



وضعیت گرایش شهروندان به ورزش صبحگاهی و موانع آن

خدایار مومنی^۱، ایمن رعد فارس^۲، فروغ محمدی^۳

۱. استادیار گروه مدیریت ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان
۲. کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان
۳. استادیار گروه مدیریت ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی تهران جنوب

چکیده

اطلاعات مقاله

این پژوهش با هدف بررسی وضعیت گرایش شهروندان استان صلاح الدین کشور عراق به ورزش صبحگاهی و موانع آن انجام شد. روش پژوهش توصیفی-پیمایشی بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه شهروندان استان صلاح الدین در سال ۱۴۰۱ بود از شهرهای سامرا و تکریت تعداد ۳۸۴ نفر به عنوان نمونه به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. برای گردآوری اطلاعات از پرسشنامه محقق ساخته با ۴۰ گویه استفاده شد که روایی و پایایی آن مورد تایید قرار گرفت. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون‌های کلموگروف اسمیرنوف، آزمون لوین و آزمون T در نرم‌افزار Spss22 استفاده شد. طبق نتایج موانع اقتصادی، موانع قانونی، موانع زیرساختی، موانع فردی و موانع محیطی در گرایش شهروندان استان صلاح الدین به ورزش صبحگاهی تأثیرگذار بودند میانگین وضعیت گرایش به ورزش صبحگاهی به تفکیک جنسیت، تحصیلات، اشتغال و وضعیت تأهل پاسخگویان متفاوت بود. مولفه «موانع قانونی» با میانگین رتبه (۲/۲۸) کمترین و «موانع محیطی» با میانگین رتبه (۳/۷۴) بیشترین تأثیر را در گرایش شهروندان استان صلاح الدین به ورزش صبحگاهی داشتند. بر اساس نتایج به دست آمده از این پژوهش می‌توان گفت برطرف کردن موانع می‌تواند به توسعه ورزش صبحگاهی در بین شهروندان استان صلاح الدین کمک شایانی نماید.

دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۱۲/۰۸

پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۰۲/۰۴

کلیدواژه‌گان:

ورزش صبحگاهی
موانع محیطی
موانع زیرساختی
موانع فردی
موانع قانونی
موانع اقتصادی

نویسنده مسئول: خدایار مومنی

پست الکترونیکی:

momeni_128@yahoo.com

The tendency of citizens to exercise in the morning and its obstacles

Khodayar Momeni¹, Iman Raa Fars², Forough Mohammadi³

1. Assistant Professor of Islamic Azad University of Khorasgan
2. MSc of Sport Management of Islamic Azad University of Khorasgan
3. Assistant Professor of Sport Management Department of Islamic Azad University, South Tehran Branch

Abstract

This research was conducted with the aim of investigating the attitude of citizens of Salahuddin province of Iraq towards morning exercise and its obstacles. The research method was descriptive-survey. The statistical population of the research included all the citizens of Salah al-Din province in 1401, 384 people were selected as samples from the cities of Samarra and Tikrit by cluster sampling. A researcher-made questionnaire with 40 items was used to collect information, and its validity and reliability were confirmed. To analyze the data, Kolmogorov-Smirnov tests, Levin's test and T-test were used in Spss22 software. According to the results, economic barriers, legal barriers, infrastructural barriers, personal barriers, and environmental barriers were influential in the tendency of the citizens of Salahuddin province to exercise in the morning. The component of "Legal Obstacles" with an average rating of (2.28) was the lowest and "Environmental Obstacles" with an average rating of (3.74) had the greatest impact on the tendency of the citizens of Salahuddin province to exercise in the morning. Based on the results obtained from this research, it can be said that removing the obstacles can help the development of morning exercise among the citizens of Salahuddin province.

Key words: morning exercise, environmental barriers, infrastructural barriers, individual barriers, legal barriers, economic barriers.

مقدمه

رشد فزاینده ورزش در دو دهه گذشته، آن را به صنعتی فعال در قرن حاضر تبدیل کرده و طی سال‌های اخیر، تحولات چشم‌گیری داشته است. به طور کلی ورزش در تمام دوران زندگی از اهمیت زیادی برخوردار بوده است و موجب می‌شود، افراد مکان مناسبی برای گذراندن اوقات فراغت خود داشته باشند و مشارکت در ورزش در تامین سلامت جسمی و روانی تعمیم بهداشت، آمادگی برای فعالیت‌های دفاعی، کسب شادابی و نیل به موفقیت در وظایف حرفه‌ای و شغلی آنان تأثیر بسیار زیادی دارد (صفا نیا و نیک بخش، ۱۳۹۸). با این اوصاف یکی از معضلاتی که امروزه با آن در این حیطه مواجه هستیم موانع مشارکت در ورزش است. (اندام و همکاران، ۱۳۹۱).

شهروندان برای انجام اهداف مشترک در کنار یکدیگر به فعالیت می‌پردازند و به نحوی باعث افزایش سرمایه اجتماعی در جامعه می‌گردند. بنابراین جامعه را به محیطی بهتر برای زندگی همگان تبدیل می‌کنند. از این‌رو، نیاز روزافزون به مشارکت شهروندان برای توسعه ورزش وجود دارد. امروزه با توجه به نیاز روز افزون به ورزش صبحگاهی، تلاش‌های اندکی در زمینه بررسی عوامل مهم برای استقرار آن انجام شده است (خدانپاهی، ۱۳۹۶). بنابراین، مطالعه این امر که عوامل موفقیت استقرار این نظام در سازمان ورزش تا چه اندازه به کار گرفته شده‌اند، در کنار بررسی میزان اهمیت این عوامل، در موفقیت پیاده سازی آن ضروری است. یکی از مشکلاتی که امروزه بسیاری از جوامع را به خود مشغول کرده، ورزش، پس از اکسیژن، خوردنی‌ها و خواب، خوراک چهارم مورد نیاز جسم و روح انسان به شمار می‌آید (عبدوی و مهدی‌زاده، ۱۳۹۵) براساس آمار منتشر شده، بیش از ۴۱ درصد علل مرگ‌ومیر مربوط به پنج بیماری بوده است که سه بیماری آن در اثر کم‌تحرکی (فقر حرکتی) حادث می‌شود (کاروالهو و همکاران، ۲۰۱۳). بنابراین، توسعه ورزش صبحگاهی به صورت راهبردی در جامعه موجب ارتقای فرهنگ شهروندی و تقویت سرمایه اجتماعی و همچنین افزایش مشارکت مردم به انجام فعالیت‌های بدنی و در نتیجه کاهش بیماری‌های ناشی از فقر حرکتی مانند چاقی، دیابت نوع دوم، بیماری‌های قلبی عروقی و غیره در بین افراد جامعه می‌شود، گذشته از این، ورزش صبحگاهی در یک جامعه کارکردهای مطلوبی چون افزایش همدلی، تقویت همبستگی و مشارکت اجتماعی و تحکیم روابط و پیوندهای اجتماعی، کمک به فرایند جامعه‌پذیری افراد نیز دارد (لوپز واسکات، ۱۳۹۵).

بنابراین گسترش و توسعه ورزش صبحگاهی یکی از گزینه‌های مؤثر در زمینه توسعه ورزش و فعالیت بدنی در میان طبقات مختلف مردم و جامعه است. از آنجا که "ورزش صبحگاهی" به عبارتی گرایش به ورزش صبحگاهی، در زمره رفتارهای مطلوب است و کارکردهای مثبت و گسترده‌ای در جامعه دارد و برای حفظ نشاط، تندرستی و سلامت جامعه امری لازم، حتمی و اجتناب‌ناپذیر است، بنابراین سیستم‌های مربوط به ورزش صبحگاهی باید طوری تنظیم و استقرار یابد که پرداختن به ورزش صبحگاهی در بین افراد جامعه نه به عنوان یک پدیده مقطعی، موردی و پراکنده، بلکه به عنوان یک پدیده خودجوش در تمام سطوح و ابعاد جامعه و در بین تمام افراد جاری و ساری باشد و به طور فعال و پیوسته پیگیری شود تا در نتیجه ورزش

¹ Carvalho

صبحگاهی در جامعه نهادینه شود (موید حکمت، ۱۳۹۵). در این بین عوامل زیادی بر توسعه ورزش صبحگاهی افراد مؤثر است، محققان چندین عوامل فردی، اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی را برای تمامی سنین شناسایی کردند، این عوامل برای هر کشوری با فرهنگ های متفاوتی می تواند گوناگون باشد، همچنین برخی عوامل سبب ایجاد محدودیت در این امر می شود، موانع یا محدودیت ها، مسیر یا فرایند پیشرفت به سمت هدف را سست می کنند، محدودیت ها یک سری از موارد وابسته به یکدیگرند که به حالت زنجیروار حرکت به سمت هدف را ضعیف می کند (مک سوین^۱، ۲۰۱۳).

موضوعی که باید در بخش ورزش صبحگاهی بدان توجه شود، موانع مؤثر افراد در پرداختن به ورزش است، با توجه به اینکه نیازهای انسان ها به تبع شرایط متغیر فرهنگی، سیاسی و اجتماعی تغییر می کند، بنابراین، در برنامه ریزی برای توسعه ورزش صبحگاهی در جامعه علاوه بر استفاده از رویکرد بالا به پایین، از رویکرد پایین به بالا نیز استفاده می شود. به این معنی که هنگام برنامه ریزی باید به ارزش ها، هنجارها، فرهنگ، سنت ها و نیازهای گروه های گوناگون اجتماعی توجه شود. از این رو برنامه ریزی مدون، همگام با روند توسعه جهانی و همسو با ارزش های محلی به پویایی و ماندگاری ورزش منجر می شود (ویسیا وهمکاران، ۱۳۹۵). اغلب پژوهش های صورت گرفته با موضوع اوقات فراغت و ورزش صبحگاهی بدون اشاره به موضوع ورزش صبحگاهی صورت گرفته است. با این حال، بعضی پژوهش ها حاوی مطالبی بودند که برای پژوهش حاضر می تواند مفید باشد. در ادامه به طور خلاصه به برخی از این پژوهش ها اشاره شده است.

سواری و همکاران (۱۳۹۴) در تحقیقی با عنوان «توصیف وضعیت ورزش صبحگاهی استان خوزستان و تدوین راهبردهای توسعه آن» عوامل «تدوین برنامه راهبردی توسعه ورزش صبحگاهی»، «توسعه و ترویج فرهنگ ورزش از طریق رسانه ها» و «تغییر ساختار ورزش صبحگاهی» را به عنوان مهمترین راهبردهای لازم جهت توسعه و پیشرفت ورزش صبحگاهی در استان خوزستان بیان کردند. عراقی و کاشف (۱۳۹۳) با انجام تحقیقی با عنوان «چالش های پیش روی توسعه ورزش صبحگاهی در ایران و راهبردهای آن» مهمترین موانع توسعه ورزش های همگانی تفریحی را به ترتیب «کمبود امکانات»، «کمبود آگاهی»، «مشکلات فرهنگی و اجتماعی» و «مشکلات اقتصادی» بیان کردند. آنها همچنین دریافتند کمبود مربی کارآموده در ورزش صبحگاهی بیش از سایر حوزه های ورزشی خود را نشان همچنین، شهبازی و همکاران (۱۳۹۲) و شعبانی و همکاران (۱۳۹۰) در تحقیقات خود کمبود «نیروی انسانی» را بزرگترین مانع در پرداختن به ورزش صبحگاهی و توسعه آن عنوان کرده بودند. سید عامری و محمد آلق (۱۳۹۱) در تحقیق خود با عنوان «تبیین راهکارهای جذب و افزایش مشارکت شهروندان در برنامه های ورزش صبحگاهی و تفریحی» نشان دادند که «کسب نشاط و احساس لذت»، «حفظ تناسب اندام» و «حفظ تندرستی» از مهمترین دلایل و انگیزه های مشارکت شهروندان ارومیه ای در برنامه های ورزش صبحگاهی و تفریحی بوده است. همچنین در این پژوهش موارد «مشغله زیاد»، «نبود امکانات لازم» و «تنبلی و بی حوصلگی» را از جمله مهمترین موانع مشارکت شهروندان ارومیه ای در برنامه های ورزش صبحگاهی تفریحی اعلام کرده بودند. محمدی و عطارزاده حسینی (۱۳۹۱) در تحقیقی با عنوان «تبیین نگرش و گرایش مردم استان کردستان به فعالیت های ورزشی و حرکتی»، عوامل «کسب نشاط

¹ Macsween

و شادی»، «تقویت جسم و روان» و «لاغر شدن» را از مهمترین انگیزه‌های شرکت در فعالیت‌های حرکتی و ورزشی و علل «عادت نداشتن»، «عقب ماندن از کارهای روزانه»، «تنبلی و بی‌حوصلگی» و «بی‌علاقگی» را از مهمترین عوامل شرکت نکردن در فعالیت‌های حرکتی و ورزشی از نظر افراد نمونه بیان کردند.

از طرفی، پارساجو وهمکاران (۱۴۰۰) بهبود سلامت و افزایش مقاومت در برابر بیماری‌ها را مهمترین انگیزه حضور افراد نمونه پژوهش خود در ورزش صبحگاهی تفریحی بیان کردند. رشد ورزش صبحگاهی و توفیق در تحقق این آرمان در سایه مدیریت اصولی و صحیح در سازمان‌های متولی امر ورزش در استان صلاح الدین است، چراکه ورزش از مقولاتی است که تمامی سنین و اقشار از آن بهره می‌برند و به‌نحوی با آن مرتبط‌اند، یکی از مسائلی که می‌تواند به برنامه‌ریزی بهتر در این زمینه کمک کند، بررسی موانع موثر در گرایش شهروندان استان صلاح الدین به ورزش صبحگاهی است. با توجه به اهداف سازمان تربیت بدنی که توسعه و گسترش تربیت‌بدنی و ورزش در حوزه‌های ورزش پرورشی با رویکرد تربیتی و تندرستی، ورزش همگانی با رویکرد سلامت و نشاط اجتماعی، ورزش قهرمانی با رویکرد ارتقاء جایگاه ورزش در عرصه‌های جهانی و ورزش حرفه‌ای با رویکرد اقتصادی در نظر دارد تا از طریق برنامه‌ریزی، سازماندهی، هماهنگی، هدایت و نظارت بر فعالیت‌های توسعه تربیت بدنی و ورزش کشور عراق در اجرای مصوبات شورای عالی و سایر مراجع زیربط انجام دهد، ورزش‌های همگانی رشد و توسعه خود را با افزایش تقاضای مردم نسبت به فعالیت‌های ورزشی عمومی و ساده و نه ورزش در ابعاد حرفه‌ای و قهرمانی رونق چشمگیری به خود گرفته است بویژه اینکه عوامل موثر بر جذب مردم شدیداً مورد توجه قرار گرفته است، توجه به این بعد از ورزش چه بسا تأثیرات عمیقی در سطح کشوری ایجاد خواهد کرد و پیامدهای مشخص آن همه اتوجه جامعه را متوجه خود خواهد کرد.

به نظر می‌رسد بررسی سطوح فعالیت و همچنین موانع مشارکت و عدم مشارکت ورزشی افراد با وضعیت اجتماعی، محیطی، سازمانی و فردی و سطح فرهنگ خاص باشد و با توجه به تغییر مداوم این وضعیت ها و به ویژه کشور در حال توسعه عراق، بررسی این موانع اقتضای دائمی دارد. به طور کلی، اغلب مطالعات این حوزه دلایل مشارکت یا عدم مشارکت را بررسی کرده‌اند و مطالعات مربوط به فعالیت‌بدنی، موانع مشارکت بسیار محدود و اندک است. وجود این شکاف در زمینه مطالعه موانع گرایش به فعالیت بدنی نیز مؤید ضرورت انجام تحقیق حاضر است. لذا با توجه به اهمیت موضوع ورزش صبحگاهی و وجود موانعی در گرایش شهروندان به این ورزش در استان صلاح الدین محقق در صدد برآمد تا این موانع را شناسایی و با ارائه راهکارهایی برای رفع این موانع به توسعه این ورزش و بهبود سلامتی شهروندان استان صلاح الدین اقداماتی را انجام دهد. لذا ضروری است تا به بررسی این مساله در تحقیقی جامع پرداخته شود. با توجه به پیشینه مطالعاتی و آنچه بیان گردید در زمینه گرایش به ورزش صبحگاهی و موانع آن تحقیقات اندکی انجام شده بود لذا با توجه به وجود خلا پژوهشی محقق برآن است تا این موضوع را در استان صلاح الدین مورد بررسی قرار دهد. لذا این سؤال پیش می‌آید که چه موانعی در گرایش شهروندان استان صلاح الدین به ورزش صبحگاهی وجود دارد و وضعیت گرایش شهروندان به ورزش صبحگاهی چگونه است.

روش پژوهش

پژوهش حاضر با هدف بررسی بررسی وضعیت گرایش شهروندان استان صلاح الدین به ورزش صبحگاهی و موانع آن انجام شد. روش اجرا توصیفی بود که به روش پیمایشی انجام شد. جامعه آماری در پژوهش حاضر شامل کلیه شهروندان استان صلاح الدین که از بین شهرهای این استان شهر سامرا و تکریت انتخاب شدند. با توجه به نامحدود بودن جامعه تعداد ۳۸۶ نفر با فرمول کوکران به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. به منظور سنجش و اندازه‌گیری متغیرهای پژوهش از پرسشنامه محقق ساخته با ۴۰ گویه استفاده شد. توزیع پرسشنامه‌ها به روش حضوری بود. بدین ترتیب که ابتدا با پرسشنامه تهیه شد و بعد از تأیید استاد و بررسی روایی و پایایی پرسشنامه، در بین جامعه مورد مطالعه توزیع گردید و در نهایت پس از تکمیل و جمع‌آوری تعداد محاسبه شده پرسشنامه‌ها جهت تجزیه و تحلیل داده‌های آماری آماده شد. پس از تدوین چهارچوب اولیه، جهت تعیین روایی^۱ پرسشنامه تحقیق از دو روش محتوایی با تأیید متخصصان و اساتید دانشگاه و روش سازه با استفاده از الگوی معادلات ساختاری (تحلیل عاملی تأییدی) استفاده می‌شود. به منظور تعیین روایی محتوایی پرسشنامه محقق ساخته، از دیدگاه‌های ۶ نفر از کارشناسان استفاده می‌شود. این ارزیابی در اصل بر روایی محتوایی شاخص‌های ارائه شده برای سنجش مولفه‌های مورد نظر در طرح تحقیق تمرکز دارد. بنابراین برای سنجش روایی شاخص‌های «موانع مشارکت در فعالیت‌های ورزش صبحگاهی»، پس از بررسی و مطالعه مبانی نظری موضوع و انتخاب مدل مناسب برای هر یک از متغیرها، تعدادی شاخص (گویه) برای هر کدام از مولفه‌های بیان شده در مدل آن متغیرها تنظیم می‌شود. و در ادامه جهت تعیین روایی در اختیار اساتید دانشگاه و مدیران قرار گرفته که پس از بررسی و نظرخواهی، برای هر یک از مولفه‌های متغیرها مورد تأیید واقع می‌شود. در این تحقیق برای بررسی روایی صوری از نظرات گروه نمونه هدف یا شرکت‌کنندگان تحقیق استفاده می‌شود. برای بررسی نمرات تأثیر ابتدا از شرکت‌کنندگان خواسته می‌شود. تا میزان اهمیت هر یک از گویه‌های پرسشنامه را در یک طیف لیکرتی ۵ قسمتی از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافقم) مشخص نمایند. کاملاً موافقم (امتیاز ۵)، موافقم (امتیاز ۴)، نظری ندارم (امتیاز ۳)، مخالفم (امتیاز ۲) و کاملاً مخالفم (امتیاز ۱). سپس نمرات تأثیر از طریق فرمول زیر محاسبه می‌شود:

$$^2 \text{ اهمیت} \times \text{فراوانی (به درصد)} = \text{نمره تأثیر: فرمول ۱}$$

برای پذیرش روایی صوری هر گویه، نمره تأثیر آن نباید سستی کمتر از ۱/۵ باشد و فقط سؤالاتی از لحاظ روایی صوری قابل قبول هستند که نمره آن‌ها بالاتر از ۱/۵ باشد (خوئی، ۱۳۹۰). برای تأیید روایی سازه از تحلیل عاملی استفاده شد.

1- Validity

2- Impact Score

یافته‌های پژوهش

نحوه‌ی توزیع پاسخگویان بر اساس جنسیت حاکی از آن بود که (۵۲/۶) درصد پاسخگویان مرد و (۴۶/۱) درصد زن بودند. نحوه‌ی توزیع پاسخگویان بر اساس وضعیت تأهل حاکی از آن بود که (۴۳) درصد پاسخگویان متأهل و (۵۷) درصد آنان مجرد بودند. نحوه‌ی توزیع پاسخگویان بر اساس سن حاکی از آن است که سن اکثر پاسخگویان بین ۳۱ تا ۴۰ سال (۳۵/۷) درصد بود. نحوه‌ی توزیع پاسخگویان بر اساس سطح تحصیلات نشانگر آن بود که اکثر پاسخگویان دارای تحصیلات فوق دیپلم (۳۹/۶) درصد بودند نحوه‌ی توزیع پاسخگویان بر اساس شغل نشانگر آن بود که بیشتر پاسخگویان خانه‌دار (۲۲/۱) درصد بودند میانگین موانع اقتصادی (۳/۰۰۶)، موانع قانونی (۲/۷۳)، موانع زیرساختی (۳/۲۱)، موانع فردی (۴/۱۵) و موانع محیطی (۴/۰۳) بود. نرمال بودن داده‌ها با استفاده از آزمون کولموگورف اسمیرنوف بررسی شدند. متغیرهای پژوهش طبق آماره کلموگورف اسمیرنوف در سطح معناداری بالاتر از ۰/۰۵ نرمال می‌باشند.

جدول (۱) بررسی وجود تجانس واریانس در نمونه تحقیق

شاخصهای آماری	درجه آزادی	F	سطح معنی داری
موانع اقتصادی	۰/۳۷۷	۰/۰۹۵	۰/۷۵
موانع قانونی	۰/۳۷۷	۰/۱۶۴	۰/۶۸
موانع زیرساختی	۰/۳۷۷	۲/۱۳۳	۰/۱۴
موانع فردی	۰/۳۷۷	۰/۰۲۹	۰/۸۶
موانع محیطی	۰/۳۷۷	۰/۰۴۸	۰/۸۲

جدول (۱) نشان می‌دهد که پیش فرض همسانی واریانس‌های نمرات مقیاس‌های موانع اقتصادی، موانع قانونی، موانع زیرساختی، موانع فردی و موانع محیطی برقرار است.

جدول (۲) آمار توصیفی آزمون t تک نمونه‌ای مربوط به موانع اقتصادی، موانع قانونی، موانع زیرساختی،

موانع فردی موانع محیطی

متغیر	تعداد داده‌ها	میانگین	انحراف معیار	خطای معیار
موانع اقتصادی	۳۸۴	۲/۷۹۸	۱/۰۰۵	۰/۰۵۱
موانع قانونی	۳۸۴	۲/۷۳۶	۱/۰۴۳	۰/۰۵۳
موانع زیرساختی	۳۸۴	۳/۲۱۲	۰/۷۹۵	۰/۰۴۰۵
موانع فردی	۳۸۴	۴/۱۵۷	۱/۵۵۲	۰/۰۷۹
موانع محیطی	۳۸۴	۴/۰۳۰	۱/۱۵۲	۰/۰۵۸

نتایج آزمون آمار توصیفی جدول (۲) نشان می‌دهد که میزان میانگین موانع اقتصادی کمتر از میانگین فرضی ۳ می‌باشد که این نتیجه بیانگر آن است تأثیر موانع اقتصادی، موانع قانونی، موانع زیرساختی، موانع فردی موانع محیطی در گرایش شهروندان به ورزش صبحگاهی از دیدگاه شهروندان شهر صلاح‌الدین کم بوده است.

جدول (۳) آمار استنباطی آزمون t تک نمونه‌ای مربوط به موانع اقتصادی موانع قانونی موانع زیرساختی

ورزشی موانع فردی موانع محیطی

متغیر	آماره t	درجه آزادی	سطح معنی داری	اختلاف	
				فاصله اطمینان ۹۵٪	میانگین
				حد پایین	حد بالا
موانع اقتصادی	-۳/۹۳۵	۳۸۳	۰/۰۰۰	-۰/۲۰۱	-۰/۳۰۲
موانع قانونی	-۴/۹۵۵	۳۸۳	۰/۰۰۰	-۰/۲۶۳	-۰/۱۵۹
موانع زیرساختی	۵/۲۳۹	۳۸۳	۰/۰۰۰	۰/۲۱۲	۰/۲۹۲
موانع فردی	۱۴/۶۱۱	۳۸۳	۰/۰۰۰	۱/۱۵۷	۱/۰۰۱
موانع محیطی	۱۷/۵۲۸	۳۸۳	۰/۰۰۰	۱/۰۳۰	۰/۹۱۵

نتایج آزمون استنباطی که در جدول (۳) آمده است نشان می‌دهد، با توجه به اینکه مقدار آماره t محاسبه شده برای این متغیر بیشتر از مقدار t در جدول استاندارد بوده و همچنین سطح معنی داری که برای متغیر محاسبه گردیده کمتر از ۰/۰۵ می‌باشد لذا فرض صفر رد شده و در نتیجه فرض مقابل با سطح اطمینان ۹۵٪ تأیید می‌گردد. از طرفی دیگر با عنایت به اینکه علامت حد پایین و بالای آزمون در سطح اطمینان ۹۵٪ برای متغیر مورد آزمون هر دو مثبت می‌باشند، لذا می‌توان نتیجه گرفت موانع اقتصادی، موانع قانونی، موانع زیرساختی ورزشی، موانع فردی و موانع محیطی در درگرایش شهروندان استان صلاح الدین به ورزش صبحگاهی تأثیرگذار است.

جدول (۴) آزمون رتبه‌بندی فریدمن

عوامل مورد ارزیابی	میانگین رتبه
موانع اقتصادی	۲/۳۹
موانع قانونی	۲/۲۸
موانع زیرساختی	۲/۶۸
موانع فردی	۳/۶۰
موانع محیطی	۳/۷۴

جدول (۵) آمار استنباطی مربوط به آزمون فریدمن

آماره کای دو	درجه آزادی	سطح معنی داری	تعداد
۳۸۹/۱۶۹	۴	۰/۰۰۰	۳۸۴

نتایج آزمون رتبه‌بندی فریدمن جدول (۴) نشان می‌دهد که میانگین رتبه‌ها در بین موانع گرایش شهروندان به ورزش صبحگاهی تفاوت معنی داری دارند، همچنین نتایج آزمون استنباطی در جدول (۵) نشان می‌دهد، با توجه به اینکه سطح معنی داری که برای این آزمون محاسبه گردیده کمتر از ۰/۰۵ می‌باشد لذا فرض صفر رد شده و در نتیجه فرض مقابل با سطح اطمینان ۹۵٪ تأیید می‌گردد. بنابراین نتایج به دست آمده نشان می‌دهند که از نظر پاسخ‌دهندگان، میزان میانگین موانع گرایش به ورزش صبحگاهی یکسان نبوده و تفاوت معناداری دارد. همچنین نتایج دیگر نشان می‌دهد که مولفه «موانع قانونی» با میانگین رتبه

(۲/۲۸) کمترین و «موانع محیطی» با میانگین رتبه (۳/۷۴) بیشترین میزان را در بین موانع گرایش شهروندان استان صلاح الدین به ورزش صبحگاهی داشته‌اند.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی بررسی وضعیت گرایش شهروندان استان صلاح الدین به ورزش صبحگاهی و موانع آن انجام شد. یکی از یافته‌های تحقیق این بود که موانع اقتصادی در گرایش شهروندان استان صلاح الدین به ورزش صبحگاهی تأثیرگذار است، باتوجه به میانگین به دست آمده این تأثیر کمتر از حد متوسط بود. هم‌سو با این نتایج چن و همکاران^۱ (۲۰۲۰) نشان دادند بررسی سطوح فعالیت و همچنین موانع مشارکت و عدم مشارکت ورزشی افراد مختص هر کشور با وضعیت اقتصادی و سطح فرهنگ خاص رابطه دارد. شین (۲۰۲۱) نشان دادند سطح مشارکت در ورزش و فعالیت بدنی با افزایش وضعیت اجتماعی و اقتصادی افزایش می‌یابد و با کاهش دسترسی به اماکن ورزشی کاهش می‌یابد. کاستا (۲۰۲۰) نشان داد عوامل اجتماعی، سلامتی، امکانات و تسهیلات، عوامل اقتصادی، عوامل شخصی و زمان را به عنوان موانع مشارکت در فعالیت‌های ورزشی تفریحی می‌باشند. چن و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد عوامل نگرشی، اقتصادی، اماکن و تجهیزات ورزشی، اجتماعی و فرهنگی و مدیریتی در رتبه‌های اول تا پنجم قرار می‌گیرند. در تبیین این فرض می‌توان گفت عامل اقتصادی نشان دهنده مشکلات، مسائل و محدودیت‌های موجود در زندگی شخصی افراد است که بر مشارکت آنان در این گونه فعالیت‌ها اثرگذار است. از دیدگاه شرکت کنندگان پژوهش نیز این عامل در اولویت دوم قرار گرفت و به میزان کمی تعیین کننده موانع مشارکت آنان در ورزش صبحگاهی بود. عقیده بر این است که عدم علاقه مردم به شرکت در فعالیت‌های حرکتی و ورزشی به واسطه بالا بودن هزینه‌های اماکن ورزشی است و در صورتی که هزینه‌ها با درآمد مردم مطابق شود می‌توان تعداد بیشتری از مردم را به سوی ورزش سوق داد؛ بنابراین می‌توان گفت با اختصاص بودجه‌ای توسط دولت به ورزش صبحگاهی و فراهم نمودن امکانات رایگان برای عموم مردم و کاهش هزینه‌های اضافی در خصوص فعالیت‌های ورزشی، مردم به اینگونه فعالیت‌ها گرایش بیشتری پیدا خواهند کرد.

از دیگر یافته‌های تحقیق این بود که موانع قانونی در گرایش شهروندان استان صلاح الدین به ورزش صبحگاهی تأثیرگذار است. باتوجه به میانگین به دست آمده این تأثیر کمتر از حد متوسط بود. هم‌سو با این نتایج اتابک^۲ (۲۰۲۰) نشان داد عوامل نگرشی، اقتصادی، اماکن و تجهیزات ورزشی، اجتماعی و فرهنگی و مدیریتی در رتبه‌های اول تا پنجم قرار می‌گیرند. محمودی (۱۴۰۱) نشان دادند عوامل «عدم حمایت اجتماعی» و «سازمانی و شغلی هر یک با بار عاملی ۰/۷۵ و ۰/۶۸ بیشترین تأثیر را در تبیین موانع مشارکت ورزشی داشتند. وجود و بروز عوامل بازدارنده به معنای بروز مانع و مشکل در جهت رفع نیازهای افراد در دسترسی و پرداختن به فعالیت بدنی است. موانع فعالیت بدنی، مسائل و محدودیت‌هایی را در برمی‌گیرد که

^۱ Chen et al

^۲Atabek, O.

افراد را از اقدام به انجام فعالیت‌های بدنی و ورزشی باز می‌دارد و یا تعهد آنها را نسبت به ادامه فعالیت‌های پیشین محدود می‌کند.

نتایج تحقیقات نشان داده است یکی از دلایل رکود و عدم پیشرفت ورزش و عدم تمایل به مشارکت در فعالیت‌های ورزشی به‌هنگام فراغت بی‌شک ناشی از توجه ناکافی در برنامه‌ریزی ورزشی و کیفیت نامطلوب برنامه‌های ورزشی است، به‌علاوه، فقدان و ضعف برنامه‌ریزی مدیران ادارات فوق برنامه و تربیت بدنی از موانع عمده موجود در توسعه ورزش عنوان شده است (همتی عقیق و همکاران، ۱۳۹۹). از طرفی نتایج تحقیقی نشان می‌دهد تنظیم برنامه بدون ورزش همگانی از جمله راهکارهای ارتقا و توسعه ورزش همگانی است. با توجه به این مسئله می‌توان گفت تدوین برنامه‌های راهبردی و عملیاتی مناسب و قابل اجرا در امر ورزش همگانی می‌تواند مسیر توسعه آن را هموار سازد؛ در این مسیر استفاده از نیروهای متخصص و متعهد بسیار کارساز و کمک‌کننده است.

از نتایج دیگر تحقیق این بود که نمونه‌های تحت بررسی بر این اعتقاد بودند که ناکافی و ناکارآمد بودن قوانین در مورد ورزش همگانی در راستای اجرای قوانین ورزش صبحگاهی، مناسب نبودن جایگاه فعلی ورزش همگانی به لحاظ حقوقی و تشکیلاتی و نبود ضمانت اجرایی مناسب برای پیاده‌سازی مشوق‌های قانونی ورزش همگانی مانع توسعه ورزش همگانی است. مشوق‌ها و الزامات قانونی و داشتن جایگاه حقوقی ورزش همگانی می‌تواند به توسعه آن کمک کند. زمانی که از قوانین حمایت لازم به عمل نیایورند و ضمانت‌های اجرایی مناسب برای پاره‌ای از قوانین موجود وجود نداشته باشد، بی‌شک امر توسعه ورزش همگانی با مشکل مواجه خواهد شد. در این زمینه موظف کردن قانونی افراد به ورزش کردن از راهکارهای ارتقا و توسعه ورزش همگانی عنوان شده است (همتی نژاد، ۱۳۹۲)

طبق نتایج تحقیق عدم شناخت و آگاهی کافی مسئولان نسبت به اهمیت ورزش صبحگاهی، نداشتن نگرش و باور مطلوب آنها به فعالیت‌های ورزش همگانی، بی‌اطلاعی از نحوه کارکرد ورزش همگانی و عدم اعتقاد برخی مدیران به ارزش ورزش همگانی مانع توسعه آن در شده است. در این زمینه نتایج برخی تحقیقات نشان می‌دهد یکی از دلایل رکود و عدم پیشرفت ورزش در و همچنین عدم تمایل به مشارکت در فعالیت‌های ورزشی بی‌توجهی مسئولان ذی‌ربط به تربیت بدنی و ورزش است (مهدی پور، ۱۳۹۲). همچنین بی‌توجهی مسئولان به ورزش زنان در جامعه از موانع مشارکت در ورزش عنوان شده است. عدم اعتقاد مسئولان به امر ورزش صبحگاهی در به‌خصوص در سطح مدیریت ارشد، حمایت و پشتیبانی آنها از این فعالیت را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد و موجب بی‌توجهی آنان به ورزش صبحگاهی می‌شود. اگر مدیران اعتقاد و باور قوی به ورزش صبحگاهی و تأثیرات و فواید آن داشته باشند، به احتمال زیاد در توسعه و گسترش آن تلاش خواهند کرد و در سیاست‌گذاری‌ها و برنامه‌ریزی‌های خود توسعه ورزش صبحگاهی را لحاظ خواهند کرد و برعکس. از این‌رو عنوان شده است اگر مسئولان به اهمیت ورزش و فعالیت بدنی یا به عبارتی فوق برنامه ورزشی آنها واقف باشند، در توسعه برنامه‌های تربیت بدنی و تأسیسات ورزشی برنامه‌ریزی و تلاش خواهند کرد.

یافته دیگر تحقیق این بود که موانع زیرساختی ورزشی درگرایش شهروندان استان صلاح‌الدین به ورزش صبحگاهی تأثیرگذار است، با توجه به میانگین به دست آمده این تأثیر بیشتر از حد متوسط بود. همسو با این

نتایج چن و همکاران (۲۰۲۰) نشان دادند بررسی سطوح فعالیت و همچنین موانع مشارکت و عدم مشارکت ورزشی افراد مختص هر کشور با وضعیت اقتصادی و ساختاری رابطه دارد. شین و همکاران (۲۰۱۹) نشان دادند سطح مشارکت در ورزش و فعالیت بدنی با افزایش وضعیت اجتماعی و اقتصادی افزایش می‌یابد. کاستا (۲۰۲۰) نشان داد عوامل اجتماعی، سلامتی، امکانات و تسهیلات، عوامل اقتصادی، عوامل شخصی و زمان را به عنوان موانع مشارکت در فعالیت‌های ورزش تفریحی می‌باشند. اتابک (۲۰۲۰) نشان داد عامل‌های نگرشی، اقتصادی، اماکن و تجهیزات ورزشی، اجتماعی و فرهنگی و مدیریتی در رتبه‌های اول تا پنجم قرار می‌گیرند. لورنزو و همکاران (۲۰۰۷) در تحقیق خود نشان داد که موانع فردی و موانع ساختاری مانند کمبود وقت، مشغله‌های کاری مانع مشارکت افراد در فعالیت‌های داوطلبانه می‌شوند. خانی (۱۳۹۶) نشان داد عامل‌های "محدودیت زمانی" و "فردی" به ترتیب با بارهای عاملی ۰/۸۸ و ۰/۸۵ بیشترین تأثیر را در تبیین موانع مشارکت ورزشی داشتند. محمودی (۱۳۹۵) در بررسی موانع توسعه ورزش همگانی و تفریحی نشان داد عامل‌های "عدم حمایت اجتماعی" و "سازمانی و شغلی هر یک با بار عاملی ۰/۷۵ و ۰/۶۸ بیشترین تأثیر را در تبیین موانع مشارکت ورزشی داشتند.

عامل ساختاری، نشان‌دهنده وجود عوامل و مسائل ساختاری و سازمانی در مدیریت ورزش است که بر مشارکت داوطلبانه افراد در فعالیت‌های بدنی اثرگذار هستند. آزمون‌های تحقیق از این عامل به عنوان مهم‌ترین مانع برای مشارکت در ورزش صبحگاهی نام بردند. با توجه به محتوای گویه‌های تشکیل‌دهنده این عامل، مدیران ورزشی با برنامه‌ریزی و گسترش بیشتر ورزش‌های سبک و غیر رقابتی، شناسایی نیازها و علایق ورزشی افراد و همچنین با تنوع بخشیدن به ورزش‌ها و خدمات ارائه شده در برنامه‌های ورزش صبحگاهی و تفریحی می‌توانند زمینه افزایش مشارکت ورزشی افراد را فراهم آورند (رحمانی و همکاران، ۱۳۸۵). از دیگر اقداماتی که می‌توان در این بخش مورد استفاده قرار گیرد فرهنگ سازی و تلاش برای از بین بردن برخی نگرش‌های منفی نسبت به مشارکت فعال افراد، به ویژه بانوان است؛ برای این منظور برگزاری برنامه‌های همگانی ورزش در مناسبت‌های مختلف، به ویژه برای بانوان با حضور اعضای مدیران و مسئولان مربوطه می‌تواند مؤثر باشد. همچنین برپایی همایش‌ها و کارگاه‌های علمی- ورزشی در سطح خوابگاه‌ها، ساخت برنامه‌های آموزش ورزش و قرار دادن اینگونه برنامه‌ها در وبسایت دانشگاه و ادارات تربیت بدنی و استفاده از ابزارهای تبلیغاتی و اطلاع‌رسانی، می‌تواند مفید باشد.

یافته دیگر تحقیق این بود که موانع فردی درگرایش شهروندان استان صلاح الدین به ورزش صبحگاهی تأثیرگذار است با توجه به میانگین به دست آمده این تأثیر بیشتر از حد متوسط بود. نتایج این فرض با یافته‌های کلاو و همکاران (۲۰۰۵) که در تحقیق خود نشان داد که موانع فردی و موانع ساختاری مانند کمبود وقت، مشغله‌های کاری مانع مشارکت افراد در فعالیت‌های داوطلبانه می‌شوند همخوانی دارد. همچنین با یافته‌های خانی (۱۳۹۶) که نشان داد عامل‌های "محدودیت زمانی" و "فردی" به ترتیب با بارهای عاملی ۰/۸۸ و ۰/۸۵ بیشترین تأثیر را در تبیین موانع مشارکت ورزشی داشتند همخوانی دارد. همچنین با مطالعات محمودی (۱۳۹۵) که در بررسی موانع توسعه ورزش همگانی و تفریحی نشان داد عامل‌های "عدم حمایت اجتماعی" و "سازمانی و شغلی هر یک با بار عاملی ۰/۷۵ و ۰/۶۸ بیشترین تأثیر را در تبیین موانع مشارکت ورزشی داشتند همسو می‌باشد. این عامل، نشان‌دهنده تأثیر عوامل روانشناختی، ویژگی‌ها و مسائل

روانی افراد و تصور آنان از وضعیت جسمانی خود بر مشارکت در فعالیتهای ورزشی است. شرکت کنندگان این پژوهش معتقدند که این عامل نسبت به سایر عوامل تشکیل دهنده موانع فعالیت بدنی، برای آنان محدودیت بیشتری جهت پرداختن به این گونه فعالیتها ایجاد می کنند. باتوجه به مضامین ارائه شده در گویه های این عامل به نظر می رسد بهترین راه حل برای از میان برداشتن موانع فردی افراد برای شرکت در فعالیت بدنی استفاده از روانشناسان و مشاوران متخصص در این زمینه باشد؛ لذا افرادی که احساس می کنند علت عدم مشارکت ورزشی آنها مواردی همچون (خودپنداره منفی، برداشت منفی از خود، عدم اعتماد بنفس، خجالتی بودن و غیره می باشد، احتمالاً نیازمند مراجعه به مراکز مشاوره خواهند بود. در همین زمینه، کمک گرفتن از پایگاه های تندرستی در دانشگاهها و کنجاندن مشاوره ورزشی به صورت منسجم، در طرح پایش سلامت افراد می تواند به عنوان یک راهکار برای از میان برداشتن برخی از موانع فردی برای شرکت در فعالیتهای بدنی باشد. برای از میان برداشتن برخی از موانع فردی یکی از راهکارهای خوب می تواند برگزاری مسابقات و جشنواره های ورزشی درون و برون بخشی باشد که احتمالاً میل و رغبت و انگیزه جامعه را برای فعالیت بدنی و حضور در برنامه های ورزش صبحگاهی خواهد افزود.

یافته دیگر تحقیق این بود که موانع محیطی درگرایش شهروندان استان صلاح الدین به ورزش صبحگاهی تأثیرگذار بود باتوجه به میانگین به دست آمده این تأثیر بیشتر از حد متوسط بود. همسو با این شین و همکاران (۲۰۱۹) نشان دادند سطح مشارکت در ورزش و فعالیت بدنی با افزایش وضعیت اجتماعی و اقتصادی افزایش می یابد و با کاهش دسترسی به اماکن ورزشی کاهش می یابد. کاستا (۲۰۲۰) نشان داد عوامل اجتماعی، سلامتی، امکانات و تسهیلات، عوامل اقتصادی، عوامل شخصی و زمان را به عنوان موانع مشارکت در فعالیتهای ورزش تفریحی می باشند. البدیری (۲۰۲۰) نشان داد عامل های نگرشی، اقتصادی، اماکن و تجهیزات ورزشی، اجتماعی و فرهنگی و مدیریتی در رتبه های اول تا پنجم قرار می گیرند. این عامل نیز نشان دهنده کمبودها و محدودیتهای مربوط به فضاها، امکانات و شرایط محیطی حاکم بر اماکن و محیط های ورزشی است. در اولویت بندی ابعاد موانع مشارکت در فعالیت بدنی از دیدگاه شرکت کنندگان، این عامل در اولویت پنجم قرار گرفت. ماهیت گویه های تشکیل دهنده این عامل نشان می دهد، دسترسی آسان به مکان های ورزشی با ایجاد و برقراری سیستم حمل و نقل مناسب، رسیدگی به اماکن و تجهیزات ورزشی از جوانب مختلف (ظاهر، بهداشت و ...) با ایجاد واحد حفظ و نگهداری در ادارات تربیت بدنی و ارزیابی منظم و مداوم از این امکانات و برنامه ریزی برای اختصاص زمان های ویژه برای اقصاء مختلف (دانشجو، کارمند و پیر، جوان و میانسال) با در نظر گرفتن ویژگی های آنها، می توان موانع ایجاد شده در بخش عامل محیطی را کاهش داد. بنابراین می توان گفت احتمالاً با برطرف شدن موانع محیطی (کمبودها و محدودیتهای مربوط به فضاها، امکانات و شرایط محیطی حاکم بر اماکن و محیط های ورزشی) برخی از موانع محیطی رفع خواهد شد، اما با توجه به اینکه در این تحقیق اندازه گیری مستقیمی در این زمینه صورت نگرفته است، نیاز به انجام پژوهش های بیشتر همچنان باقی می ماند.

باتوجه به تأثیر موانع محیطی در مشارکت شهروندان در ورزش صبحگاهی پیشنهاد می شود، با ایجاد بستر مناسب برای حضور افراد جامعه در ورزش صبحگاهی از طریق ارگانها از جمله آموزش و پرورش و آموزش عالی، تدوین برنامه راهبردی برای توسعه ورزش صبحگاهی، ترویج و توسعه فرهنگ ورزش در جامعه

از طریق رسانه‌ها، تدوین مستندات برنامه ورزشی قومی موانع موجود را برطرف نمایند، باتوجه به تأثیر موانع اقتصادی درمشارکت شهروندان در ورزش صبحگاهی پیشنهاد می‌شود با کنترل هزینه‌های مشارکت برای کلیه اقشار جامعه، و حمایت مالی از ورزش‌های صبحگاهی و اختصاص بودجه این مشکل را برطرف نمایند، باتوجه به تأثیر موانع محیطی در مشارکت داوطلبانه به متولیان ورزش صبحگاهی کشور پیشنهاد می‌شود با اطلاع‌رسانی و ایجاد فرهنگ‌سازی در جامعه، با تبلیغات گیرا، ایجاد زمینه‌های مناسب برای ورزش صبحگاهی و فراهم نمودن امکانات مناسب برای ورزش صبحگاهی در ترویج آن قدم بردارند، باتوجه به تأثیر موانع زیرساختی درمشارکت شهروندان در ورزش صبحگاهی پیشنهاد می‌شود با به کارگیری نیروی کارآمد انسانی در سطح کلان و خرد، افزایش کمیت نیروی انسانی اجرایی، ورود متخصصان به ورزش صبحگاهی، توسعه کانون‌های ورزشی صبحگاهی در این ورزش قدم بردارند.

References:

1. Abdavi, F., & Mehdizadeh, A. (2016). Determination of Urmia Citizens' Public Sport Needs, Regarding Sport Areas. *Strategic Studies on Youth and Sports*, 15(31), 219-237.
2. Andam, R, Hamidi, M & Taslimi, Z (1391). Management of volunteers in sports: a case study of Tehran Municipal Sports Organization. *Researches of sports management and movement sciences*, 2(3):93-103.
3. araghi, M., & kashef, M. (2015). Challenges and Strategies Facing the Development of Sport for All in Iran. *Sport Management Journal*, 6(4), 643-655. doi: 10.22059/jsm.2015.53117
4. Atabek, O. (2020). Alternative certification candidates' attitudes towards using technology in education and use of social networking services: a comparison of sports sciences and foreign language graduates. *World journal on educational technology: Current issues*, 12(1), 1-13.
5. Carvalho Vieira, M., Sperandei, S., Reis, A., da Silva, C., Gonçalves, T. (2013). "Ananalysis of the suitability of public spaces to physical activity practice in Rio de JaneiroBrazil". *Preventive Medicine*, 57, pp: 198-200.
6. Chen, P., Wang, D., Shen, H., Yu, L., Gao, Q., Mao, L., ... & Li, F. (2020). Physical activity and health in Chinese children and adolescents: expert consensus statement 2020. *British journal of sports medicine*, 54(22), 1321-1331.
7. Ghafouri, F., Andam, R., Montazeri, A., Faizi, S. (2012). Motivation and commitment of event sports volunteers, sports management and movement science researches, 2(3)105-116.
8. HematiAfif, A., Ghorbani, M. H., Mahmoudi, A., & Keshavarz Turk, E. (2020). Development of a Communication Model of the Effects of Mass Imaging and Surveillance on the Development of Sports in the Armed Forces of the Islamic Republic Of Iran. *Resource Management in Police Journal of the Management Dept*, 8(2), 1-24.
9. Keshkar, S., & Ehsani, M. (2007). Constraints Inhibiting Women from Participating in Recreational Sports in Tehran Focusing on Personal Attributes. *Women's Studies Sociological and Psychological*, 5(2), 113-134.
10. Lopez, J & Scott, J. (2015). Construction of social theory, translated by Hossein Ghazian, Tehran: Nashrani.
11. Lorenzoni, I., Nicholson-Cole, S., & Whitmarsh, L. (2007). Barriers perceived to engaging with climate change among the UK public and their policy implications. *Global environmental change*, 17(3-4), 445-459.

12. Mahmoudi, A., Pirjamadi, S., & Roozbeh Tehrani, S. (2022). The Role of Urban Management and Citizens' Acculturation of Public Cycling on Sustainable Urban Development. *Sport Management Journal*, 14(4), 164-149.
13. Mohammadi, S; Attarzadeh Hosseini, S R (2011). Explaining the attitude and tendency of the people of Kurdistan province towards movement and sports activities", *Sports Management Studies*, Vol. 16: 90-112.
14. Movid Hekmat, N (2015). Cultural capital is income based on Pierre Bourdieu's theoretical and methodological approach, Tehran: Research Institute of Humanities and Cultural Studies.
15. Naderian, M, Zolaktaf, V, Moshkel Gosha, E. (1388). Barriers to women's sports participation and their relationship with motivation. *Movement and Sports Sciences*, 7(13), 145-154.
16. Parsaju, A., Javadi Pour, M., & Zareian, H. (2021). Outcome of Social Participation in Iran Sport for All. *Strategic Studies on Youth and Sports*, 20(52), 59-80.
17. Savari, S, Mahdipour, A R, & Ranjbar, R. (2014). Describing the state of public sports in Khuzestan province and developing strategies for its development. *Journal of sports management and movement behavior*, 11(21), 83-92.
18. Shabani, A., Ghafouri, F., & Honari, H. (2016). A Study on policies and strategies of sport for all in comprehensive sport plan of Iran. *Sport Management Studies*, 6(27), 15-30.
19. Shabani, Abbas; Ghafouri, Farzad; Henry, Habib (1390). Investigating the challenges of morning exercise in Iran. *Research in Sports Sciences*, No. 10, pp. 13-26.
20. Shahbazi, M., Shaabani Moghaddam, K., & Safari, M. (2014). Barriers and Solutions to the Sport for all in Iran. *Majlis and Rahbord*, 20(76), 69-97.
21. Shin, S. (2021). Meta-analysis of the effect of yoga practice on physical fitness in the elderly. *International journal of environmental research and public health*, 18(21), 11663.
22. Sport for all organization.(2010).home page, Available on [http:// www.sportforall.org.rs/eng/index.html](http://www.sportforall.org.rs/eng/index.html).