهنگی برای آنان، افراد حاضر در محیط دانشگاه‌ها به انجام فعالیت‌های بدنی در این محیط علاقه نشان می‌دهند.

در رابطه با عوامل مداخله‌گر مرتبط با مدل دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی، ۵۲ مفهوم، شش مقوله فرعی و سه مقوله اصلی شناسایی شد. اولین مقوله اصلی، عامل نگرش و باور بود که این عامل خود از دو عامل محوری ترجیحات شخصی و سوق‌دهنده‌های درونی تشکیل شده است. در این راستا، سلیمی و همکاران (۲۰۲۳)، خان‌محمدی و همکاران (۲۰۲۲)، قدیریان مارنانی و همکاران (۲۰۲۲)، رشید لمیر (۲۰۲۱)، حسینی و همکاران (۲۰۱۷)، فرجی و همکاران (۲۰۱۵)، الخوالده و همکاران (۲۰۲۴)، برینگولف-ایسلر و همکاران (۲۰۲۴)، براون و همکاران (۲۰۲۴)، اونگر و همکاران (۲۰۲۴)، آجیبو و آنانگا (۲۰۲۰) و کولوکتسف و همکاران (۲۰۲۰)، همگی به مواردی هم‌راستا با این یافته پژوهش اشاره کردند؛

بنابراین می‌توان گفت که اهمیت ندادن به فعالیت بدنی، ترس از آسیب‌های فیزیکی، احساس خستگی پس از فعالیت بدنی، احساس عقب ماندن از کارهای روزانه در صورت انجام این فعالیت‌ها، تبلی و بی‌حوصلگی، عادت نداشتن و بی‌علاقگی به انجام فعالیت بدنی، ترجیح دادن تماشای تلویزیون، خجالتی بودن، همراهی نکردن خانواده و دوستان در فعالیت‌های ورزشی، نداشتن آگاهی درمورد مزایای ورزش، کمبود وقت و دشواری انجام ورزش، عقاید و باورهای منفی درباره خود، نبود حمایت دوستان نزدیک، موانع درک‌شده، احساس تعارض و اتلاف وقت، می‌توانند ازجمله عواملی باشند که حضور افراد حاضر در محیط دانشگاه برای پرداختن به فعالیت بدنی را مختل می‌کنند. درواقع، یکی از عوامل مداخله‌گر «دیگران مهم» هستند که نقش مهمی در مشارکت جوانان در فعالیت بدنی و ورزش دارند. دیگر مهم، کسی است که تأثیر عمیقی بر زندگی یک فرد دارد یا می‌گذارد و کسی که فرد از لحاظ عاطفی روی او سرمایه‌گذاری کرده است یا می‌کند، مانند اعضای یک خانواده یا افرادی که خارج از روابط خانوادگی با آن‌ها در تماس است. از سوی دیگر، احترام گذاشتن به شأن ورزشکار، وجود ارزش‌های اسلامی در رفتار ورزشکاران، تأکید مبانی دینی و بزرگان اسلام به ورزش، تبیین نقش ورزش و فعالیت بدنی، نشان دادن ارزش‌ها و توانایی‌های خود به دیگران، ملاقات و آشنایی با افراد جدید، تعهد اخلاقی و رفتاری دانشجویان و کارکنان و اثربخشی فعالیت‌های ورزشی برای افراد، ازجمله عوامل انگیزشی برای سوق دادن افراد به سوی انجام فعالیت بدنی در محیط دانشگاه هستند.

دومین مقوله اصلی مرتبط با عوامل مداخله‌گر، محدودکننده‌ها بود که این عامل خود از دو عامل محوری موانع اقتصادی و مالی و موانع سازمانی تشکیل شده است. در این زمینه، سلیمی و همکاران (۲۰۲۳)، خان‌محمدی و همکاران (۲۰۲۲)، قدیریان مارنانی و همکاران (۲۰۲۲)، رشید لمیر (۲۰۲۱)، حسینی و همکاران (۲۰۱۷)، الخوالده و همکاران (۲۰۲۴)، براون و همکاران (۲۰۲۴) و کولوکلتسف و همکاران (۲۰۲۰)، همگی به مواردی هم‌راستا با این یافته پژوهش اشاره داشتند؛ درنتیجه می‌توان بیان کرد که موانع و مشکلاتی همچون مشکلات اقتصادی و معیشتی، نبود پشتیبانی مالی و جبران خدمت، مشکلات مالی و موانع فرهنگی و سبک زندگی، نبود هدف‌گذاری و برنامه‌ریزی، نبود فرهنگ فعالیت بدنی سازمانی، نبود فعالیت ورزشی مفید و مستمر در دوره دبیرستان، فراهم نبودن زیرساخت‌های ورزشی، تأمین نشدن زیرساخت‌های سخت‌افزاری، در حاشیه بودن موضوع ورزش، رواج زندگی یکنواخت در جامعه، تضاد در اجرای قوانین و مقررات، ماشینی شدن و استفاده از فناوری، ازجمله موانع مهم و تأثیرگذار بر سر راه پرداختن افراد به فعالیت بدنی در محیط دانشگاه محسوب می‌شوند. به هر حال مشکلات اقتصادی ازجمله مشکلاتی هستند که امروزه بسیار بیشتر از گذشته مدنظر تمام اقشار جامعه قرار گرفته‌اند. هرچند مشکلات اقتصادی از آن دسته مشکلاتی هستند که برطرف کردن آن‌ها خارج از محدوده اختیارات دانشگاه‌هاست، اتخاذ تدابیری برای کاهش یا کنترل عواملی که تشدیدکننده فشارهای اقتصادی هستند، در حوزه توانایی‌های دانشگاه‌ها است. ازجمله این اقدامات تأمین اماکن و فضاهای ورزشی ارزان یا ارائه تنخواه‌های ورزشی است.

سومین مقوله اصلی، تسهیل‌کننده‌ها بود که این عامل خود از دو عامل محوری محرک‌های بیرونی و مشوق‌ها تشکیل شده است. در این زمینه، خان‌محمدی و همکاران (۲۰۲۲)، قدیریان مارنانی و همکاران (۲۰۲۲)، رشید لمیر (۲۰۲۱)، حسینی و همکاران (۲۰۱۷)، فرجی و همکاران (۲۰۱۵)، الخوالده و همکاران (۲۰۲۴)، براون و همکاران (۲۰۲۴)، اونگر و همکاران (۲۰۲۴)، کولوکلتسف و همکاران (۲۰۲۰) و کوپاکووا و همکاران (۲۰۱۷)، همگی به مواردی هم‌راستا با این یافته پژوهش اشاره داشتند. عواملی مانند همگانی بودن و مقبولیت عمومی نوع فعالیت بدنی، امنیت در سفر به مکان ورزشی، پذیرفته شدن از جانب سایرین، تأکید بر نتایج مثبت ورزش، اجتناب از عمل انجام دادن ورزش به‌زور، اشاعه فعالیت‌های فوق‌برنامه، تشویق دانشجویان به انجام ورزش صبحگاهی و شرکت در کلاس‌های آموزشی ورزشی، تشویق

مادی و معنوی دانشجویان ورزشکار، تشویق و ترغیب دانشجویان، تقویت احساس نیاز به فعالیت ورزشی، توصیه و تشویق دوستان، اطرافیان و خانواده، وجود قوانین تسهیل‌کننده و تشویق‌کننده و محرک‌ها و تشویق‌های سازمانی به‌منظور کار بیشتر، ازجمله عوامل انگیزشی و تسهیل‌کننده مهم و تأثیرگذار بر ایجاد دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی محسوب می‌شوند. مدیران و مسئولان تربیت‌بدنی دانشگاه‌ها با رفع موانع و محدودیت‌ها و ارتقا و تسهیل شرایط پرداختن به فعالیت بدنی در محیط دانشگاه می‌توانند زمینه ایجاد علاقه‌مندی و جذب دانشجویان و کارمندان دانشگاه به فعالیت بدنی را فراهم آورند.

در رابطه با عوامل زمینه‌ای مرتبط با دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی، ۴۷ مفهوم، شش مقوله فرعی و سه مقوله اصلی شناسایی شد. اولین مقوله اصلی، جاذبه‌ها بود که این عامل خود از دو عامل محوری بستر حمایتی خانواده و دوستان و اماکن و تسهیلات ورزشی مناسب تشکیل شده است. در این راستا، سلیمی و همکاران (۲۰۲۳)، رشید لمیر (۲۰۲۱)، الخوالده و همکاران (۲۰۲۴)، برینگولف-ایسلر و همکاران (۲۰۲۴)، براون و همکاران (۲۰۲۴)، اونگر و همکاران (۲۰۲۴) و کولوکلتسف و همکاران (۲۰۲۰)، همگی به مواردی هم‌راستا با این یافته پژوهش اشاره داشتند. وجود حمایت اجتماعی دوستان و حمایت خانواده از فعالیت‌های ورزشی، پذیرش ورزش و فعالیت بدنی در میان اعضای خانواده، ورزشی بودن خانواده، سطح تحصیلات والدین، تربیت افراد در خانواده، شرایط حاکم بر محیط خانوادگی و الگو گرفتن از دوستان و اعضای خانواده و همچنین قرارگیری مناسب محل اماکن ورزشی در دانشگاه، جذابیت بصری اماکن و تجهیزات ورزشی دانشگاهی، توجه به نظافت اماکن ورزشی دانشگاهی، تأثیر امنیت محیط فعالیت بدنی بر مشارکت دانشجویان در آن، وجود اماکن ورزشی جذاب و زیبا در دانشگاه، دسترسی به شرایط محیطی مناسب و امکان استفاده از سالن‌های ورزشی در تمام ایام، ازجمله عوامل زمینه‌ای تأثیرگذار بر جذب افراد حاضر در دانشگاه به سوی فعالیت بدنی محسوب می‌شوند. بخشی از مشارکت افراد تابعی از مشارکت کردن یا نکردن دوستان و خانواده آن‌ها است. در اینجا نقش دیگران مهم پررنگ می‌شود. استفاده از ارتباطات مثبت و مؤثر و وجود امکانات مناسب و دسترسی آسان به اماکن و تسهیلات ورزشی، می‌تواند موانع را تا حدودی کم‌رنگ کرده و به سوق دادن دانشجویان به سوی انجام فعالیت بدنی و ورزش کمک کند.

دومین مقوله اصلی مربوط به عوامل زمینه‌ای، عوامل سازمانی بود که این عامل خود از دو عامل محوری ضعف‌های سازمانی و قوت‌های سازمانی تشکیل شده است. در این خصوص، سلیمی و همکاران (۲۰۲۳)، قدیریان مارنانی و همکاران (۲۰۲۲)، رشید لمیر (۲۰۲۱)، حسینی و همکاران (۲۰۱۷)، فرجی و همکاران (۲۰۱۵)، الخوالده و همکاران (۲۰۲۴)، براون و همکاران (۲۰۲۴)، اونگر و همکاران (۲۰۲۴)، آجیبوآ و آنانوغا (۲۰۲۰) و کولوکلتسف و همکاران (۲۰۲۰)، همگی به مواردی هم‌راستا با این یافته پژوهش اشاره داشتند؛ بنابراین مشخص می‌شود که عواملی مانند غفلت از اصل رسالت و بی‌توجهی به دانشجویان و کارکنان، بی‌اهمیتی به نیازهای روحی و فعالیت‌های موردعلاقه دانشجویان و کارکنان و ضعف در جذب و مشارکت آنان، فقدان آگاه‌سازی و اطلاع‌رسانی و آشنایی نداشتن با مهارت‌های ورزشی، نبود سالن و مکان مناسب و استاندارد نبودن آن‌ها، سخت بودن دسترسی به اماکن و تسهیلات فعالیت بدنی و کمبود امکانات ورزشی رایگان، و شرایط بد آب و هوایی و تأثیرات منفی آن، ازجمله ضعف‌های سازمانی محسوب می‌شوند که می‌توانند زمینه‌ساز ایجاد نشدن علاقه و جذب نکردن افراد دانشگاهی به سوی انجام فعالیت بدنی باشند؛ بنابراین می‌توان بیان کرد که با ایجاد و ارتقای بسترها و زمینه‌های لازم در خانواده و دوستان و محیط دانشگاه، می‌توان شاهد ایجاد علاقه و جذب دانشجویان و کارمندان دانشگاه به پرداختن به فعالیت‌های بدنی در این محیط بود. از سوی دیگر، عواملی مانند ارزش‌گذاری و اولویت‌بندی‌ها، هماهنگی بخش‌های مختلف ورزش دانشگاهی، وجود نیروهای متخصص در اماکن ورزشی دانشگاهی، تعهد سازمان در راستای حفظ سلامت دانشجویان و کارکنان، حمایت سازمان و احساس خودکارآمدی، وجود

کارشناس تربیت‌بدنی مجرب، تناسب فعالیت‌ها با نیازهای روحی و روانی دانشجویان، تنوع در فعالیت‌ها، ورزش و نرمش صبحگاهی و ورزش درون‌خوابگاهی، می‌توانند زمینه‌ساز ایجاد علاقه و جذب دانشجویان و کارمندان دانشگاه برای انجام فعالیت بدنی باشند.

سومین مقوله اصلی مرتبط با عوامل زمینه‌ای، اقدامات اثربخش بود که این عامل خود از دو عامل محوری مدیریت مؤثر و آموزش و پژوهش تشکیل شده است. در این زمینه، سلیمی و همکاران (۲۰۲۳)، خان‌محمدی و همکاران (۲۰۲۲)، قدیریان مارنانی و همکاران (۲۰۲۲)، رشید لمیر (۲۰۲۱)، حسینی و همکاران (۲۰۱۷)، فرجی و همکاران (۲۰۱۵)، الخوالده و همکاران (۲۰۲۴)، براون و همکاران (۲۰۲۴)، اونگر و همکاران (۲۰۲۴)، آجیبوآ و آنانوغا (۲۰۲۰) و کولوکلتسف و همکاران (۲۰۲۰)، همگی به مواردی هم‌راستا با این یافته پژوهش اشاره داشتند؛ بنابراین می‌توان بیان کرد که تأکید مدیران دانشگاه بر توسعه فعالیت‌های بدنی، مدیریت تضاد منافع، مدیریت برای رفع تصمیمات جزیره‌ای و مدیریت برای رفع انتصاب‌های غیرمرتبط با تخصص و همچنین انجام تحقیقات مناسب و به‌موقع برای کمک به فرایند تصمیم‌گیری، وجود تحقیقات مناسب برای پاسخگویی به سؤالات مدیران ارشد، تشکیل کلاس‌های آموزشی برای افراد، برگزاری کارگاه‌های ارتقای مربیان و داوران، آموزش‌های تخصصی به ورزشکاران و دانشگاهیان و به‌روز بودن معلومات مربیان ورزشی، پرورش مربیان متخصص و مطالعه کتب علمی ورزشی، می‌توانند بستری مناسب برای ایجاد دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی مهیا کنند. مدیران در حیطه قوانین سازمانی نقش مؤثر و پررنگی خواهند داشت و می‌توانند با اصلاح برخی قوانین یا وضع قوانین و مقررات جدید در حوزه ورزش و فعالیت بدنی در دانشگاه‌ها شرایط بهتری را برای نهادهای ساز و ورزش و فعالیت بدنی مهیا کنند.

در رابطه با راهبردهای مرتبط با دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی، ۷۵ مفهوم، هفت مقوله فرعی و سه مقوله اصلی شناسایی شد. اولین مقوله اصلی، انگیزاننده‌ها بود که این عامل خود از دو عامل محوری استفاده از نیروی متخصص و رسیدگی به اماکن ورزشی تشکیل شده است. در این زمینه، سلیمی و همکاران (۲۰۲۳)، خان‌محمدی و همکاران (۲۰۲۲)، قدیریان مارنانی و همکاران (۲۰۲۲)، رشید لمیر (۲۰۲۱)، حسینی و همکاران (۲۰۱۷)، فرجی و همکاران (۲۰۱۵)، الخوالده و همکاران (۲۰۲۴)، برینگولف-ایسلر و همکاران (۲۰۲۴)، براون و همکاران (۲۰۲۴)، اونگر و همکاران (۲۰۲۴)، آجیبوآ و آنانوغا (۲۰۲۰) و کولوکلتسف و همکاران (۲۰۲۰)، همگی به مواردی هم‌راستا با این یافته پژوهش اشاره داشتند؛ بنابراین می‌توان گفت که با استفاده از راهبردهایی همچون فراهم کردن مربی، فراهم‌سازی امکان مشارکت والدین، دادن هدیه به افراد یا تیم‌های برتر، به‌کارگیری مربیان مجرب و ماهر، استفاده از مربیان کارآزموده و نیروی انسانی متخصص، بهره‌مندی از مربیان حرفه‌ای و با اخلاق، و همچنین، توسعه امکانات و تجهیزات ورزشی، مرتفع کردن نواقص و معایب امکانات ورزشی، فراهم‌سازی امکانات فیزیکی و شرایط مناسب، مناسب بودن فضای ورزشی، داشتن امکانات و تجهیزات موردنیاز و کامل و به‌روز بودن آن‌ها، رایگان بودن استفاده از فضاهای ورزشی، از بین بردن شکل‌گیری مکانی و زمانی فرسودگی، تنوع در انتخاب نوع فعالیت در اماکن ورزشی، توسعه سیستم حمل‌ونقل عمومی به اماکن ورزشی، توسعه کیفیت و بهبود دسترسی به فضاهای طبیعی و استانداردسازی اماکن ورزشی در دانشگاه‌ها، برای جذب و ایجاد علاقه‌مندی در افراد حاضر در دانشگاه برای انجام فعالیت بدنی، اقدام کرد. با تأکید بر طراحی محیطی دوستدار رفت و آمد فعال، تأکید بر فرهنگ‌سازی، آموزش و ارتقای فعالیت بدنی و ورزش در دانشجویان و ارتقای جایگاه فعالیت بدنی در دانشگاه، می‌توان گامی مؤثر و کارا در راستای علاقه‌مند کردن دانشجویان در جهت حضور در فعالیت بدنی و ورزش برداشت. دومین مقوله اصلی مرتبط با راهبردها، راهبردهای تقویتی بود که این عامل خود از دو عامل محوری نظارت و ارزیابی مستمر و فرهنگ و رسانه تشکیل شده است. در این زمینه، سلیمی و همکاران (۲۰۲۳)، خان‌محمدی و همکاران (۲۰۲۲)،

قدیریان مارنانی و همکاران (۲۰۲۲)، رشید لمیر (۲۰۲۱)، حسینی و همکاران (۲۰۱۷)، فرجی و همکاران (۲۰۱۵)، الخوالده و همکاران (۲۰۲۴)، برینگولف-ایسلر و همکاران (۲۰۲۴)، براون و همکاران (۲۰۲۴)، اونگر و همکاران (۲۰۲۴)، آجیبوآ و آنانوگا (۲۰۲۰) و کولوکلتسف و همکاران (۲۰۲۰)، همگی به مواردی هم‌راستا با این یافته پژوهش اشاره کردند؛ بنابراین می‌توان گفت که فرهنگ‌سازی مشارکت در فعالیت بدنی از طریق تلویزیون و بازتاب این فعالیت‌ها در رسانه‌ها، ترغیب به فعالیت بدنی از طریق رسانه‌های چاپی، الکترونیکی و گروهی، آموزش مدون و مداوم ورزش در رسانه‌ها، ترویج فعالیت‌های ورزشی در خانه، استفاده از افراد شاخص و سرشناس برای فرهنگ‌سازی و فعالیت‌های رسانه‌ای به‌ویژه رسانه‌های جمعی و همچنین راه‌اندازی واحد نظارت بر سطح سلامت دانشجویان و کارکنان، شناسایی نیازها و سلیقه‌های دانشجویان و کارکنان، شناسایی نقاط قوت و استعداد‌های هر دانشگاه، شناسایی وضعیت و فرصت‌های موجود در ورزش برای بهره‌برداری توسط دانشگاه‌ها، نظارت بر فعالیت‌های ورزشی و عملکرد انجمن‌های تخصصی ورزش، تعریف حیطه‌های فوق‌برنامه ورزشی، ارائه بازخورد عملکرد ورزشی به دانشجویان، تمهید بسترهای توسعه فعالیت‌های فوق‌برنامه و انجام فعالیت‌های فوق‌برنامه در بعدازظهر، اهمیت دادن به ورزش‌های بومی و محلی، استعدادیابی و هدایت دانشجویان، تهیه کارنامه فعالیت ورزشی برای آن‌ها، ایجاد ایستگاه ورزشی در محوطه دانشگاه، زمان‌بندی مناسب ساعت آموزشی، برگزاری مسابقات ورزشی به مناسبت‌های مختلف، تیم‌سازی، ایجاد بسترهای حمایت مادی و معنوی، افزایش تعداد مسابقات ورزشی، افزایش سطح فرهنگ و دانش کارکنان سازمان، توسعه توانمندسازی و انعطاف‌پذیری کارکنان و ایجاد نظام آماری فراگیر و جامع در ورزش همگانی، ازجمله راهبردهای مؤثر در راستای ایجاد دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی محسوب می‌شوند. استفاده از ابزاری همانند پوسترهای ورزش همگانی، پیام‌های هشداردهنده درمورد خطرات بی‌حرکی، استفاده از تبلیغات گسترده در محافل و معابر عمومی ازجمله روش‌های توسعه ورزش در بین دانشجویان است؛ درنتیجه می‌توان دریافت که با ارزیابی و نظارت مستمر و مداوم و استفاده از عوامل فرهنگی و فرهنگ‌سازی و قدرت رسانه‌ها می‌توان به ترغیب دانشجویان و کارکنان دانشگاه‌ها به انجام فعالیت بدنی اقدام کرد و زمینه شکل‌گیری دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی را فراهم آورد.

سومین مقوله اصلی در رابطه با راهبردها، اقدامات سازمانی بود که این عامل خود از سه عامل محوری اصلاح قوانین و مقررات، تقویت مدیران و مسئولان و برنامه‌ریزی استراتژیک تشکیل شده است. در این رابطه، سلیمی و همکاران (۲۰۲۳)، خان‌محمدی و همکاران (۲۰۲۲)، قدیریان مارنانی و همکاران (۲۰۲۲)، رشید لمیر (۲۰۲۱)، حسینی و همکاران (۲۰۱۷)، فرجی و همکاران (۲۰۱۵)، الخوالده و همکاران (۲۰۲۴)، براون و همکاران (۲۰۲۴)، اونگر و همکاران (۲۰۲۴)، آجیبوآ و آنانوگا (۲۰۲۰) و کولوکلتسف و همکاران (۲۰۲۰)، همگی به مواردی هم‌راستا با این یافته پژوهش اشاره کردند؛ بنابراین می‌توان بیان کرد که تغییر سازوکارها با بازنگری قوانین، بازنگری در قوانین و ساختارهای سازمان، اصلاح سیاست‌ها در ورزش و فعالیت بدنی، اصلاح قوانین و ساختارهای ورزشی کلان کشور، بازنگری قوانین بالادستی، نیازسنجی در ساختار و مدیریت سازمان و ریل‌گذاری و ترمیم زیرساخت‌های قانونی، مدیریت کارآمد، ایجاد هم‌افزایی بین مدیریت‌ها و آموزش و آگاه‌سازی عمیق مدیران، و همچنین ارائه برنامه‌های هدفمند، انجام کارها به طور منسجم و هدف‌دار، ارائه گزارش عملکرد ادواری و سالیانه، شناسایی نقاط قوت و ضعف برنامه‌ها، برنامه‌ریزی روی مهارت‌های پایه، برنامه‌ریزی مناسب برای استفاده از فرصت‌های موجود، تصویب برنامه سالیانه خرید و نوسازی وسایل و تجهیزات، تهیه تقویم و برنامه عملیاتی فعالیت‌های ورزشی سالیانه، برنامه‌ریزی دقیق و مناسب با نیازهای مخاطب، طراحی برنامه‌های آموزش‌های تحت شبکه، تدوین برنامه‌های راهبردی جذب افراد به ورزش و تنوع‌بخشی به خدمات ورزشی برای ارتقای سلامت دانشجویان، ازجمله دیگر راهبردها و اقدامات در راستای ایجاد دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی هستند؛ بنابراین می‌توان بیان کرد که اصلاح

قوانین و مقررات موجود و سازگار کردن آن‌ها با وضعیت فعلی کشور و همچنین ایجاد قوانین تسهیل‌کننده، تقویت و توسعه توانایی و دانش مدیران و مسئولان و ایجاد برنامه‌های استراتژیک، می‌توانند گام‌هایی مؤثر و کارا در مسیر ایجاد دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی باشند.

در رابطه با دستاوردها/پیامدهای مرتبط با دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی، ۵۲ مفهوم، شش مقوله فرعی و سه مقوله اصلی شناسایی شد. اولین مقوله اصلی، پیامدهای فیزیولوژیک بود که این عامل خود از دو عامل محوری بهبود تناسب اندام و سلامتی جسمی و نیز بهبود آمادگی جسمانی تشکیل شده است. در این زمینه، سلیمی و همکاران (۲۰۲۳)، خان‌محمدی و همکاران (۲۰۲۲)، قدیریان مارنانی و همکاران (۲۰۲۲)، رشید لمیر (۲۰۲۱)، حسینی و همکاران (۲۰۱۷)، فرجی و همکاران (۲۰۱۵)، الخوالده و همکاران (۲۰۲۴)، برینگولف-ایسلر و همکاران (۲۰۲۴)، براون و همکاران (۲۰۲۴)، اونگر و همکاران (۲۰۲۴)، پورتگیس و همکاران (۲۰۲۳)، ژو و همکاران (۲۰۲۲)، آجیبوآ و آنانگا (۲۰۲۰)، کولوکلتسف و همکاران (۲۰۲۰)، استپرز و همکاران (۲۰۱۸) و کوپکاکووا و همکاران (۲۰۱۷)، همگی به مواردی هم‌راستا با این یافته پژوهش اشاره داشتند؛ بنابراین می‌توان بیان کرد که در صورت اجرای درست راهبردهای ذکرشده می‌توان موجب شد تا دانشجویان و کارمندان دانشگاه‌ها به فعالیت بدنی در این محیط روی آورند؛ بدین ترتیب به مزایایی همچون دوری از کسالت، پیشگیری از بیماری‌های قلبی-عروقی، کاهش فشارخون بالا، بهبود خواب شب، کاهش احساس خستگی، داشتن عمری طولانی‌تر، کسب تناسب اندام و بهبود ظاهر بدنی، کنترل وزن، انجام دادن فعالیت‌های روزانه با خستگی کمتر، افزایش انرژی، توسعه تناسب اندام، کاهش ناهنجاری شایع در بین دانشجویان، ارتقای سواد جسمانی، کاهش هزینه‌های درمانی، فشارهای عصبی و روانی و افزایش رضایت، و همچنین، بهبود انعطاف‌پذیری جسمانی، افزایش قدرت و تن عضلانی، بهبود عملکرد سیستم قلبی-عروقی، بهبود قدرت بدنی و افزایش استقامت عضلانی، بهبود مهارت‌های حرکتی و ورزشی و فراگیری یک فعالیت یا ورزش جدید دست یابند.

دومین مقوله اصلی در زمینه پیامدها، رشد و شکوفایی فردی بود که این عامل خود از دو عامل محوری ارتقای مؤلفه‌های روانی و هدفمندشدن در زندگی تشکیل شده است. در این زمینه، سلیمی و همکاران (۲۰۲۳)، خان‌محمدی و همکاران (۲۰۲۲)، قدیریان مارنانی و همکاران (۲۰۲۲)، رشید لمیر (۲۰۲۱)، حسینی و همکاران (۲۰۱۷)، فرجی و همکاران (۲۰۱۵)، الخوالده و همکاران (۲۰۲۴)، برینگولف-ایسلر و همکاران (۲۰۲۴)، براون و همکاران (۲۰۲۴)، اونگر و همکاران (۲۰۲۴)، پورتگیس و همکاران (۲۰۲۳)، ژو و همکاران (۲۰۲۲)، آجیبوآ و آنانگا (۲۰۲۰)، کولوکلتسف و همکاران (۲۰۲۰)، استپرز و همکاران (۲۰۱۸) و کوپکاکووا و همکاران (۲۰۱۷)، همگی به مواردی هم‌راستا با این یافته پژوهش اشاره داشتند؛ بنابراین می‌توان دریافت که با استفاده از راهبردهای مناسب در زمینه ایجاد دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی می‌توان شاهد ایجاد احساس موفقیت شخصی، بهبود کیفیت زندگی، داشتن هدف در زندگی (ورزش به‌عنوان یکی از اهداف زندگی)، کاهش بار روانی دوری از خانواده، افزایش سلامت روان، کسب احساس آرامش، بهبود هوشیاری ذهنی، بهبود خودپنداره و عزت‌نفس، کسب احساس بهتر به خود، توسعه اخلاقی، کاهش احساس استرس و فشار روانی از طریق مشارکت در فعالیت بدنی، افزایش اعتمادبه‌نفس و شادابی در دانشجویان و کارمندان دانشگاه‌ها بود. تا زمانی که این عوامل فراهم شود، می‌توان این احتمال را در نظر گرفت که بهزیستی روان‌شناختی و مدیریت اوقات فراغت در سطح دانشگاه ارتقا پیدا می‌کند و به موازات آن ناهنجاری‌های رفتاری به‌عنوان واکنش به این محرک‌ها کاهش یابد.

سومین و آخرین مقوله اصلی مرتبط با پیامدها، تعالی اجتماعی بود که این عامل خود از دو عامل محوری رشد و توسعه اجتماعی و توسعه شغلی تشکیل شده است. در این راستا، سلیمی و همکاران (۲۰۲۳)، خان‌محمدی و همکاران (۲۰۲۲)، قدیریان مارنانی و همکاران (۲۰۲۲)، رشید لمیر (۲۰۲۱)، حسینی و همکاران (۲۰۱۷)، فرجی و همکاران (۲۰۱۵)،

الخوالده و همکاران (۲۰۲۴)، برینگولف-ایسلر و همکاران (۲۰۲۴)، براون و همکاران (۲۰۲۴)، اونگر و همکاران (۲۰۲۴)، پورتگیس و همکاران (۲۰۲۳)، ژو و همکاران (۲۰۲۲)، آجیبوا و آنانوگا (۲۰۲۰)، کولوکلتسف و همکاران (۲۰۲۰)، استپرز و همکاران (۲۰۱۸) و کوپاکووا و همکاران (۲۰۱۷)، همگی به مواردی هم‌راستا با این یافته پژوهش اشاره داشتند؛ بنابراین می‌توان بیان کرد که یکی دیگر از ابعادی که به‌واسطه ایجاد دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی توسعه می‌یابد، بعد اجتماعی است که به‌واسطه آن توسعه سلامت اجتماعی، برقراری روابط خوب و انسانی، تبدیل فعالیت بدنی به‌عنوان یک وظیفه و تکلیف، سلامتی، تحرک، نشاط و کارایی (نه‌تنها در سازمان بلکه در تمامی جامعه)، افزایش نشاط اجتماعی، کاهش آسیب‌های اجتماعی در بین دانشجویان، پر شدن مطلوب اوقات فراغت و افزایش مشارکت دانشجویان در سایر برنامه‌ها، هدفمند کردن فعالیت ورزشی دانشجویان در خارج از دانشگاه، جلوگیری از افزایش بیماری‌های غیرواگیر، شکوفا شدن مزایای پنهان فعالیت بدنی با کار تبلیغاتی، بالا بردن سطح کارایی و پیشرفت در امور شغلی، بهره‌وری، کیفیت زندگی کاری و منافع اقتصادی در سازمان، داشتن سازمانی سلامت‌محور و شاداب، رضایت شغلی، افزایش بهره‌وری، دلسوزی نسبت به سازمان، تعلق و دل‌بستگی به محیط کار و آموزش و همچنین افزایش پیوند دوستی بین دانشجویان ورزشکار روی می‌دهد و موجب تعالی اجتماعی می‌شود؛

بنابراین با مرور و بررسی سایر پژوهش‌ها و یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان بیان کرد که با شناسایی عوامل علی، مداخله‌گر و زمینه‌ای و طراحی و تدوین راهبردهای استراتژیک و مؤثر درخصوص ایجاد دانشگاه دوستدار فعالیت بدنی، می‌توان به پیامدها و دستاوردهای ارزشمندی همچون تعالی اجتماعی و رشد و شکوفایی فردی دست یافت.

پیام مقاله

باید کل ارکان دانشگاه (و نه فقط بخش ورزش دانشگاه)، در ایجاد عادات مثبت ازجمله فعالیت بدنی کمک کنند. ایجاد محیط‌های دوستدار فعالیت بدنی در دانشگاه‌ها، یکی از استراتژی‌هایی است که برای رفع این نگرانی‌ها پیشنهاد می‌شود.

مشارکت نویسندگان

همه نویسندگان به طور مساوی در مفهوم‌سازی، طراحی، جمع‌آوری داده‌ها، تجزیه و تحلیل و تهیه دست‌نوشته این مطالعه مشارکت داشتند. همه آن‌ها نسخه نهایی را بررسی و تأیید کردند.

تعارض منافع

این تحقیق بدون بودجه انجام شده است. نویسندگان اعلام می‌کنند که هیچ‌گونه تعارض منافی در رابطه با این مقاله ندارند.

تشکر و قدردانی

از تمامی عزیزانی که ما را در انجام این پژوهش یاری رساندند، کمال قدردانی و سپاس را داریم.

منابع

1. Ajibua, M. A., & Onanuga, O. A. (2020). Supportiveness of university physical environment on undergraduate students participation in leisure-time physical activity in South West Nigeria. *Central European Journal of Sport Sciences and Medicine*, 32(4), 85–96. <https://doi.org/10.18276/cej.2020.4-09>
2. Alkhawaldeh, A., Abdalrahim, A., AlBashtawy, M., Ayed, A., Al Omari, O., AlBashtawy, S., Suliman, M., Oweidat, I. A., Khatatbeh, H., Alkhawaldeh, H., Al Dameery, K., Alsaraireh, M., & Alhroub, N. (2024). University students' physical activity: Perceived barriers and benefits to physical activity and its contributing factors. *SAGE Open Nursing*, 10, 1–9. <https://doi.org/10.1177/23779608241240490>

3. Al-Kloub, M. I., Al-Khawaldeh, O. A., AlBashtawy, M., Batiha, A. M., & Al-Haliq, M. (2019). Disordered eating in Jordanian adolescents. *International Journal of Nursing Practice*, 25(1), e12694. <https://doi.org/10.1111/ijn.12694>
4. Baniyadi, A., & Salehi, K. (2019). Introduction on the principles and process of construction and validation of the interview protocol. *Higher Education Letter*, 12(46), 177–203. [In Persian].
5. Belogianni, K., & Baldwin, C. (2019). Types of interventions targeting dietary, physical activity, and weight-related outcomes among university students: A systematic review of systematic reviews. *Advances in Nutrition*, 10, 848–863. <https://doi.org/10.1093/advances/nmz027>
6. Bertrand, L., Shaw, K. A., Ko, J., Dalton Deprez, P. D., & Chilibeck, Zello, G. A. (2021). The impact of the coronavirus disease 2019 pandemic on physical activity in U.S. children. *Journal of Sport and Health Science*, 10, 323–332. <https://doi.org/10.1139/apnm-2020-0990>
7. Biddle, S. J., & Asare, M. (2011). Physical activity and mental health in children and adolescents: A review of reviews. *British Journal of Sports Medicine*, 45(11), 886–895. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2011-090185>
8. Bringolf-Isler, B., Schindler, C., de Hoogh, K., Kayser, B., Suggs, L. S., Dossegger, A., Probst-Hensch, N., & SOPHYA Study Group. (2019). Association of objectively measured and perceived environment with accelerometer-based physical activity and cycling: A Swiss population-based cross-sectional study of children. *International Journal of Public Health*, 64(4), 499–510. <https://doi.org/10.1007/s00038-019-01206-3>
9. Bringolf-Isler, B., Hänggi, J., Kayser, B. L., Suggs, S., de Hoogh, K., Dössegger, A., & Probst-Hensch, N. (2024). Does growing up in a physical activity-friendly neighborhood increase the likelihood of remaining active during adolescence and early adulthood? *BMC Public Health*, 24, 2883. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20373-4>
10. Brown, C. E. B., Richardson, K., Halil-Pizzirani, B., Atkins, L., Yücel, M., & Segrave, R. A. (2024). Key influences on university students' physical activity: A systematic review using the theoretical domains framework and the COM-B model of human behaviour. *BMC Public Health*, 24(1), 418. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17621-4>
11. Buehler, R., & Pucher, J. (2012). Cycling to work in 90 large American cities: New evidence on the role of bike paths and lanes. *Transportation*, 39, 409–432. <https://doi.org/10.1007/s11116-011-9355-8>
12. Burton, N. W., Barber, B. L., & Khan, A. A. (2021). A qualitative study of barriers and enablers of physical activity among female Emirati university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 3380. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073380>
13. Dwyer, M. J., Pasini, M., De Dominicis, S., & Righi, E. (2020). Physical activity: Benefits and challenges during the COVID-19 pandemic. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 30, 1291–1294. <https://doi.org/10.1111/sms.13710>
14. Faraji, R., Latifi, H., & Manour Sadeghi, M. (2015). Survey of the physical activity motives among Iranian academic community. *Research on Educational Sport*, 3(7), 99–115. [In Persian].
15. García-Álvarez, D., & Faubel, R. (2020). Strategies and measurement tools in physical activity promotion interventions in the university setting: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 6526. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186526>
16. Ghadirian Marnani, F., Soltan Hosseini, M., Salimi, M., & Aroofzad, S. (2022). The paradigm model of institutionalization of academic extracurricular sports activities for student (prospective or future) teachers of Farhangian University. *New Trends in Sport Management*, 9(35), 45–64. [In Persian].
17. Glaser, B. G., & Strauss, A. L. (2017). *Discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*. London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203793206>
18. Goje, M., Salmiah, M. S., Ahmad Azuhairi, A., & Jusoff, K. (2014). Physical inactivity and its associated factors among university students. *IOSR Journal of Dental and Medical Sciences*, 13(10), 119–130. <https://doi.org/10.9790/0853-1310119130>
19. Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M., & Bull, F. C. (2020). Global trends in insufficient physical activity among adolescents: A pooled analysis of 298 population-based surveys with 16 million participants. *The Lancet Child and Adolescent Health*, 4(1), 23–35. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(19\)30323-2](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(19)30323-2)

20. Habibolahi, A. (2010). Evaluation of the effectiveness of the extracurricular sports program of the University of Tehran. Master's thesis in sports management, Islamic Azad University, Science and Research Branch. [In Persian].
21. Hakemi, L., Borumand, M. R., & Vafaei, R. (2020). A bicycle-friendly city model for sustainable health. Ministry of Health, Treatment and Medical Education. [In Persian].
22. Hataminejad, H., & Ashrafi, Y. (2010). The role of the bicycle in urban sustainable transportation. *Human Geography Research*, 42(4), 45–63. [In Persian].
23. Hawley, G., Witten, K., Hosking, J., Mackie, H., & Smith, M. (2019). The journey to learn: Perspectives on active school travel from exemplar schools in New Zealand. *Journal of Transport & Health*, 14, 100600. <https://doi.org/10.1016/j.jth.2019.100600>
24. Holsti, O. R. (1969). Content analysis for the social sciences and humanities. Addison-Wesley.
25. Hoseini, S. E., Poor Kiani, M., Jami Alahmadi, A., & Afroozeh, A. (2017). Determine affecting factors on increasing students' physical activity participation. *Research on Educational Sport*, 5(12), 97–114. <https://doi.org/10.22089/res.2017.941> [In Persian].
26. Jakicic, J. M., Rogers, R. J., Davis, K. K., & Collins, K. A. (2018). Role of physical activity and exercise in treating patients with overweight and obesity. *Clinical Chemistry*, 64(1), 99–107. <https://doi.org/10.1373/clinchem.2017.272443>
27. Johannes, C., Roman, N. V., Onagbiye, S. O., Titus, S., & Leach, L. L. (2024). Strategies and best practices that enhance the physical activity levels of undergraduate university students: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21, 173. <https://doi.org/10.3390/ijerph21020173>
28. Khanmohamadi, M., Dosti, M., Farzan, F., & Razavi, M. H. (2022). Keywords: Elderly, sports activities, healthy improving, qualitative study. *New Trends in Sport Management*, 10(37), 111–130. [In Persian].
29. Kopcakova, J., Veselska, Z. D., Geckova, A. M., Bucksch, J., Nalecz, H., Sigmundova, D., & Reijneveld, S. A. (2017). Is a perceived activity-friendly environment associated with more physical activity and fewer screen-based activities in adolescents? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(1), 39. <https://doi.org/10.3390/ijerph14010039>
30. Kelly, P., Fitzsimons, C., & Baker, G. (2016). Should we reframe how we think about physical activity and sedentary behaviour measurement? Validity and reliability reconsidered. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 13, 32. <https://doi.org/10.1186/s12966-016-0351-4>
31. Kljajevic, V., Stankovic, M., Dordevic, D., Trkulja-Petkovic, D., Jovanovic, R., Plazibat, K., Oršolic, M., Curic, M., & Sporiš, G. (2021). Physical activity and physical fitness among university students—A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, 158. <https://doi.org/10.3390/ijerph19010158>
32. Kolokoltsev, M. M., & Jagiello, W. (2020). Physical activity of the university's senior students. *Physical Education of Students*, 24(1), 31–39. <https://doi.org/10.15561/20755279.2020.0104>
33. Krumrei-Mancuso, E. J., Newton, F. B., Kim, E., & Wilcox, D. (2013). Psychosocial factors predicting first-year college student success. *Journal of College Student Development*, 54, 247–266. <https://doi.org/10.1353/csd.2013.0034>
34. Lavie, C. J., Ozemek, C., Carbone, S., Katzmarzyk, P. T., & Blair, S. N. (2019). Sedentary behavior, exercise, and cardiovascular health. *Circulation Research*, 124(5), 799–815. <https://doi.org/10.1161/circresaha.118.312669>
35. Manuela, P., & Gheorghe, P. A. (2020). Report on the level of physical activity among students. *Science, Movement and Health*, 312–317.
36. Maselli, M., Ward, P. B., Gobbi, E., & Carraro, A. (2018). Promoting physical activity among university students: A systematic review of controlled trials. *American Journal of Health Promotion*, 32(7), 1602–1612. <https://doi.org/10.1177/0890117117753798>
37. Mohammadi Zeydi, I., Ziaeiha, M., Safari Varianni, A., Khalaj, M., Mohammadi Zeydi, B., & Morshedi Tonekaboni, H. (2010). Predicting the stages of change in physical activity behavior of QUMS students with Pender's model. *Scientific Journal of Qazvin University of Medical Sciences*, 14(3), 58–66. <https://brieflands.com/articles/jid-155554.pdf> [In Persian].

38. Murray, J. M., Brennan, S. F., French, D. P., Patterson, C. C., Kee, F., & Hunter, R. F. (2017). Effectiveness of physical activity interventions in achieving behavior change maintenance in young and middle-aged adults: A systematic review and meta-analysis. *Social Science & Medicine*, 192, 125–133. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2017.09.021>
39. Ndupu, L. B., Faghy, M., Staples, V., Lipka, S., & Bussell, C. (2023). Exploring the predictors of physical inactivity in a university setting. *BMC Public Health*, 23(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14670-z>
40. O'Neill, A., O'Sullivan, K., & McCreesh, K. (2021). Lower levels of physical activity are associated with pain progression in older adults: A longitudinal study. *European Journal of Pain*, 25(7), 1462–1471. <https://doi.org/10.1002/ejp.1759>
41. Pengpid, S., & Peltzer, K. (2013). Physical inactivity and associated factors among university students in South Africa. *African Journal for Physical, Health Education, Recreation and Dance*, 19, 143–153. <https://www.ajol.info/index.php/ajpherd/article/view/87578> [In Persian].
42. Portegijs, E., Lee, C., & Zhu, X. (2023). Activity-friendly environments for active aging: The physical, social, and technology environments. *Frontiers in Public Health*, 10, 1080148. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1080148>
43. Primack, B. A., Carroll, M. V., McNamara, M., Klem, M. L., King, B., Rich, M., Chan, C. W., & Nayak, S. (2012). Role of video games in improving health-related outcomes: A systematic review. *American Journal of Preventive Medicine*, 42, 630–638. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2012.02.023>
44. Rashid Lamir, A. (2021). Exploration of the contextual factors in institutionalizing physical activity in Iranian universities. *Applied Research in Sport Management*, 10(1), 101–113. <https://doi.org/10.30473/arsm.2021.53629.3304> [In Persian].
45. Redondo-Flórez, L., Ramos-Campo, D. J., & Clemente-Suárez, V. J. (2022). Relationship between physical fitness and academic performance in university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), 14750. <https://doi.org/10.3390/ijerph192214750>
46. Ribeiro, Í. J. S., Pereira, R., Freire, I. V., de Oliveira, B. G., Casotti, C. A., & Boery, E. N. (2018). Stress and quality of life among university students: A systematic literature review. *Health Professions Education*, 4, 70–77. <https://doi.org/10.1016/j.hpe.2017.03.002>
47. Rodríguez-Romo, G., Acebes-Sánchez, J., García-Merino, S., Garrido-Muñoz, M., Blanco-García, C., & Díez-Vega, I. (2023). Physical activity and mental health in undergraduate students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(1), 195. <https://doi.org/10.3390/ijerph20010195>
48. Salimi, M., Davilan, M., & Labbaf, A. H. (2023). Development model of physical activity in the employees of medical sciences universities based on the grounded theory. *Journal of Health Promotion Management*, 12(3), 95–113. <http://jhpm.ir/article-1-1597-fa.html> [In Persian].
49. Sallis, J. F., Cervero, R. B., Ascher, W., Henderson, K. A., Kraft, M. K., & Kerr, J. (2006). An ecological approach to creating active living communities. *Annual Review of Public Health*, 27, 297–322. <https://doi.org/10.1146/annurev.publhealth.27.021405.102100>
50. Sallis, J. F. (2002). Age-related decline in physical activity: A synthesis of human and animal studies. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32(9), 1598–1600. <https://doi.org/10.1097/00005768-200009000-00012>
51. Samodien, E., Abrahams, Y., Muller, C., Louw, J., & Chellan, N. (2021). Non-communicable diseases—A catastrophe for South Africa. *South African Journal of Science*, 117, 1–6. <https://doi.org/10.17159/sajs.2021/8638>
52. Sangrajrang, S., Chaiwerawattana, A., Ploysawang, P., Nooklang, K., Jamsri, P., & Somharnwong, S. (2013). Obesity, diet and physical inactivity and risk of breast cancer in Thai women. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, 14(11), 7023–7027. <https://doi.org/10.7314/APJCP.2013.14.11.7023>
53. Stappers, N. E. H., Van Kann, D. H. H., De Vries, N. K., & Kremers, S. P. J. (2018). Do physical activity friendly neighborhoods affect community members equally? A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(6), 1062. <https://doi.org/10.3390/ijerph15061062>

54. Strauss, A., & Corbin, J. (1998). Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory (2nd ed.). London: Sage Publications. <https://psycnet.apa.org/record/1999-02001-000>
55. Thivel, D., Tremblay, A., Genin, P. M., Panahi, S., Rivière, D., & Duclos, M. (2018). Physical activity, inactivity, and sedentary behaviors: Definitions and implications in occupational health. *Frontiers in Public Health*, 6, 288. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2018.00288>
56. Unger, A., Schwarzenlander, A., & Wilke, J. (2024). Policies and opportunities for physical activity engagement in Austrian schools: A census survey. *PeerJ*, 12, e17794. <https://doi.org/10.7717/peerj.17794>
57. World Health Organization. (2020). Mental health and psychosocial considerations during COVID-19 outbreak. World Health Organization, 1–6.
58. Zhu, X., Ory, M. G., Xu, M., Towne, S. D. Jr., Lu, Z., Hammond, T., Sang, H., Lightfoot, J. T., McKyer, E. L. J., Lee, H., Sherman, L. D., & Lee, C. (2022). Physical activity impacts of an activity-friendly community: A natural experiment study protocol. *Frontiers in Public Health*, 10, 929331. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.929331>

