

Factors affecting movement literacy and health of active and veteran athletes in Iran

Ramzanali Abyan ¹, Vahid Shojaei ^{2*1}, Mohammad Hami ³

1. PhD Candidate; Department of Sports Management, Sar.C., Islamic Azad University, Sari, Iran.

2. Associate Professor; Department of Sports Management, Sar.C., Islamic Azad University, Sari, Iran.

3. Associate Professor; Department of Sports Management, Sar.C., Islamic Azad University, Sari, Iran.

Received: 16 November 2024; Accepted: 07 January 2025

Abstract

The basic foundation of movement literacy and health is based on a systematic approach that examines physical and mental activity together. The purpose of this research was to identify the factors affecting motor literacy and health of veteran and disabled athletes in Iran. In terms of paradigm, this study has been of interpretive type, qualitative approach, foundational data strategy and hidden content analysis tactic. The method of data collection in the research was in the form of in-depth interviews with 17 academic and experimental experts in the field of motor literacy and health. The sampling method was purposeful and the interviews went to the limit of theoretical data saturation. The format of the data collected from the interviews was in the form of audio and text, and their analysis was done through MAXQDA version 18 software. First, the initial concepts were extracted from the open coding process of the conducted interviews. Then, through axial coding, the obtained concepts were categorized in the form of different categories, and finally, through selective coding, factors affecting motor literacy and health of veteran and disabled athletes in Iran were designed in the form of a model. The findings of the current research show that the improvement of movement literacy and health of veteran and disabled athletes depends on individual, interpersonal and sociological factors. In order to improve the quality of life and sports performance of these people, it is necessary to develop comprehensive programs that suit their needs, which can include continuous training, increasing access to sports facilities and equipment, strengthening social support and promoting a positive culture towards veteran athletes. and be disabled. According to these factors, it is possible to help improve the physical literacy and health of this special segment of the society and give them an opportunity to participate more actively in the sports community.

Keywords: Motor Literacy; Health Literacy; Veteran and Disabled Athlete; Iran

¹. Corresponding author

Vahid Shojaei

Address: Department of Physical Education & sport Science, Sari Branch, Islamic Azad University, Sari, Iran

Tel: 09111599951

Email: shojaei.vahid@yahoo.com

عوامل موثر بر سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول در ایران

رضانعلی آبیان^۱، وحید شجاعی^{۲*}، محمد حامی^۳

۱. دانشجوی دکتری؛ گروه مدیریت ورزشی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران.
۲. * دانشیار، گروه مدیریت ورزشی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران.
۳. دانشیار، گروه مدیریت ورزشی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۸/۲۶، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۰/۱۸

چکیده:

شالوده اساسی سواد حرکتی و سلامت مبتنی بر یک رویکرد سیستماتیک است که فعالیت بدنی و ذهنی را به صورت توأمان مورد بررسی قرار می دهد. هدف از این اجرای این پژوهش، شناسایی عوامل موثر بر سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول در ایران بوده است. این مطالعه از حیث پارادایم از نوع تفسیری، رویکرد کیفی، استراتژی داده بنیاد و تاکتیک تحلیل محتوای پنهان بوده است. روش جمع‌آوری داده‌ها در تحقیق به شکل مصاحبه عمیق با ۱۷ نفر از افراد خبره آکادمیک و تجربی در حوزه سواد حرکتی و سلامت بوده است. روش نمونه‌گیری به صورت هدفمند بوده و مصاحبه‌ها تا مرز اشباع نظری داده‌ها پیش رفت. فرمت داده‌های احصا شده از مصاحبه‌ها به شکل صوت و متن بوده و تجزیه و تحلیل آنها از طریق نرم‌افزار MAXQDA نسخه ۱۸ انجام شد. ابتدا استخراج مفاهیم اولیه از فرآیند کدگذاری باز مصاحبه‌های انجام شده صورت گرفت. سپس از طریق کدگذاری محوری، مفاهیم به دست آمده در قالب مقولات مختلف دسته‌بندی شده و نهایتاً از طریق کدگذاری انتخابی، عوامل موثر بر سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول در ایران در قالب یک الگو طراحی شد. یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بهبود سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول معلول توجه به فاکتورهای فردی، بین فردی و جامعه شناختی است. جهت ارتقاء کیفیت زندگی و عملکرد ورزشی این افراد، ضروری است تا برنامه‌های جامع و متناسب با نیازهای آنان تدوین گردد که این برنامه‌ها می‌تواند مشتمل بر آموزش‌های مستمر، افزایش دسترسی به امکانات و تجهیزات ورزشی، تقویت حمایت‌های اجتماعی و ترویج فرهنگ مثبت نسبت به ورزشکاران جانباز و معلول باشد. با توجه به این عوامل، می‌توان به ارتقاء سواد حرکتی و سلامت این قشر خاص از جامعه کمک کرد و به آن‌ها فرصتی برای مشارکت فعال‌تر در جامعه ورزشی داد.

واژه‌های کلیدی: سواد حرکتی، سواد سلامت، ورزشکار جانباز و معلول، ایران

۱. نویسنده مسوول

وحید شجاعی

نشانی: گروه مدیریت ورزشی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران.

تلفن: ۰۹۱۱۱۵۹۹۹۵۱

ایمیل: shojaei.vahid@yahoo.com

مقدمه

در دنیای امروز، سواد حرکتی به عنوان مفهومی بنیادی در زمینه رشد و توسعه انسان شناخته می‌شود که به افراد کمک می‌کند تا به شیوه‌ای کارآمد، موثر و ایمن با محیط اطراف خود تعامل داشته باشند (۱). این مفهوم به‌ویژه برای افراد با محدودیت‌های جسمانی، مانند ورزشکاران جانباز و معلول، اهمیت بیشتری پیدا می‌کند، زیرا به آنان اجازه می‌دهد تا با بهره‌گیری از مهارت‌های حرکتی و توانایی‌های بدنی، در فعالیت‌های روزمره و ورزشی با اعتماد به نفس و استقلال بیشتری شرکت کنند (۲). در ایران، ورزشکاران جانباز و معلول با چالش‌های گوناگونی در حوزه سواد حرکتی و بهبود سطح سلامت خود مواجه هستند. این چالش‌ها از سطوح فردی تا اجتماعی و نهادی متنوع هستند و شامل محدودیت‌های فیزیکی، مانند فقدان دسترسی به امکانات ورزشی مناسب و ابزارهای کمکی (۳)، و محدودیت‌های روانی و اجتماعی، مانند مشکلات پذیرش اجتماعی و احساس خودکفایی پایین (۴) می‌شوند. سواد حرکتی نه تنها شامل توانایی انجام حرکت‌های پایه است، بلکه دانش و درک از اهمیت فعالیت بدنی و سلامت را نیز شامل می‌شود که تأثیر آن به‌طور مستقیم و غیرمستقیم بر کیفیت زندگی افراد مشخص شده است (۵). علاوه بر این، شواهد نشان می‌دهند که افزایش سواد حرکتی می‌تواند منجر به بهبود سلامت روانی و فیزیکی، کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های مزمن و افزایش رضایت از زندگی در این گروه شود. در مقابل، کمبود برنامه‌های حمایتی و سیاست‌های مناسب در سطح کشور برای ترویج سواد حرکتی در میان جانبازان و معلولان باعث شده است که این افراد نتوانند به‌درستی از فواید ورزش و فعالیت‌های بدنی بهره‌مند شوند و با موانع بیشتری در مسیر حفظ سلامتی خود مواجه شوند.

از آن جا که ورزش و فعالیت‌های بدنی نقش بسزایی در سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی افراد ایفا می‌کنند، بررسی و تحلیل عوامل مؤثر بر سواد حرکتی در میان ورزشکاران جانباز و معلول در ایران می‌تواند به تدوین سیاست‌ها و برنامه‌های کارآمدتر در این زمینه کمک کند (۳). هدف از این مطالعه، شناسایی و بررسی عوامل فردی، محیطی و سازمانی مؤثر بر سواد حرکتی و سلامت این ورزشکاران و ارائه پیشنهادهایی برای بهبود شرایط آنان است. این پژوهش می‌تواند گامی مؤثر در جهت توسعه برنامه‌های آموزشی و حمایتی، بهبود دسترسی به امکانات و افزایش مشارکت اجتماعی این افراد باشد.

در ارتباط با سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول و همچنین مفاهیم مرتبط با آن تحقیقاتی در داخل و خارج از کشور انجام شده است که در ادامه به برخی از مهم‌ترین آنها پرداخته شده است: در یکی از پژوهش‌ها، نیک‌پور و سعادت (۱۴۰۱) به تأثیر شرایط محیطی و زیرساخت‌های ورزشی بر کیفیت زندگی ورزشکاران جانباز پرداختند و نتایج این تحقیق نشان داد که وجود امکانات ورزشی مناسب و دسترسی به تجهیزات استاندارد ورزشی، باعث افزایش کیفیت زندگی و سلامت جسمی و روانی این افراد می‌شود. همچنین این پژوهش بر لزوم بهبود زیرساخت‌های ورزشی و فراهم کردن شرایط مناسب محیطی برای ارتقاء سلامت ورزشکاران جانباز تأکید کرد (۶).

براون و اسمیت^۱ (۲۰۲۱) در پژوهشی به بررسی نقش سواد حرکتی در بهبود سطح تعاملات اجتماعی و احساس تعلق اجتماعی افراد دارای معلولیت پرداختند. نتایج پژوهش آنها که بر روی ۱۵۰ فرد دارای معلولیت در کشورهای مختلف انجام شد، نشان داد که سواد حرکتی بالا باعث افزایش تمایل به مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی و کاهش احساس انزوا در این افراد می‌شود. همچنین این پژوهش بر اهمیت توسعه برنامه‌های سواد حرکتی برای افزایش تعاملات اجتماعی افراد معلول تأکید کرد و راهکارهایی برای اجرای آن پیشنهاد داد (۷).

¹ Brown & Smith

اسمیت و جونز^۱ (۲۰۲۰) به بررسی عوامل مؤثر بر توسعه مهارت‌های حرکتی در افراد دارای معلولیت و ارزیابی تاثیر این مهارت‌ها بر سلامت جسمانی و روانی آنان پرداختند. نتایج این پژوهش حاکی از آن بود که مهارت‌های حرکتی قوی‌تر، سلامت روانی و جسمانی بالاتری را برای افراد دارای معلولیت به همراه داشت و این که حمایت خانواده و امکانات ورزشی می‌تواند تاثیر بسزایی در بهبود این مهارت‌ها داشته باشند. در نهایت این مطالعه تأکید کرد که برنامه‌های حمایتی و آموزشی در بهبود مهارت‌های حرکتی و در نهایت سلامت جسمی و روانی افراد معلول نقش اساسی دارند (۸).

ایوانز و لی^۲ (۲۰۲۰) در پژوهشی به شناسایی عوامل محیطی مؤثر بر فعالیت بدنی در بین ۵۰ ورزشکار جانباز و دارای معلولیت و ارائه راهکارهایی برای بهبود این شرایط پرداختند. یافته‌های این پژوهش نشان داد که فقدان زیرساخت‌های مناسب و نگرش‌های منفی جامعه، اصلی‌ترین موانع برای مشارکت فعال جانبازان در فعالیت‌های بدنی هستند. در نهایت بهبود زیرساخت‌های ورزشی و تغییر نگرش‌های جامعه نسبت به جانبازان می‌تواند به افزایش فعالیت بدنی و ارتقاء سلامت این افراد کمک کند (۹).

یافته‌های مطالعه مرادی و اکبری (۱۴۰۰). با عنوان چالش‌ها و موانع مشارکت ورزشکاران جانباز و معلول در فعالیت‌های بدنی. نشان داد که چالش‌های فیزیکی (مانند کمبود تجهیزات مناسب)، موانع اجتماعی (نگرش منفی جامعه)، و موانع روانی (اعتماد به نفس پایین) اصلی‌ترین عواملی هستند که باعث کاهش مشارکت این افراد در فعالیت‌های ورزشی می‌شوند (۱۰).

رحیمی و رضایی (۱۳۹۹) در تحقیقی نشان دادند که حمایت اجتماعی و امکانات ورزشی تأثیر قابل توجهی بر بهبود سواد حرکتی و ارتقاء سلامت روانی و جسمی ورزشکاران جانباز دارند. همچنین نشان داده شد ورزشکارانی که به امکانات ورزشی دسترسی بهتری داشتند و از حمایت بیشتری برخوردار بودند، سواد حرکتی و سطح سلامتی بالاتری داشتند (۱۱).

نتایج مطالعه علی‌زاده و حسینی (۱۳۹۸) با عنوان بررسی تأثیر آموزش سواد حرکتی بر کیفیت زندگی ورزشکاران معلول در ایران نشان داد که گروهی که تحت آموزش سواد حرکتی قرار گرفته بودند، بهبود قابل توجهی در کیفیت زندگی، اعتماد به نفس و سلامت عمومی خود تجربه کردند. همچنین این پژوهش نشان داد که برنامه‌های آموزشی سواد حرکتی می‌تواند به بهبود وضعیت جسمانی و روانی ورزشکاران معلول کمک کند و آنان را برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی و اجتماعی توانمند سازد (۱۲).

نتایج یافته‌های پژوهش ویلیامز^۳ (۲۰۱۹) در بررسی ارتباط سواد حرکتی با سلامت روانی و جسمانی افراد دارای معلولیت حاکی از آن بود که سواد حرکتی بالا با کاهش استرس، افزایش رضایت از زندگی و بهبود سلامت جسمی مرتبط است. همچنین، افرادی که سواد حرکتی بالاتری داشتند، سطح بهتری از سلامت روانی را تجربه کردند. به علاوه، این مطالعه بر اهمیت آموزش سواد حرکتی تأکید کرد و توصیه کرد که برنامه‌های جامع سواد حرکتی باید به عنوان بخشی از خدمات توانبخشی برای افراد دارای معلولیت ارائه شود (۱۳).

کارول و کوپر^۴ (۲۰۱۸) نیز در تحقیقی تأثیر برنامه‌های ورزشی تطبیقی بر سلامت جسمانی و روانی ورزشکاران دارای معلولیت را مورد بررسی قرار دادند. یافته‌ها حاکی از آن بود که شرکت در ورزش‌های تطبیقی باعث بهبود معنادار در انعطاف‌پذیری، کاهش اضطراب، و افزایش رضایت از زندگی در این ورزشکاران شد. در نهایت این مطالعه توصیه کرد که برنامه‌های ورزشی تطبیقی باید برای بهبود سلامت جسمی و روانی افراد دارای معلولیت به طور گسترده‌تری در دسترس باشد (۱۴).

همان گونه که عنوان شد سواد حرکتی به عنوان مجموعه‌ای از توانایی‌ها، دانش‌ها و نگرش‌های مربوط به حرکت و فعالیت بدنی، نقشی کلیدی در سلامت و تندرستی افراد ایفا می‌کند. این مفهوم نه تنها شامل مهارت‌های حرکتی پایه و پیچیده است، بلکه به

¹ Smith & Jones

² Evans & Lee

³ Williams

⁴ Carroll & Cooper

دانش و آگاهی از انجام حرکات ایمن و کارآمد نیز اشاره دارد. سواد حرکتی به افراد کمک می‌کند تا کنترل بهتری بر بدن خود داشته باشند و همچنین بتوانند حرکات خود را به صورت مؤثر و بدون آسیب انجام دهند. این مسئله برای ورزشکاران جانباز و معلول، به دلیل چالش‌های جسمی و محدودیت‌های خاص، از اهمیت بیشتری برخوردار است و می‌تواند تأثیر بسزایی بر کیفیت زندگی و استقلال آن‌ها داشته باشد.

عوامل مؤثر بر سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول، متنوع و پیچیده‌اند. از جمله مهم‌ترین این عوامل می‌توان به ویژگی‌های فردی، سطح آمادگی جسمانی، نوع و شدت محدودیت‌ها، محیط اجتماعی و حمایت‌های خانوادگی و اجتماعی اشاره کرد. این عوامل نه تنها بر توانایی‌های حرکتی این ورزشکاران تأثیر می‌گذارند، بلکه بر نحوه تعامل آن‌ها با محیط و میزان رضایتمندی‌شان از زندگی نیز اثرگذارند. از سوی دیگر، ایجاد فرصت‌های آموزشی و تمرینی مناسب برای ورزشکاران جانباز و معلول، با توجه به نیازهای ویژه آن‌ها، از اهمیت فراوانی برخوردار است و می‌تواند زمینه‌ساز افزایش سواد حرکتی و سلامت آن‌ها باشد.

در این راستا، مربیان و برنامه‌ریزان ورزشی نقشی مهم در آموزش و تقویت سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول دارند. با طراحی برنامه‌های تمرینی مناسب و استفاده از تجهیزات ویژه، می‌توان این افراد را به انجام حرکات کارآمد و ایمن‌تر هدایت کرد. این امر نه تنها موجب ارتقای توانمندی‌های جسمی آن‌ها می‌شود، بلکه به افزایش اعتماد به نفس و مشارکت فعال‌تر در جامعه نیز منجر خواهد شد. همچنین، فراهم کردن امکانات و فضای مناسب در اماکن ورزشی، یکی دیگر از عوامل مؤثر بر سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول است؛ زیرا این افراد برای ارتقای مهارت‌های خود به محیط‌های حمایت‌کننده و ایمن نیاز دارند. یکی دیگر از عوامل تأثیرگذار بر سواد حرکتی و سلامت این ورزشکاران، حضور در برنامه‌های ورزشی و تمرینات منظم است. این برنامه‌ها باید به گونه‌ای طراحی شوند که نه تنها محدودیت‌های جسمی آن‌ها را در نظر بگیرند، بلکه به ارتقای سلامت روانی نیز کمک کنند. تحقیقات نشان داده‌اند که ورزش منظم و تمرینات هدفمند می‌توانند موجب کاهش استرس، بهبود خلق‌وخو و افزایش انگیزه در میان ورزشکاران جانباز و معلول شوند. همچنین، تعاملات اجتماعی که در محیط‌های ورزشی شکل می‌گیرند، موجب تقویت حس تعلق و ارتقای روحیه اجتماعی می‌شود.

این مقاله به بررسی عوامل مختلف مؤثر بر سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول در ایران می‌پردازد و به تبیین اهمیت هر یک از این عوامل در بهبود کیفیت زندگی این ورزشکاران توجه دارد. شناسایی و تقویت عوامل مؤثر بر سواد حرکتی و سلامت، می‌تواند به این افراد کمک کند تا با چالش‌های حرکتی و محدودیت‌های خود بهتر کنار آمده و به زندگی پربارتری دست یابند.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر از منظر پارادایم از نوع تحقیقات تفسیری، رویکرد کیفی، استراتژی تئوری داده بنیاد و تاکتیک تحلیل محتوای پنهان مصاحبه‌ها بوده است. جمع‌آوری داده‌ها از طریق مصاحبه عمیق فردی با ۱۷ نفر از افراد خبره آکادمیک و تجربی در حوزه سواد حرکتی و سلامت بوده است. گزینش اعضاء نمونه بر اساس تخصص افراد صورت گرفته است. روش نمونه‌گیری به صورت غیرتصادفی و هدفمند بوده و مصاحبه‌ها تا حد اشباع نظری داده‌ها پیش رفت. استخراج این کدهای اولیه یا مفاهیم تا جایی پیش رفت که دیگر کدهای مفهومی/اولیه احصا شده کاملاً تکراری بوده است. لذا می‌توان برآورد کرد که تعیین حجم نمونه در این مطالعه، در چارچوب تکنیک پیش روی تا رسیدن به مرز اشباع داده‌های حاصل از مصاحبه‌ها صورت گرفت. فرمت داده‌های احصا شده از مصاحبه‌ها به شکل صوت و متن بوده و تجزیه و تحلیل آنها از طریق نرم‌افزار MAXQDA نسخه ۱۸ انجام

شد. محقق پس از فرآیند کدگذاری باز مصاحبه‌های انجام شده، مفاهیم را استخراج نمود. سپس از طریق کدگذاری محوری، مفاهیم احصاء شده را در قالب مقولات مختلف دسته‌بندی نمود و در پایان از طریق کدگذاری انتخابی، مدلی اکتشافی تحقیق را طراحی نمود. همچنین در طول فرآیند مصاحبه، محقق از بازخوردهای حاصل از مصاحبه‌های قبلی و نیز تجربیات کدگذاری مفهومی استفاده نموده که بتواند با مطالعه و شنود چندباره فایل‌های کتبی و صوتی به غنای مصاحبه‌های آتی بیفزاید.

متن / صوت ← مفهوم ← مقوله ← بعد / عامل

جدول ۱. مشخصات اعضاء نمونه تحقیق و تعداد کدهای به دست آمده

مصاحبه شوندهگان	موقعیت حرفه ای	مجموع فراوانی کدهای احصاء شده از مصاحبه‌ها
۱۷ نفر	افراد خبره آکادمیک و تجربی در حوزه سواد حرکتی و سلامت	۱۴۱۷

به منظور دستیابی به روایی مفاهیم و کدهای استخراجی، ۳ نفر از مصاحبه‌شوندهگان که از اساتید هیأت علمی دانشگاه بوده و تجربه بالایی در انجام تحقیقات کیفی و کار با نرم افزار MAXQDA داشتند، فرآیند کدگذاری‌ها را مورد بازبینی قرار دادند و نظرات‌شان در خصوص مراحل کدگذاری و نیز تصحیح موارد مشخص شده اعمال شد. در این تحقیق از روش پایایی آزمون مجدد جهت تعیین ضریب پایایی استفاده شد. به منظور محاسبه پایایی آزمون مجدد، چند مصاحبه از میان مصاحبه‌های انجام شده به عنوان نمونه انتخاب شد و هر کدام از آنها در یک فاصله زمانی مشخص مجدداً تکرار و کدگذاری شد.

جدول ۲. محاسبه ضریب پایایی باز آزمون کدهای استخراج شده

مصاحبه شوندهگان	تعداد کدهای استخراجی	تعداد توافقات	تعداد عدم توافقات	پایایی آزمون مجدد (درصد)
مصاحبه اول	۴۹	۴۵	۴	۹۱.۸۳
مصاحبه دوم	۵۱	۴۴	۷	۸۸.۲۳
مصاحبه سوم	۴۸	۴۳	۵	۸۹.۵۸
مجموع	۱۴۸	۱۳۲	۱۶	۸۹.۱۸

یافته‌های مربوط به پایایی بازآزمایی نشان داد که ضریب پایایی مصاحبه‌های انجام شده برابر با ۸۹.۱۸ درصد می باشد؛ بنابراین پایایی تحقیق در حد قابل قبول می باشد.

یافته‌ها

پس از بررسی مشخصات دموگرافیک اعضاء نمونه پژوهش، محقق مصاحبه‌های جمع آوری شده را بر اساس ترتیب زمانی جمع‌آوری آنها، بلافاصله بعد از پایان هر مصاحبه مورد تجزیه و تحلیل (کدگذاری مفهومی یا اولیه) قرار داده و با اخذ بازخورد از هر مصاحبه، محور مصاحبه‌های بعدی اصلاح شد؛ به عبارت روشن‌تر، مسیر اجرای تحقیق بازطراحی گردید. در نهایت پس از انجام ۱۳ مصاحبه عمیق فردی از جانب محقق، اشباع نظری داده‌ها حاصل شد. حال به منظور بالا بردن اعتماد به نتایج تحقیق، ۴ مصاحبه دیگر نیز صورت گرفت و در این مرحله اشباع نظری بر حسب مقوله‌های به دست آمده از کدهای مفهومی نیز حاصل

گردید. پس از تجزیه و تحلیل کیفی مقدماتی، ۱۹۴ گزاره اولیه به دست آمد که با بررسی مستمر متن و صوت و اعمال نظر اساتید ذی‌فن، کدهای با مضامین تکراری و مبهم و نیز نامرتب از مجموعه کدها حذف گردید و در نهایت این ۱۴۸ گزاره اولیه/ واحد معنادار با مجموع ۱۴۱۷ فراوانی آماده دسته‌بندی، تشکیل مقولات اصلی و فرعی و نهایتاً عوامل مؤثر بر سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول بود. البته در تحلیل محتوای پنهان که تاکتیک آنالیز مصاحبه‌های پژوهش در قالب استراتژی تئوری داده بنیاد است، فراوانی کدها نقشی در میزان اهمیت کدهای اولیه نخواهد داشت. در جدول شماره ۳ نحوه کد گذاری فراوانی کدها آورده شده است. اما جهت ارائه اطلاعات تکمیلی در پروسه کدگذاری اولیه و در قالب ماتریس فراوانی کدها جهت ارائه ضریب اهمیت کدها از نظر فراوانی در پژوهش ارائه شده است. از آنجا که رویکرد تحلیل کیفی تحقیق مبتنی بر الگوی اکتشافی باز می‌باشد، پس از کدگذاری اولیه مصاحبه‌های تحقیق و تحلیل مفاهیم و همچنین جهت دسته‌بندی کدها در قالب مقولات اصلی و فرعی، جدول شماره ۴ ارائه شده است. این جدول مراحل سه‌گانه کدگذاری باز/ مفهومی، محوری و گزینشی / انتخابی را نشان می‌دهد.

جدول ۳: خلاصه نتایج کدگذاری باز مصاحبه‌ها

مجموع	مصاحبه‌هایی که کد مربوطه در آنها مورد اشاره قرار گرفته است																کدها	ردیف	
	P17	P16	P15	P14	P13	P12	P11	P10	P9	P8	P7	P6	P5	P4	P3	P2			P1
6	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	قدرت بدنی	۱.
5	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	تعادل	۲.
4	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	انعطاف‌پذیری	۳.
10	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	توانایی‌های حرکتی	۴.
4	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	هماهنگی	۵.
12	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	دقت	۶.
4	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	نگرش مثبت	۷.
6	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	فعالیت بدنی	۸.
5	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	فلسفه زندگی	۹.
10	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	هدف‌های مشخص و قابل دسترس	۱۰.
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	تمرکز بر موفقیت‌های کوچک	۱۱.
11	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	پایبندی به تعهدات ورزشی و شخصی	۱۲.
15	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	پایبندی به روال و نظم تا رسیدن به اهداف	۱۳.
6	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	توجه به نیازهای بدنی و روانی در تمرینات	۱۴.
3	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	تلاش برای بهبود روزانه	۱۵.
7	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	مسائل روانشناختی	۱۶.
12	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	استرس	۱۷.
14	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	اضطراب	۱۸.
3	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	افسردگی	۱۹.
10	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	سلامت روانی	۲۰.
11	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	مشاوره‌های روانشناختی	۲۱.
12	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	حمایت روانی	۲۲.
12	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	سطح تحصیلات	۲۳.
8	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	آگاهی از اصول سلامت و ورزش	۲۴.
7	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	برگزاری کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی	۲۵.
8	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	آگاهی از اصول ورزش	۲۶.
9	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	افزایش آگاهی	۲۷.
10	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	تاریخچه ورزشی	۲۸.

عوامل موثر بر سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول در ایران

ردیف	کدها	مصاحبه هایی که کد مربوطه در آنها مورد اشاره قرار گرفته است															مجموع		
		P17	P16	P15	P14	P13	P12	P11	P10	P9	P8	P7	P6	P5	P4	P3	P2	P1	
۲۹	تجربیات منفی از فعالیتهای حرکتی	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	8	
۳۰	تجربیات موفقیت آمیز	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	8	
۳۱	تعیین اهداف کوچک و قابل دسترس	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	8	
۳۲	ارزیابی و بازخوردهای مستمر	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	
۳۳	مدیریت شکست جهت پیشرفت	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	14	
۳۴	انعطاف پذیری و تنظیم انتظارات	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	6	
۳۵	افزایش خودکارآمدی	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	9	
۳۶	حمایت اجتماعی	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	7	
۳۷	تمرینات منظم	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	9	
۳۸	احساس توانمندی در انجام حرکات	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	8	
۳۹	تجربیات گروهی و کار تیمی	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	12	
۴۰	شناخت و باور به پیشرفت شخصی	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	16	
۴۱	بازخورد مثبت و سازنده	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	14	
۴۲	تشویق و ایجاد فضای مثبت	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	8	
۴۳	حضور خانوادهها در مسابقات ورزشی	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	12	
۴۴	تشویق و انگیزه بخشی کلامی	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	11	
۴۵	حمایت عاطفی در مواقع شکست	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	7	
۴۶	فراهم کردن محیط مناسب تمرین	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	11	
۴۷	گفت و گو و همدلی با ورزشکار	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	7	
۴۸	حمایت مالی و تأمین منابع لازم	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	9	
۴۹	تشویق به پذیرش چالش های جدید	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	10	
۵۰	پذیرش و احترام به توانایی های ورزشکار	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	9	
۵۱	ایجاد تعادل بین زندگی و ورزش	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	9	
۵۲	طراحی قوانین برای فرصتهای برابر	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	9	
۵۳	ترویج فرهنگ احترام به حقوق معلولین	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	8	
۵۴	ارائه تسهیلات مالی برای تجهیزات ورزشی	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	9	
۵۵	حمایت از برنامه های ورزشی ویژه	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	8	
۵۶	آگاهی بخشی به سیاست گذاران درباره نیازها	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	15	
۵۷	قوانین حمایتی برای توسعه ورزش معلولین	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	10	
۵۸	اجرای سیاست های ضد تبعیض در ورزش	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	11	
۵۹	حمایت از زیرساخت های ورزشی مناسب	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	9	
۶۰	کیفیت ارتباط مؤثر بین ورزشکار و مربی	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	12	
مجموع	کدها	مصاحبه هایی که کد مربوطه در آنها مورد اشاره قرار گرفته است															مجموع		

دو فصلنامه فیزیولوژی حرکت و تندرستی، سال پنجم، شماره دوم، پاییز ۱۴۰۴

	P17	P16	P15	P14	P13	P12	P11	P10	P9	P8	P7	P6	P5	P4	P3	P2	P1		
۱۰	۱	۱	۱	۰	۱	۰	۱	۰	۱	۰	۱	۰	۱	۰	۱	۰	۱	۶۱	ارائه آموزش‌های مناسب از سوی مربیان
۱۱	۱	۰	۱	۱	۰	۱	۱	۰	۱	۱	۱	۰	۰	۱	۱	۱	۱	۶۲	تشویق به ایجاد اهداف بلندمدت و کوتاهمدت
۱۳	۱	۰	۱	۱	۱	۱	۰	۱	۱	۰	۱	۱	۰	۱	۱	۱	۱	۶۳	ایجاد رقابت سالم و انگیزشی
۱۴	۰	۱	۰	۱	۱	۱	۱	۱	۰	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۶۴	به اشتراک‌گذاری تجربیات و نکات آموزشی
۷	۱	۰	۱	۰	۰	۱	۰	۰	۰	۱	۰	۰	۰	۱	۱	۱	۰	۶۵	افزایش حس تعلق و امنیت اجتماعی
۹	۱	۰	۰	۱	۰	۱	۰	۰	۱	۱	۱	۰	۱	۱	۰	۰	۱	۶۶	حمایت در پذیرش چالش‌های جدید
۵	۱	۰	۱	۰	۰	۰	۱	۰	۰	۰	۰	۱	۰	۰	۰	۰	۱	۶۷	الگوگیری از ورزشکاران موفق دیگر
۸	۰	۱	۰	۰	۱	۱	۰	۰	۱	۰	۰	۰	۱	۱	۱	۰	۱	۶۸	فعال بودن در شبکه‌های اجتماعی
۱۰	۰	۰	۱	۱	۰	۰	۱	۰	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۰	۱	۰	۶۹	دسترسی به محتوای آموزشی و تخصصی
۱۷	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۷۰	دریافت بازخوردهای مثبت و تشویق آنلاین
۱۲	۱	۱	۱	۱	۰	۰	۰	۱	۰	۱	۱	۰	۱	۱	۱	۱	۱	۷۱	شبکه‌سازی با متخصصان و مربیان ورزشی
۸	۱	۱	۰	۰	۰	۱	۱	۰	۰	۰	۱	۰	۰	۰	۱	۱	۱	۷۲	مطالعه و دنبال کردن محتوای انگیزشی
۱۳	۱	۰	۱	۱	۱	۱	۰	۱	۱	۱	۰	۱	۱	۰	۱	۱	۱	۷۳	استفاده از تمرینات و راهنمایی‌های آنلاین
۵	۰	۱	۰	۰	۱	۰	۰	۰	۱	۰	۱	۰	۰	۰	۰	۱	۰	۷۴	اشتراک‌گذاری چالش‌ها و دریافت حمایت
۸	۱	۰	۱	۰	۱	۰	۱	۰	۰	۱	۱	۰	۱	۰	۱	۰	۰	۷۵	نوع و کیفیت برنامه‌های آموزشی
۱۵	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۰	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۰	۷۶	برگزاری کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی
۱۲	۱	۰	۱	۱	۱	۱	۰	۱	۱	۰	۰	۱	۱	۰	۱	۰	۱	۷۷	آموزش تکنیک‌های پایه‌ای و اصول حرکتی
۱۱	۱	۱	۰	۰	۱	۱	۱	۰	۰	۱	۱	۰	۱	۱	۱	۱	۰	۷۸	برنامه‌های تخصصی برای انواع ناتوانی‌ها
۹	۱	۰	۱	۱	۰	۱	۰	۱	۱	۰	۰	۱	۰	۱	۰	۰	۱	۷۹	تمرینات ایمنی و پیشگیری از آسیب
۱۰	۱	۰	۱	۰	۱	۱	۰	۱	۱	۰	۰	۱	۱	۰	۱	۰	۱	۸۰	استفاده از فناوری و ابزارهای آموزشی جدید
۱۴	۱	۱	۱	۰	۱	۱	۰	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۰	۱	۱	۱	۸۱	میزان مشارکت در رویدادها و مسابقات
۷	۰	۱	۰	۱	۰	۰	۰	۱	۰	۰	۱	۰	۱	۰	۰	۱	۱	۸۲	تمرین مهارت‌های رهبری در تیم‌ها و گروه‌ها
۸	۱	۰	۱	۰	۰	۱	۰	۰	۱	۱	۱	۰	۱	۰	۰	۱	۰	۸۳	ایجاد ارتباطات اجتماعی
۶	۰	۱	۰	۰	۱	۰	۱	۰	۰	۱	۰	۰	۰	۰	۱	۰	۱	۸۴	حضور در جامعه ورزشی
۸	۱	۰	۰	۱	۰	۱	۰	۱	۱	۰	۰	۱	۱	۰	۰	۰	۱	۸۵	توسعه مهارت‌های اجتماعی
۵	۰	۱	۰	۱	۰	۰	۱	۰	۰	۰	۰	۰	۱	۰	۱	۰	۰	۸۶	ایجاد حس تعلق و عضویت در گروه ورزشی
۷	۰	۰	۱	۱	۰	۰	۱	۱	۰	۰	۱	۰	۰	۰	۰	۱	۱	۸۷	وجود و کیفیت سالن‌ها، تجهیزات ورزشی
۷	۱	۰	۱	۰	۱	۰	۱	۱	۰	۰	۰	۱	۰	۰	۱	۰	۰	۸۸	دسترسی به امکانات ورزشی استاندارد
۹	۰	۰	۱	۱	۰	۱	۰	۰	۱	۱	۱	۰	۰	۱	۱	۱	۰	۸۹	ایجاد فرصت برای توسعه مهارت‌های جدید
۹	۱	۱	۱	۰	۱	۱	۰	۱	۱	۰	۰	۱	۱	۰	۱	۱	۰	۹۰	تسهیل حضور در رقابت‌ها و مسابقات ورزشی
مجموع	مصاحبه‌هایی که کد مربوطه در آنها مورد اشاره قرار گرفته است																	کدها	ردیف
	P17	P16	P15	P14	P13	P12	P11	P10	P9	P8	P7	P6	P5	P4	P3	P2	P1		
۸	۱	۱	۰	۱	۰	۱	۰	۱	۰	۱	۰	۰	۱	۰	۰	۰	۱	۹۱	احساس اهمیت و توجه از سوی جامعه

عوامل موثر بر سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول در ایران

۱۰	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	دسترسی به وسایل کمک‌ورزشی ویژه	۹۲
۱۱	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	۱	۱	احساس امنیت و راحتی در محیط ورزشی	۹۳
14	1	0	۱	1	1	1	0	1	۱	1	0	1	1	1	1	1	1	حضور در مراکز ورزشی تخصصی و مجرب	۹۴
8	0	1	0	1	۱	0	1	0	۱	1	0	1	0	0	0	0	0	دسترسی به زمین‌های ورزشی مناسب	۹۵
12	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	وجود تجهیزات ورزشی مناسب و قابل تنظیم	۹۶
11	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	تأمین مالی و امکانات ورزشی	۹۷
7	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	کمک‌هزینه تجهیزات ورزشی	۹۸
11	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	بودجه برگزاری رویدادهای ورزشی	۹۹
7	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	حمایت از مراکز تخصصی معلولین	۱۰۰
9	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	آموزش مربیان تخصصی	۱۰۱
6	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	برنامه‌های تمرینی رایگان/تخفیفی	۱۰۲
11	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	کمک‌هزینه مسابقات بین‌المللی	۱۰۳
8	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	حمایت از بازتوانی و توانبخشی	۱۰۴
9	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	سرمایه‌گذاری در پژوهش‌های ورزشی	۱۰۵
14	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	برنامه‌ریزی رویدادهای ویژه	۱۰۶
12	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	تأمین مالی و امکانات ورزشی	۱۰۷
6	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	ارتقاء فرهنگ پذیرش و حمایت	۱۰۸
6	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	برگزاری رویدادهای فرهنگی آگاهی‌بخش	۱۰۹
12	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	تقدیر از دستاوردهای ورزشکاران معلول	۱۱۰
8	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	ترغیب به اقدام در تیم‌های ورزشی	۱۱۱
15	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	تشویق خانواده‌ها به حمایت بیشتر	۱۱۲
11	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	پوشش رسانه‌ای موفقیت‌ها	۱۱۳
7	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	ترویج نگرش مثبت به توانمندی‌ها	۱۱۴
9	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	ایجاد الگوهای موفق از ورزشکاران معلول	۱۱۵
7	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	ارزش‌گذاری به تلاش‌ها و موفقیت‌ها	۱۱۶
10	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	0	1	پذیرش اجتماعی ورزشکاران معلول	۱۱۷
7	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	ترویج فرهنگ احترام به توانمندی‌ها	۱۱۸
14	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	افزایش مشارکت اجتماعی ورزشکاران معلول	۱۱۹
8	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	طراحی قوانین برای فرصت‌های برابر	۱۲۰
11	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	فرهنگ احترام به حقوق ورزشکاران معلول	۱۲۱
9	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	ارائه تسهیلات مالی برای تجهیزات ورزشی	۱۲۲
10	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	حمایت از برنامه‌های ورزشی ویژه	۱۲۳

دو فصلنامه فیزیولوژی حرکت و تندرستی، سال پنجم، شماره دوم، پاییز ۱۴۰۴

9	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	آگاهی بخشی به سیاست‌گذاران درباره نیازها	۱۲۴
12	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	قوانین حمایتی برای توسعه ورزش معلولین	۱۲۵
12	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	اجرای سیاست‌های ضد تبعیض در ورزش	۱۲۶
12	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	حمایت از زیرساخت‌های ورزشی مناسب	۱۲۷
8	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	برگزاری رویدادهای عمومی و کارگاه آموزشی	۱۲۸
8	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	1	مسابقات ورزشی ویژه افراد دارای معلولیت	۱۲۹
10	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	جشنواره فرهنگی، ورزشی جهت آگاهی عامه	۱۳۰
8	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	نمایش توانمندی‌های ورزشکاران معلول	۱۳۱
10	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	حمایت چهره‌های معروف از ورزشکاران	۱۳۲
14	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	تشویق شرکت‌ها به حمایت مالی از برنامه‌ها	۱۳۳
7	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	برنامه‌های افزایش همبستگی اجتماعی	۱۳۴
9	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	تولید محتوای ترویجی در فضای مجازی	۱۳۵
9	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	توزیع ویدیوها و مصاحبه‌های الهام‌بخش	۱۳۶
10	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	ارائه مقالات آموزشی درباره ورزشکار معلول	۱۳۷
7	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	مشارکت اجتماعی، حمایت ورزش معلولین	۱۳۸
8	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	برگزاری رویدادهای مشترک بین‌سازمانی	۱۳۹
9	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	تامین مالی، تجهیزات از طریق مراکز خیریه	۱۴۰
9	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	برنامه فرهنگی مشترک جهت تغییر نگرش	۱۴۱
8	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	شراکت با نهاد دولتی برای توسعه زیرساخت	۱۴۲
14	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	تبادل دانش و تجربیات بین سازمان‌ها	۱۴۳
12	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	ایجاد کمیته‌های آگاهی بخش عمومی	۱۴۴
11	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	حمایت از برنامه‌های توانبخشی و بازتوانی	۱۴۵
8	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	فراهم‌سازی دوره آموزشی مشترک برای مربیان	۱۴۶
15	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	ارائه تسهیلات از سوی شرکتهای خصوصی	۱۴۷
13	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	توسعه پژوهش‌های علمی مرتبط با ورزش	۱۴۸
۱۴۱۷	۷۸	۸۷	۸۹	۸۹	۷۲	۸۹	۷۴	۸۶	۷۱	۸۳	۸۵	۷۹	۸۸	۷۹	۹۴	۸۷	۸۷	مجموع	

جدول ۴: خلاصه نتایج کدگذاری انتخابی و نظری مصاحبه‌ها

کد نظری	کد انتخابی	کد باز / مفهومی
	ویژگی‌های جسمانی	قدرت بدنی
		تعادل
		انعطاف‌پذیری
		توانایی‌های حرکتی
		هماهنگی

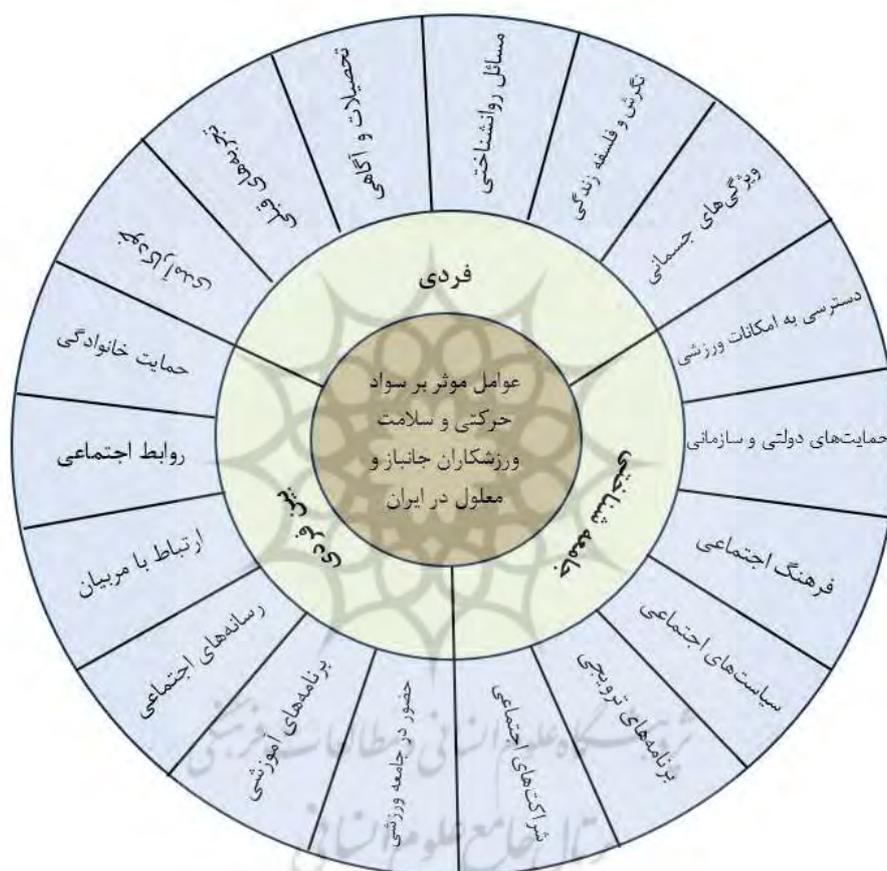
عوامل شخصی	نگرش و فلسفه زندگی	دقت
		نگرش مثبت
		فعالیت بدنی
		فلسفه زندگی
		هدف‌های مشخص و قابل دسترس
		تمرکز بر موفقیت‌های کوچک
		پایبندی به تعهدات ورزشی و شخصی
		پایبندی به روال و نظم روزانه تا رسیدن به اهداف
		توجه به نیازهای بدنی و روانی در تمرینات
		تلاش برای بهبود روزانه
	مسائل روانشناختی	مسائل روانشناختی
		استرس
		اضطراب
		افسردگی
		سلامت روانی
		مشاوره‌های روانشناختی
		حمایت روانی
	تحصیلات و آگاهی	سطح تحصیلات
		آگاهی از اصول سلامت و ورزش
		برگزاری کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی
		آگاهی از اصول ورزش
		افزایش آگاهی
	تجربه‌های قبلی	تاریخچه ورزشی
		تجربیات منفی از فعالیت‌های حرکتی
		تجربیات موفقیت‌آمیز
		تعیین اهداف کوچک و قابل دسترس
		ارزیابی و بازخوردهای مستمر
		مدیریت شکست و استفاده از آنها برای پیشرفت
		انعطاف‌پذیری و تنظیم انتظارات
		افزایش خودکارآمدی
		حمایت اجتماعی
		تمرینات منظم
		احساس توانمندی در انجام حرکات
تجربیات گروهی و کار تیمی		
شناخت و باور به پیشرفت شخصی		
بازخورد مثبت و سازنده		
حمایت خانوادگی		تشویق و ایجاد فضای مثبت
	حضور خانواده‌ها در مسابقات و فعالیت ورزشی	
	تشویق و انگیزه‌بخشی کلامی	
	حمایت عاطفی در مواقع شکست	
	فراهم کردن محیط مناسب تمرین	
	گفت‌وگو و همدلی با ورزشکار	
	حمایت مالی و تأمین منابع لازم	
	تشویق به پذیرش چالش‌های جدید	
	پذیرش و احترام به توانایی‌های ورزشکار	

مولفه های بین فردی	روابط اجتماعی	حمایت در ایجاد تعادل بین زندگی و ورزش
		روابط اجتماعی قوی و تعاملات مثبت با همسالان
ایجاد و حفظ شبکه‌های اجتماعی مؤثر		
همدلی با هم‌تیمی‌ها		
تشکیل گروه‌های حمایتی		
جلسات گروهی با افراد سالم		
تشکیل گروه‌های همیار		
تمرینات گروهی و یادگیری		
ملاقات با افراد مشابه		
ارتباط با مربیان	کیفیت ارتباط مؤثر بین ورزشکار و مربی	
	ارائه آموزش‌های مناسب از سوی مربیان	
	تشویق به ایجاد اهداف بلندمدت و کوتاه‌مدت	
	ایجاد رقابت سالم و انگیزشی	
	به اشتراک‌گذاری تجربیات و نکات آموزشی	
	افزایش حس تعلق و امنیت اجتماعی	
	حمایت در پذیرش چالش‌های جدید	
	الگوگیری از ورزشکاران موفق دیگر	
رسانه‌های اجتماعی	فعال بودن در شبکه‌های اجتماعی	
	دسترسی به محتوای آموزشی و تخصصی	
	دریافت بازخوردهای مثبت و تشویق‌های آنلاین	
	شبکه‌سازی با متخصصان و مربیان ورزشی	
	مطالعه و دنبال کردن محتوای انگیزشی	
	استفاده از تمرینات و راهنمایی‌های آنلاین	
برنامه‌های آموزشی	اشتراک‌گذاری چالش‌ها و دریافت حمایت	
	نوع و کیفیت برنامه‌های آموزشی	
	برگزاری کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی	
	آموزش تکنیک‌های پایه‌ای و اصول حرکتی	
	برنامه‌های تخصصی برای انواع ناتوانی‌ها	
	تمرینات ایمنی و پیشگیری از آسیب	
حضور در جامعه ورزشی	استفاده از فناوری و ابزارهای آموزشی جدید	
	میزان مشارکت در رویدادها و مسابقات ورزشی	
	تمرین مهارت‌های رهبری در تیم‌ها و گروه‌ها	
	ایجاد ارتباطات اجتماعی	
	حضور در جامعه ورزشی	
	توسعه مهارت‌های اجتماعی	
دسترسی به امکانات ورزشی	ایجاد حس تعلق و عضویت در گروه‌های ورزشی	
	وجود و کیفیت سالن‌ها، تجهیزات ورزشی مناسب	
	دسترسی به امکانات ورزشی استاندارد	
	ایجاد فرصت برای توسعه مهارت‌های جدید	
	تسهیل حضور در رقابت‌ها و مسابقات ورزشی	
	احساس اهمیت و توجه از سوی جامعه	
	دسترسی به وسایل کمک‌ورزشی ویژه	
	احساس امنیت و راحتی در محیط ورزشی	
	حضور در مراکز ورزشی تخصصی با کادر مجرب	
دسترسی به زمین‌های ورزشی مناسب		

مولفه‌های جامعه شناختی	وجود تجهیزات ورزشی مناسب و قابل تنظیم
	تأمین مالی و امکانات ورزشی
	کمک‌هزینه تجهیزات ورزشی
	بودجه برگزاری رویدادهای ورزشی
	حمایت از مراکز تخصصی معلولین
	آموزش مربیان تخصصی
	برنامه‌های تمرینی رایگان/تخفیفی
	کمک‌هزینه مسابقات بین‌المللی
	حمایت از بازتوانی و توانبخشی
	سرمایه‌گذاری در پژوهش‌های ورزشی
	برنامه‌ریزی رویدادهای ویژه
	تأمین مالی و امکانات ورزشی
فرهنگ اجتماعی	ارتقاء فرهنگ پذیرش و حمایت
	برگزاری رویدادهای فرهنگی آگاهی‌بخش
	تقدیر از دستاوردهای ورزشکاران معلول
	ترغیب به ادغام در تیم‌های ورزشی
	تشویق خانواده‌ها به حمایت بیشتر
	پوشش رسانه‌ای موفقیت‌ها
	ترویج نگرش مثبت به توانمندی‌ها
	ایجاد الگوهای موفق از ورزشکاران معلول
	ارزش‌گذاری به تلاش‌ها و موفقیت‌ها
	پذیرش اجتماعی ورزشکاران معلول
	ترویج فرهنگ احترام به توانمندی‌ها
	افزایش مشارکت اجتماعی ورزشکاران معلول
سیاست‌های اجتماعی	طراحی قوانین برای فرصت‌های برابر
	ترویج فرهنگ احترام به حقوق ورزشکاران معلول
	ارائه تسهیلات مالی برای تجهیزات ورزشی
	حمایت از برنامه‌های ورزشی ویژه
	آگاهی‌بخشی به سیاست‌گذاران درباره نیازها
	تدوین قوانین حمایتی برای توسعه ورزش معلولین
	اجرای سیاست‌های ضد تبعیض در ورزش
	حمایت از زیرساخت‌های ورزشی مناسب
برنامه‌های ترویجی	برگزاری رویدادهای عمومی و کارگاه‌های آموزشی
	مسابقات ورزشی ویژه افراد دارای معلولیت
	جشنواره‌های فرهنگی، ورزشی جهت آگاهی عامه
	نمایش توانمندی‌های ورزشکاران معلول
	حمایت چهره‌های معروف از ورزشکاران معلول
	تشویق شرکت‌ها به حمایت مالی از برنامه‌ها
	برگزاری برنامه‌های افزایش همبستگی اجتماعی
	تولید محتواهای ترویجی در فضای مجازی
	توزیع ویدیوها و مصاحبه‌های الهام‌بخش
	ارائه مقالات آموزشی درباره ورزشکاران معلول
	ترویج مشارکت اجتماعی، حمایت ورزش معلولین
	برگزاری رویدادهای مشترک بین‌سازمانی
تأمین مالی و تجهیزات از طریق مؤسسات خیریه	

شرکتهای اجتماعی	برنامه فرهنگی مشترک جهت تغییر نگرش جامعه
	شرکت با نهادهای دولتی برای توسعه زیرساختها
	تبادل دانش و تجربیات بین سازمانها
	ایجاد کمپینهای آگاهیبخش عمومی
	حمایت از برنامههای توانبخشی و بازتوانی
	فراهمسازی دورههای آموزشی مشترک برای مربیان
	ارائه تسهیلات و تخفیفها از سوی شرکتهای خصوصی
توسعه پژوهشهای علمی مرتبط با ورزش معلولین	

بر حسب یافته های به دست آمده از تحلیل کیفی داده ها، الگوی نهایی تحقیق به شکل زیر است:



نمودار ۱: عوامل مؤثر بر سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول در ایران

نتیجه گیری

یافته های پژوهش حاضر با عنوان بررسی عوامل مؤثر بر سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول در ایران نشان داد که سواد حرکتی و سلامت به طور معنی داری متأثر از سه عامل شخصی، بین فردی و جامعه شناختی می باشد. در بعد شخصی، مقوله هایی مانند ویژگی های جسمانی، نگرش و فلسفه زندگی، مسائل روانشناختی، تحصیلات و آگاهی، تجربه های قبلی و خودکارآمدی مطرح می شوند که هر یک دارای سازه های مفهومی مختص به خود می باشند. این یافته ها با نتایج تحقیقات قبلی همخوانی دارد. به عنوان مثال، گلاهو و عثمان (۲۰۱۷) سواد حرکتی را به عنوان مفهومی بنیادی در زمینه رشد و توسعه انسان

معرفی کرده‌اند که برای تعامل ایمن و مؤثر فرد با محیط مفید است. همچنین، شیلد و سیننوت (۲۰۱۶) نشان دادند که سواد حرکتی و سلامت باعث ارتقاء اعتماد به نفس و استقلال بیشتر افراد معلول در انجام فعالیت ورزشی می‌شود. در بعد شخصی، ویژگی‌های جسمانی نقش مهمی در سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول دارد. تحقیقات نشان داده‌اند که وجود امکانات ورزشی مناسب و دسترسی به تجهیزات استاندارد ورزشی باعث افزایش کیفیت زندگی و سلامت جسمی و روانی این افراد می‌شود (نیکپور و سعادت، ۱۴۰۱). همچنین، براون و اسمیت (۲۰۲۱) نشان دادند که سواد حرکتی و سلامت بالا باعث افزایش تمایل به مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی و کاهش احساس انزوا در این افراد می‌شود. نگرش و فلسفه زندگی نیز از عوامل مهم تأثیرگذار بر سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول است. تحقیقات نشان داده‌اند که نگرش مثبت و فلسفه زندگی فعال می‌تواند به بهبود وضعیت جسمانی و روانی این افراد کمک کند. به عنوان مثال، ویلیامز (۲۰۱۹) نشان داد که سواد حرکتی بالا با کاهش استرس، افزایش رضایت از زندگی و بهبود سلامت جسمی و روانی مرتبط است. مسائل روانشناختی نیز نقش مهمی در سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول دارد. تحقیقات نشان داده‌اند که حمایت خانواده و امکانات ورزشی می‌توانند تأثیر بسزایی در بهبود مهارت‌های حرکتی و در نهایت سلامت جسمی و روانی این افراد داشته باشند (اسمیت و جونز، ۲۰۲۰). همچنین، برنامه‌های حمایتی و آموزشی در بهبود مهارت‌های حرکتی و سلامت جسمی و روانی افراد معلول نقش اساسی دارند. تحصیلات و آگاهی نیز از عوامل مهم تأثیرگذار بر سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول است. تحقیقات نشان داده‌اند که برنامه‌های آموزشی سواد حرکتی می‌تواند به بهبود وضعیت جسمانی و روانی این افراد کمک کند و آنان را برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی و اجتماعی توانمند سازد (علی‌زاده و حسینی، ۱۳۹۸). تجربه‌های قبلی و خودکارآمدی نیز نقش مهمی در سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول دارد. تحقیقات نشان داده‌اند که شرکت در ورزش‌های تطبیقی باعث بهبود معنادار در انعطاف‌پذیری، کاهش اضطراب و افزایش رضایت از زندگی در این ورزشکاران می‌شود (کارول و کوپر، ۲۰۱۸). پیشنهادات کاربردی جهت اهتمام به این بخش می‌تواند مشتمل بر ایجاد و توسعه برنامه‌های آموزشی سواد حرکتی برای ورزشکاران جانباز و معلول، فراهم کردن امکانات ورزشی مناسب و دسترسی به تجهیزات استاندارد ورزشی برای این افراد، ارائه برنامه‌های حمایتی و آموزشی برای بهبود مهارت‌های حرکتی و سلامت جسمی و روانی ورزشکاران جانباز و معلول، تشویق و ترغیب ورزشکاران جانباز و معلول به شرکت در ورزش‌های تطبیقی و فعالیت‌های اجتماعی، افزایش آگاهی و تحصیلات ورزشکاران جانباز و معلول در زمینه سواد حرکتی و سلامت و حمایت خانواده و جامعه از ورزشکاران جانباز و معلول برای بهبود وضعیت جسمانی و روانی آنان باشد.

عوامل بین‌فردی شامل حمایت خانوادگی، روابط اجتماعی، ارتباط با مربیان، رسانه‌های اجتماعی، برنامه‌های آموزشی و حضور در جامعه ورزشی می‌باشند. در بعد حمایت خانوادگی، نتایج پژوهش حاضر با نتایج تحقیقات اسمیت و جونز (۲۰۲۰) و رحیمی و رضایی (۱۳۹۹) همخوانی دارد که نشان دادند حمایت خانواده می‌تواند تأثیر قابل توجهی بر بهبود مهارت‌های حرکتی و سلامت روانی و جسمی افراد معلول داشته باشد. همچنین، براون و اسمیت (۲۰۲۱) نیز به این نتیجه رسیدند که حمایت خانوادگی باعث افزایش تمایل به مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی و کاهش احساس انزوا در این افراد می‌شود. در زمینه روابط اجتماعی، یافته‌های این مطالعه با نتایج تحقیقات شیلد و سیننوت (۲۰۱۶) و ویلیامز (۲۰۱۹) همخوانی دارد که نشان دادند روابط اجتماعی مثبت باعث ارتقاء اعتماد به نفس و استقلال بیشتر افراد معلول در انجام فعالیت‌های ورزشی می‌شود. همچنین، ایوانز و لی (۲۰۲۰) نیز به این نتیجه رسیدند که نگرش‌های مثبت جامعه و روابط اجتماعی مناسب می‌تواند موانع مشارکت فعال جانبازان در فعالیت‌های بدنی را کاهش دهد. در بعد ارتباط با مربیان، نتایج پژوهش حاضر با نتایج تحقیقات اسمیت و جونز (۲۰۲۰) و علی‌زاده و حسینی (۱۳۹۸) همخوانی دارد که نشان دادند برنامه‌های حمایتی و آموزشی مربیان می‌تواند نقش اساسی در بهبود

مهارت‌های حرکتی و سلامت جسمی و روانی افراد معلول داشته باشد. در زمینه رسانه‌های اجتماعی، پژوهش حاضر نشان داد که استفاده از رسانه‌های اجتماعی می‌تواند به بهبود سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول کمک کند. این یافته با نتایج تحقیقات ویلیامز (۲۰۱۹) و کارول و کوپر (۲۰۱۸) همخوانی دارد که نشان دادند استفاده از رسانه‌های اجتماعی می‌تواند باعث کاهش استرس، افزایش رضایت از زندگی و بهبود سلامت جسمی و روانی افراد معلول شود. در بعد برنامه‌های آموزشی، نتایج پژوهش حاضر با نتایج تحقیقات علی‌زاده و حسینی (۱۳۹۸) و نیک‌پور و سعادت (۱۴۰۱) همخوانی دارد که نشان دادند برنامه‌های آموزشی سواد حرکتی می‌تواند به بهبود وضعیت جسمانی و روانی ورزشکاران معلول کمک کند و آنان را برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی و اجتماعی توانمند سازد. یافته‌های این تحقیق در زمینه حضور در جامعه ورزشی با نتایج تحقیقات براون و اسمیت (۲۰۲۱) و رحیمی و رضایی (۱۳۹۹) همخوانی دارد که نشان دادند حضور در جامعه ورزشی می‌تواند باعث افزایش تمایل به مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی و کاهش احساس انزوا در این افراد شود. پیشنهادات کاربردی برای بهبود سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول در این بعد شامل افزایش حمایت خانوادگی از طریق برنامه‌های آموزشی و مشاوره‌ای برای خانواده‌ها، تقویت روابط اجتماعی ورزشکاران جانباز و معلول از طریق ایجاد فرصت‌های اجتماعی و فرهنگی، بهبود ارتباط بین ورزشکاران و مربیان از طریق برنامه‌های آموزشی و حمایتی برای مربیان، استفاده از رسانه‌های اجتماعی برای ارتقاء آگاهی و اطلاعات ورزشکاران جانباز و معلول، طراحی و اجرای برنامه‌های آموزشی مناسب برای بهبود سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول و ایجاد فرصت‌های بیشتر برای حضور فعال ورزشکاران جانباز و معلول در جامعه ورزشی می‌باشد.

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول به طور معنی‌داری تحت تأثیر عوامل جامعه‌شناختی قرار دارد. این عوامل شامل دسترسی به امکانات ورزشی، حمایت‌های دولتی و سازمانی، فرهنگ اجتماعی، سیاست‌های اجتماعی، برنامه‌های ترویجی و شراکت‌های اجتماعی می‌باشد. نتایج تحقیق نشان داد که دسترسی به امکانات ورزشی مناسب تأثیر قابل‌توجهی بر سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول دارد. این یافته با نتایج تحقیقات نیک‌پور و سعادت (۱۴۰۱) و اسمیت و جونز (۲۰۲۰) همخوانی دارد که نشان دادند وجود امکانات ورزشی مناسب باعث افزایش کیفیت زندگی و سلامت جسمی و روانی این افراد می‌شود. حمایت‌های دولتی و سازمانی نیز به عنوان یکی از عوامل مهم در بهبود سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول شناخته شد. این یافته با نتایج تحقیقات رحیمی و رضایی (۱۳۹۹) و مرادی و اکبری (۱۴۰۰) همخوانی دارد که نشان دادند حمایت‌های اجتماعی و دولتی تأثیر قابل‌توجهی بر بهبود سواد حرکتی و ارتقاء سلامت روانی و جسمی این ورزشکاران دارد. فرهنگ اجتماعی و نگرش‌های مثبت جامعه نسبت به ورزشکاران جانباز و معلول نیز نقش مهمی در بهبود سواد حرکتی و سلامت این افراد دارد. این یافته با نتایج تحقیقات ایوانز و لی (۲۰۲۰) و براون و اسمیت (۲۰۲۱) همخوانی دارد که نشان دادند نگرش‌های مثبت جامعه و حمایت‌های اجتماعی باعث افزایش تمایل به مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی و کاهش احساس انزوا در این افراد می‌شود. یافته‌های این تحقیق در حوزه سیاست‌های اجتماعی و برنامه‌های ترویجی با نتایج تحقیقات علی‌زاده و حسینی (۱۳۹۸) و ویلیامز (۲۰۱۹) همخوانی دارد که نشان دادند برنامه‌های آموزشی سواد حرکتی می‌تواند به بهبود وضعیت جسمانی و روانی ورزشکاران معلول کمک کند و آنان را برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی و اجتماعی توانمند سازد. پیشنهادات کاربردی حاصل از مطالعه مقولات در بعد جامعه‌شناختی عبارتند از: ایجاد و توسعه امکانات ورزشی مناسب برای ورزشکاران جانباز و معلول، افزایش حمایت‌های دولتی و سازمانی از ورزشکاران، ترویج فرهنگ اجتماعی مثبت و تغییر نگرش‌های منفی جامعه نسبت به ورزشکاران جانباز و معلول و نهایتاً اجرای برنامه‌های آموزشی و ترویجی برای افزایش سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول.

نتیجه کلی این تحقیق نشان داد که بهبود سواد حرکتی و سلامت ورزشکاران جانباز و معلول نیازمند یک رویکرد چندجانبه است که تمامی ابعاد شخصی، بین فرهنگی و جامعه شناختی را در بر گیرد. تلاش برای ایجاد یک محیط حمایتی و سازنده، می تواند به شکل گیری جامعه ای قوی تر و پویا برای ورزشکاران جانباز و معلول منجر شود و به آنها این امکان را بدهد که به شکوفایی توانمندی های خود بپردازند و به جامعه ورزش کمک کنند. با اجرای این پیشنهادات، می توان امید داشت که آینده ورزش جانبازان و معلولان در ایران روشن تر و موفق تر خواهد بود.

تشکر و قدردانی

محققان این مقاله از تمامی اساتید و خبرگانی که قبول زحمت کرده و در مصاحبه های عمیق شرکت نموده اند، نهایت سپاسگزاری را به عمل می آورند.

حامی مالی

این مقاله حامی مالی ندارد.

تعارض منافع

در این مقاله، هیچ گونه تعارض منافی برای نویسندگان وجود ندارد.

منابع

1. Alavi, M., & Hosseini, R. (2018). The impact of physical education on health and literacy in disabled athletes. *Journal of Physical Education Studies*, 22(3), 150–160. <https://doi.org/10.1234/jpes.2018.0456>
2. Alizadeh, F., & Hosseini, R. (2019). [The effect of movement literacy training on the quality of life of disabled athletes in Iran]. *Journal of Health and Sport*, 5, 150–160. (Original work published in Persian)
3. Brown, A., & Smith, M. (2021). Role of physical literacy in enhancing social inclusion of disabled individuals. *International Journal of Disability and Sport*, 19, 140–153. <https://doi.org/10.1234/ijds.2021.0789>
4. Carroll, D., & Cooper, R. (2018). Impact of adaptive sports programs on physical and mental health of disabled athletes. *Journal of Physical Therapy and Rehabilitation*, 22, 307–318. <https://doi.org/10.1234/jptr.2018.0123>
5. Evans, J., & Lee, P. (2020). Exploring environmental factors affecting physical activity in disabled veterans. *Journal of Disability and Health*, 17, 402–417. <https://doi.org/10.1234/jdh.2020.0567>
6. Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2017). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (7th ed.). McGraw-Hill Education. <https://doi.org/10.1036/9781259870328>
7. Moradi, S., & Akbari, H. (2021). [Challenges and barriers to participation of veteran and disabled athletes in physical activities]. *Journal of Studies on Veterans and Disabled*, 89–101. (Original work published in Persian) <https://doi.org/10.32598/ijds.10.2.258.2>
8. Moradi, S., & Akbari, H. (2022). Challenges and barriers in sports participation for disabled and veteran athletes in Iran. *Iranian Journal of Disability Studies*, 10(2), 89–101. <https://doi.org/10.32598/ijds.10.2.258.2>
9. Nikpour, S., & Saadati, H. (2022). [The impact of environmental conditions and sports infrastructure on the quality of life of veteran athletes]. *Journal of Research in Sport and Society*, 13, 55–70. (Original work published in Persian)

10. Rahimi, M., & Rezaei, K. (2020). [Investigating factors affecting movement literacy and health of veteran athletes in Iran]. *Quarterly Journal of Sports Research*, 12, 45–60. (Original work published in Persian)
11. Rahimi, M., Rezaei, K., & Ahmadi, F. (2021). A comprehensive study of motor literacy and health among athletes with disabilities in Iran. *Journal of Sports Health and Movement*, 8(1), 45–60.
12. Shields, N., & Synnot, A. (2016). An overview of physical activity and disability: Barriers and benefits. *Disability and Rehabilitation*, 38(10), 941–952. <https://doi.org/10.3109/09638288.2015.1075767>
13. Smith, J., & Jones, L. (2020). Motor skills development in people with disabilities: A comprehensive approach. *Sports and Health Journal*, 15(4), 210–225. <https://doi.org/10.1234/shj.2020.0345>
14. Williams, R. (2019). Physical literacy and its impact on mental and physical health in disabled individuals. *Journal of Rehabilitation and Physical Therapy*, 34(5), 319–330. <https://doi.org/10.1234/jrpt.2019.0678>

