



## Presenting the Model of Factors Affecting Individuals' Decision-Making in Choosing Sports and Physical Activities in Leisure Time

Mehdi Salimi <sup>1\*</sup>, Elham Akhavan <sup>2</sup>

1. Associate Professor of Sport Management, Department of Sport Management, Faculty of Sport Sciences, University of Isfahan, Isfahan, Iran

2. Ph.D Candidate in Sport Management, Department of Sport Management, Faculty of Sport Sciences, University of Isfahan, Isfahan, Iran

### Abstract

The aim of the present study was to determine the model of factors affecting individuals' decision-making in choosing sports and physical activities in leisure time. The research method was mixed one. The sample in the qualitative part included 14 experts and professors of the Department of Sports Management and Sociology of University of Isfahan who are activists and experts in the field of leisure- sports research as well as related executive managers and accountables in Public Sports, Sports and Youth Administration and the Municipality of Isfahan, who were purposefully selected. In the quantitative part, the statistical population who were selected in an available way, included professors and faculty members in the fields of sports management, sociology, students in sociology and sport management and all experts in the field of leisure time who had some kind of education, research or work experience in line with the subject. To collect data, semi-structured interviews and researcher-made questionnaires were used. In order to analyze the interviews, the Grounded Theory (Charmaz's approach) method was used. Influential factors categorized in four groups of Anthropological issues (29 components), Economic-Social (26 ones), issues related to Media and Policies (28 ones) and issues related to Infrastructure and Technology (27 components). To extract the model, data were analyzed in Smart Pls3 software. The results of the present study showed that by improving new technologies, it is possible to influence the choice of sports and physical activities of people in their free time. Also, the results showed that by facilitating conditions for women, young people and elderlies, improving economic conditions also providing a safe platform from a social point of view, the tendency of different sections of the society in sports leisure activities can improve; which ultimately plays an important role in promoting peoples' healthy lifestyle.

### Article information

**Received:** 18 May 2025

**Revised:** 15 October 2025

**Accepted:** 10 November 2025

**Published:** 15 January 2026



### Keywords:

Decisions leading to sports choices, Healthy lifestyle, Leisure time, Sports choices

### How to Cite This Article:

Salimi, M., Akhavan, E. (2026). Presenting the Model of Factors Affecting Individuals' Decision-Making in Choosing Sports and Physical Activities in Leisure Time. *Journal of Sport Management Knowledge*, 3(2), 80-100. <https://doi.org/10.22034/jsmk.2025.67378.1126>

\* Corresponding author: [m.salimi@spr.ui.ac.ir](mailto:m.salimi@spr.ui.ac.ir)

## EXTENDED ABSTRACT

### INTRODUCTION

In recent decades, rapidly accelerating transformations in cultural, social, economic, and technological spheres have caused fundamental changes in lifestyles and individuals as well as collective behaviors (Kim et al., 2022). These changes have not only reshaped societies' lifestyles, attitudes, and values, but have also influenced aspects related to sports, leisure, and sporting choices (Ayyildiz & Gumus, 2020). The unprecedented growth of digital technologies and the emergence of social media, coupled with shifting values and lifestyles, have led to significant transformations in individuals' leisure-time sporting choice (Baysal, 2022). Additionally, personal characteristics such as age, gender, attitudes, and cultural values directly affect individuals' sports preferences (Hy et al., 2020). On the other hand, considering the complexities and multifaceted nature of decision-making and examining the influencing factors on the dynamics of sports decisions during individuals' leisure time is of particular importance. Therefore, this research was conducted with the aim of identifying and examining a model of influential factors in choices leading to sports and physical activities during individuals' leisure time.

### METHODOLOGY

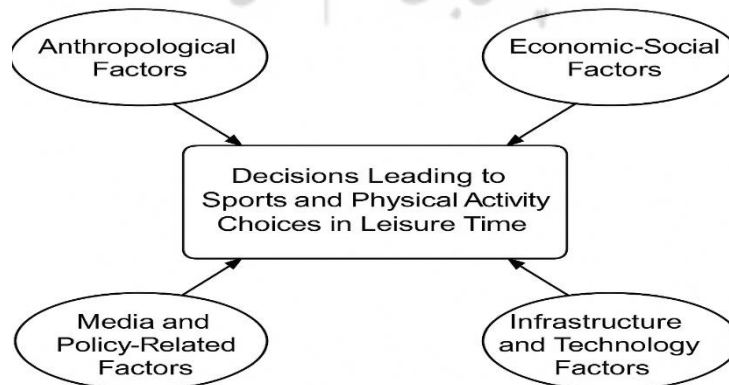
The present study is applied in nature; is mixed one based on its methods (qualitative-quantitative), and is exploratory in terms of approach. The dominant paradigm in this research is grounded theory based on Charmaz's theory. Data collection in the qualitative phase involved semi-structured and exploratory interviews and a researcher-made questionnaire in quantitative phase. The sample in the qualitative part included 14 experts and professors of the Department of Sports Management and Sociology of University of Isfahan who are activists and experts in the field of leisure- sports research as well as related executive managers and accountables in Public Sports, Sports and Youth Administration and the Municipality of Isfahan, who were purposefully selected. In the quantitative part, the statistical population who were selected in an available way, included professors and faculty members in the fields of sports management, sociology, students in sociology and sport management and all experts in the field of leisure time who had some kind of education, research or work experience in line with the subject.

To ensure validity in the qualitative phase, Lincoln and Guba's credibility criteria were employed, and for reliability, the process audit method and internal agreement were utilized. These researchers introduced ten indicators for assessing credibility (acceptability), including researcher sensitivity, methodological coherence, appropriate sampling, repetition of findings, and use of informant feedback (Salimi et al., 2024). To extract the model in quantitative part, data were analyzed in Smart PIs3 software.

### RESULTS

**Table 1.** Results of the Cross Validated Commumality of the Research Constructs

Construct	SSO	SSE	1-SSE/SSO
Technological and Infrastructure Factors	300.000	167.290	0.442
Anthropological Factors	500.000	310.695	0.379
Media and Policy-making Factors	500.000	382.932	0.234
Socio-economic Factors	300.000	220.564	0.265
Factors Influencing the Dynamics of Sport Choices in Leisure Time	400.000	400.000	-



**Fig 1.** Final Qualitative Research Model

## DISCUSSION AND CONCLUSION

This article was conducted with two main research objectives: firstly, to extract and identify factors affecting individuals' decision-making in choosing sports and physical activities in leisure time and secondly, to present a model for these factors. Based on the findings of the present study, it is also recommended to leverage new technologies to enhance leisure activities, with an emphasis on sport aspects.

Ultimately, the goal for sports and physical activities, like any other social phenomenon, is to become deeply intertwined with individuals' lives and closely linked to their personal values and principles. Only through this integration there can be a hope for widespread participation across various social groups, viewing sport as a valuable and integral part of their lives, especially during their leisure time.

Overall, the results of this research indicate that individuals' sports participation during leisure time depends on multiple factors, each of which may have varying impacts on sports decision-making under different conditions. Given the increasing importance of technology in people's lifestyles, investing in the development of sports technologies and creating appropriate infrastructures can be a key strategy to boost sports participation levels. Additionally, planning based on individual and anthropological characteristics, effective supportive policies, and improved economic conditions may help enhance the dynamics of sports decisions and increase sports activities in society during individuals' leisure time.



## مدل عوامل مؤثر بر تصمیم‌گیری افراد در انتخاب ورزش و فعالیت‌های بدنی در اوقات فراغت

مهدی سلیمی<sup>۱\*</sup>، الهام اخوان<sup>۲</sup>

۱. دانشیار گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.  
۲. دانشجوی دکتری، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

### اطلاعات مقاله

دریافت شده: ۱۴۰۴/۰۲/۲۸  
بازنگری شده: ۱۴۰۴/۰۷/۲۳  
پذیرش شده: ۱۴۰۴/۰۸/۱۹  
انتشار: ۱۴۰۴/۱۰/۲۵



### کلمات کلیدی:

انتخاب‌های ورزشی، اوقات فراغت،  
تصمیمات منتهی به انتخاب ورزش،  
سبک زندگی فعال

### چکیده

هدف مطالعه حاضر تعیین مدل عوامل مؤثر بر تصمیم‌گیری افراد در انتخاب ورزش و فعالیت‌های بدنی در اوقات فراغت بود. روش پژوهش آمیخته (کیفی- کمی) بود. جامعه آماری در بخش کیفی شامل ۱۴ نفر از اعضای هیأت علمی گروه مدیریت ورزشی و جامعه شناسی دانشگاه اصفهان با سابقه پژوهش در حوزه اوقات فراغت، ورزش و فراغت ورزشی، تعدادی از مسئولین و مدیران اجرایی در حوزه ورزش همگانی، اداره کل ورزش و جوانان و شهرداری استان اصفهان بود. نمونه‌گیری بخش کیفی به صورت هدفمند قضاوتی انجام شد. جامعه آماری بخش کمی نیز شامل اساتید و اعضای هیأت علمی حوزه‌های مدیریت ورزشی، جامعه شناسی، دانشجویان مدیریت ورزشی و جامعه شناسی و کلیه صاحب نظران حوزه اوقات فراغت بود که به نوعی دارای تحصیلات، پژوهش یا سابقه کاری در راستای محور موضوعی پژوهش بودند که مجموعاً تعدادشان به ۲۸۷ نفر رسید. جهت جمع‌آوری داده‌ها از مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته و پرسشنامه محقق ساخته استفاده شد. همچنین به جهت تحلیل مصاحبه‌ها از تئوری داده بنیاد؛ رویکرد چارمز استفاده شد. عوامل مهم و تأثیرگذار در چهار مقوله مسائل انسان‌شناختی و جنسیتی (۲۹ مؤلفه)، مسائل اقتصادی- اجتماعی (۲۶ مؤلفه)، مسائل مربوط به رسانه و سیاست‌گذاری‌ها (۲۸ مؤلفه) و مسائل مربوط به زیر ساخت‌ها و فناوری (۲۷ مؤلفه) احصاء شدند که به منظور استخراج مدل در نرم افزار Smart PLS 3 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که با استفاده از پیشرفت فناوری‌های جدید و بهبود کیفیت زیر ساخت‌ها می‌توان در تصمیمات منتهی به انتخاب ورزش و فعالیت‌های بدنی افراد در اوقات فراغت تأثیر گذاشت. همچنین نتایج پژوهش حاضر نشان داد که از طریق تسهیل شرایط برای زنان، کودکان و نوجوانان و افراد سالمند، توسعه همکاری‌های بین سازمانی و بهبود شرایط اقتصادی و فراهم آوردن بستری شاد و ایمن از لحاظ اجتماعی می‌توان گرایش اقشار مختلف جامعه در فعالیت‌های اوقات فراغت ورزشی را بالا برد که در نهایت نقش مهمی در بهبود سبک زندگی فعال افراد دارد.

### نحوه استناد به این مقاله

سلیمی، م.، اخوان، ا. (۱۴۰۴). مدل عوامل مؤثر بر تصمیم‌گیری افراد در انتخاب ورزش و فعالیت‌های بدنی در اوقات فراغت. *دانش مدیریت ورزشی*,

۳(۲)، ۸۰-۱۰۰. <https://doi.org/10.22034/jsmk.2025.67378.1126>

## مقدمه

در دهه‌های اخیر، تحولات پرشتاب در عرصه‌های فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و فناورانه موجب تغییرات بنیادین در الگوهای زندگی و رفتارهای فردی و جمعی شده است (Kim et al., 2022). این تغییرات نه تنها سبک زندگی، نگرش‌ها و ارزش‌های جوامع را دگرگون ساخته، بلکه ابعاد مرتبط با ورزش، اوقات فراغت و تصمیمات ورزشی را نیز تحت تأثیر قرار داده است (Ayyildiz & Gumus, 2020). ورزش در اوقات فراغت تنها یک فعالیت تفریحی نیست؛ بلکه می‌تواند ابزار توسعه اجتماعی، کاهش فشارهای روانی، ارتقای سرمایه اجتماعی، و حتی توسعه اقتصادی باشد. مطالعات نشان داده‌اند که مشارکت فعال در ورزش‌های همگانی بالاخص در زمان فراغت افراد منجر به کاهش هزینه‌های درمانی، بهبود بهره‌وری نیروی کار، و تقویت همبستگی اجتماعی می‌شود (Rezaei, 2020). به طور کلی در یک رویکرد جامعه‌شناسانه Labbé و همکاران (۲۰۲۱) در پژوهشی که با محوریت فعالیت‌های فراغت و تبادل فرهنگی به انجام رساندند، بیان داشتند که فراغت فرصتی است تا مشارکت‌کنندگان در آن محیط جدیدی را ایجاد نمایند و به دانش فرهنگی دست یابند. تعدادی از جامعه‌شناسان ورزش و فراغت نیز اظهار نموده‌اند که انتخاب ورزش و فعالیت بدنی یکی از راه‌هایی است که می‌تواند در ایجاد اشکالی از تعلق بین گروه‌های مختلف جمعیتی با زمینه‌های گوناگون فرهنگی و اجتماعی نقش ایفا کند. در همین راستا Ziaee و همکاران (۲۰۲۰) در تحقیقی که پیرامون نقش ورزش در فرصت‌های فراغت انجام دادند، به این نتیجه رسیدند که سیاستمداران در دولت‌های ملی و محلی به این عامل به عنوان شکلی از فراغت می‌نگرند که دارای ظرفیت لازم به منظور گردهم آوردن جوامع مختلف، ایجاد پل‌هایی بین آن‌ها و کاهش احساس طرد شدگی و به حاشیه رفتن، است. در حوزه علوم ورزشی نیز تحقیقات متعددی به منظور کشف موانع مشارکت در فعالیت‌های ورزشی زمان فراغت صورت گرفته است. برای مثال Shabani و همکاران (۲۰۱۰) عنوان کردند که در بعد درونی می‌توان به مواردی مانند نبود برنامه‌های مدون برای تشویق و ترغیب مردم به ورزش برای همه، نبود مدیریت واحد و سیاست یکسان در ورزش برای همه، بهره‌نگرفتن از نیروهای متخصص و کارشناس، بی‌توجهی به ورزش و فعالیت‌های بدنی در مدارس و دانشگاه‌ها، همچنین بی‌توجهی به ورزش برای طبقات کم درآمد، و در بعد بیرونی نیز به مشکلات اقتصادی جامعه، تغییر روش زندگی مردم (رواج زندگی غیرفعال، تفریح غیرفعال)، کم بودن آگاهی جامعه در مورد فواید فعالیت‌های ورزشی و زیان‌های کم‌حرکی، افزایش میزان اعتیاد و سهم کم رسانه‌ها در این حیطه اشاره نمود. از سویی دیگر، می‌توان به تعدادی از پژوهش‌های خارجی انجام شده در حیطه ورزش در اوقات فراغت نیز اشاره نمود. برای مثال Sawyer et al (۲۰۱۸) موانع ادراک شده مشارکت دختران در فعالیت ورزشی زمان فراغت را مطالعه کردند. آن‌ها این موانع را به دسته‌های روانشناختی، شناختی و هیجانی، فرهنگی و اجتماعی، محیط فیزیکی و عوامل فردی تقسیم بندی کردند. در مطالعه‌ای دیگر Biddle et al (۲۰۱۹) که اثر مشارکت ورزشی دوران کودکی بر اوقات فراغت ورزشی دوران بزرگسالی را مورد سنجش قرار داده بودند به این نتیجه رسیدند که خانواده‌ای که سبک زندگی فعال دارد و والدین نیز از فعالیت‌های بدنی و ورزشی فرزندان خود حمایت می‌کنند، باعث تقویت این رفتار شده و این عادت رفتاری بر تصمیمات منتهی به ورزش و انتخاب فعالیت بدنی بیشتر در آینده‌شان نیز تأثیر مثبتی دارد. در تحقیقی دیگر O'Reilly et al (۲۰۱۵) با اتکا به شعار اهمیت زیرساخت‌ها در جذب مردم به مشارکت ورزشی در اوقات فراغت تأکید نمودند: "بساز؛ خواهد آمد"، بر اهمیت اماکن ورزشی در این زمینه تأکید کردند. همچنین موضوع فعالیت‌های ورزشی زمان فراغت روی اقشار مختلف جامعه مانند سالمندان نیز مورد توجه محققان بوده است. برای مثال Barth (۲۰۲۱)، در پژوهشی که پیرامون عوامل تقویت‌کننده مشارکت ورزشی اوقات فراغت و اجتماعی‌سازی سالمندان بازنشسته انجام دادند، به این نتیجه رسیدند که اگر سالمندان بازنشسته دستیابی به پایداری روانی و سلامتی را به عنوان یکی از عوامل انگیزشی در مشارکت ورزشی فراغت خود دنبال کنند؛ این عامل می‌تواند تأثیری مثبت بر اجتماعی‌سازی راحت‌تر و شادتر آن‌ها داشته باشد.

با مرور تمامی این پژوهش‌ها می‌توان دریافت که تمایل و مشارکت مردم در ورزش‌های اوقات فراغت تحت تأثیر مجموعه‌ای پیچیده از عوامل گوناگون مانند حفظ سلامت و تندرستی، لذت بردن و انجام تفریحات سالم، کاهش استرس و بهبود سلامت روان، در نظر

گرفتن هزینه‌های ورزش یا فعالیت مربوطه، دسترسی به مکان تفریحی - ورزشی، همراهی با خانواده و دوستان، همراهی با همکاران شغلی، ویژگی‌های شخصیتی مانند برونگرا بودن و علاقه به حضور در جمع‌های ورزشی - تفریحی، یا درونگرا بودن و تمایل به انجام فعالیت‌های آرام مانند پیاده‌روی، علاقمند بودن به ورزش‌ها و فعالیت‌های هیجان‌انگیز، یادگیری مهارت و یا یک فعالیت تفریحی و یا ورزشی جدید، در نظر گرفتن امنیت محیطی و غیره می‌باشد. به طور کلی، تصمیم برای انتخاب یک فعالیت ورزشی معمولاً حاصل تعادل بین "علاقه و نیازهای فردی" و "محدودیت‌ها و امکانات محیطی" قرار دارد (Amiri et al., 2021). این عوامل نه تنها رفتار ورزشی افراد را شکل می‌دهند، بلکه ساختار و الگوی توسعه ورزش در جامعه را نیز تعیین می‌کنند. فعالیت‌های ورزشی بالاخص در زمان فراغت فرد نه تنها نیاز جسمانی را برطرف می‌کنند، بلکه ابزاری برای ارتقای کیفیت زندگی، حفظ سلامت روان و ایجاد تعاملات اجتماعی محسوب می‌شوند (Belcher et al., 2021). در این میان، همانگونه که در بالا ذکر شد؛ تصمیم‌گیری‌های منتهی به انتخاب ورزش و فعالیت بدنی در زمان فراغت، تحت تأثیر مجموعه‌ای از عوامل متنوع قرار دارد. لذا بررسی و تحلیل این عوامل، می‌تواند زمینه‌ساز ارائه راهکارهایی جهت افزایش مشارکت عمومی در فعالیت‌های ورزشی، گذران سالم اوقات فراغت و بهبود سلامت جامعه گردد.

به عنوان مثال و با مطالعه دیگر پژوهش‌ها از زاویه‌ای دیگر می‌توان دریافت که رشد بی‌سابقه فناوری‌های دیجیتال و ظهور شبکه‌های اجتماعی به همراه تغییر در ارزش‌ها و سبک زندگی، منجر به تحول قابل توجهی در انتخاب‌های ورزشی افراد در زمان فراغت شده است (Baysal, 2022). مطالعات نشان داده‌اند که فناوری‌های دیجیتال مانند رسانه‌های اجتماعی، اپلیکیشن‌های سلامت و ورزش، هوش مصنوعی و داده‌کاوی به عنوان ابزارهای نوین، نقش کلیدی در تغییر شیوه‌های تصمیم‌گیری افراد دارند (Friedenreich et al., 2019). دسترسی آسان به اطلاعات به‌روز، امکان مشاهده و مقایسه تجربیات دیگران و قابلیت دریافت بازخورد فوری از جامعه مجازی، همگی عواملی هستند که انگیزه و تمایل به فعالیت بدنی را افزایش می‌دهند. شبکه‌های اجتماعی، به‌ویژه، بستر ارتباط و تبادل نظر میان کاربران را فراهم کرده و از طریق ایجاد گروه‌ها و چالش‌های ورزشی، به تقویت انگیزه و تجربه‌گرایی در حوزه ورزش کمک می‌کنند (Miller et al., 2019). مطالعات دیگر نشان داده‌اند که انگیزه‌های درونی، حمایت اجتماعی، دسترسی به زیرساخت‌های ورزشی، عوامل اقتصادی، میزان آگاهی از مزایای ورزش، و حتی تأثیرات فرهنگی و اجتماعی در گرایش افراد به ورزش در زمان فراغت دخیل هستند (Mansiuri et al., 2020). پژوهش‌ها حاکی از آن است که در جوامعی که فرهنگ ورزشی در آن‌ها ترویج یافته و زیرساخت‌های ورزشی مناسبی فراهم شده است، میزان مشارکت افراد در فعالیت‌های بدنی و ورزشی در زمان اوقات فراغت به طور قابل توجهی افزایش یافته است (Schmitz et al., 2019). به عنوان مثال، تحقیقی که در کشور آلمان انجام شد، نشان داد که وجود برنامه‌های تشویقی از سوی دولت و بخش خصوصی می‌تواند مشارکت عمومی در فعالیت‌های ورزشی را به میزان ۳۰ درصد افزایش دهد (Schnohr et al., 2018). همچنین، مطالعه‌ای در ایران نشان داده است که کمبود امکانات ورزشی و هزینه‌های بالای ثبت‌نام در باشگاه‌ها از موانع اصلی روی آوردن افراد به ورزش در اوقات فراغت محسوب می‌شود (Amiri et al., 2021). برخی عوامل دیگر مانند حمایت خانواده، گروه‌های دوستانه و جوامع محلی با ایجاد محیطی حمایتی، به تثبیت الگوهای ورزشی کمک می‌کنند (Amini et al., 2013). همچنین، رسانه‌های جمعی از طریق پوشش گسترده رویدادهای ورزشی و ارائه گزارش‌های انگیزشی، تأثیر بسزایی در شکل‌دهی نگرش عمومی نسبت به ورزش دارند. به عنوان مثال، پوشش خبری و تبلیغات ورزشی می‌تواند تصویر مثبتی از ورزش در ذهن افراد ایجاد کند و آنان را به فعالیت بیشتر ترغیب نماید (Barth et al., 2021). همچنین می‌تواند به خوبی ورزش‌ها و فعالیت‌های بدنی مناسب با زمان فراغت افراد در سنین مختلف را به تصویر بکشد. لذا رسانه‌ها می‌توانند نقش بسزایی در گرایش افراد به ورزش و انتخاب‌های ورزشی در زمان فراغت افراد داشته باشند (Mirzaie et al., 2023).

از سویی دیگر ویژگی‌های فردی، سن، جنسیت، نگرش‌ها و ارزش‌های فرهنگی به طور مستقیم در ترجیحات ورزشی افراد مؤثر هستند (Hy et al., 2020). تفاوت‌های جنسیتی و سنی می‌تواند نوع ورزش انتخابی، شدت فعالیت و نحوه مشارکت را تحت تأثیر قرار دهد؛ به عنوان نمونه، جوانان معمولاً جذب ورزش‌های پرتحرک و رقابتی می‌شوند در حالی که افراد مسن‌تر به فعالیت‌هایی مانند پیاده‌روی

یا یوگا گرایش دارند (Belcher et al., 2021). علاوه بر این، هزینه‌های عضویت در باشگاه‌ها، دسترسی به امکانات ورزشی و شرایط اقتصادی خانوار نقش مهمی در تصمیم‌گیری‌های منتهی به ورزش در اوقات فراغت دارند (Mansiuri et al., 2020). Veal (۲۰۱۵) در پژوهشی که به منظور مطالعه ارتباط بین سطوح درآمد، زمان فراغت و فعالیت‌های بدنی و فرهنگی انجام داد به این نتیجه دست یافت که ارتباط منفی معناداری بین درآمد نابرابر و مقدار زمان فراغت و سطوح مشارکت در فعالیت‌های ورزشی وجود دارد. بدین صورت که در کشورهایی که برابری در آن‌ها بیشتر است، زمان فراغت بیشتر است و نیز سطوح بالاتری از فعالیت‌های ورزشی را دارا هستند. از سویی دیگر حمایت‌های مالی و تسهیلات اقتصادی می‌تواند موانع ورود به عرصه ورزش را کاهش دهد. همچنین، سیاست‌ها و برنامه‌های حاکمیتی، از طریق ایجاد زیرساخت‌های مناسب، ارائه برنامه‌های تشویقی و تدوین سیاست‌های عمومی در جهت ترویج ورزش، به عنوان محرکی برای افزایش مشارکت عمومی بالاخص در زمان فراغت افراد عمل می‌کنند (Nobakht et al., 2018). این سیاست‌ها با کاهش موانع اقتصادی و فراهم آوردن محیطی حمایتگرانه، نقش مهمی در ترغیب افراد به داشتن سبک زندگی فعال و سالم را بازی می‌کنند (Kim et al., 2022).

در نهایت با توجه به پراکندگی تحقیقات صورت گرفته در حوزه اوقات فراغت با رویکردهای مختلف، می‌توان به ضرورت برخورداری از یک ساختار پژوهشی منسجم در این حوزه پی برد. از طرف دیگر با در نظر گرفتن پیچیدگی‌ها و ابعاد چندگانه تصمیم‌گیری و بررسی عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات ورزشی در زمان فراغت افراد، بررسی همزمان تأثیر این عوامل مختلف از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. لذا این پژوهش با هدف شناسایی و تعیین مدل عوامل مؤثر بر تصمیم‌گیری افراد در انتخاب ورزش و فعالیت‌های بدنی در اوقات فراغت شکل گرفت. با توجه به آنچه ذکر شد و همچنین مرور مطالعات پیشین مشخص است که در بافت اجتماعی- فرهنگی ایران، عواملی همچون شکاف طبقاتی، محدودیت‌های فرهنگی، ضعف زیرساخت‌های ورزشی عمومی، و عدم انسجام سیاست‌های حمایتی، موجب شده است که ورزش اوقات فراغت به‌عنوان یک فعالیت همگانی فراگیر نشود. این وضعیت در حالی است که ظرفیت‌های بالایی برای توسعه مشارکت ورزشی از طریق بهره‌گیری از فناوری، سیاست‌گذاری هدفمند و برنامه‌های رسانه‌ای وجود دارد. بنابراین، شناسایی دقیق عوامل و تعیین مدلی یکپارچه که تمامی این عوامل تأثیر گذار را داراست، می‌تواند مبنای طراحی برنامه‌ها و سیاست‌های مؤثر برای ارتقای نرخ مشارکت ورزشی باشد. بررسی مدل حاصل، می‌تواند به تدوین استراتژی‌های جامع و کاربردی برای ارتقای مشارکت افراد در عرصه‌های ورزشی و فعالیت‌های بدنی در زمان فراغت منجر شود. همچنین نتایج حاصل از این بررسی می‌تواند به سیاست‌گذاران، مدیران ورزشی، مربیان و نهادهای دولتی مسئول برای تنظیم برنامه‌های مربوط به زمان فراغت کمک کند تا با اتخاذ رویکردهای هدفمند، عوامل مؤثر را ایجاد و تقویت و یا موانع موجود را شناسایی و رفع نمایند. در نهایت، انجام چنین پژوهشی زمینه‌ساز بهبود سلامت جسمی و روانی افراد و ارتقای کیفیت زندگی جامعه خواهد بود. از این رو، ضرورت انجام این تحقیق از منظر علمی و عملی بیش از پیش آشکار شده و می‌تواند راه‌گشای تغییرات مثبت در حوزه ورزش، فراغت و سلامت جامعه باشد.

## روش تحقیق

تحقیق حاضر از نظر ماهیت پژوهش، کاربردی؛ نحوه و روش اجرا، کیفی- کمی (آمیخته)؛ و از لحاظ رویکرد، اکتشافی می‌باشد. پارادایم حاکم بر پژوهش، تئوری داده بنیاد بر مبنای نظریه چارمز است. منبع گردآوری داده‌ها، در بخش کیفی مصاحبه‌های نیمه ساختار یافته و اکتشافی بود. جامعه آماری در بخش کیفی شامل ۱۴ نفر از اعضای هیأت علمی گروه مدیریت ورزشی و جامعه شناسی دانشگاه اصفهان با سابقه پژوهش در حوزه اوقات فراغت، ورزش و فراغت ورزشی، تعدادی از مسئولین و مدیران اجرایی در حوزه ورزش همگانی، اداره کل ورزش و جوانان و شهرداری استان اصفهان بود که به صورت نمونه‌گیری هدفمند برگزیده شدند. در این مطالعه مجموعاً با ۱۴ نفر از اعضای هیأت علمی گروه مدیریت ورزشی و جامعه شناسی دانشگاه اصفهان و تعدادی از عوامل و مدیران اجرایی

در حوزه ورزش همگانی مصاحبه انجام شد. سؤال اساسی تحقیق این بود که چه عواملی بر انتخاب تصمیمات ورزشی و گرایش افراد به ورزش و فعالیت‌های بدنی در اوقات فراغت نقش دارند؟ بالاخص میزان تأثیر عوامل دیجیتال و فناوریانه، همچنین مسائل انسان‌شناختی، عوامل اجتماعی-اقتصادی و سیاست‌گذاری و رسانه‌ها را تا چه حد در این انتخاب‌ها متمایز می‌بینید؟ پس از مصاحبه یازدهم، تکرار در اطلاعات دریافتی، به وضوح قابل مشاهده بود؛ اما فرآیند جمع‌آوری داده‌ها، برای اطمینان بیشتر تا مصاحبه چهاردهم ادامه یافت. مصاحبه با طرح سؤالاتی در مورد عوامل و مؤلفه‌های پژوهش آغاز می‌شد و پرسش‌های دیگر براساس پاسخ‌های مصاحبه شونده طرح می‌شد؛ همچنین پس از انجام مصاحبه‌ها، سؤالاتی که در ذهن پژوهشگر ایجاد می‌شد، در مصاحبه‌های بعدی مطرح می‌شد. پس از انجام هر مصاحبه، تجزیه و تحلیل داده‌ها به منظور پایه‌گذاری مدل صورت می‌پذیرفت. روش تحقیق همان‌طور که بیان شد اکتشافی است که به پژوهشگر امکان می‌دهد تا به جای اتکا به تئوری‌های موجود و از پیش تعیین شده، خود به تدوین تئوری اقدام نماید (Creswell, 2012). در این بخش فرآیند کدگذاری به صورت کدگذاری باز، کدگذاری محوری و کدگذاری انتخابی مطابق با رویکرد چارمز انجام شد. به جهت اطمینان از دریافت داده‌های بیشتر و دقیق‌تر، کدگذاری در دو مرحله انجام گردید. مرحله اول به صورت کدگذاری موضوعی و در مرحله دوم همزمان با مصاحبه‌های عمیق به صورت کدگذاری خط به خط انجام پذیرفت. بعد از رسیدن به اشباع نظری از طریق تحلیل داده‌ها مفاهیم و مقوله‌ها، مدل عوامل مؤثر بر تصمیم‌گیری افراد در انتخاب ورزش و فعالیت‌های بدنی در اوقات فراغت شناسایی شده و نهایتاً مدل پایانی ارائه شد. به منظور تعیین روایی در بخش کیفی از معیار اعتبار سنجی، لینکلن و گوبا و جهت تعیین پایایی از روش حسابرسی فرآیند و توافق درونی استفاده شد. این محققان ده شاخص را برای معیار اعتبار سنجی (مقبولیت) معرفی کردند که از آن جمله می‌توان به حساسیت پژوهشگر، انسجام روش شناسی، متناسب بودن نمونه، تکرار شدن یک یافته و استفاده از بازخورد مطلعان اشاره کرد (Salimi et al., 2024). بنابراین، نتایج نهایی حاصل از پژوهش و همچنین فرآیند دستیابی به دیگرام در اختیار چند نفر از صاحب نظران حوزه تحقیق قرار گرفت که بررسی و تحلیل این افراد بر یافته‌های پژوهش صحت گذاشت. همچنین روش لینکلن و گوبا نیز که بر اساس چهار عنصر قابلیت اعتبار، قابلیت انتقال، قابلیت اعتماد و قابلیت تأیید شکل می‌گیرد، روایی ابزار را تأیید کرد. جدول (۱) مراحل تأیید روایی بر اساس روش لینکلن و گوبا را نشان می‌دهد.

جدول ۱. روایی و اعتبار بر اساس روش لینکلن و گوبا

Table 1. Validity and Reliability Based on Lincoln and Guba's Method

شاخص	فرآیند
اعتبار	صرف زمان کافی برای پژوهش و تأیید داده‌های مصاحبه توسط مصاحبه شونده
انتقال پذیری	اخذ نظر خبرگانی که در پژوهش شرکت نداشتند
تأیید پذیری	مستند سازی و حفظ همه گام‌های پژوهش و مستندات در فرآیند پژوهش
قابلیت اعتماد	ثبت همه جزئیات پژوهش و یادداشت برداری در طول مصاحبه و روند پژوهش

یکی از روش‌های معتبر ارزیابی پایایی در تحقیق کیفی روش حسابرسی فرآیند است. نتایج زمانی قابل حسابرسی‌اند که محقق دیگری بتواند فرآیند تصمیم‌بکاررفته توسط محقق اصلی در طول مصاحبه را با روشی و وضوح پیگیری کند و سازگاری مطالعه را نشان دهد (Downing, 2004). بنابراین، در تحقیق حاضر، فرآیند اجرای تصمیمات و همچنین همه داده‌های خام، تحلیل شده، کدها، مقوله‌ها، فرآیند مطالعه، اهداف اولیه، و سؤال‌ها در اختیار دو تن از صاحب نظران قرار گرفت و با حسابرسی دقیق همه گام‌های پیموده شده تأیید شد. جهت اطمینان از پایایی ابزار، علاوه بر روش حسابرسی، از روش توافق درونی درون موضوعی بهره برده شد. بدین منظور ضمن ارائه آموزش‌های لازم جهت کدگذاری مصاحبه‌ها از دو تن از صاحب نظران درخواست شد، به عنوان کدگذار، به کدگذاری سه مصاحبه که به صورت تصادفی کدگذاری شدند اقدام کنند. نتایج جدول (۲) نشان می‌دهد مصاحبه‌های انجام شده پایایی قابل قبولی داشته‌اند.

جدول ۲. پایایی ابزار پژوهش با استفاده از روش توافق درون موضوعی

Table 2. Instrument Reliability Using Intra-Coding Agreement Method

پایایی بازآزمون	تعداد توافقات	تعداد کل کدها	عنوان مصاحبه	ردیف
0.76	26	34	چهارم	1
0.77	31	40	نهم	2
0.75	27	36	دوازدهم	3
0.76	84	110	کل	

در بخش کمی نیز از روش معادلات ساختاری که روابط بین متغیرهای پنهان با یکدیگر و نیز گویه‌های سنجش هر متغیر پنهان با متغیر مربوط را بررسی می‌کند استفاده می‌گردد. ابزار جمع‌آوری داده در بخش کمی پرسشنامه پژوهشگر ساخته مشتمل بر ۲۴ سؤال (گویه یا مفهوم) و ۴ مؤلفه اصلی می‌باشد، که این مؤلفه و مفاهیم در اصل خروجی مدل بخش کیفی تحقیق می‌باشند. جامعه آماری در بخش کمی نیز شامل اساتید و اعضاء هیأت علمی حوزه‌های مدیریت ورزشی، جامعه شناسی، دانشجویان مدیریت ورزشی و جامعه شناسی و کلیه صاحب نظران حوزه اوقات فراغت بود که به نوعی دارای تحصیلات، پژوهش یا سابقه کاری در راستای محور موضوعی پژوهش بودند و در نهایت نمونه‌گیری بخش کمی که به صورت در دسترس انجام پذیرفت. بر اساس دستورالعمل حاکم بر روش معادلات ساختاری، تعداد نمونه باید حداقل ۵ برابر تعداد سؤالات باشد، لذا در این پژوهش نیز تعداد ۲۸۷ پرسشنامه توزیع گردید که از این تعداد، ۲۳۸ پرسشنامه به صورت کامل ارجاع و مبنای تحلیل داده‌ها در بخش کمی قرار گرفت. جهت بررسی روایی ابزار پژوهش در بخش کمی، از روایی صوری و محتوایی و روایی همگرا و واگرا و جهت بررسی پایایی ابزار از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که در سطح بالایی (۰/۸۷) مورد تأیید قرار گرفت.

## یافته‌های تحقیق

اولین گام در رویکرد چارمز، مرحله کدگذاری باز بوده که به تجزیه و تحلیل داده‌ها جهت دستیابی به مقوله محوری می‌پردازد، که در پژوهش حاضر، این مقوله «مدل عوامل مؤثر بر تصمیم‌گیری افراد در انتخاب ورزش و فعالیت‌های بدنی در اوقات فراغت» نام گرفت. گام دوم، مرحله کدگذاری انتخابی بوده که به کدگذاری داده‌ها حول مقوله محوری می‌پردازد و از ۲۱۸ کد استخراج شده نهایی، ۱۱۰ کد باز، ۴ مقوله اصلی و ۱۶ مفهوم شناسایی گردید. جدول (۴) مفاهیم و مقوله‌های احصاء شده را نشان می‌دهد. پیش از آن در بخش توصیفی، برخی از ویژگی‌های جمعیت‌شناختی آزمودنی‌ها مورد بررسی قرار گرفت. جدول شماره (۳) توزیع فراوانی گروه نمونه پژوهش را نشان می‌دهد که در آن ویژگی‌های جمعیت‌شناختی در هر دو بخش کیفی و کمی لحاظ شده است. تخصص نمونه آماری در بخش کیفی، همچنین سن و تحصیلات آزمودنی‌ها در بخش کمی ارائه گردیده‌اند.

جدول ۳. جدول ویژگی‌های جمعیت‌شناختی پژوهش

Table 3. Demographic Characteristics of the Study Population

نمونه آماری بخش کیفی (مصاحبه شونده‌گان)				
سمت	تعداد/ سابقه کار	تحصیلات	سمت	
	مرد 5 / 24-30 سال	دکتری مدیریت ورزشی	استاد دانشگاه	
	مرد/زن 4 / 14-22 سال	دکتری جامعه شناسی	استاد دانشگاه	
سمت	مرد 1 / 7 سال	دکتری مدیریت ورزشی	کارشناس ورزش و اوقات فراغت در اداره کل ورزش و جوانان	
	مرد 1 / 3 سال	دکترای مدیریت ورزشی	رییس هیأت ورزش همگانی	
	مرد 1 / 12 سال	دکترای جامعه شناسی	مسئول معاونت فرهنگی - اجتماعی شهرداری	

مرد	14 / 1 سال	دکترای تربیت بدنی	کارشناس ورزش همگانی اداره کل ورزش و جوانان
زن	2 / 1 سال	دکترای مدیریت ورزشی	مسئول توسعه فعالیت بدنی سالمندان در هیأت ورزش همگانی
	14		جمع
<b>نمونه آماری بخش کمی</b>			
	درصد	تعداد	متغیر
	23.5	54	سن >30 سال
	40	97	31 - 40 سال
	24.5	58	41 - 55 سال
	12	29	سن <55 سال
	100	238	جمع
	19.5	46	کارشناسی
	46.5	110	کارشناسی ارشد
	34	82	دانشجوی دکتری و دکتری
	100	238	جمع

جدول ۴. مقوله‌ها و مفاهیم احصاء شده در رابطه با عوامل مؤثر بر انتخاب ورزش و فعالیت بدنی در اوقات فراغت

Table 4. Categories and Concepts Extracted Regarding the Factors Influencing the Decisions Leading to the Choice of Sports and Physical Activity During Leisure Time

مفاهیم	مؤلفه‌ها	مقوله اصلی
حمایت اجتماعی حمایت اقتصادی الگوهای اجتماعی	هزینه بالای عضویت در باشگاه‌های ورزشی، عدم توان مالی برای خرید تجهیزات ورزشی، نبود حمایت مالی از اقشار کم‌درآمد، فاصله زیاد بین محل زندگی و مراکز ورزشی، کمبود باشگاه‌های عمومی و دولتی، هزینه بالای حمل‌ونقل به اماکن ورزشی، تأثیر طبقه اجتماعی بر مشارکت ورزشی، وجود اولویت‌های اقتصادی مهم‌تر از ورزش، نبود بیمه‌های حمایتی برای ورزش‌های تفریحی، تفاوت دسترسی مناطق شهری و روستایی به امکانات ورزشی، کاهش انگیزه به دلیل عدم وجود بازدهی مالی از ورزش، نقش درآمد سرانه در تمایل به ورزش، تأثیر مشکلات اقتصادی بر استرس و کاهش میل به ورزش، تغییر سبک زندگی و کاهش فعالیت‌های فیزیکی، عدم آگاهی درباره ورزش‌های کم‌هزینه و رایگان، تأثیر تورم بر کاهش هزینه‌های تفریحی از جمله ورزش، عدم سیاست‌های حمایتی برای توسعه ورزش محلی، تأثیر ساختارهای اجتماعی بر الگوهای ورزشی، وابستگی به حمایت‌های دولتی برای برگزاری رویدادهای ورزشی، نقش بخش خصوصی در توسعه زیرساخت‌های ورزشی و کاهش هزینه‌های عمومی، تأثیر بحران‌های اقتصادی جهانی بر دسترسی به ورزش، تفاوت‌های طبقاتی و تأثیر آن بر دسترسی به ورزش‌های حرفه‌ای و غیر حرفه‌ای.	اقتصادی- اجتماعی
باورها، فرهنگ و کلیشه‌ها هویت (جنسیتی و سنی) زنان کودکان و نوجوانان سالمندان	باورهای سنتی در مورد ورزش زنان، محدودیت‌های فرهنگی در مورد نوع ورزش برای زنان، تفاوت‌های فیزیولوژیکی در انتخاب نوع ورزش، تبعیض جنسیتی در دسترسی به اماکن ورزشی، تأثیر نقش‌های خانوادگی بر فرصت‌های ورزشی زنان، نگرش منفی نسبت به ورزش‌های رزمی برای زنان، احساس ناامنی در محیط‌های ورزشی برای زنان، تأثیر سن بر انگیزه‌های ورزشی، تأکید بر اهمیت ورزش برای سبک زندگی سالم در سالمندی، تأثیر انتظارات جامعه بر انتخاب نوع ورزش، محدودیت‌های پوشش در برخی ورزش‌ها، تأثیر رسانه بر کلیشه‌های جنسیتی در ورزش، تأثیر الگوبرداری از ورزشکاران حرفه‌ای، نگرانی از قضاوت اجتماعی درباره بدن و اندام، ورزش به‌عنوان ابزار هویت‌یابی جوانان، تفاوت نگرش بین نسل‌ها در مورد ورزش، اهمیت ورزش در افزایش اعتمادبه‌نفس زنان، تأثیر رسانه‌های اجتماعی بر افزایش مشارکت ورزشی زنان، تأثیر نقش‌های والدینی بر عادت‌های ورزشی کودکان، تأثیر رقابت‌پذیری جنسیتی در ورزش، نیاز به فعالیت‌های ورزشی متناسب با سن و شرایط جسمی سالمندان، کمبود امکانات ورزشی ویژه سالمندان، تأثیر وضعیت جسمانی و کاهش انعطاف‌پذیری بر نوع ورزش‌های انتخابی، محدودیت‌های حرکتی سالمندان در ورزش‌های گروهی، کمبود برنامه‌های ورزشی مخصوص سالمندان در رسانه‌ها، تأثیر نگرش‌های فرهنگی و اجتماعی نسبت به	انسان‌شناختی و جنسیتی

ورزش در سنین بالا، تشویق و انگیزه‌دهی برای افزایش مشارکت ورزشی در میان سالمندان، تأثیر فشارهای اجتماعی بر فعالیت‌های بدنی سالمندان، نقش خانواده و حمایت‌های اجتماعی در ترغیب سالمندان به ورزش.

افزایش دسترسی به ورزش‌های آنلاین و مجازی، تأثیر اپلیکیشن‌های تناسب‌اندام بر رفتار ورزشی، برخی تعاملات اجتماعی با جایگزینی ورزش مجازی، استفاده از هوش مصنوعی در برنامه ریزی تمرینی، نقش اینترنت در تسهیل یادگیری ورزش‌های جدید، دسترسی به محتوای آموزشی ورزشی از طریق پلتفرم‌های دیجیتال، تأثیر بازی‌های ویدیویی بر گرایش به ورزش‌های واقعی، استفاده از تکنولوژی واقعیت افزوده در تمرینات ورزشی، نقش رسانه‌های اجتماعی در ایجاد چالش‌های ورزشی، اتوماسیون و تأثیر آن بر برنامه‌ریزی ورزشی شخصی‌سازی شده، ظهور ورزش‌های ترکیبی (واقعیت افزوده + فیزیکی)، ظهور استارت آپ‌های ورزشی برای ارائه خدمات آنلاین، افزایش وابستگی به فناوری و کاهش کاهش نیاز به حضور فیزیکی در اماکن ورزشی، بهبود دسترسی به تجهیزات هوشمند، انگیزه برای انجام ورزش سنتی با تبلیغات دیجیتال در این زمینه، تأثیر تبلیغات دیجیتال بر تغییر ترجیحات ورزشی، استفاده از ربات‌ها و دستیارهای هوشمند، سیستم‌های هوشمند تحلیل عملکرد، تأثیر فناوری بر دقت عملکرد ورزشی، امکان شرکت در مسابقات ورزشی مجازی، توسعه گجت‌های پوشیدنی برای پایش فعالیت بدنی، توسعه سیستم‌های هوشمند برای ارزیابی سلامت ورزشکاران، تأثیر شبکه‌های اجتماعی در ترویج ورزش‌های جدید و سبک‌های مختلف، پلتفرم‌های تناسب‌اندام آنلاین و باشگاه‌های ورزشی مجازی، تحلیل داده‌های بزرگ برای بهبود برنامه‌های تمرینی شخصی‌سازی شده، توسعه نرم‌افزارهای شبیه‌سازی تمرینات ورزشی برای ارزیابی و بهبود عملکرد، هوش مصنوعی و رشد جذابیت در طراحی و پیاده‌سازی ورزش‌های مربوط به فراغت.

فناورانه و زیر ساخت

تعاملات مجازی و پلتفرم‌ها  
تبلیغات دیجیتال  
اماکن و تجهیزات  
هوشمند

تأثیر برنامه‌های تلویزیونی بر فرهنگ ورزشی، نقش سلبریتی‌های ورزشی در ترغیب جامعه به ورزش، تبلیغات تجاری و اثر آن بر انتخاب ورزش، نبود سیاست‌های دولتی برای حمایت از ورزش‌های همگانی، تأثیر رسانه‌های ورزشی بر نگرش عمومی نسبت به فعالیت‌های بدنی، ضعف در تولید محتوای آموزشی در شبکه‌های اجتماعی، تأثیر سیاست‌های کلان بر توسعه ورزش زنان، توجه بیشتر رسانه‌ها به ورزش حرفه‌ای نسبت به ورزش همگانی، تأثیر سیاست‌گذاری‌های شهری بر ساخت اماکن ورزشی، نبود شفافیت در تخصیص بودجه‌های ورزشی، ضعف در قوانین حمایتی برای ورزشکاران آماتور، تأثیر حمایت‌های دولتی بر افزایش مشارکت عمومی، سیاست‌های مالیاتی و نقش آن در تأمین بودجه ورزش، تأثیر سیاست‌های خصوصی‌سازی بر کاهش مشارکت عمومی، تبلیغ الگوهای بدنی غیرواقعی در رسانه‌ها و تأثیر آن بر ورزش، اهمیت طراحی برنامه‌های ورزشی تلویزیونی برای فرهنگ‌سازی، تأثیر قوانین محلی بر توسعه ورزش‌های خیابانی، تأثیر حمایت‌های بین‌المللی بر توسعه ورزش ملی، نبود مشوق‌های کافی برای حضور زنان در ورزش‌های حرفه‌ای، تأثیر رسانه‌های غربی بر سبک ورزش کردن جوانان، نقش تبلیغات و حمایت‌های مالی در رشد ورزش‌های خاص، تأثیر سیاست‌های فرهنگی بر ایجاد محدودیت در برخی ورزش‌ها، تأثیر رسانه‌ها در ترویج فرهنگ ورزش در بین نسل جوان، کمبود پوشش رسانه‌ای در خصوص ورزش‌های غیرحرفه‌ای و جوانان و ورزش همگانی، عدم آگاهی‌رسانی صحیح در مورد اهمیت ورزش در سنین مختلف، سیاست‌های حمایتی رسانه‌ها برای معرفی ورزشکاران زن و اقلیت‌ها، تأثیر قوانین و مقررات محلی بر دسترسی به ورزش‌های عمومی و تفریحی، نقش رسانه‌های اجتماعی در تبلیغات ورزشی و جذب مخاطب.

رسانه و سیاست گذاری

انواع بازاریابی‌ها  
بودجه  
اولویت رسانه‌ای  
تغییر سیاست  
گذاری  
قوانین و مقررات

همانطور که پیشتر ذکر شد تحلیل داده‌ها در دو بخش توصیفی و استنباطی صورت گرفت که توصیف متغیرهای تحقیق در جدول (۵) تشریح شده است.

جدول ۵. توصیف متغیرهای تحقیق

Table 5. Description of the Research Variables

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کمینه	بیشینه
عوامل زیر ساختی و فناورانه (6 گویه)	3.13	0.43	2	5
عوامل رسانه‌ای و سیاست‌گذاری (6 گویه)	2.76	0.66	1	5
عوامل اجتماعی و اقتصادی (6 گویه)	2.62	1.09	1	5
عوامل انسان‌شناختی و جنسیتی (6 گویه)	3.04	0.51	2	5

همان‌گونه که در جدول (۵) مشاهده می‌شود میانگین متغیر عوامل زیر ساختی و فناورانه (به دلیل استفاده از طیف ۵ تایی لیکرت

خیلی زیاد=۵، زیاد=۴، متوسط=۳، کم=۲، خیلی کم=۱) بالاتر از حد متوسط است. بعد از آن، میانگین متغیرهای عوامل انسان‌شناختی و جنسیتی، عوامل رسانه‌ای و سیاست‌گذاری و عوامل اجتماعی- اقتصادی نزدیک به حد متوسط است. ملاک‌های سه‌گانه فورنل و لارکر<sup>۱</sup> برای بررسی ثبات درونی یا پایایی سازه‌ها مدنظر قرار گرفت. بررسی بار عاملی متغیرهای مشاهده شده به عنوان اولین ملاک بررسی، نشان داد که میزان بار عاملی و مقادیر t به دست آمده برای متغیرهای مشاهده شده در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار است (شکل ۲). دومین ملاک بررسی پایایی سازه‌ها، ضریب دیلون- گلداشتاين یا پایایی ترکیبی<sup>۲</sup> (شاخص سازگاری درونی مدل اندازه‌گیری) سازه‌ها می‌باشد که باید بیشتر از ۰/۷ باشد. مقادیر به دست آمده برای این شاخص نیز حاکی از پایایی قابل قبول سازه‌ها بود (جدول ۶). میانگین واریانس استخراج شده<sup>۳</sup> سومین ملاک جهت بررسی ثبات درونی سازه‌ها می‌باشد که در جدول (۷) ارائه شده است. مقادیر بالاتر از ۰/۵ برای این ملاک قابل قبول می‌باشد (Abbas Zadeh et al., 2014). با توجه به نتایج جدول (۶) سازه‌ها و نشان‌گرهای آن‌ها از پایایی قابل قبولی برای استفاده در تحقیق برخوردار هستند.

جدول ۶. شاخص‌های بررسی پایایی سازه‌های تحقیق

Table 6. Indicators for Assessing the Reliability of Research Constructs

متغیر	میانگین واریانس استخراج شده	پایایی ترکیبی	آلفای کرونباخ	ضریب تعیین	مؤلفه‌ها	بار عاملی	ارزش t
عوامل فناوریانه و زیر ساخت	0.59	0.76	0.72	0.81	تعاملات مجازی	0.78	17.25
					تبلیغات دیجیتال	0.87	42.39
					اماکن هوشمند	0.63	5.95
عوامل رسانه‌ای و سیاست‌گذاری	0.51	0.79	0.71	0.59	قوانین مقررات	0.60	6.63
					انواع بازاریابی	0.80	18.52
					تغییر سیاست گذاری	0.51	5.11
عوامل اجتماعی - اقتصادی	0.69	0.88	0.82	0.43	بودجه	0.44	3.14
					الویت رسانه‌ای	0.87	15.18
					حمایت اجتماعی	0.87	4.39
عوامل انسان‌شناختی	0.64	0.89	0.85	0.64	حمایت اقتصادی	0.78	4.88
					الگوهای رفتاری	0.85	4.74
					باورها و کلیشه‌ها	0.87	44.46
					هویت	0.88	62.77
عوامل انسان‌شناختی	0.64	0.89	0.85	0.64	زنان	0.56	5.69
					کودکان	0.81	19.90
					سالمندان	0.83	20.82

<sup>1</sup> Fornell & Larcker

<sup>2</sup> Composite Reliability (CR)

<sup>۳</sup> Average Variance Extracted (AVE)



پیش‌تر ذکر شد که برای این که یک سازه از روایی تشخیصی یا واگرایی قابل قبولی برخوردار باشد، جذر میانگین واریانس استخراج شده یک سازه باید بیشتر از همبستگی آن سازه با سازه‌های دیگر باشد. با توجه به نتایج جدول (۷) می‌توان چنین بیان کرد که سازه‌های مورد بررسی در تحقیق حاضر از روایی تشخیصی خوبی برخوردار می‌باشند. همچنین در مدل‌یابی معادلات ساختاری به روش پی.آل.اس. برای بررسی کیفیت یا برازش مدل اندازه‌گیری یا به عبارتی ابزارهای اندازه‌گیری، شاخص بررسی اعتبار اشتراک<sup>۱</sup> در نظر گرفته می‌شود. برای بررسی این شاخص، مجموع مجذورات مشاهدات برای هر بلوک متغیر مکنون (SSO) و مجموع مجذور خطاهای پیش‌بینی برای هر بلوک متغیر مکنون (SSE) در نظر گرفته می‌شود. مقادیر مثبت این شاخص نشان دهنده کیفیت مناسب ابزارهای اندازه‌گیری می‌باشد (Abbas Zadeh et al., 2014). با توجه به نتایج جداول (۷) و (۸) می‌توان چنین بیان کرد که ابزارهای مورد استفاده در تحقیق از کیفیت مناسبی برخوردار می‌باشند.

جدول ۷. نتایج بررسی روایی تشخیصی سازه‌های پژوهش

Table 7. Results of Discriminant Validity Assessment of the Research Constructs

سازه‌ها	1	2	3	4	5
عوامل اجتماعی و اقتصادی	0.73				
عوامل انسان‌شناختی	0.36	0.79			
عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد	0.65	0.80	0.82		
عوامل رسانه‌ای و سیاست‌گذاری	0.43	0.44	0.77	0.86	
عوامل فناوریانه و زیر ساخت	0.59	0.62	0.66	0.77	0.90

\* جذر میانگین واریانس استخراج شده

جدول ۸. نتایج بررسی شاخص اعتبار اشتراک سازه‌های تحقیق

Table 8. Results of the Cross Validated Commumality of the Research Constructs

سازه/آماره	SSO	SSE	1-SSE/SSO
عوامل فناوریانه و زیر ساخت	300.000	167.290	0.442
عوامل انسان‌شناختی	500.000	310.695	0.379
عوامل رسانه‌ای و سیاست‌گذاری	500.000	382.932	0.234
عوامل اجتماعی- اقتصادی	300.000	220.564	0.265
عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد	400.000	400.000	

\* مجموع مجذورات مشاهدات برای متغیر مکنون (SSO)

\* مجموع مجذورات خطاهای پیش‌بینی برای متغیر مکنون (SSE)

\* شاخص بررسی اعتبار اشتراک (1-SSE/SSO)

نتایج پژوهش نشان داد که ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل فناوریانه و زیر ساخت مثبت و معنی‌دار می‌باشد ( $\beta=0/90$ ,  $t=54/44$ ). بخش دیگری از نتایج نشان داد که ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل رسانه‌ای و سیاست‌گذاری نیز مثبت و معنی‌دار می‌باشد ( $\beta=0/77$ ,  $t=14/86$ ). همچنین ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل اجتماعی- اقتصادی نیز مثبت و معنی‌دار می‌باشد ( $\beta=0/66$ ,  $t=4/14$ ). و در نهایت، ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل انسان‌شناختی نیز مثبت و معنی‌دار می‌باشد ( $\beta=0/80$ ,  $t=38/53$ ). این نتایج در جدول (۹) نشان داده شده است.

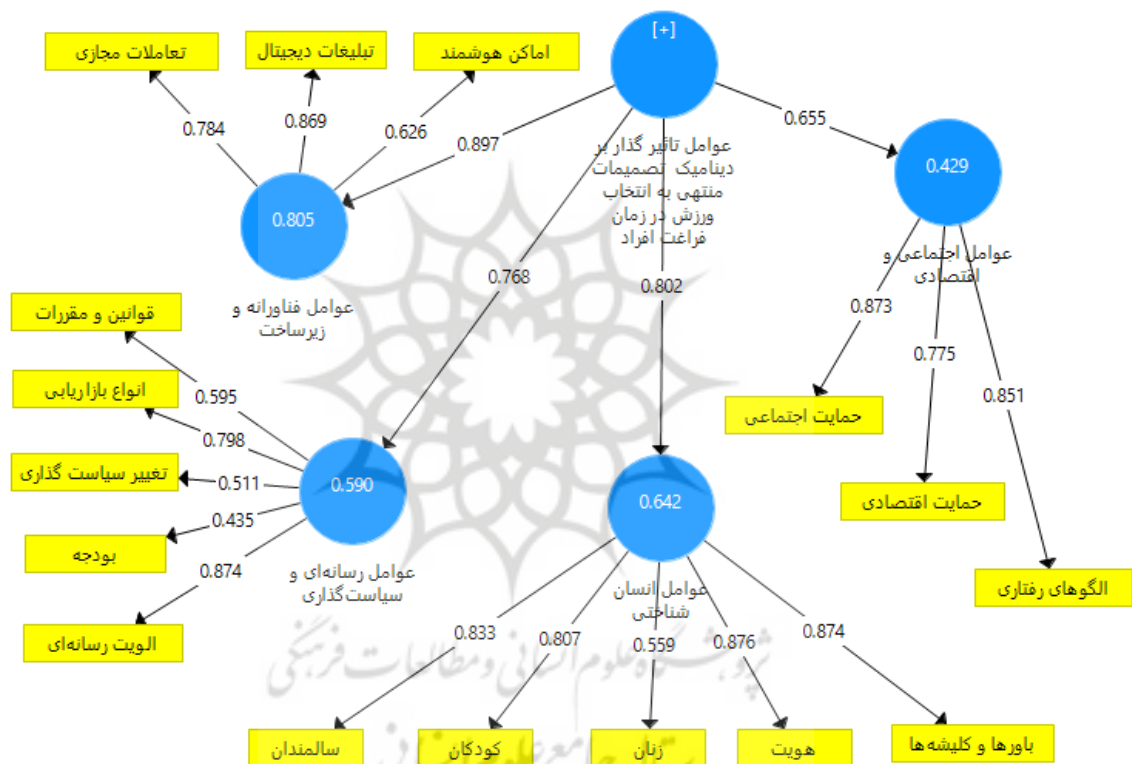
<sup>1</sup> Construct Cross Validated Commumality

جدول ۹. نتایج فرضیه‌های پژوهش

Table 9. Results of Research Hypotheses Testing

نتیجه فرضیه محقق	مقدار $\beta$	مقدار t	فرضیه‌ها
پذیرش فرضیه	0.90	54.44	ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل فناورانه و زیر ساخت
پذیرش فرضیه	0.77	14.86	ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل رسانه‌ای و سیاست‌گذاری
پذیرش فرضیه	0.66	4.14	ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل اجتماعی- اقتصادی
پذیرش فرضیه	0.80	38.53	ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل انسان‌شناختی

$-1.96 \leq t \text{ value} \leq 1.96$

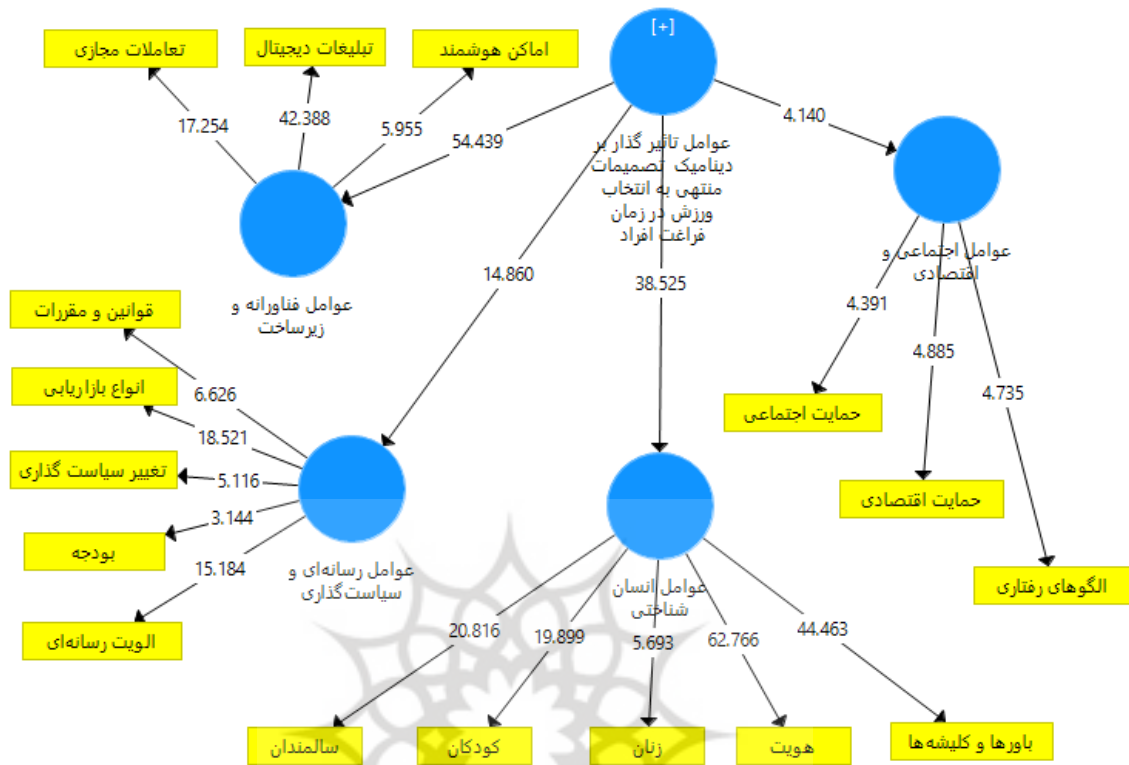


شکل ۱. مدل آزمون شده تحقیق در حالت تخمین استاندارد

Fig 1. Estimated Research Model in the Standardized Coefficient Mode

مطابق با شکل بالا، بررسی ضرایب استاندارد شده، مسیرهای مربوط به فرضیه‌ها را نشان می‌دهد. ضریب استاندارد شده مسیر میان ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل فناورانه و زیر ساخت بیانگر این مطلب است که عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد به میزان ۹۰٪ از تغییرات عوامل فناورانه و زیر ساخت را تبیین کرد. ضریب استاندارد شده مسیر میان ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل رسانه‌ای و سیاست‌گذاری بیانگر این مطلب است که عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد به میزان ۷۷٪ از تغییرات عوامل رسانه‌ای و سیاست‌گذاری را تبیین کرد. ضریب استاندارد شده مسیر میان ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل اجتماعی و اقتصادی بیانگر این مطلب است که عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد به میزان ۶۶٪ از تغییرات عوامل اجتماعی- اقتصادی را تبیین کرد.

کرد. ضریب استاندارد شده مسیر میان ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل انسان‌شناختی بیانگر این مطلب است که عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد به میزان ۸۰٪ از تغییرات عوامل انسان‌شناختی را تبیین کرد.

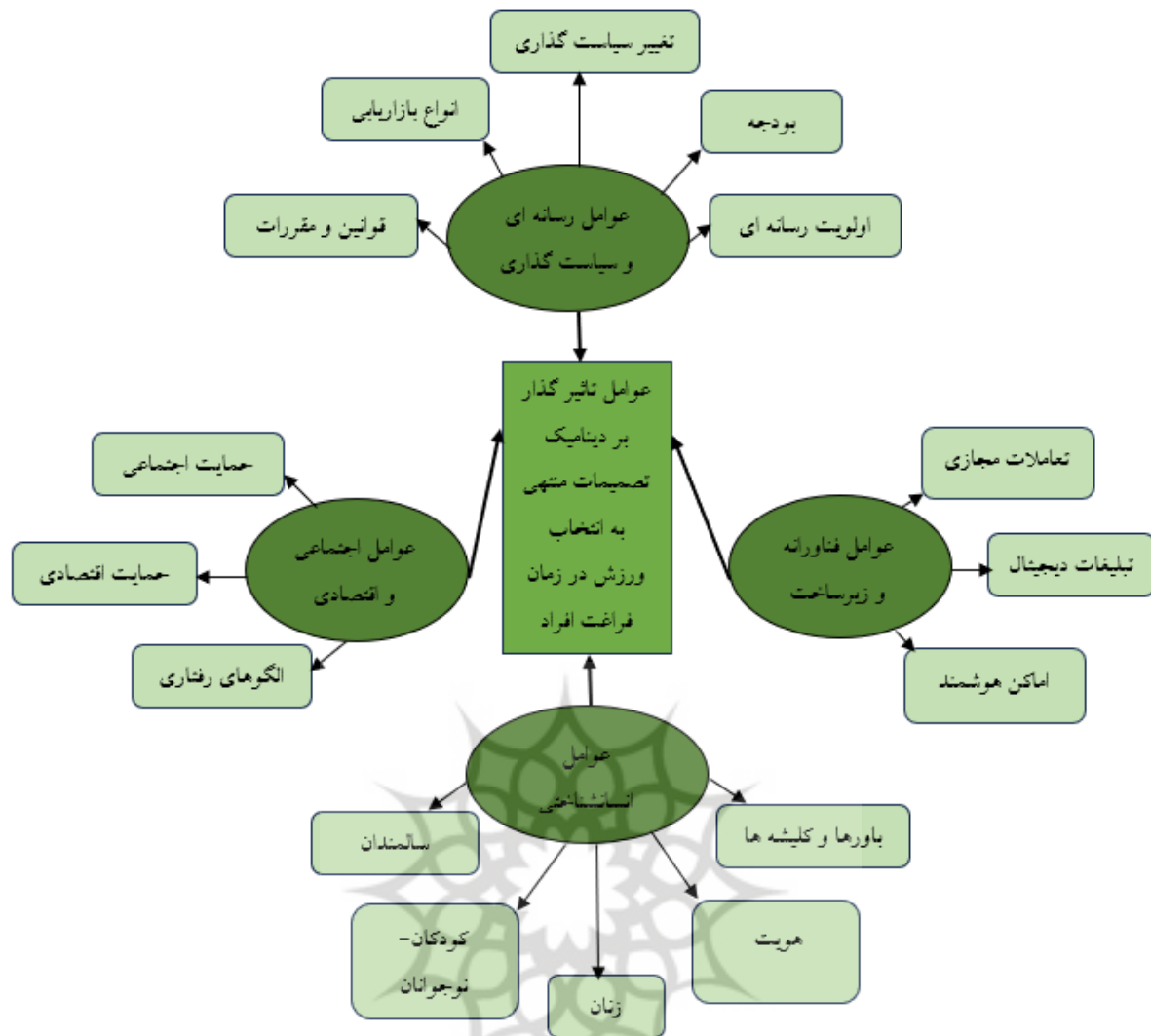


شکل ۲. مدل آزمون شده تحقیق در حالت اعداد معنی‌داری

Fig 2. Estimated Research Model in the Significance Numbers Mode

مطابق با شکل بالا، تمامی ضرایب سؤالات از ۱/۹۶ بیشتر هستند؛ به این معنا که روابط مؤلفه‌ها با سؤالات معنادار است و سطح اطمینان آن ۹۵٪ است، همچنین تمام روابط بین مؤلفه‌ها بالاتر از ۱/۹۶ هستند. ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل فناوریانه و زیر ساخت، مثبت و معنی‌دار می‌باشد. همچنین، ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل رسانه‌ای و سیاست‌گذاری نیز مثبت و معنی‌دار می‌باشد. در ادامه ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل اجتماعی- اقتصادی نیز مثبت و معنی‌دار می‌باشد. در نهایت، ارتباط عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد با عوامل انسان‌شناختی نیز مثبت و معنی‌دار می‌باشد که می‌توان عنوان کرد همه فرضیات پژوهش با سطح اطمینان ۹۵٪ معنادار هستند.

بر طبق یافته‌های پژوهش عوامل تأثیرگذار بر انتخاب تصمیمات منتهی به ورزش در زمان فراغت افراد به ترتیب از بالاترین تا پایین‌ترین رتبه به شرح زیر است: عوامل فناوریانه و زیر ساخت، عوامل انسان‌شناختی، عوامل رسانه‌ای و سیاست‌گذاری و در نهایت عوامل اجتماعی- اقتصادی. پس از تأیید کمی مفاهیم احصاء شده در مرحله کدگذاری محوری بر این اساس مدل نهایی پژوهش بر اساس شکل (۳) ترسیم می‌شود.



شکل ۳. مدل نهایی کیفی پژوهش

Fig 3. Final Qualitative Model of the Study

### بحث و نتیجه گیری

ضرورت بهبود اوقات فراغت ورزشی به عنوان یک مسئله مهم سبب گردیده است تا تلاش جهت ارتقای سطح مشارکت افراد در این فعالیت‌ها افزایش یابد. راهکارهای مختلفی در جهت ترویج ورزش و اجرایی نمودن اوقات فراغت ورزشی در سطح جهان شکل گرفته است. اگر چه می‌توان از راهکارهای شکل گرفته شده در مسیر توسعه اوقات فراغت ورزشی در سطح کلان بهره جست، اما عدم توجه به عوامل برانگیزاننده و تسهیل کننده تصمیمات منتهی به فعالیت بدنی و برنامه‌های اوقات فراغت ورزشی می‌تواند هزینه‌ها و آسیب‌هایی در جنبه‌های مختلف در راستای اجرایی شدن این استراتژی‌ها در همه کشورها بالاخص کشور ایران باشد. بنابراین در نظر گرفتن مسائل شخصی و فردی، تغییرات محیطی و بخش‌های عمومی و خصوصی همچنین بررسی‌های زیرساختی- فرهنگی، مسائل اقتصادی و اجتماعی همگی عوامل تعیین کننده و مهمی در مدیریت اوقات فراغت ورزشی و تلاش برای متمایل کردن بیشتر مردم به سمت ورزش به عنوان گزینه‌ای برای اوقات فراغت هستند (Hirvensalo & Lintunen, 2011). از سویی دیگر موانع متعددی نیز بر سر راه توسعه این فعالیت‌ها وجود داشته است. غالب بودن نگرش تک بعدی یا محدود نسبت به مشارکت در این دسته از فعالیت‌های فراغتی از مهم‌ترین این بازدارنده‌هاست. این موضوع به ویژه در کشور ایران نمود بیشتری پیدا می‌کند چرا که در آن سهم مردان یا افراد سالم از برنامه‌های فعالیت بدنی زمان فراغت با دیگر اقشار جامعه مانند معلولان، زنان و سالمندان اختلاف قابل ملاحظه‌ای دارد (Motameni et al., 2014). با توجه به عدم مغایرت این فعالیت‌ها با ارزش‌ها و هنجارهای فرهنگی و نیز اهمیت

توسعه همه جانبه مشارکت ورزشی و فعالیت بدنی در جامعه، لازم است مسئولان ورزش و مدیران فراغتی به تدوین، پیاده سازی و نظارت بر روند اجرای منظم و برابر این برنامه‌ها برای تمام گروه‌های جمعیتی بپردازند. لذا این مقاله با دو هدف پژوهشی اصلی یعنی استخراج و شناسایی عوامل تأثیر گذار بر تصمیمات ورزشی و گرایش افراد به ورزش و فعالیت‌های بدنی در اوقات فراغت و همچنین ارائه مدلی برای این عوامل انجام شد. نتیجه این تحقیق از نقطه نظر نوع عامل اصلی، عوامل زیرساختی و فناوریانه، با تحقیق Ebrahimi و Sajjadi (۲۰۰۹) (و Heywood (2003) همخوانی داشت؛ همچنین با تحقیقات Torkildsen (2005) و نیز Jay Lee & Park (2021) در یک راستا می‌باشد؛ زیرا در همه این مطالعات به عامل فناوری به عنوان متغیر اصلی تأثیر گذار بر انتخاب افراد اشاره شده بود. پیشرفت‌های فناوری، از جمله توسعه اپلیکیشن‌های ورزشی، پلتفرم‌های آنلاین برای برنامه‌ریزی تمرینات و استفاده از داده‌های تحلیلی برای بهینه‌سازی عملکرد، موجب افزایش مشارکت ورزشی شده‌اند. علاوه بر این، دسترسی آسان به تجهیزات و امکانات ورزشی مناسب نیز از طریق سرمایه‌گذاری در زیرساخت‌های ورزشی، نقش بسزایی در افزایش میزان فعالیت‌های ورزشی ایفا کرده است (Yang et al., 2019). توسعه فناوری‌های نوین و هوشمندسازی فضاهای ورزشی، امکان تعامل بیشتر افراد با محیط‌های ورزشی را فراهم کرده و منجر به افزایش انگیزه آن‌ها برای انجام فعالیت‌های ورزشی شده است. اما تفاوت این مطالعه با مطالعات مذکور به خصوص دو مطالعه اول دیدگاه متفاوت آن‌ها نسبت به مقوله اوقات فراغت است. آن‌ها به اوقات فراغت به عنوان یک زمان آزاد از کار یا یک فعالیت خاص توجه داشته‌اند ولی در مطالعه حاضر عامل فراغت به عنوان "حالتی از بودن" در نظر گرفته شده؛ که در آن رضایت فرد و فارغ البال بودن و رها بودن همراه با لذت از مشخصه‌های اصلی آن است. لذا برای داشتن چنین اوقات فراغت با کیفیتی و تلاش برای انتخاب ورزش و فعالیت‌های بدنی به عنوان یکی از فعال‌ترین و سالم‌ترین فعالیت‌ها بررسی و شناخت عوامل مؤثر بر آن از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است که در این پژوهش به آن پرداخته شد. از دیدگاه محققان به طور کلی اوقات فراغت از جنبه‌های گوناگونی قابل بررسی می‌باشد (Mansiuri et al., 2020). این عوامل مانند مؤلفه‌هایی چون عوامل انسان‌شناختی و جنسیتی، عوامل اقتصادی، عوامل محیطی و اجتماعی، و عوامل مربوط به رسانه‌ها و سیاست‌گذاری‌ها، عوامل زیرساختی و فناوریانه بودند که مؤلفه‌های اصلی پژوهش حاضر نیز بود. تحلیل نتایج نشان داد عوامل انسان‌شناختی و جنسیتی در مرتبه بعد از اهمیت قابل ملاحظه‌ای برخوردار است و روی تصمیمات منتهی به ورزش و گرایش افراد به فعالیت بدنی در اوقات فراغت تأثیر چشم‌گیری دارد. این عوامل شامل محرک‌های مشارکت در فعالیت‌های بدنی زمان فراغت بودند که در این مطالعه در قالب عوامل فردی، بین فردی، گروه‌های مختلف هدف زنان، کودکان و نوجوانان، معلولان، سالمندان تقسیم‌بندی شدند. در این راستا، تفاوت‌های فردی ناشی از ویژگی‌های بیولوژیکی، فرهنگی و اجتماعی افراد، الگوهای مختلفی از مشارکت ورزشی را شکل داده است. نتایج نشان داد که مردان و زنان دارای انگیزه‌ها، ترجیحات و موانع متفاوتی در زمینه مشارکت ورزشی هستند که با نتایج تحقیق Labbé et al (۲۰۲۱) همسوست. همچنین نتایج نشان داد که عدم تمایل والدین به مشارکت می‌تواند بر تصمیم‌گیری فرزندان نیز تأثیر گذار باشد، در واقع الگوهای رفتاری که معمولاً از دوران اولیه زندگی در خانواده شکل می‌گیرد هم قادر خواهد بود وضعیت مشارکت ورزشی در اوقات فراغت نسل‌های آینده را تعیین نماید و هم انگیزه محکمی برای تمایل به مشارکت در این دسته از فعالیت‌های ورزشی باشند. همچنین، مسائل مرتبط با گروه‌های سنی، به‌ویژه افزایش مشارکت سالمندان در فعالیت‌های ورزشی، اهمیت ویژه‌ای یافته است. این یافته‌ها تأکید می‌کنند که برنامه‌ریزی برای توسعه مشارکت ورزشی باید با در نظر گرفتن تفاوت‌های جنسیتی و ویژگی‌های انسان‌شناختی صورت گیرد. به طور کلی، با مروری بر این موارد نقش عوامل اجتماعی به لحاظ افزایش تعاملات انگیزشی بین اقشار مختلف جامعه که دارای اشتراکاتی هستند در کنار اقدامات سیاسی در فراهم آوردن و اختصاص دادن بسترهای کافی برای شرکت در این دسته از فعالیت‌های سلامت محور بسیار مشهود به نظر می‌رسد. نتایج این تحقیق از این نقطه نظر با تحقیق Nobakht و همکاران (۲۰۱۸)، در یک راستاست. همچنین با توجه به اینکه اقشار آسیب‌پذیر سهم زیادی از جمعیت هر جامعه‌ای را تشکیل می‌دهند، رسیدگی به کمبودها و نیازهای آن‌ها در این زمینه نقش قابل توجهی در ایجاد جامعه فعال خواهد داشت. بدین ترتیب ضروری است در تدوین برنامه‌های توسعه‌ای فعالیت بدنی و اوقات فراغت ورزشی نگاهی فراگیر به نیازهای گروه‌های مختلف جمعیتی داشت و شرایط را برای

مشارکت بیشتر آنان فراهم نمود. عوامل مربوط به رسانه و سیاست‌گذاری نیز از دیگر متغیرهای تأثیرگذار در انتخاب تصمیمات ورزشی محسوب می‌شوند. رسانه‌های جمعی، به‌ویژه شبکه‌های اجتماعی، از طریق ترویج فرهنگ ورزشی و ایجاد انگیزه در افراد، نقش مهمی در افزایش مشارکت ورزشی دارند. همچنین، سیاست‌های حمایتی دولت‌ها و نهادهای ورزشی در راستای توسعه ورزش همگانی، تأمین منابع مالی و ارائه تسهیلات مناسب برای افزایش مشارکت ورزشی از اهمیت بالایی برخوردار است. سیاست‌گذاری‌های کلان در حوزه ورزش، به‌ویژه از طریق تصویب قوانین و برنامه‌های توسعه‌ای، می‌توانند مشوق‌های مؤثری برای افزایش فعالیت‌های ورزشی در جامعه ایجاد کنند (Veal, 2015). محصولات رسانه‌ای اغلب در خدمت پوشش مسابقات و رویدادهای ورزش حرفه‌ای است و اندک برنامه‌های رسانه‌ای موجود نیز توجه ویژه‌ای به اهمیت توسعه اوقات فراغت ورزشی در بین اقشار آسیب‌پذیر جامعه (زنان، سالمندان، کودکان و نوجوانان و معلولان) دارند. بدون شک نادیده گرفتن این موضوع هزینه‌های سنگینی برای دولت و جامعه در پی خواهد داشت. ضمن اینکه فراهم نبودن بسترهای مناسب برای مشارکت معلولان در فعالیت‌های ورزشی زمان فراغت، فعالیت‌های فراغتی آنان را نیز به محیط‌های بسته مانند منازل محدود نموده است. این در حالی است که قرار دادن این قشر در جریان زندگی اجتماعی باید هدف اصلی تمام برنامه‌ها و سیاست‌های مرتبط با معلولان باشد. در واقع می‌توان گفت که برنامه‌های ورزشی و فعالیت‌های بدنی زمان فراغت می‌توانستند بهترین وسیله در فرآیند اجتماعی‌سازی باشند، اما عملاً شاهد اقدامات مشخص و منظمی از سوی رسانه و یا حتی نهادهای موظف در تبیین استراتژی‌های کلان و کاربردی در این رابطه و این افراد در کشور نبوده‌ایم (Shabanii Bahar et al., 2015).

در نهایت، عوامل اجتماعی-اقتصادی نیز به‌عنوان یکی از متغیرهای مؤثر در تصمیم‌گیری ورزشی شناسایی شدند. وضعیت اقتصادی افراد، سطح درآمد، میزان تحصیلات و طبقه اجتماعی تأثیر مستقیمی بر میزان مشارکت در فعالیت‌های ورزشی دارند (Nasrae et al., 2013). افرادی که از شرایط اقتصادی و اجتماعی مطلوب‌تری برخوردارند، عموماً فرصت‌های بیشتری برای انجام فعالیت‌های ورزشی دارند. از سوی دیگر، هزینه‌های بالای برخی از ورزش‌ها و محدودیت‌های اقتصادی می‌تواند مانعی برای مشارکت گروه‌های کم‌درآمد در فعالیت‌های ورزشی باشند. در واقع نتایج نشان داد، توسعه برنامه‌های حمایتی و ارائه تسهیلات مالی می‌تواند به افزایش سطح مشارکت ورزشی در جامعه کمک کند. به نظر می‌رسد عوامل اجتماعی دارای تأثیر بسزایی در افزایش مشارکت افراد باشد؛ چرا که افزایش تعاملات اجتماعی به نوبه خود ضمن تشویق برای مشارکت بیشتر، می‌تواند به ترویج سبک زندگی فعال نیز بیانجامد. علاوه بر این، کاهش رفتارهای ضد اجتماعی و هزینه‌های ناشی از درمان بیماری‌های جسمی و روانی، می‌تواند از دیگر برون‌دادهای افزایش مشارکت در فعالیت‌های ورزشی زمان فراغت به شمار آیند. به طور کلی، توسعه جامع فعالیت‌های بدنی و تحرکات ورزشی زمان فراغت قادر خواهد بود نقش بسزایی در ایجاد نشاط و رضایت اجتماعی اقشار مختلف جامعه داشته باشد و نیز فراتر از آن به همبستگی اجتماعی منجر گردد.

نتایج نشان داد که وجود فضاهای حمایتی در ابعاد اجتماعی، مدیریتی و همچنین اقتصادی از اصلی‌ترین هدایتگران مردم برای شرکت منظم و سازمان‌یافته در این فعالیت‌ها هستند که با نتایج تحقیق Schnohr et al (۲۰۱۸) از نقطه نظر اصلی‌ترین هدایتگر یعنی بعد آموزش و فرهنگ سازی ناهمسوست. البته در این راستا نیز نباید از نقش حیاتی اقدامات آموزشی و تربیتی مانند آموزش سبک زندگی فعال از سنین اولیه زندگی و نیز اقدامات فرهنگی از قبیل توسعه بسته‌های رسانه‌ای و فرهنگ فعالیت‌های بدنی در سازمان‌ها غافل شد. با تمام این تفاسیر، بدیهی است که آگاهی یافتن از فواید برخورداری از فعالیت‌های ورزشی کافی نخستین گام در مسیر اصلاح رفتار فراغتی مردم است. علاوه بر این‌ها، پرداختن به فعالیت‌های بدنی مفرح و سلامت محور و انتخاب‌های ورزشی در زمان اوقات فراغت طبیعتاً دربردارنده فواید بسیاری برای اعضای جامعه است (Salimi et al., 2024).

در نهایت با مروری بر حوزه‌های شناسایی شده نیازمند تغییر، می‌توان دریافت که این‌ها شامل حوزه‌هایی هستند که هم وابستگی به عوامل بیرونی و مدیران سازمان‌های فراغتی دارند، هم به عوامل درونی و فردی، جهان‌بینی فرد و عوامل محیطی وی بستگی دارد. بنابراین تغییر در آن‌ها می‌تواند به طور چشم‌گیری در تصمیمات منتهی به ورزش و مشارکت اعضای جامعه در فعالیت‌های ورزشی

زمان فراغت تأثیر بگذارد. مواردی شامل نگرش‌های منفی یا محتاطانه تصمیم‌گیرندگان کلیدی نسبت به فعالیت‌های بدنی، اعتقاد به غیرزنانه بودن این فعالیت‌ها، پیروی از سبک زندگی غیرفعال در دوران اولیه زندگی، نگرش منفی به ورزش زنان و عدم آمادگی ذهنی اعضای جامعه در ارتباط با مشارکت معلولین در برنامه‌های ورزش و فعالیت بدنی، همگی آشکارا از باورها و نگرش‌ها سرچشمه می‌گیرند. در چنین شرایطی نیاز به تدوین برنامه‌های توجیهی و آموزشی برای تصمیم‌گیران و ارائه دهندگان این خدمات از یک سو، آماده‌سازی و انتشار تولیدات رسانه‌ای به منظور اشاعه فرهنگ مشارکت عموم افراد بالاخص زنان و معلولین در این فعالیت‌ها از سویی دیگر دارای ضرورت فراوانی است. به عبارت دیگر می‌توان گفت همکاری بین ارگان‌ها و نهادهای مسئول در توسعه این فعالیت‌ها (مانند شهرداری‌ها، سازمان‌های ورزشی و فراغتی و ...) اقدامی غیرقابل اجتناب است. اگر چه فراهم آوردن امکانات و تجهیزات سخت افزاری گامی بلند برای تسهیل مشارکت مردم است؛ اما لازم است تا در تدارک این امکانات و فضاها و تجهیز محل‌های فعالیت بدنی، نیازهای اقشار مختلف جامعه مانند گروه‌های آسیب پذیر مانند معلولین، زنان، کودکان و نوجوانان، سالمندان، نیز به صورت برابر در نظر گرفته شود. در مجموع، بعد از مهیا نمودن این شرایط، از طریق آموزش سبک زندگی فعال به ویژه از سنین پایه (در خانواده و مدرسه) می‌توان با اطمینان بیشتری به تربیت نسل‌های آینده با نشاط و سالم پرداخت. همچنین لازم است با استفاده از روش‌های تحقیق کیفی به مطالعه راهکارهای تعامل و مشارکت هر یک از نهادهای مسئول (آموزش و پرورش، نهادهای ورزشی، ارگان‌های سلامت و شهرداری‌ها، باشگاه‌های ورزشی و سازمان‌های مرتبط با اوقات فراغت) در توسعه این فعالیت‌های فراغتی در شرایط موجود اقتصادی-اجتماعی کشور پرداخت. با توجه به نتایج پژوهش حاضر همچنین پیشنهاد می‌گردد تا با استفاده از فناوری‌های جدید در ارتقای فعالیت‌های اوقات فراغت با توجه به عنصر ورزش اقدام شود. در نهایت هدف این است که مانند هر پدیده اجتماعی دیگری ورزش و فعالیت‌های بدنی با زندگی افراد آمیخته و رابطه تنگاتنگی با اصول و ارزش‌های فرد پیدا کند. تنها با این تنیدگی است که می‌توان به گرایش اکثریت اقشار جامعه امیدوار بود و ورزش را پدیده‌ای ارزشمند و جزء لاینفک زندگی افراد بالاخص در زمان فراغت در نظر گرفت. به‌طور کلی، نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که مشارکت ورزشی افراد در زمان فراغت به عوامل متعددی وابسته است و هر یک از این عوامل می‌توانند در شرایط مختلف تأثیر متفاوتی بر تصمیم‌گیری‌های ورزشی داشته باشند. با توجه به اهمیت روزافزون فناوری در سبک زندگی افراد، سرمایه‌گذاری در توسعه فناوری‌های ورزشی و ایجاد زیرساخت‌های مناسب می‌تواند یکی از راهکارهای کلیدی برای افزایش سطح مشارکت ورزشی باشد. همچنین، برنامه‌ریزی‌های مبتنی بر ویژگی‌های فردی و انسان‌شناختی، سیاست‌های حمایتی مؤثر و بهبود شرایط اقتصادی می‌توانند به بهبود انتخاب تصمیمات ورزشی و افزایش فعالیت‌های ورزشی در جامعه در زمان فراغت کمک کنند.

## منابع

- Amini, R., Ingman, S.R., & Sahaf, R. (2013). Aging in Iran: Past, present and future. *Aging in Emerging Economies*, (4)1, 17-34. ISBN: 978-9400763749.
- Amiri, S. M. M., Jamshidain, L., Torkfar, A. and Arvin, H. (2021). Factors affecting the persistence of sports culture in the elderly following the outbreak of Covid-19 virus. *Research on Educational Sport*, 8(21), 139-160. doi: 10.22089/res.2020.9225.1928. (in Persian).
- An HY., Chen W., Wang CW., Yang HF., Huang WT., Fan SY. (2020). The relationships between physical activity and life satisfaction and happiness among young, middle-aged, and older adults. *Int J Environ Res Public Health*, 17,4817. doi: 10.3390/ijerph17134817.
- Ayyildiz E, Taskin Gumus A. (2020). A novel spherical fuzzy AHP-integrated spherical WASPAS methodology for petrol station location selection problem: a real case study for İstanbul. *Environ Sci Pollut Res*, 27, 36109–36120. <https://doi.org/10.1007/s11356-020-09640>.
- Barth, V I., Skulberg KR., Anderssen SA., Fagerland MW., Tjomsland HE., Thurston, M. (2021). The longitudinal association between objectively measured physical activity and mental health among Norwegian adolescents. *Int J Behav Nutr Phys Act*, 18(149). doi: 10.1186/s12966-021-01211-x.

- Baysal, M. (2022). Positive psychology and spirituality: A review study. *Spiritual Psychology and Counseling*, 7, 359-388. doi: 10.37898/spc.2022.7.3.179.
- Belcher, BR., Zink, J., Azad, A., Campbell, CE., Chakravartti, SP., Herting, MM. (2021). The roles of physical activity, exercise, and fitness in promoting resilience during adolescence: effects on mental well-being and brain development. *Biol Psychiatry*, 6, 225-237. doi: 10.1016/j.bpsc.2020.08.005.
- Biddle, SJ., Ciaccioni, S., Thomas, G., Vergeer, I. (2019). Physical activity and mental health in children and adolescents: An updated review of reviews and an analysis of causality. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 146-155. doi: 10.1016/j.psychsport.2018.08.011.
- Ebrahimi, M., & Sajjadi, S. N. (2009). The study of effective factors on sport participation in leisure time among Iranian youth. *Journal of Sport Management*, 1(2), 45-60. (in Persian).
- Friedenreich, CM., Stone, CR., Cheung, WY., Hayes, SC. (2019). Physical activity and mortality in cancer survivors: a systematic review and meta-analysis. *J Natl Cancer Inst Cancer Spectr*, 4(1), pkz080. doi:10.1093/jncics/pkz080.
- Heywood, L. (2003). *Built to win: The female athlete as cultural icon*. University of Minnesota Press. ISBN: 9780816634466.
- Hirvensalo, M., & Lintunen, T. (2011). Life-course perspective for physical activity and sports participation. *European Review of Aging and Physical Activity*, 8(1), 13. doi: 10.1007/s11556-010-0076-3.
- Kim, J., Park, S.-H., Malonebeach, E., & Heo, J. (2022). Migrating to the East: a qualitative investigation of acculturation and leisure activities. *Leisure Studies*, 35(4), 421-437. doi:10.1080/02614367.2015.1014929.
- Labbé, D., Miller, WC., Ng, R. (2021). Participating more, participating better: health benefits of adaptive leisure for people with disabilities. *Disabil Health J*, 12, 287-95. doi: 10.1016/j.dhjo.2018.11.007.
- Lee, J., & Park, S. (2021). Barriers and facilitators to leisure-time physical activity among adults: A systematic review. *Leisure Sciences*, 43(5), 567-585. <https://doi.org/doi:10.1080/01490400.2020.1757544>.
- Mansiuri M, Farzan F, Hamidi M. Designing The Model of Students Leisure Time in Iran. 3 2020; 8 (28):131-145. URL: <http://ntsmj.issma.ir/article-1-1271-fa.html>. (in Persian).
- Miller, KD., Nogueira, L., Mariotto, AB., et al. (2019). Cancer treatment and survivorship statistics. *CA Cancer J Clin*, 69(5), 363-385. doi: 10.3322/caac.
- Mirzaie, S., Salimi, M. and Rahimi Sarshabadrani, G. (2023). Strategic foresight of entrepreneurship in Iran's sports industry. *Organizational Culture Management*, 21(1), 61-74. doi: 10.22059/jomc.2023.350722.1008497. (in Persian).
- Motameni, A., Hemati, A. and Moradi, H. (2014). Identifying and prioritizing the barriers for women's sports activities. *Sport Management Studies*, 6(24), 111-130. (in Persian).
- Nasrae Esfahani, A., Nazari, H., & Ahmadi, E. (2013). Investigating the leisure structure of youth in Isfahan city with emphasis on the role of physical education and sports. Shiraz: Proceedings of the National Congress on Youth Leisure and Lifestyle. (in Persian).
- Nobakht, F., Hemmati Afif, A., & Ashrafi, N. (2018). The relationship between body image and leisure time activities with an emphasis on physical activities among gifted students. *School Psychology and Education*, \*7\*(2), 261-277. <https://doi.org/10.22098/jsp.2018.703>. (in Persian).
- O'Reilly, N., Berger, I. E., Hernandez, T., Parent, M. M., & Séguin, B. (2015). Urban sports capes: An environmental deterministic perspective on the management of youth sport participation. *Sport Management Review*, 18(2), 291-307. doi.org/10.1016/j.smr.2014.07.003.
- Rezaei, S. (2020). Study of Spending Leisure Time of Female Professors, Students, and Staffs at Ilam University with Emphasizing on Physical Activities and Sport. a scientific journal of ilam culture, 20(64.65), 75-96. doi: 10.22034/farhang.2020.106804. (in Persian).
- Salimi, M., Akhavan, E. and Mohagheghian, A. (2024). The Presentation of the Paradigmatic Model of Effective Management of Social Capital in Sports Organizations. *Social Capital Management*, 11(1), 17-32. doi: 10.22059/jscm.2023.354165.2384. (in Persian).
- Sawyer, SM., Azzopardi, PS., Wickremarathne, D., Patton, GC. (2018). The age of adolescence. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 2, 223-228. doi:10.1016/S2352-4642(18)30022-1.
- Schmitz, KH., Campbell, AM., Stuiiver, MM., et al. (2019). Exercise is medicine in oncology: engaging clinicians to help patients move through cancer. *CA Cancer J Clin*, 69(6), 468-484. doi:10.3322/caac.21579.

- Schnohr, P., O'Keefe, JH., Holtermann, AH., Lavie, CJ., Marott, JL. (2018). Various leisure-time physical activities associated with widely divergent life expectancies: the copenhagen city heart study. *Mayo Clin Procee*, 93, 1775–85. doi: 10.1016/j.mayocp.2018.06.025.
- Shabani Bahar, Gh., Shokri, M., Khodabandelo, V. (2016). Determining the Relationship between Organizational Happiness and Job Burnout in the Staff of Sport and Youth Offices of Hamedan Province. 4 (14) ,95-105.URL: <http://ntsmj.issma.ir/article-1-810-fa.html>.(in Persian).
- Shabani, A., Ghafouri, F., & Honari, H. (2010). Challenges of Sport for All in Iran. *Research in Sport Sciences*, (10), 13-26.(in Persian).
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and recreation management* (5th ed.). Routledge. ISBN: 9780415309975.
- Veal, A. J. (2015). Leisure, income inequality and the Veblen effect: cross-national analysis of leisure time and sport and cultural activity. *Leisure Studies*, 35(2). doi:10.1080/02614367.2015.1036104.
- Yang, L., Morielli, AR., Heer, E., et al. (2021). Effects of exercise on cancer treatment efficacy: a systematic review of preclinical and clinical studies. *Cancer Res*, 81(19),4889-4895. doi: 10.1158/0008-5472.CAN-21-1258d.
- Ziaee.A., Aghaie.N., Saffari, M., Yousefi, R. (2020). Future Drivers of Leisure Time Physical Activity in Iran. *Physical Culture and Sport. Studies and Research* 17(1), 66-80. doi:10.2478/pcssr-2020-0013.

