

**تدوین برنامه راهبردی پایش تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان کشور**رضا قراخانلو<sup>۱</sup>، محمدحسین قربانی<sup>۲</sup>، مهدی بیاتی<sup>۳</sup>، امیر شمس<sup>۴</sup>

۱. استاد فیزیولوژی ورزشی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

۲. استادیار مدیریت ورزشی، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، تهران، ایران

۳. استادیار فیزیولوژی ورزشی، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، تهران، ایران

۴. استادیار رفتار حرکتی، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، تهران، ایران

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۱/۲۵

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۱۱/۰۵

**چکیده**

هدف از پژوهش حاضر، تدوین برنامه راهبردی پایش تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان دانشگاه‌های دولتی ایران بوده است. این پژوهش، از نوع تحقیقات آمیخته (کیفی-کمی) بود و به شکل میدانی اجرا شده است. جامعه آماری پژوهش را از یک سو دانشگاه‌های دولتی که دارای مراکز تندرستی ورزشی بوده‌اند (۴۳ دانشگاه) و از سوی دیگر، تمامی خبرگان حوزه ورزش دانشجویی و پایش سلامت و تندرستی دانشجویان تشکیل داده است. جهت گردآوری داده‌ها در بخش کیفی از مصاحبه‌های نیمه-ساختار یافته با ۲۰ نفر از نخبگان بهره گرفته شد. در بخش کمی، نمونه شامل ۳۹ نفر از نخبگان و ناظران مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی دانشگاه‌ها بود. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش کدگذاری باز و همچنین روش‌های تجزیه و تحلیل کمی از جمله آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) بهره گرفته شد. بر طبق یافته‌ها، مأموریت نظام پایش تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان شامل «سیاست‌گذاری، برنامه‌ریزی و اجرای پایش سلامت دانشجویان، ارائه مشاوره ورزشی و برنامه‌های تمرینی و اصلاحی در جهت توسعه تندرستی، سلامت جسمانی و ارتقاء کیفیت زندگی دانشجویان و توسعه دانش و حساسیت آنها نسبت به حفظ و ارتقاء تندرستی» و چشم‌انداز «دانشجوی ایرانی: تندرست و شاداب» در نظر گرفته شد. همچنین ارزش‌های محوری شامل «تندرستی، نشاط و شادابی، فعالیت بدنی، تناسب اندام، اشتغال و خودکفایی» نیز در نظر گرفته شد. علاوه بر این، تعداد ۲۰ نقطه ضعف، ۱۱ قوت، ۱۲ تهدید و ۱۵ فرصت شناسایی گردید. همچنین شش هدف کلان تدوین و برای نیل به این اهداف، تعداد پنج راهبرد و ۲۱ برنامه عملیاتی طراحی شد. برنامه مستخرج از این پژوهش، می‌تواند به عنوان یک طرح کلی و چارچوب راهنما در راستای پایش و توسعه تندرستی و آمادگی جسمانی دانشجویان مورد اجرا قرار گیرد.

**واژگان کلیدی:** برنامه راهبردی، دانشجوی، تندرستی، فعالیت بدنی، پایش

1. Email: ghara\_re@modares.ac.ir
2. Email: ghorbani.moho@gmail.com
3. Email: m.bayati@ssrc.ac.ir
4. Email: amirshams85@gmail.com

### مقدمه

نیروی انسانی یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های توسعه پایدار در جوامع مختلف است و برخورداری از نیروی انسانی شایسته و بهره‌ور، نقشی اساسی در نیل به توسعه پایدار دارد (تیسدل<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱). در این راستا، عامل تندرستی و سلامت نیروی انسانی به عنوان یکی از اساسی‌ترین عناصر توسعه انسانی مورد توجه محققان قرار گرفته است و سلامتی و تندرستی را به عنوان یکی از نیازهای ضروری بشر به حساب آورده‌اند. از بین گروه‌ها و طبقات مختلف نیروی انسانی، دانشجویان یکی از مهمترین گروه‌ها هستند و از نقش مؤثری در آینده هر کشوری برخوردارند (احمدی و همکاران، ۲۰۱۶).

امروزه، تحقیقات نشان داده است بهترین راه حفظ سلامتی و برخورداری از زندگی سالم و طولانی، داشتن سبک زندگی سالم است. فعالیت‌بدنی از راه افزایش توده عضلانی، استقامت عضلانی و انعطاف‌پذیری، بهبود عملکرد قلبی تنفسی، کمک به رهایی از فشار روانی، افسردگی و اضطراب، کمک به کاهش وزن، و کاهش خطر بیماری‌های تهدیدکننده سلامتی مانند بیماری‌های قلبی عروقی، دیابت و برخی از انواع سرطان‌ها به ایجاد و حفظ سلامتی کمک می‌کند (قراخانلو و همکاران، ۲۰۱۲). کم‌تحركی جسمانی یا نداشتن فعالیت‌بدنی منظم چهارمین عامل خطرناک مرگ‌ومیر جهانی است که ۶ درصد از مرگ و میر در سطح جهان را شامل می‌شود و تقریباً ۳/۲ میلیون مرگ در هر سال به این علت است. سطوح کم‌تحركی جسمانی در بسیاری از کشورها و بیشتر در کشورهای پردرآمد در حال افزایش است، که پیامدهایی مخاطرآمیز عمده‌ای برای سلامت عمومی مردم در سراسر جهان دارد که عبارتند از شیوع بیماری‌های غیرواگیر مانند بیماری‌های قلبی عروقی، دیابت، سرطان و دیگر عوامل خطرناک از قبیل فشار خون بالا، افزایش قند خون و اضافه وزن و چاقی. برآورد شده است که بی‌تحركی جسمانی در حدود ۲۱ تا ۲۵ درصد عامل سرطان پستان و روده بزرگ، ۲۷ درصد عامل دیابت و حدود ۳۰ درصد عامل بیماری ایسکمیک قلب است (سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۰۹).

دانشجویان، بخش گسترده و اثرگذاری از جامعه و جمعیت ایران را به خود اختصاص داده‌اند. در این راستا، حدود ۳,۶۰۰,۰۰۰ دانشجو در دانشگاه‌ها و موسسات آموزش عالی کشور مشغول به تحصیل هستند و از این تعداد ۲,۰۰۰,۰۰۰ نفر در دانشگاه‌ها و موسسات دولتی تحصیل می‌کنند (موسسه پژوهش و برنامه ریزی آموزش عالی، ۲۰۱۸). دانشگاه به عنوان یکی از اثرگذارترین نهادهای مؤثر در توسعه و پیشرفت، می‌بایست به عنوان یک اهرم برای بهبود تندرستی دانشجویان به کار گرفته شود؛ چرا که دانشگاه نقش مهمی در نهادینه‌سازی تندرستی و فعالیت‌بدنی دارد. در این راستا، تیکوم و شریدر<sup>۲</sup> (۲۰۱۰) بیان کرده‌اند، ۶۹ درصد از کسانی که تحصیلات خود را در بعد از سن ۲۱ سالگی در یکی از کشورهای عضو اتحادیه اروپا به پایان رسانده، همچنان افرادی

---

1. Tisdell, C. A  
2. Tuycokom and Scheerder

ورزشی-فعال<sup>۱</sup> بوده‌اند. در حالی که تنها ۳۹ درصد از کسانی که تحصیلات خود را در سن قبل از ۱۵ سالگی به پایان رسانده، ورزشی-فعال بوده‌اند. مطالعات برویک و هلویک<sup>۲</sup> (۲۰۱۴)، لان، کلی و فیتزپاتریک<sup>۳</sup> (۲۰۱۳) و فریدبرگ<sup>۴</sup> (۲۰۱۰) نیز بر این موضوع صحت گذاشته است و آموزش عالی را فرصتی مغتنم برای توسعه ورزش و فعالیت بدنی و نهادینه‌سازی آن در بین دانشجویان و افراد جامعه دانسته‌اند (هایکاک<sup>۵</sup>، ۲۰۱۵). در همین راستا، داوینوارد و راسکویت<sup>۶</sup> (۲۰۱۴) بیان نموده‌اند، آموزش عالی نه تنها موجب افزایش میزان و شدت مشارکت مردان در ورزش می‌شود، بلکه در کمک به توسعه علاقه‌مندی زنان به ورزش و در نتیجه افزایش نرخ مشارکت آنها در ورزش، نقش مهمی دارد.

مطالعه انجام شده توسط ورزش انگلستان (۲۰۱۴) نشان داده است دو سوم دانشجویان (۶۷ درصد، ۷۱ درصد مردان و ۶۱ درصد زنان) در طی چهار هفته منتهی به انجام بررسی، حداقل یک بار به مدت ۳۰ دقیقه به ورزش پرداخته‌اند. همچنین ۵۷ درصد از دانشجویان، حداقل یک بار در طول هفته ورزش نموده‌اند. موسا و همکاران<sup>۷</sup> (۲۰۱۶) طی تحقیقی بیان کرده‌اند اضافه وزن و چاقی به عنوان مسئله مهم دانشجویان و دانش‌آموزان در چین است.

همچنین مطالعات انجام شده در آمریکا نیز نشان داده است مسئله کم‌تحرکی همچنان در بین دانشجویان شایع است و بین یک تا دو سوم دانشجویان بکم‌تحرک هستند (بویل و لاروس<sup>۸</sup>، ۲۰۰۸؛ مک آرتور و رایدک<sup>۹</sup>، ۲۰۰۹) و علی‌رغم وجود اماکن و تسهیلات مناسب به دلیل عدم برنامه‌ریزی و انجام مداخلات هدفمند، همچنان فعالیت بدنی در بین دانشجویان پایین است (اسپارلینگ<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۳). نکته دیگر در زمینه کم‌تحرکی دانشجویان؛ ضعف سواد جسمانی و سلامت در بین دانشجویان است (کیتینگ و همکاران<sup>۱۱</sup>، ۲۰۰۹؛ استوارد و میچل<sup>۱۲</sup>، ۲۰۰۳). از این رو، ضرورت نیاز به سیاست‌گذاری توسعه تندرستی و تدوین برنامه‌های پیشگیری و مداخله‌ای در

1. Sports-Active
2. Breivik and Hellevik
3. Lunn, P., Kelly, E., & Fitzpatrick
4. Fridberg
5. Haycock, D.
6. Downward and Rasciute
7. Musa et al
8. Boyle, J.R., & LaRose, N.R
9. McArthur, L.H., & Raedeke, T.D.
10. Sparling, P.B.
11. Keating, X.D., Chen, L., Lambdin, D., Harrison Jr., L., & Ramirez, T.
12. Stewart, S., & Mitchell, M

جامعه دانشجویان است و در این راستا، تدوین یک برنامه راهبردی در زمینه توسعه فعالیت بدنی و تندرستی دانشجویان امری مهم و اثربخش است.

برنامه‌ریزی راهبردی، برخورد نظام‌یافته با یک وظیفه بزرگ و یک مسئولیت روز افزون در قلمرو مدیریت است، به نحوی که موفقیت مستدام سازمان را تضمین و از پیشامدهای ناگهانی پیشگیری می‌کند و سازمان را با بستر حرکت خود (محیط) ارتباط می‌دهد و آن را برای موضع‌گیری آماده می‌نماید (آبراهام<sup>۱</sup>، ۲۰۱۲). علاوه بر این، برنامه‌ریزی راهبردی، را می‌توان تلاشی منظم و سازمان یافته در جهت اتخاذ تصمیم‌ها و مبادرت به اقدامات بنیادی تعریف کرد که به موجب آنها این که یک سازمان چیست، چه می‌کند، و چرا اموری را انجام می‌دهد مشخص خواهد شد. برنامه‌ریزی راهبردی در بهترین شکل خود، نیازمند جمع‌آوری اطلاعات بسیار وسیع، جست‌وجوی گزینه‌های مختلف، و تأکید بر مدل‌های آینده‌تصمیماتی که امروز اتخاذ می‌شوند، خواهد بود. برنامه‌ریزی راهبردی، ارتباطات را بهبود بخشیده، علائق و ارزش‌های ناهمگرا را با یکدیگر همسو و منطبق می‌کند، و تصمیم‌گیری منظم و اجرای موفقیت‌آمیز را ترویج و تشویق خواهد کرد (الوانی، ۲۰۱۶).

سلامت دانشجویان همواره از دغدغه‌های مدیران و سیاست‌گذاران این حوزه بوده است. در داخل کشور یکی از اقداماتی که اخیراً در زمینه توسعه سلامت دانشجویان انجام گرفته، راه‌اندازی مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی است. مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی زیر نظر مدیریت تربیت بدنی و فوق برنامه دانشگاه‌ها و با بهره‌گیری از تخصص فارغ‌التحصیلان تربیت بدنی و علوم ورزشی اداره می‌شود. برخی از مهم‌ترین وظایف این مراکز عبارت است از: آگاه ساختن دانشجویان از وضعیت سلامت جسمانی و تندرستی خود بر اساس شاخص‌های فیزیولوژیک، ساختار اسکلتی و قامتی و نیز معیارهای آمادگی جسمانی، ارائه پیشنهادات لازم بر اساس نتایج به دست آمده و متناسب با شرایط هر فرد، ترغیب دانشجویان به انجام فعالیت بدنی برای تقویت قوای جسمانی و اصلاح ضعف‌های ناشی از فقر حرکتی است (اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، ۲۰۱۸).

در خارج از ایران در دانشگاه‌های مختلفی، برنامه‌های جامع و بلندمدتی جهت توسعه تندرستی، تناسب جسمانی و سلامت دانشجویان تدوین و به اجرا گذاشته شده است. در این راستا، دانشگاه لیدز ترینیتی<sup>۲</sup> (۲۰۱۴) راهبردهای ۲۰۱۴-۲۰۱۹ دانشگاه را برای ورزش تدوین نموده و در این برنامه بر ارائه برنامه‌های ورزشی متناسب با علائق دانشجویان و گروه‌های مختلف تأکید شده است. دانشگاه گریفیت<sup>۳</sup> (۲۰۱۸) برنامه تندرستی و ایمنی دانشجویان را برای بازه زمانی ۲۰۱۸ تا ۲۰۲۳

- 
1. Abraham, S.
  2. Leeds Tinity
  3. Griffith University

تدوین نموده است. دانشگاه بریستول<sup>۱</sup> (۲۰۱۸) نیز، سیاست‌های تندرستی و آمادگی جسمانی دانشجویان را طراحی کرده است.

در زمینه تدوین برنامه راهبردی در ورزش کشور تحقیقات قابل توجهی انجام گرفته است: گودرزی و هنری (۲۰۰۷) تدوین برنامه راهبردی فدراسیون کشتی، غفرانی (۲۰۰۸) تدوین برنامه راهبردی ورزش استان سیستان و بلوچستان، خسروی‌زاده (۲۰۰۸) طراحی برنامه راهبردی کمیته ملی المپیک، همتی نژاد (۲۰۰۸) برنامه‌ریزی راهبردی فدراسیون قایقرانی و اسکی روی آب، حسینی، حمیدی و تجاری (۲۰۱۲) تدوین برنامه راهبردی ورزش دانشجویی دانشگاه آزاد اسلامی، جوادی پور و سمیع نیا (۲۰۱۳) ورزش همگانی در ایران و تدوین چشم‌انداز، راهبرد و برنامه‌های آینده، گودرزی، فراهانی و گودرزی (۲۰۱۳) طراحی و تدوین راهبرد توسعه ورزش دانشجویی اداره کل تربیت بدنی پیام نور، هاشمی سیاوشانی (۲۰۲۰) تدوین برنامه راهبردی منابع انسانی در وزارت ورزش و جوانان و رضانی، اندام و آقایی (۲۰۱۴) تدوین برنامه راهبردی اداره تربیت بدنی دانشگاه شاهرود. مرور این تحقیقات نشان می‌دهد با وجود انجام تحقیقات قابل توجه در این زمینه، اما در حوزه پایه فعالیت بدنی و تندرستی دانشجویان، برنامه جامع و مدونی وجود ندارد. در نتیجه برنامه‌ریزی و تدوین این برنامه می‌تواند نقش مؤثری در جهت‌دهی و توسعه تندرستی و سلامت دانشجویان داشته باشد. توسعه سلامت در دانشجویان در گام نخست متضمن یکپارچه‌سازی اقدامات و برنامه‌ها و بسیج تمامی منابع (انسانی، مادی، مالی، فناوری) است. این مهم در گرو برخورداری از برنامه راهبردی است. در نتیجه مهم‌ترین مسئله و چالش مورد بررسی در پژوهش حاضر، تدوین برنامه راهبردی پایه تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان دانشگاه‌های دولتی ایران است.

## روش‌شناسی پژوهش

این پژوهش، از نوع تحقیقات آمیخته (کیفی-کمی) است و به شکل میدانی اجرا شده است. طی آن داده‌های پژوهش، از طریق بررسی اسناد بالادستی، انجام مصاحبه نیمه‌ساختاریافته با خبرگان و صاحب‌نظران آگاه به موضوع پژوهش و توزیع پرسش‌نامه محقق ساخته مورد سنجش قرار گرفته است. جامعه آماری پژوهش را دانشگاه‌های دولتی دارای مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی (۴۳ دانشگاه) و تمامی خبرگان حوزه ورزش دانشجویی و پایه سلامت و تندرستی دانشجویان تشکیل داد. جهت گردآوری داده‌ها در بخش کیفی از مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با ۲۰ نفر از نخبگان شامل مدیران تربیت بدنی دانشگاه‌ها (۷ نفر)، مدیران کل فعلی و سابق (۲ نفر)،

1. University of Bristol

کارشناسان ارشد اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری (۲ نفر)، مسئولین پایش دانشگاه‌ها (۴ نفر) و اساتید دانشگاهی مطلع و دارای تجربه در این موضوع (۵ نفر)، بهره گرفته شد. روش نمونه‌گیری بخش کیفی به صورت هدفمند بود و نمونه‌گیری تا نیل به اشباع نظری ادامه پیدا کرد. همچنین در بخش کمی تعداد جامعه برابر با نمونه در نظر گرفته شد. نمونه به صورت هدفمند، علاوه بر نخبگان، شامل ناظران مراکز نیز بود (۶۳ نفر). در مجموع ۳۹ نفر پرسش‌نامه را تکمیل نمودند. علاوه بر این، جهت بررسی و تجمیع دیدگاه‌های حاصل از انجام مصاحبه و اجتماع و نهایی‌سازی بیانیه چشم‌انداز، مأموریت، ارزش‌های محوری، اهداف، راهبردها و برنامه‌های عملیاتی، اقدام به تشکیل کمیته راهبردی متشکل از شش نفر از صاحب‌نظران دارای تجربه و تخصص در حوزه تندرستی و مشاوره ورزشی دانشجویان گردید. در مراحل مختلف از نظرات این کمیته بهره گرفته شد. جهت انجام بخش کیفی و شناسایی نقاط قوت، ضعف، فرصت و تهدیدها، داده‌های به دست آمده از مصاحبه‌های نیمه ساختار یافته، از طریق روش کدگذاری مورد تجزیه و تحلیل و شناسایی قرار گرفت. لذا از طریق کدگذاری باز به پیاده‌سازی و کدگذاری دیدگاه‌ها، طبقه‌بندی دیدگاه‌ها و در نهایت شکل‌گیری هر یک از نقاط (قوت، ضعف، فرصت و تهدید) پرداخته شد. در بخش کمی نیز، کدهای مستخرج از بخش کیفی در قالب پرسش‌هایی تدوین گردید و از طریق آن به ارزیابی فرصت، تهدید، قوت و ضعف‌ها پرداخته شد. علاوه بر این، جهت بررسی وضع موجود مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی دانشجویان، پرسش‌نامه‌ای در راستای توصیف وضع موجود ساختار، نیروی انسانی، تجهیزات و شیوه‌های تأمین مالی مراکز تهیه و توزیع گردید. همچنین برای تدوین برنامه‌های راهبردی با طراحی و به کارگیری ماتریس «SWOT» (تهدیدها، فرصت‌ها، قوت‌ها و ضعف‌ها) کلیه گزینه‌های راهبردها بدست آمد و به کمک ماتریس «داخلی و خارجی (IE)» موقعیت راهبردی نظام پایش سلامت تعیین و با توجه به آن، راهبردها و برنامه‌های عملیاتی تدوین شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌های تحقیق، از روش‌های تجزیه و تحلیل داده‌های کیفی (کدگذاری باز) و در راستای استخراج نقاط قوت، ضعف، فرصت‌ها و تهدیدها از روش‌های تجزیه و تحلیل کمی همانند آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) بهره گرفته شد.

## نتایج

**تدوین بیانیه مأموریت، چشم‌انداز، ارزش‌های محوری و اهداف پایش تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان دانشگاه‌های دولتی ایران**

جهت تدوین بیانیه مأموریت، چشم‌انداز و ارزش‌های محوری از مطالعه و تحلیل و استخراج عناصر کلیدی هر یک از این ارکان، از اسناد بالادستی و انجام مصاحبه و نظرسنجی از خبرگان استفاده شد. همچنین نظرات کمیته راهبردی به عنوان مرحله نهایی و تأییدکننده بیانیه‌ها در نظر گرفته شد. در راستای تدوین مأموریت تعداد شش رکن کلیدی (پایش سلامت دانشجویان، انجام مشاوره

ورزشی، ارائه برنامه‌های تمرینی و اصلاحی، برنامه‌ریزی برای ارتقاء سلامت جسم دانشجویان، توجه و ایجاد پایگاه‌های تندرستی و ورزشی، توسعه تربیت بدنی و ورزش همگانی) از بررسی اسناد بالادستی، و نیز شش رکن (ارزیابی سلامت جسمانی، توسعه سلامت جسمانی و تندرستی بهبود کیفیت زندگی، اصلاح ناهنجاری و مشکلات جسمانی دانشجویان، بهبود سواد جسمانی و ورزشی، توسعه نشاط و شادابی) از مصاحبه با خبرگان استخراج گردید. با توجه به این موارد و نظرات کمیته راهبردی، بیانیه مأموریت پایه تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان در افق ۱۴۰۴ تدوین گردید (جدول ۱).

جهت تدوین چشم‌انداز پایه تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان از مطالعه و تحلیل و استخراج عناصر کلیدی چشم‌انداز اسناد بالادستی تعداد پنج عنصر کلیدی (دانشجوی بانشاط، دانشجوی تندرست، برخوردار از منابع انسانی برتر و دانش‌محور، برخوردار از سلامت، برخوردار از بالاترین سطح سلامت) و از انجام مصاحبه و نظرسنجی از خبرگان نیز تعداد ۵ عنصر کلیدی (بانشاط و تندرست‌ترین دانشجویان در خاورمیانه، دانشجوی ایرانی: دانشجوی ورزشکار، همه دانشجویان دارای یک شناسنامه و برنامه توسعه جسمانی، رتبه برتر تندرستی و سلامت در بین دانشجویان آسیا، هر دانشجو: مشارکت کننده در حداقل یک رشته ورزشی) استخراج شد. پس از نهایی کردن موارد ارکان کلیدی چشم‌انداز، متن اولیه تهیه و به کمیته راهبردی ارائه گردید. پس از اعمال نظرات اعضای کمیته، متن نهایی چشم‌انداز مشخص گردید.

در راستای تدوین ارزش‌های محوری پایه تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان، تعداد چهار عنصر (سلامت، نشاط، کارآفرینی و بهبود کیفیت زندگی) از بررسی اسناد بالادستی و چهار عنصر (تندرستی و سلامت جسمانی، سواد جسمانی، ورزش و فعالیت بدنی، دقت در سنجش و تعامل و تکریم دانشجویان) از مصاحبه با خبرگان استخراج گردید و پس از طرح در کمیته راهبردی نهایی گردید. همچنین جهت بررسی اهداف کلان، ضمن بررسی اسناد بالادستی، و مصاحبه با خبرگان اهداف اولیه جمع‌بندی شد و در جلسه کمیته راهبردی مورد بحث و بررسی قرار گرفت. در نهایت تعداد شش هدف به عنوان اهداف کلان پایه تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان مورد تأیید و اجماع قرار گرفت (جدول ۱).

## جدول ۱- بیانیه مأموریت، چشم‌انداز، ارزش‌های محوری و اهداف پایش تندرستی و فعالیت‌بدنی

## دانشجویان دانشگاه‌های دولتی ایران

سیاست‌گذاری، برنامه‌ریزی و اجرای پایش سلامت دانشجویان، ارائه مشاوره ورزشی و برنامه‌های تمرینی و اصلاحی و همچنین توسعه دانش، سواد جسمانی و افزایش حساسیت آنها نسبت به برخورداری از زندگی پرتحرک در جهت حفظ و توسعه تندرستی، سلامت جسمانی و ارتقاء کیفیت زندگی دانشجویان دانشگاه‌های دولتی ایران	مأموریت
دانشجوی ایرانی: تندرست و شاداب	چشم‌انداز
تندرستی - نشاط و شادابی - فعالیت‌بدنی و تناسب جسمانی - سواد جسمانی - اشتغال و خودکفایی	ارزش‌های محوری
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ حفظ و ارتقاء سطح تندرستی و بهبود سطح کیفیت زندگی دانشجویان</li> <li>▪ بررسی و ارزیابی شاخص‌های وابسته به تندرستی و تعیین سطح توانایی حرکتی و آمادگی جسمانی دانشجویان</li> <li>▪ ارائه خدمات نوین مشاوره مرتبط با تندرستی و آمادگی جسمانی</li> <li>▪ افزایش بهره‌وری و شور و نشاط در بین دانشجویان</li> <li>▪ ارتقاء سطح سواد جسمانی و حرکتی دانشجویان و نهادینه‌سازی فرهنگ ورزش و زندگی پرتحرک</li> <li>▪ برخورداری تمامی دانشجویان از کارنامه جامع تندرستی</li> </ul>	اهداف

## شناسایی قوت، ضعف، فرصت و تهدیدات و تعیین موقعیت راهبردی پایش تندرستی

## و فعالیت‌بدنی دانشجویان دانشگاه‌های دولتی ایران

جهت مطالعه وضع موجود پایش تندرستی و فعالیت‌بدنی دانشجویان، پرسش‌نامه‌ای تهیه و در بین دانشگاه‌هایی که مراکز تندرستی آنها فعال بوده است توزیع شد. سپس توسط ناظران مراکز مشاوره و تندرستی دانشگاه‌ها مورد ارزیابی قرار گرفت و تکمیل شد. در نهایت ۱۹ پرسش‌نامه در مراکز دانشگاه‌های اصفهان، تبریز، شهید چمران اهواز، رازی کرمانشاه، مازندران، فردوسی مشهد، تهران، ایلام، بجنورد، تربیت مدرس، زابل، زنجان، سیستان و بلوچستان، شهید باهنر کرمان، شهید مدنی آذربایجان، شیراز، علامه طباطبائی، کردستان و حکیم سبزواری تکمیل شد و مورد بررسی قرار گرفت.

علاوه بر پرسش‌نامه‌های تکمیل شده توسط ناظران که در بالا شرح داده شد، مصاحبه‌های نیمه-ساختار یافته‌ای نیز با ۲۰ نفر از نخبگان انجام گرفت. در نهایت با تجمیع نتایج حاصل از مرحله قبل، ۱۱ نقطه قوت و ۲۰ نقطه ضعف برای پایش تندرستی و فعالیت‌بدنی دانشجویان مورد شناسایی قرار گرفته است (جدول ۲). در مرحله بعد، ماتریس ارزیابی عوامل درونی تشکیل و ضریب اهمیت، شدت عامل و نمره نهایی هر یک از نقاط قوت و ضعف تعیین گردید. همان‌گونه که در جدول ۲، نشان داده شده است، مجموع نمرات عوامل درونی برابر با ۲/۷۲ است و حاکی از آن است که پایش تندرستی و فعالیت‌بدنی دانشجویان در دانشگاه‌ها از لحاظ عوامل درونی دارای



موقعیت قوت است. البته از آن جایی که دامنه قوت از ۲/۵ تا ۴ است، این نمره بیانگر قوت نچندان زیاد و محسوس است. اما در مجموع می توان گفت قوت های درونی بر ضعف های درونی غلبه دارند.

### جدول ۲- ماتریس ارزیابی عوامل درونی (IFE) پایش تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان دانشگاه های

#### دولتی ایران

عوامل درونی	کد	عوامل	ضریب اهمیت (وزن)	شدت عامل	نمره وزن × رتبه
قوتها (۳ یا ۴)	S1	برخورداری از سامانه و نرم افزار به روز برای ثبت داده ها و اطلاعات مرتبط با تندرستی دانشجویان در دانشگاه های دولتی	۰.۰۵۹	۳.۸۳	۰.۲۲۸
	S2	وجود و ابلاغ دستورالعمل مدون برای اجرای ارزیابی تندرستی	۰.۰۵۴	۳.۴۶	۰.۱۸۶
	S3	برخورداری اغلب دانشگاه ها از حداقل دستگاه ها و لوازم مورد نیاز جهت ارزیابی تندرستی	۰.۰۵۵	۳.۵۷	۰.۱۹۸
	S4	اختصاص فضایی مستقل برای ارزیابی تندرستی در اغلب دانشگاه ها	۰.۰۵۸	۳.۷۶	۰.۲۱۹
	S5	استفاده از داوطلبان و امکان کاهش هزینه های نیروی انسانی در اموری که کمتر نیاز به تخصص دارد و مهارت ها و دانش مربوطه سریع تر قابل انتقال است.	۰.۰۵۰	۳.۳۳	۰.۱۶۲
	S6	فراهم آوردن داده های مختلف مرتبط با تندرستی و امکان بهره گیری آن توسط دانشگاه در برنامه ریزی های آتی	۰.۰۵۶	۳.۶۱	۰.۲۰۲
	S7	ارزیابی دانشجویان در قالب یک بسته جامع و ارائه کارنامه تندرستی و همچنین برنامه های اصلاحی و تمرینی به دانشجویان.	۰.۰۵۸	۳.۷۲	۰.۲۱۵
	S8	یکسان بودن کلیه ابزار و وسایل در تمامی دانشگاه ها به منظور تعمیم داده ها و اطلاعات	۰.۰۵۷	۳.۶۶	۰.۲۰۸
	S9	برخورداری از توانمندی و پتانسیل های بالا در ارتقا سلامت و تندرستی و به تبع آن بهره وری و ایجاد شور و نشاط در دانشجویان	۰.۰۵۵	۳.۵۷	۰.۱۹۸
	S10	وجود پتانسیل ها و امکانات لازم برای بهبود مهارت ها و قابلیت های دانشجویان تربیت بدنی	۰.۰۵۹	۳.۷۸	۰.۲۲۲
	S11	برخورداری از امکانات و دانش لازم جهت استعدادیابی و کشف و هدایت ظرفیت های بالقوه دانشجویان	۰.۰۵۷	۳.۶۴	۰.۲۰۶
ضعفها (۱ یا ۲)	w1	ضعف و نقصان در ارائه مشوق های لازم جهت تشویق و تحریک دانشجویان جهت مشارکت در برنامه های ارزیابی تندرستی	۰.۰۱۷	۱.۱۲	۰.۰۱۹
	w2	به کارگیری نیروهای داوطلب در امور تخصصی و نیازمند تجربه و بروز برخی نواقص و اشتباهات در اندازه گیری ها و همچنین فارغ التحصیلی و یا ترک کار و نیاز به سرمایه گذاری، آموزش و تأمین مجدد نیرو.	۰.۰۱۸	۱.۱۸	۰.۰۲۲

ادامه جدول ۲- ماتریس ارزیابی عوامل درونی (IFE) پایش تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان دانشگاه‌های دولتی ایران

عوامل درونی	کد	عوامل	ضریب اهمیت (وزن)	شدت عامل	نمره وزن × رتبه
نبود آیین‌نامه حق‌التعلیم اختصاصی برای ناظرین، مشاورین، و کارکنان همکار در ارزیابی تندرستی	w3		۰,۰۱۹	۱,۲۱	۰,۰۲۳
عدم اختصاص منابع مالی و ردیف بودجه‌ای مشخص و پایدار	w4		۰,۰۱۶	۱	۰,۰۱۶
عدم ترویج و اطلاع‌رسانی جامع و به موقع نتایج ارزیابی‌های انجام شده و اثرات آن بر بهبود تندرستی دانشجویان	w5		۰,۰۱۹	۱,۲۲	۰,۰۲۳
ضعف در مهارت و تخصص نیروی انسانی درگیر در ارزیابی تندرستی	w6		۰,۰۲۴	۱,۵۳	۰,۰۳۶
عدم برخورداری مراکز از اساس‌نامه رسمی و مستقل	w7		۰,۰۱۷	۱,۰۸	۰,۰۱۸
عدم ارائه استاندارد و الگوی مشخصی جهت معماری و چیدمان داخلی و فیزیکی مراکز تندرستی	w8		۰,۰۲۰	۱,۲۷	۰,۰۲۵
انجام ارزیابی تندرستی در فواصل و دوره‌های زمانی خاص و عدم فعالیت مستمر آن در برخی دانشگاه‌ها	w9		۰,۰۱۸	۱,۱۷	۰,۰۲۱
ارزیابی تندرستی با تکیه بر دانشجویان درس تربیت‌بدنی و ورزش و فراگیر نبودن آن در بین تمامی دانشجویان و سطوح تحصیلی.	w10		۰,۰۲۳	۱,۴۸	۰,۰۳۴
نبود برنامه و سیاست مشخصی برای درآمدزایی و تأمین مالی مراکز از خارج از دانشگاه	w11		۰,۰۱۸	۱,۱۴	۰,۰۲۰
ابهام در سازوکار و شاخص‌های بررسی نظارت بر عملکرد مراکز	w12		۰,۰۱۶	۱	۰,۰۱۶
عدم ارائه برنامه و دستورالعملی مشخص برای خدمات، اقدامات و پیگیری‌های پس از پایش	w13		۰,۰۲۰	۱,۲۳	۰,۰۲۷
عدم قرارگیری رسمی مراکز در ساختار سازمانی ادارات تربیت‌بدنی دانشگاه‌ها	w14		۰,۰۲۱	۱,۳۷	۰,۰۲۹
ضعف در برنامه‌ریزی و اجرای تبلیغات و برنامه‌های ترویجی در برای آگاهی و نهادینه‌سازی ارزیابی تندرستی دانشجویان	w15		۰,۰۱۸	۱,۱۸	۰,۰۲۲
عدم به‌رمندی از نیروی انسانی به تعداد کافی به ویژه در دانشگاه‌های کم‌برخوردار	w16		۰,۰۱۷	۱,۰۸	۰,۰۱۸
عدم برگزاری دوره‌های آموزشی مستمر و مبتنی بر مأموریت و وظایف برای مراکز	w17		۰,۰۱۸	۱,۱۷	۰,۰۲۱
ایجاد خستگی و بی‌حوصلگی به دلیل طولانی بودن مدت زمان اجرای تمامی آزمون‌ها برای دانشجویان	w18		۰,۰۲۳	۱,۴۵	۰,۰۳۳
عدم هماهنگی و انسجام بین مراکز تندرستی، مشاوره و پزشکی در دانشگاه‌ها	w19		۰,۰۲۱	۱,۳۸	۰,۰۳۰
به روز نبودن دستگاه‌ها و تجهیزات مراکز	w20		۰,۰۱۹	۱,۲۳	۰,۰۲۳
مجموع ضرایب اهمیت عوامل درونی			$\sum=1$	۶۴,۴۱	۲,۷۲

نتایج حاصل از شناسایی فرصت‌ها و تهدیدها پایش تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان در جدول ۳ نمایش داده شده است. همان‌گونه که در این جدول قابل مشاهده است، ۱۵ فرصت و ۱۲ تهدید شناسایی و در قالب ماتریس ارزیابی عوامل بیرونی (EFE) نمره‌گذاری شد. بر اساس یافته‌های مندرج در این جدول، مجموع نمرات عوامل بیرونی برابر با ۳/۲۰ است و حاکی از آن است که پایش تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان از لحاظ عوامل بیرونی در موقعیت فرصت قرار دارد. از آنجایی که نمره عوامل بیرونی از ۱ تا ۴ دامنه دارد و نمره میانگین ۲/۵ است؛ در نتیجه میزان نمره عوامل تهدید و فرصت بیانگر، قرارگیری در موقعیت فرصت است و میزان فرصت‌ها از تهدیدها بیشتر بود و می‌توان روی آنها سرمایه‌گذاری نمود.

جدول ۳- ماتریس ارزیابی عوامل بیرونی (EFE) پایش تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان دانشگاه-

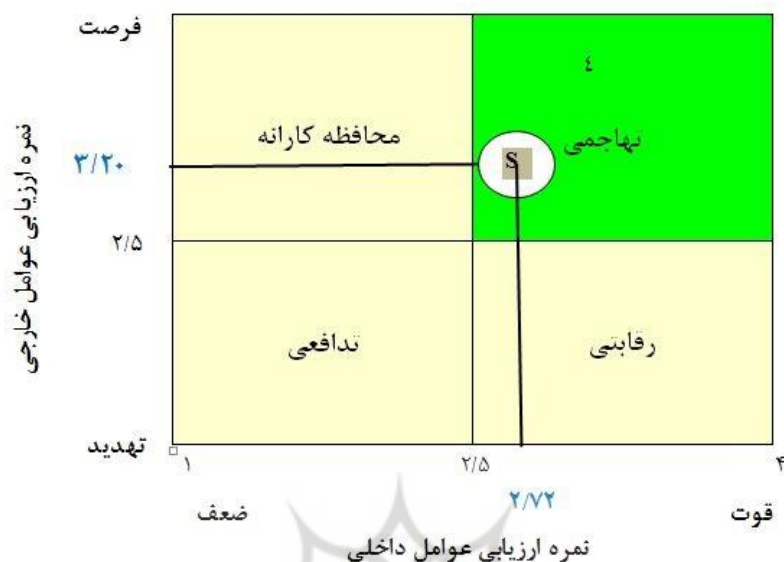
های دولتی ایران

نمره وزن × رتبه	شدت عامل	ضریب اهمیت (وزن)	عوامل	کد	عوامل بیرونی
۰,۲۱۲	۳,۸۶	۰,۰۵۵	وجود برخی دستگاه‌ها و تجهیزات به روز مرتبط با فعالیت‌های مراکز تندرستی در بازار	O1	فرصت (۳ یا ۴)
۰,۱۹۸	۳,۷۳	۰,۰۵۳	رشد تکنولوژی و نرم‌افزارهای مرتبط با تندرستی ورزشی	O2	
۰,۲۰۲	۳,۷۷	۰,۰۵۴	وجود مراکز مشابه در خارج از کشور	O3	
۰,۲۰۹	۳,۸۳	۰,۰۵۴	گرایش جامعه و دانشجویان به برخورداری از تناسب اندام	O4	
۰,۲۱۲	۳,۸۳	۰,۰۵۵	وجود مراکز پژوهشی و مطالعاتی در زمینه ارزیابی تندرستی و روش‌ها و دستگاه‌های نوین آن	O5	
۰,۲۰۰	۳,۷۵	۰,۰۵۳	امکان بهره‌گیری از پتانسیل‌های انسانی و ابزاری موجود در دانشکده‌های تربیت بدنی	O6	
۰,۱۹۸	۳,۷۳	۰,۰۵۳	خلأ اطلاعات مرتبط با تندرستی دانشجویان در نهادهای برنامه‌ریز و سیاستگذار کشور از جمله سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی، مجلس شورای اسلامی و ...	O7	
۰,۱۸۷	۳,۶۳	۰,۰۵۲	شیوع ناهنجاری‌های جسمی و اضافه وزن در بین دانشجویان و نقش مراکز تندرستی در اصلاح این وضعیت	O8	
۰,۱۷۸	۳,۵۴	۰,۰۵۰	سطح پایین دانش، نگرش و سواد دانشجویان نسبت به سلامت جسمانی و نقش مراکز تندرستی در ارتقاء سواد جسمانی آنها	O9	
۰,۱۵۸	۳,۳۳	۰,۰۴۷	امکان به کارگیری تعدادی از دانشجویان تربیت‌بدنی در مراکز تندرستی	O10	
۰,۱۶۷	۳,۴۳	۰,۰۴۹	امکان توسعه مهارت‌ها و قابلیت‌های دانشجویان تربیت با کارورزی در مراکز تندرستی	O11	
۰,۲۲۸	۴	۰,۰۵۷	تکالیف قانونی برنامه پنجم و ششم برای بهبود کیفیت زندگی و شور و نشاط در بین جامعه	O12	

ادامه جدول ۳- ماتریس ارزیابی عوامل بیرونی (EFE) پایش تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان دانشگاه‌های دولتی ایران

عوامل بیرونی	کد	عوامل	ضریب اهمیت (وزن)	شدت عامل	نمره وزن × رتبه
	O13	توجه ویژه مسئولین بلندپایه و مسئولین سازمان امور دانشجویان به سلامت، تندرستی، شور و نشاط و ضرورت آن در دانشگاه‌ها	۰,۰۵۵	۳,۸۹	۰,۲۱۵
	O14	برخوردار بودن از کمیته علمی و کمیته راهبردی برای مدیریت و هدایت ارزیابی تندرستی دانشجویان در دانشگاه‌ها	۰,۰۵۲	۳,۶۶	۰,۱۹۱
	O15	وجود واحد تربیت بدنی و ورزش و امکان ارزیابی و حضور دانشجویان در مراکز تندرستی و توسعه تندرستی و همچنین دانش آنها در این زمینه	۰,۰۵۳	۳,۶۹	۰,۱۹۴
	T1	عدم یکپارچگی نرم‌افزاری و سخت‌افزاری سایر دانشگاه‌ها و در نتیجه عدم امکان پیگیری وضعیت تندرستی دانشجو در زمان انتقال و یا ورود به دیگر مقاطع از دانشگاه‌های آزاد، پیام نور و علمی کاربردی یا بلعکس	۰,۰۱۸	۱,۲۳	۰,۰۲۲
	T2	وجود و رشد مراکز تندرستی رقیب در برخی شهرها	۰,۰۱۷	۱,۱۶	۰,۰۱۹
	T3	عدم استقبال جامعه و خانواده‌های دانشجویان از مراکز تندرستی به سبب مشکلات اقتصادی و عدم نهادینه‌سازی سلامت جسمانی	۰,۰۱۸	۱,۲۳	۰,۰۲۲
	T4	عدم رغبت و بی‌انگیزگی دانشجویان نسبت به شرکت در طرح‌های ارزیابی و پایش تندرستی	۰,۰۱۵	۱,۰۷	۰,۰۱۶
	T5	ارتباط ضعیف برخی از ادارات تربیت بدنی با دانشکده‌های تربیت بدنی	۰,۰۱۸	۱,۲۳	۰,۰۲۲
تهدید (۱ یا ۲)	T6	عدم حمایت و وجود نگرش مشترک نسبت به ارزیابی تندرستی در کادر مدیریتی دانشگاه‌ها	۰,۰۱۹	۱,۳۱	۰,۰۲۴
	T7	در اولویت بودن مسابقات ورزشی قهرمانی و کم‌توجهی به سلامت جسمانی و روانی دانشجویان	۰,۰۱۷	۱,۱۸	۰,۰۲۰
	T8	فراهم نبودن شرایط برای جذب و بهره‌گیری از نیروهای متخصص در مراکز تندرستی	۰,۰۱۶	۱,۱۱	۰,۰۱۸
	T9	گرایش دانشجویان به تفریحات ناسالم و استفاده از مواد مخدر و کاهش توجه به سلامت جسمانی	۰,۰۱۹	۱,۳۲	۰,۰۲۵
	T10	افزایش تورم و در نتیجه افزایش هزینه‌های مربوط به تجهیز و مدیریت مراکز	۰,۰۱۷	۱,۱۹	۰,۰۲۰
	T11	تحریم‌ها و محدودیت در واردات برخی از دستگاه‌ها	۰,۰۱۹	۱,۳۴	۰,۰۲۶
	T12	وجود مراکزی مانند مراکز مشاوره، طب دانشجویان، امور فرهنگی و... در بدنه دانشگاه‌ها و جذب حجم عمده منابع	۰,۰۱۷	۱,۲۱	۰,۰۲۱
		<b>مجموع ضرایب اهمیت عوامل بیرونی</b>	$\sum=1$	۷۰,۲۸	۳,۲۰۲

نتایج ماتریس داخلی و خارجی که در شکل ۱ نمایش داده شده است، حاکی از آن است که پایش تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان از لحاظ موقعیت راهبردی در موقعیت SO قرار دارد. به عبارت دیگر می‌توان گفت به دلیل چیرگی قوت‌ها بر ضعف‌ها با استفاده از برخی فرصت‌های بیرونی بهتر است استراتژی تهاجمی را اتخاذ شود تا وضعیت پایش تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان توسعه یابد.



شکل ۱- ماتریس عوامل داخلی و خارجی

بر اساس تحلیل SWOT، در مجموع پنج استراتژی شامل سه استراتژی SO، دو استراتژی WO برای پایش تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان تدوین شد. لازم به ذکر است از آنجایی که موقعیت راهبردی مراکز تندرستی در جایگاه SO قرار دارد در نتیجه اغلب استراتژی‌ها و تمرکز اصلی و گسترده‌ها راهبردها در این بخش متمرکز است. دو استراتژی مربوط به بخش WO به نوعی برای تثبیت و تقویت بنیادی مراکز تندرستی طراحی شده است و حمایت‌کننده نیل به راهبردهای کلان و اصلی است که در موقعیت SO در نظر گرفته شده است.

جدول ۴- ماتریس تحلیل SWOT پایش تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان دانشگاه‌های دولتی ایران

نقاط ضعف	نقاط قوت	عوامل درونی عوامل بیرونی
<p>W1 ضعف و نقصان در ارائه مشوق‌های لازم جهت تشویق و تحریک دانشجویان جهت مشارکت در برنامه‌های ارزیابی تندرستی. W2 به کارگیری نیروهای داوطلب در امور تخصصی و نیازمند تجربه و بروز برخی نواقص و اشتباهات در اندازه گیری‌ها و همچنین فارغ‌التحصیلی و یا ترک کار و نیاز به سرمایه گذاری، آموزش و تأمین مجدد نیرو. W3 نبود آیین نامه حق التعلیم اختصاصی برای ناظرین، مشاورین، و کارکنان همکار در ارزیابی تندرستی، W4 عدم اختصاص مبلغ مالی و ردیف بودجه- ای مشخص و پایدار، W5 عدم ترویج و اطلاع رسانی جامع و به موقع نتایج ارزیابی- های انجام شده و اثرات آن بر بهبود تندرستی دانشجویان. W6 ضعف در مهارت و تخصص نیروی انسانی درگیر در ارزیابی تندرستی. W7 عدم برخورداری مراکز از اسانس‌نامه رسمی و مستقل. W8 عدم ارائه استاندارد و الگوی مشخصی جهت معماری و چیدمان داخلی و فیزیکی مراکز تندرستی. W9 انجام ارزیابی تندرستی در فواصل و دوره‌های زمانی خاص و عدم فعالیت مستمر آن در برخی دانشگاهها. W10 ارزیابی تندرستی با تکیه بر دانشجویان درس تربیت بدنی و ورزش و فراموش نمودن آن در بین تمامی دانشجویان و سطوح تحصیلی. W11 نبود برنامه و سیاست مشخصی برای درآمدزایی و تأمین مالی مراکز از خارج از دانشگاه. W12 ابهام در سازوکار و شاخص های بررسی نظارت بر عملکرد مراکز. W13 عدم ارائه برنامه و دستورالعملی مشخص برای خدمات، اقدامات و پیگیری‌های پس از پایش. W14 عدم فراگیری رسمی مراکز در ساختار سازمانی ادارات تربیت بدنی دانشگاهها. W15 ضعف در برنامه ریزی و اجرای تبلیغات و برنامه‌های ترویجی برای آگاهی و نهادینه- سازی ارزیابی تندرستی دانشجویان. W16 عدم بهرمندی از نیروی انسانی به تعداد کافی به ویژه در دانشگاه‌های کم برخوردار. W17 عدم برگزاری دوره‌های آموزشی مستمر و مبتنی بر مأموریت و وظایف برای مراکز. W18 ایجاد خستگی و بی- حوصلگی به دلیل طولانی بودن مدت زمان اجرای تمامی آزمون‌ها برای دانشجویان. W19 عدم هماهنگی و انسجام بین مراکز تندرستی، مشاوره و پزشکی در دانشگاهها. W20 به روز نبودن دستگاهها و تجهیزات مراکز</p>	<p>S1 برخورداری از سامانه و نرم‌افزار به روز برای ثبت داده‌ها و اطلاعات مرتبط با تندرستی دانشجویان در دانشگاه‌های دولتی. S2 وجود و ابلاغ دستورالعمل مدون برای اجرای ارزیابی تندرستی. S3 برخورداری اغلب دانشگاهها از حداقل دستگاهها و لوازم مورد نیاز جهت ارزیابی تندرستی. S4 اختصاص فضای مستقل برای ارزیابی تندرستی در اغلب دانشگاهها. S5 استفاده از داوطلبان و امکان کاهش هزینه‌های نیروی انسانی در اموری که کمتر نیاز به تخصص دارد و مهارت ها و دانش مربوطه سریعتر قابل انتقال است. S6 فراهم آوردن داده‌های مختلف مرتبط با تندرستی و امکان بهره‌گیری آن توسط دستگاه در برنامه‌ریزی‌های آتی. S7 ارزیابی دانشجویان در قالب یک بسته جامع و ارائه کارنامه تندرستی و همچنین برنامه‌های اصلاحی و تمرینی، به دانشجویان. S8 یکسان بودن کلیه ابزار و وسایل در تمامی دانشگاهها به منظور تسهیل داده‌ها و اطلاعات. S9 برخورداری از نوآمندی و پتانسیل‌های بالا در ارتقا سلامت و تندرستی و به تبع آن بهره‌وری و ایجاد شور و نشاط در دانشجویان. S10 وجود شرایط لازم برای بهبود مهارت‌ها و قابلیت‌های دانشجویان تربیت‌بدنی از طریق کارورزی در مراکز تندرستی. S11 برخورداری از امکانات و دانش لازم جهت استعدادیابی و کشف و هدایت ظرفیت‌های بالقوه دانشجویان</p>	
فرصت‌ها	استراتژی‌های SO	
<p>WO استراتژی‌های WO</p> <p>نظارت و ارزیابی مستمر و نظام‌مند مراکز</p> <p>W1۲، W۵، W۳، O1۳، O1۲، O۷، O1۴، O۶، O۵، O۲، O۱</p> <p>W1۹، W1۸، W1۳</p> <p>رسمیت یافتن نهادی، ساختاری، اعتقادی و توسعه و تثبیت منابع مراکز در نظام مدیریتی و تشکیلات اداری و مالی دانشگاهها</p> <p>W1۹، W1۶، W1۴، W11، W۸، W۷، W۴، O1۲، O1۳، O۳</p> <p>W1۱</p>	<p>توسعه ارزیابی مستمر، نظام‌مند، جامع و یکسان تندرستی دانشجویان در دانشگاهها</p> <p>۱، O1۳، O1۲، O۸، O۵، O1۰، O۴، O۳، O۲، O1۰، S۹، S۸، S۷، S۲، S۳، S۲S</p> <p>ارائه بازخورد و مشاوره، آموزش و فرهنگ سازی تندرستی مبتنی بر فناوری روز و در بستر فضای مجازی</p> <p>S۹، S۸، S۷، S۶، O1۴، O1۳، O1۲، O۹، O۷، O۵، O۲، O۱</p> <p>توسعه قابلیت‌های پژوهشی، آموزشی و ارائه خدمات تندرستی به روز و متنوع از طریق ارتباط و تعامل با مراکز مرتبط و معتبر</p> <p>۱۴، O1۱، O۹، O۸، O۶، O1۰، O۵، O۳، O۲، O1۰، S1۱، S۹، S۷، S۶، O1۵، O</p>	<p>O1 وجود برخی دستگاهها و تجهیزات به روز مرتبط با فعالیت‌های مراکز تندرستی در بازار. O2 رشد تکنولوژی و نرم افزارهای مرتبط با تندرستی ورزشی. O3 وجود مراکز مشابه در خارج از کشور. O4 گرایش جامعه و دانشجویان به برخورداری از تناسب اندام. O5 وجود مراکز پژوهشی و مطالعاتی در زمینه ارزیابی تندرستی و روش‌ها و دستگاه‌های نوین آن. O6 امکان بهره‌گیری از پتانسیل‌های انسانی و ابزاری موجود در دانشگاه‌های تربیت‌بدنی. O7 خلاقیت اطلاعات مرتبط با تندرستی دانشجویان در نهادهای برنامه‌ریز و سیاستگذار کشور از جمله سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی، مجلس شورای اسلامی و ... O8 شیوع ناهنجاری‌های جسمی و اضافه وزن در بین دانشجویان و نقش مراکز تندرستی در اصلاح این وضعیت. O9 سطح پایین دانش، نگرش و سواد دانشجویان نسبت به سلامت جسمانی و نقش مراکز تندرستی در ارتقا سواد جسمانی دانشجویان. O10 بیکاری دانشجویان تربیت بدنی و امکان به کارگیری تعدادی از آنها در مراکز تندرستی. O11 مهارت‌ها و قابلیت‌های نسبتاً ضعیف دانشجویان تربیت بدنی و امکان رفع این مشکل با کارورزی در مراکز تندرستی. O12 تکالیف قانونی برنامه پنجم و ششم برای بهبود کیفیت زندگی و نشاط در بین جامعه. O13 توجه ویژه مسئولین بلندپایه و مسئولین سازمان امور دانشجویان به سلامت، تندرستی، شور و نشاط و ضرورت آن در دانشگاهها. O14 برخورداری از کمیته علمی و کمیته راهبردی برای مدیریت و هدایت ارزیابی تندرستی دانشجویان در دانشگاهها. O15 وجود واحد تربیت‌بدنی و ورزش و امکان ارزیابی و حضور دانشجویان در مراکز تندرستی و توسعه تندرستی و همچنین دانش آنها در این زمینه</p>
تهدید	استراتژی‌های ST	
<p>WT استراتژی‌های WT</p>	<p>توسعه ارزیابی مستمر، نظام‌مند، جامع و یکسان تندرستی دانشجویان در دانشگاهها</p> <p>۱، O1۳، O1۲، O۸، O۵، O1۰، O۴، O۳، O۲، O1۰، S۹، S۸، S۷، S۲، S۳، S۲S</p> <p>ارائه بازخورد و مشاوره، آموزش و فرهنگ سازی تندرستی مبتنی بر فناوری روز و در بستر فضای مجازی</p> <p>S۹، S۸، S۷، S۶، O1۴، O1۳، O1۲، O۹، O۷، O۵، O۲، O1</p> <p>توسعه قابلیت‌های پژوهشی، آموزشی و ارائه خدمات تندرستی به روز و متنوع از طریق ارتباط و تعامل با مراکز مرتبط و معتبر</p> <p>۱۴، O1۱، O۹، O۸، O۶، O1۰، O۵، O۳، O۲، O1۰، S1۱، S۹، S۷، S۶، O1۵، O</p>	<p>T1 عدم یکپارچگی نرم‌افزاری و سخت‌افزاری سایر دانشگاهها و در نتیجه عدم امکان پیگیری وضعیت تندرستی دانشجویان در زمان انتقال و یا ورود به دیگر مقاطع از دانشگاه‌های آزاد، پیام نور و علمی کاربردی یا بانگس. T2 وجود و رشد مراکز تندرستی رقیب در برخی شهرها. T3 عدم استقبال جامعه و خانواده‌های دانشجویان از مراکز تندرستی به سبب مشکلات اقتصادی و عدم نهادینه‌سازی سلامت جسمانی. T4 عدم رغبت و بی‌انگیزگی دانشجویان نسبت به شرکت در طرح‌های ارزیابی و پایش تندرستی. T5 ارتباط ضعیف برخی از ادارات تربیت‌بدنی با دانشگاه‌های تربیت‌بدنی. T6 عدم حمایت و وجود نگرش مشترک نسبت به ارزیابی تندرستی در کادر مدیریتی دانشگاهها. T7 ذر اولویت بودن مسابقات ورزشی قهرمانی و کم‌توجهی به سلامت جسمانی و روانی دانشجویان. T8 فراهم نبودن شرایط برای جذب و بهره‌گیری از نیروهای متخصص در مراکز تندرستی. T9 گرایش دانشجویان به تفریحات ناسالم و استفاده از مواد مخدر و کاهش توجه به سلامت جسمانی. T10 افزایش تورم و در نتیجه افزایش هزینه‌های مربوط به تجهیز و مدیریت مراکز. T11 تحريم ها و محدودیت در واردات برخی از دستگاه ها. T12 وجود مراکز از جمله مراکز مشاوره، طب دانشجویان، امور فرهنگی و... در بدنه دانشگاهها و جذب حجم عمده منابع توسط آنها</p>

همان‌گونه که در شکل زیر، نمایش داده شده است، تعداد پنج راهبرد و ۲۱ برنامه عملیاتی برای پیش تندرستی و فعالیت‌بدنی دانشجویان دانشگاه‌های دولتی به همراه زمان اجرا و همچنین سازمان‌های متولی، در نظر گرفته شد.

راهبرد	برنامه عملیاتی	متولی	زمان
توسعه ارزیابی مستمر، نظام مند، جامع و یکسان تندرستی دانشجویان	تجهیز و روزآمدسازی دستگاه‌ها، روشها و تکنیک‌های ارزیابی پیش تندرستی	سازمان امور دانشجویان، اداره کل تربیت بدنی و دانشگاهها	۳ سال
	تدوین و اجرای بسته جامع آموزشی و مهارتی کارشناسان مراکز تندرستی و ارائه مشاوره ورزشی	پژوهشگاه علوم ورزشی	۴ ماه
رسمی سازی نهادی، ساختاری، اعتقادی و تثبیت منابع مراکز در نظام مدیریتی و تشکیلات اداری و مالی دانشگاه ها	تدوین آیین نامه شورای راهبردی مراکز ارزیابی تندرستی و مشاوره ورزشی و تشکیل شورا منطبق با آن	اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم	۱ ماه
	تدوین سازوکار و چارچوب داوطلبی در مراکز ارزیابی تندرستی و مشاوره ورزشی	پژوهشگاه علوم ورزشی - اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم	۴ ماه
	رایزی با سازمان برنامه و بودجه و دانشگاه ها جهت اختصاص بودجه مشخص و پایدار و مجوز استخدام	اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم	۱ سال
	تدوین و تصویب اساسنامه مراکز ارزیابی تندرستی و مشاوره ورزشی	اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم	۱ ماه
	تصویب ساختار سازمانی مراکز با لحاظ مناطق دانشگاهی، تعداد دانشجویان تحت پوشش و گستردگی	اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم	۲ ماه
	طراحی استانداردها و الگوی معماری و چیدمان داخلی و فیزیکی مراکز	پژوهشگاه علوم ورزشی، اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم	۶ ماه
	طراحی چارچوب بازخورد و یگیری ارزیابی تندرستی دانشجویان	اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم	۲ ماه
ارائه بازخورد و مشاوره، آموزش و فرهنگ سازی تندرستی مبتنی بر فناوری روز و در بستر فضای مجازی	طراحی بسته‌های آموزشی و مشاوره ورزشی با رویکرد افزایش سواد جسمانی و فرهنگ سازی زندگی	پژوهشگاه علوم ورزشی - اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم	۶ ماه
	طراحی اپلیکیشن بازخورد و مشاوره، آموزش و فرهنگ سازی تندرستی و فعالیت بدنی	مرکز نوآوری فناوریهای ورزشی پژوهشگاه علوم ورزشی	۱۲ ماه
	شناسایی و اجرای عوامل انگیزشی و تشویقی دانشجویان به انجام پیش تندرستی و فعالیت بدنی	اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم	سالانه
	شناسایی مکاتیبها و عوامل تکلیفی جهت انجام پیش تندرستی و فعالیت بدنی	اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم	۴ ماه
توسعه قابلیت‌های پژوهشی، آموزشی و ارتقاء خدمات تندرستی به روزه متنوع از طریق ارتباط و تعامل با مراکز مرتبط و معتبر	طراحی آیین نامه کارورزی دانشجویان علوم ورزشی در مراکز ارزیابی تندرستی و مشاوره ورزشی	اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم	۱ ماه
	تدوین برنامه بازاریابی و درآمدزایی مراکز ارزیابی تندرستی و مشاوره ورزشی	پژوهشگاه علوم ورزشی، اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم	۶ ماه
	ارائه خدمات به دانشگاهیان، خاتواده‌های آنها و عموم جامعه با رویکرد درآمذایی	مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی دانشگاه ها	۶ ماه
	طراحی نودها، تحلیل ها، گزارش دهی وضعیت تندرستی دانشجویان و انجام آسیب شناسی مداوم مراکز	پژوهشگاه علوم ورزشی	سالانه
انعقاد تفاهم نامه همکاری بین تمامی مراکز تندرستی با دانشگاه های علوم ورزشی	ادارات تربیت بدنی دانشگاه ها	۶ ماه	
نظارت و ارزیابی مستمر و نظام مند مراکز	طراحی شاخصها و نظام ارزیابی عملکرد مراکز ارزیابی تندرستی و مشاوره ورزشی	پژوهشگاه علوم ورزشی، اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم	۶ ماه
	تدوین آیین نامه حقوق و دستمزد و حق‌التعلیم اختصاصی برای ناظرین، مشاورین و کارکنان	اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم	۲ ماه
	توسعه نرم افزار ثبت داده‌ها با هدف ارائه گزارش‌های طبقه بندی شده و ارائه تحلیل‌های جامع و به روز	پژوهشگاه علوم ورزشی	۶ ماه

شکل ۲- راهبردها و برنامه عملیاتی پیش تندرستی و فعالیت‌بدنی دانشجویان دانشگاه‌های دولتی ایران و زمان اجرا و متولی آن

## بحث و نتیجه‌گیری

در پژوهش حاضر به تدوین نظام جامع پایش تندرستی و فعالیت‌بدنی دانشجویان دانشگاه‌های دولتی ایران پرداخته شد. در این راستا، پس از بررسی اسناد بالادستی، انجام مصاحبه با خبرگان و بحث و بررسی در شورای راهبردی، چشم‌انداز نظام جامع پایش فعالیت‌بدنی، آمادگی جسمانی و حرکتی دانشجویان به صورت «دانشجویان ایرانی: تندرست و شاداب» تدوین شد. به عبارتی دیگر، آرمان نظام پایش، نیل به نقطه‌ای است که دانشجویانی در آن تندرست و شاد هستند. این دانشجویان از سلامت جسمی، تناسب اندام و آمادگی بدنی مطلوبی بهره‌مند هستند و به واسطه آن و به دلیل شرکت در ورزش و فعالیت‌بدنی مستمر، شادابی و نشاط را نیز توأمان به همراه خواهند داشت و سطح کیفیت زندگی آنها مطلوب خواهد بود. این دانشجویان انجام ورزش و ارزیابی مستمر تندرستی خود و توسعه سواد جسمانی را جایگزین سبک زندگی ساکن، و کم-تحرک و توأم با بطالت و حتی تفریحات ناسالم می‌نمایند.

فلسفه وجودی پایش فعالیت‌بدنی، آمادگی جسمانی و حرکتی دانشجویان در دانشگاه‌های دولتی و شکل‌گیری مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی «سیاست‌گذاری، برنامه‌ریزی و اجرای پایش سلامت دانشجویان، ارائه مشاوره ورزشی و برنامه‌های تمرینی و اصلاحی در جهت توسعه تندرستی، سلامت جسمانی و ارتقاء کیفیت زندگی دانشجویان و توسعه دانش، سواد جسمانی و حساسیت آنها نسبت به حفظ و ارتقاء تندرستی.» است. این مأموریت بیانگر این است که پایش فعالیت‌بدنی از یک سو نیازمند انجام برنامه‌ریزی، سیاست‌گذاری است و از سوی دیگر از طریق مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی به عنوان بازوان اجرایی این نظام، اجرای برنامه‌ها و سیاست‌ها که همانا ارزیابی تندرستی، ارائه خدمات مشاوره ورزشی و برنامه‌های اصلاحی در راستای توسعه تندرستی و سلامت جسمانی و ارتقاء بهره‌وری دانشجویان است را دنبال می‌کند.

در راستای تحقق چشم‌انداز و مأموریت نظام جامع پایش فعالیت‌بدنی، آمادگی جسمانی و حرکتی دانشجویان همواره بر روی پنج ارزش محوری شامل «تندرستی، نشاط و شادابی، فعالیت‌بدنی و تناسب اندام، سواد جسمانی، و اشتغال و خودکفایی تأکید می‌شود. به عبارت دیگر، توجه به این ارزش‌ها و حفظ و پاسداری از آنها به عنوان پاشنه آشیل پایش فعالیت‌بدنی در دانشجویان خواهد بود. در تمامی برنامه‌ها، اقدامات و تصمیم‌گیری‌ها توجه به این ارزش‌ها و توسعه و تقویت آنها می‌بایست محور قرار گیرد. اهداف پایش فعالیت‌بدنی و آمادگی جسمانی دانشجویان، بیانگر نقاط و نتایجی است که به دنبال تحقق آنها است. در این راستا، حفظ و ارتقاء سطح تندرستی و بهبود سطح کیفیت زندگی دانشجویان، بررسی و ارزیابی شاخص‌های وابسته به تندرستی و تعیین سطح توانایی و آمادگی جسمانی دانشجویان، ارائه خدمات نوین مشاوره مرتبط با تندرستی و آمادگی جسمانی، افزایش بهره‌وری و شور و نشاط در بین دانشجویان، ارتقاء سطح سواد جسمانی و حرکتی دانشجویان و نهادینه‌سازی فرهنگ ورزش و زندگی پرتحرک، برخورداری تمامی دانشجویان از کارنامه جامع تندرستی به عنوان شش هدف کلان در نظر گرفته شده است و نیل



به آنها برابر با نیل به چشم انداز و مأموریت‌های نظام پایش و موفقیت آن است. در راستای نیل به اهداف نظام جامع پایش فعالیت بدنی، آمادگی جسمانی و حرکتی دانشجویان تعداد هفت راهبرد در نظر گرفته شد که در ادامه به شرح و تفسیر آنها پرداخته می‌شود.

توسعه ارزیابی مستمر، نظام‌مند، جامع و یکسان تندرستی دانشجویان در دانشگاه‌ها: ارزیابی دقیق تندرستی دانشجویان نیازمند برخورداری از دستگاه‌ها و تجهیزات به روز و کارآمد است. گرچه هم‌اکنون اغلب مراکز تندرستی در دانشگاه‌ها دارای حداقل دستگاه‌های مورد نیاز هستند اما این دستگاه‌ها به روز نیست و از دقت بالایی برخوردار نیستند. در نتیجه به عنوان یکی از برنامه‌های اجرایی می‌بایست تجهیز و روزآمدسازی دستگاه‌ها، روش‌ها و تکنیک‌های ارزیابی پایش فعالیت بدنی، آمادگی جسمانی و حرکتی را در دستور کار قرار داد. از سوی دیگر، ارزیابی جامع و یکسان نیازمند آموزش و ارائه دانش و توسعه مهارت‌های نیروی انسانی درگیر در ارزیابی تندرستی است. در این راستا تدوین و اجرای بسته جامع آموزشی و مهارتی کارشناسان مراکز تندرستی و ارائه مشاوره ورزشی به عنوان یکی از اقدامات اجرایی خواهد بود.

رسمی سازی نهادی، ساختاری، اعتقادی و تثبیت منابع مراکز در نظام مدیریتی و تشکیلات اداری و مالی دانشگاه‌ها: یکی از عمده مشکلات مراکز تندرستی و همچنین در سطحی بالاتر نظام پایش سلامت و تندرستی دانشجویان عدم وجود و تصویب ساختار و تشکیلاتی رسمی و منابعی پایدار و مشخص برای آن است. در این راستا تدوین و تصویب اساس‌نامه مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی، رایزنی با سازمان برنامه و بودجه و دانشگاه‌ها جهت اختصاص بودجه مشخص و پایدار مجوز استخدام نیروی انسانی برای مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی و همچنین تصویب ساختار سازمانی مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی با لحاظ مناطق دانشگاهی، تعداد دانشجویان تحت پوشش و گستردگی فعالیت‌ها و تعریف و تصویب مشاغل و شرح شغل و شرایط احراز آنها از گام‌های اساسی است. تدوین آیین‌نامه شورای راهبردی مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی و تشکیل شورا منطبق با آن، تدوین سازوکار و چارچوب داوطلبی در مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی و همچنین طراحی استانداردها و الگوی معماری و چیدمان داخلی و فیزیکی مراکز از دیگر اقداماتی است که به توسعه تشکیلات اداری و توسعه نظام مدیریتی آن کمک می‌نماید.

ارائه بازخورد و مشاوره، آموزش و فرهنگ سازی تندرستی مبتنی بر فناوری روز و در بستر فضای مجازی: گرچه تاکنون در برخی از دانشگاه‌ها ارزیابی تندرستی در سطح محدودی انجام گرفته است اما یکی از مشکلات آن نبود پیگیری‌ها پس از انجام پایش و همچنین عدم ارائه بازخوردها و برنامه‌های مشاوره‌ای بوده است. همچنین به دلیل تبلیغات و برنامه‌های ترویجی ضعیف، استقبال دانشجویان نیز از این مراکز قابل توجه نبوده است. در این راستا طراحی چارچوب

بازخورد و پیگیری ارزیابی تندرستی دانشجویان، طراحی بسته‌های آموزشی و مشاوره ورزشی برای دانشجویان با رویکر افزایش سواد جسمانی و فرهنگ‌سازی زندگی فعال و همچنین طراحی اپلیکیشن بازخور و مشاوره، آموزش و فرهنگ‌سازی فعالیت‌بدنی، آمادگی جسمانی و حرکتی دانشجویان می‌تواند راهگشا باشد و به عنوان سه برنامه می‌بایست مورد پیگیری قرار گیرد. عدم استقبال دانشجویان به دلایل مختلف به عنوان یکی از چالش‌های مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی بوده است. در این راستا شناسایی و اجرای عوامل انگیزشی و تشویقی دانشجویان به انجام پایش فعالیت‌بدنی، آمادگی جسمانی و حرکتی و همچنین شناسایی مکانیزم‌ها و عوامل تکلیفی جهت انجام پایش فعالیت‌بدنی، آمادگی جسمانی و حرکتی به عنوان دو برنامه و اقدام می‌بایست مورد اجرا قرار گیرد.

توسعه قابلیت‌های پژوهشی، آموزشی و ارائه خدمات به روز و متنوع از طریق ارتباط و تعامل با مراکز مرتبط و معتبر: از آنجایی که ارزیابی تندرستی و ارائه مشاوره ورزشی تخصصی و نیازمند بررسی، ارائه دانش و اطلاعات نوین است و از سوی دیگر داده‌های مربوط به دانشگاه‌های مختلف نیازمند بررسی، تحلیل، تجمیع و آسیب‌شناسی در راستای ارائه به نهادهای تصمیم‌گیرنده است؛ در نتیجه توسعه تعامل و ارتباطات با نهادهای پژوهشی و علمی نقش مؤثری در این زمینه خواهد داشت. در این راستا، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی به عنوان شریک پژوهشی نظام پایش و دانشکده‌های علوم ورزشی به عنوان شرکای اجرایی خواهند بود. در این راستا، طراحی نورم‌ها، تحلیل‌ها، گزارش‌دهی وضعیت تندرستی دانشجویان و انجام آسیب‌شناسی مداوم مراکز در ابعاد مختلف، توسط پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی و انعقاد تفاهم‌نامه همکاری بین تمامی مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی با دانشکده‌های علوم ورزشی در دانشگاه‌های مربوطه از الزامات خواهد بود.

نظارت و ارزیابی مستمر و نظام‌مند مراکز: جهت نظارت دقیق بر عملکرد واحدهای ارزیابی تندرستی و مشاوره ورزشی دانشگاه‌ها طراحی شاخص‌ها و نظام ارزیابی عملکرد مراکز تندرستی و مشاوره ورزشی و مرتبط‌سازی آن با مکانیزم‌های تخصیص بودجه و انگیزشی و همچنین جهت جبران عملکرد، نیازمند تدوین آیین‌نامه حقوق و دستمزد و حق‌التعلیم اختصاصی برای ناظرین، مشاورین، و کارکنان همکار در ارزیابی تندرستی است.

در پژوهش، حاضر، برنامه راهبردی و همچنین برنامه‌های عملیاتی توسعه پایش تندرستی و فعالیت‌بدنی دانشجویان دانشگاه‌های دولتی تدوین گردید. این برنامه، می‌تواند به عنوان یک طرح کلی و چارچوب راهنما در راستای توسعه تندرستی و فعالیت‌بدنی دانشجویان مورد اجرا قرار گیرد. این پژوهش، کلیات راهبردی و برنامه‌های اقدام در زمینه پایش تندرستی دانشجویان را مشخص نمود. در ادامه مسیر، تحقیقات آتی می‌تواند بر برنامه‌های عملیاتی پیشنهاد شده تکیه نماید. اغلب این برنامه‌ها، نیاز به مطالعه و بررسی‌های علمی دارد.

این مقاله، بخشی از یک طرح پژوهشی است که به سفارش سازمان برنامه و بودجه کشور و توسط پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی انجام گرفته است. نویسندگان بر خود واجب می‌دانند از حمایت‌های این سازمان و پژوهشگاه، معاونت پژوهشی جهاد دانشگاهی، اداره کل تربیت بدنی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، مدیران ادارات تربیت بدنی دانشگاه‌ها، و همچنین ناظران اجرایی طرح در دانشگاه‌ها به سبب حمایت بی‌دریغ از اجرای دقیق و زمانبندی شده این طرح و مهیاسازی شرایط و هماهنگی‌های لازم جهت گردآوری داده‌های مورد نیاز، قدردانی نمایند.

### منابع

1. Abraham, S. (2012). *Strategic Planning: A Practical Guide for Competitive Success*. 2 editions. Melbourne: Emerald Publishing Limited.
2. Administration of Physical Education, Ministry of Science, Research and Technology. (2018). *Resource manual for guidelines for exercise testing and prescription*. (Persian).
3. Ahmadi, Fatemeh Zahra; Mehr Mohammadi, Mahmood; Montazeri, Ali and Wola, Mojin (2016). Teacher Health Literacy, Voice of Teachers and Students. *Modern Educational Thoughts*, 14(1). (Persian)
4. Alvani, S. M. (2016). *Public Management*. Fifty-Fourth Edition. Tehran: Ney Publishing. (Persian).
5. Boyle, J.R., & LaRose, N.R. (2008). Personal beliefs, the environment and college students' exercise and eating behaviors. *American Journal of Health Studies*, 23(4), 195-200.
6. Breivik, G., & Hellevik, O. (2014). More active and less fit: changes in physical activity in the adult Norwegian population from 1985-2011. *Sport in Society*, 17, 157-75.
7. Downward, P., & Rasciute, S. (2014). Exploring the covariates of sport participation for health: an analysis of males and females in England. *Journal of Sports Sciences*, 33(1):1-10.
8. Fridberg, T. (2010). Sport and exercise in Denmark, Scandinavia and Europe. *Sport in Society*, 13, 583-92.
9. Ghafrani, M. (2008) *Designing and Developing a Strategy for the Development of the Heroic and Public Sports of Sistan and Baluchestan Province*. PhD Thesis, university of Tehran. (Persian).
10. Gharakhanlou R, Farzad B, Agha-Alinejad H, Steffen LM, Bayati M. (2012). Anthropometric measures as predictors of cardiovascular disease risk factors in the urban population of Iran. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, 98(2), 126-35.
11. Goodarzi, M & Honari, H. (2007). Designing and Developing a Comprehensive Sport Wrestling System in Iran. *Journal of Research in Sport Sciences*, 5(14), 33-54. (Persian).

12. Goodarzi, M., Farahani, A and Goodarzi, M. (2013) Design of Student Sports Development Strategy Department of Physical Education of Payam Noor. *Research in university Sport*, 5(291), 117-134. (Persian).
13. Griffith University (2018). Student Wellbeing and Safety Policy. <http://policies.griffith.edu.au/pdf/Student Wellbeing and Safety Policy.pdf>. Retrieved in 2019.
14. Hashemi Siavashani. M (2020). *Developing a Human Resources Strategic Program at the Ministry of Sport and Youth*. Doctoral dissertation on Sport Management. Physical education and sport sciences institute. (Persian).
15. Haycock, D. (2015). *University Students' Sport Participation: The Significance of Sport and Leisure Careers*. A Thesis in University of Chester for the degree of Doctor of Philosophy.
16. Hemmatinejad, M. A. (2008). Strategic Planning of the Rowing Federation and Water Skiing, research project of physical education and sport sciences institute. (Persian).
17. Hosseini, G; Hamidi, M. & Tojjari, F (2012). Strategic Planning of Student Sport in Islamic Azad University. *Sport Management*, 15, 15-33. (Persian).
18. Institute for Research & Planning in Higher Education. (2018). *Statistics of higher education in Iran (a brief) 2017-2018*. <https://irphe.ac.ir/files/Statistic/files/Brochures/2017-2018.pdf>. (Persian).
19. Javadipour, M and Samia Nina, M. (2013). General Sport in Iran and Formulation of Future Vision, Strategy and Plans. *Applied Journal of Sport Management*, 4, 30-21. (Persian).
20. Keating, X. D., Chen, L., Lambdin, D., Harrison Jr., L., & Ramirez, T. (2009). Important health-related fitness knowledge domains for university students. Paper presented at the annual meeting of the American Alliance of Health, Physical Education, Recreation and Dance, Tampa, FL.
21. Khosravi Zadeh, E. (2008). *Study and Design of the Strategic Plan of the National Olympic Committee of the Islamic Republic of Iran*. PhD Thesis, university of Tehran. (Persian).
22. leeds trinity students' union (2014). leeds trinity university sport strategy 2014-2019. <http://www.leadstrinity.ac.uk/Key%20Documents/LTU%20Sport%20Strategy%202014-19.pdf>. Retrieved in 2020.
23. Lunn, P., Kelly, E., & Fitzpatrick, N. (2013). *Keeping them in the game: taking up and dropping out of sport and exercise in Ireland*. Dublin, Ireland: Economic and Social Research Institute.
24. McArthur, L.H., & Raedeke, T.D. (2009). Race and sex differences in college student physical activity correlates. *American Journal of Health Behavior*, 33(1), 80-90.
25. Musa, Taha Hussein., Li. WEI, LI Xiao Shan, PU Yue Pu, and WEI Ping Min (2016). Prevalence of Overweight and Obesity among Students Aged 7-22 Years in Jiangsu Province, China. *Biomed Environ Sci*, 29(10), 697-705.
26. Ramezani, M; Andam, R; Aghaei, A. A. (2014). Designing the Strategic Plan of Shahroud University. *Physical Education Department*, 3(7), 15-40. (Persian).
27. Sparling, P.B. (2003). College physical education: An unrecognized agent of change in combating inactivity-related diseases. *Perspectives in Biology and Medicine*, 46, 579-587.

28. Sport England (2014). Active universities 18-month report. London, United Kingdom: Sport England. <https://www.sportengland.org/media/10171/active-universities-final.pdf>. Retrieved in 2020.
29. Stewart, S., & Mitchell, M. (2003). Instructional variables and student knowledge and conceptions of fitness. *Journal of Teaching in Physical Education*, 22, 533-551.
30. Tisdell, C. A (2001). Sustainable development, gender inequality and human rescore. *International Journal of Agricultural Resources Governance and Ecology*, 1(2), 178-192.
31. Tuyckom, C., & Scheerder, J. (2010). Sport for all? Insight into stratification and compensation mechanisms of sporting activity in the EU-27. *Sport, Education and Society*, 15, 495-513.
32. University of Bristol (2018). University policies and strategies. <http://www.bristol.ac.uk/university/governance/policies/>. Retrieved in 2019.
33. World Health Organization. (2009). *Global Health Risks: Mortality and Burden of Disease Attributable to Selected Major Risks*: World Health Organization.

### ارجاع دهی

قراخانلو، رضا؛ قربانی، محمدحسین؛ بیاتی، مهدی؛ شمس، امیر. (۱۳۹۹). تدوین برنامه راهبردی پایش تندرستی و فعالیت بدنی دانشجویان کشور. پژوهش در ورزش تربیتی، ۸(۱۹): ۳۸-۱۷. شناسه دیجیتال: 10.22089/res.2020.8399.1798

Gharakhanlou, R; Ghorbani, M. H; Bayati, M; Shams, A. (2020). Developing a Strategic Plan for Monitoring the Well-Being and Physical Activity of Iranian Students. *Research on Educational Sport*, 8(19): 17-38. (Persian). DOI: 10.22089/res.2020.8399.1798

## Developing a Strategic Plan for Monitoring the Well-Being and Physical Activity of Iranian Students

R. Gharakhanlou<sup>1</sup>, M. H. Ghorbani<sup>2</sup>, M. Bayati<sup>3</sup>, A. Shams<sup>4</sup>

1. Professor of Exercise Physiology, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran (Corresponding Author)

2. Assistant Professor of Sport Management, Sport Sciences Research Institute, Tehran, Iran

3. Assistant Professor of Exercise Physiology, Sport Sciences Research Institute, Tehran, Iran

4. Assistant Professor of Motor Behavior, Sport Sciences Research Institute, Tehran, Iran

Received: 2020/01/25

Accepted: 2020/04/13

---

### Abstract

The purpose of this study was to develop a strategic plan for monitoring the well-being and physical activity of students in Iranian governmental universities. This research is a mixed (qualitative-quantitative) research and has been conducted in the field. The statistical population of the study consisted of all governmental universities throughout the country and all other experts in the field of student sport and student well-being monitoring. Semi-structured interviews with 20 elites were used to collect data in the qualitative section. In the quantitative section, the sample consisted of 39 elites and supervisors of university well-being and sport counseling centers. Open coding and quantitative analysis methods including descriptive statistics (mean and standard deviation) were used to analyze the data. According to the findings, the mission of the student well-being and Physical Activity system is "policy making, planning and implementation of student health monitoring, providing sports counseling and training and improvement programs for well-being development." 'Physical health and quality of life of the country's students and the development of their knowledge and sensitivity to maintaining and promoting well-being' and the vision considered as 'Iranian student: healthy and vitality' and core values including well-being, vitality, Physical activity, fitness, employment and self-sufficiency were considered. In addition, 20 weaknesses, 11 strengths, 12 threats and 15 opportunities were identified. Six major objectives were formulated and five strategies and 21 operational plans were designed to achieve these goals. The program derived from this research can be implemented as an outline and guide framework for the development of the well-being and fitness of Iranian students.

**Keywords:** Strategic Plan, Student, Well-Being, Physical Activity, Monitoring

---

---

1. Email: ghara\_re@modares.ac.ir

2. Email: ghorbani.moho@gmail.com

3. Email: m.bayati@ssrc.ac.ir

4. Email: amirshams85@gmail.com