



فصلنامه مدیریت داس در ورزش دانشگاه آزاد اسلامی واحد سنج سال دوم دوره ۲ شماره ۲ صص ۱۷-۱۸ تابستان ۱۴۰۱

مشارکت سالمندان در فعالیتهای بین نسلی فراغتی - ورزشی

علی محمد صفانیا*^۱ رها برهمند^۲

۱-استاد مدیریت ورزشی، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران(نویسنده مسئول). ۲-دکتری مدیریت ورزشی، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

* نویسنده مسئول : a.m.safania@gmail.com

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۳/۰۷ * تاریخ پذیرش ۱۴۰۱/۰۶/۰۳

چکیده

زندگی مدرن همراه با تحول دیجیتال موجب ایجاد شکاف عمیقی بین نسلها خصوصا گروه سنی سالمندان شده است. انزوا و کناره گیری سالمندان در فعالیتهای ورزشی-فراغتی پدیده‌ای، نگران کننده است. هدف از انجام این تحقیق، ارزیابی مشارکت سالمندان در فعالیتهای فراغتی فعال و بین نسلی بود. این مطالعه از نوع مطالعات ثانویه و روش اجرای آن، مرور بهترین شواهد بود. منابع شامل، مقالات و درگاه‌های اینترنتی معتبر بود. به منظور مطالعه دقیق، منابع در بازه زمانی سال ۱۳۹۳ تا ۱۴۰۱ مورد بررسی قرار گرفت. فعالیتهای بین نسلی برای سالمندان فواید زیادی دارند از جمله بهبود شرایط فیزیکی، ذهنی، اجتماعی و شناختی در گروه سنی هدف. فناوری اطلاعات و شاخص های محیطی نیز جز عواملی هستند که موجب مشارکت بیشتر افراد سالمند در این فعالیت ها می گردند. پیشنهاد می گردد با بهره گیری از فعالیتهای بین نسلی در فراغت فعال سالمندان، محیطی برای بهبود شرایط این گروه سنی ایجاد گردد.

واژه‌های کلیدی: فعالیت بین نسلی، فراغت سالمندان، ورزش سالمندان

شکاف بین نسلی در جامعه امروزی منجر به کناره گیری بخش وسیعی از جامعه سالمندی در فعالیتهای اجتماعی خود شده است. از سوی دیگر تغییر سبک زندگی به واسطه پیشرفت تکنولوژی نیز، منجر به عمیق تر شدن شکاف بین نسلی شده است. نابرابری بین نسلی در حوزه سلامت یکی از دلایل کاهش سطح سلامت در طول زندگی به شمار می آید. به منظور توسعه سیاست ها و مداخلات برای اطمینان از برابری فرصت ها، درک علل و اثرات شکاف بین نسلی و چگونگی کاهش آن، امری بسیار مهم است (Brown, Eibich, & Biosca, 2022). سرمایه گذاری های مناسب برای ساخت امکاناتی که تمامی افراد جامعه بتوانند از آن بهره ببرند می تواند عدالت اجتماعی و تعدیل شکاف بین نسلی را به همراه داشته باشد (Amiri-Paryan, Doroudian, 2022). با توجه به اهمیت دو عامل ورزش و اوقات فراغت در سنین کودکی و سالمندی، شکاف بین نسلی در سبک زندگی مرتبط با ورزش، رویکرد مناسبی برای توضیح تفاوت های اجتماعی در مشارکت فعالیتهای فراغتی - ورزشی ایجاد می کند. اهمیت سبک زندگی ورزشی در خانواده و مشارکت ورزشی والدین در دوران کودکی اثری مثبت و معنادار در ورزش نوجوانان و جوانان در بزرگسالی دارد (Hayoz, Klostermann, Schmid, Schlesinger, & Nagel, 2019). همچنین حمایت بین نسلی، از جمله حمایت عاطفی و مالی، در بهبود وضعیت سلامت والدین سالمند، از نظر جسمی و روانی و عملکرد آنها در فعالیتهای روزمره زندگی بسیار موثر است (Li & Guo, 2022). با توجه به شرایط ایجاد شده توسط کرونا و پیشرفت تکنولوژی، گروه های سنی کودک و نوجوان و سالمندان بیشترین آسیب را از کم تحرکی، دریافت می کنند. مدیریت صحیح سازمان های ورزشی برای دوران پسا کرونا و در نظر گرفتن استراتژی هایی برای افزایش مشارکت ضروری است (Safania & Barahmand, 2020). شکاف عمیقی در ارتباطات سالمندان و کودکان و نوجوانان ایجاد شده است. این شکاف ناشی از تغییر سبک زندگی و عقاید و باورهای نسل ها است. بررسی سبک زندگی افراد در گروه های سنی مختلف نشان می دهد که تمایلات، گرایش ها و رفتارهای این گروه ها، با هم متفاوت است (shalchi & ziachi, 2014). می توان از فناوری اطلاعات و داده کاوی در ورزش بهره برد و فعالیتهای ورزشی را توسعه داد (Kordavani, Safania, Naderian Jahromi, Farahani, & Honari, 2022). از سوی دیگر، مطالعاتی نشان می دهند که فعالیتهای فراغتی سالمندان و گروه سنی کودکان می تواند موجب بهبود کیفیت زندگی هر دو گروه سنی شود. انجام فعالیتهای فراغتی در خانواده، تأثیرات آموزشی مناسبی بر نگرش کودکان و توسعه ی فرهنگ اوقات فراغت، می گذارد. تفریح در محیط خانواده به رشد شخصیت، دانش و درک کودک کمک می کند و در عین حال به آنها فرصت تجربه اشکال مختلف فرهنگ سنتی را در کنار سالمندان می دهد و گفت و گوی بین نسلی را برقرار می کند (Pluta, Bronikowska, Tomczak, Laudańska-Krzemińska, & Bronikowski, 2017). تحقیقات بسیاری نشان داده اند که رابطه میان افراد سالمند به خصوص پدر بزرگ و مادر بزرگ در رشد صحیح کودکان تأثیر گذار است. برقراری ارتباط مناسب سالمندان و کودکان و اجرای فعالیتهای مشترک برای این دو گروه سنی، به سالمندان کمک می کند تا بر حس تنهایی و افسردگی غلبه کنند. همچنین برای کودکان نیز فضایی را ایجاد می کند که در آن دوستان وفاداری را، بیابند که می توانند به آنها اعتماد کنند، از آنها مشاوره بگیرند و همچنین فعالیتهای مشترکی مثل، آواز خواندن، ورزش کردن، کتاب خواندن و پیاده روی را، با هم تجربه کنند. فعالیتهای مشترک سالمندان و کودکان در سه گروه فعالیتهای مبتنی بر زبان، تکنولوژی و فعالیتهای فیزیکی تقسیم می شوند (Denkova, 2019). مطالعات نشان می دهند که افسردگی سالمندان چینی تحت تأثیر مراقبت از نوه ها کاهش می یابد و این تأثیر در زنان و مردان مسن تر که همسر ندارند، بارزتر است. جامعه باید از سالمندان توانمند، برای مشارکت در مراقبت از نوه ها حمایت کند و کودکان نیز باید در رفتار با سالمندان مورد آموزش قرار گیرند (Tang et al., 2022). از این رو ایجاد نوآوری در فعالیتهای مربوطه به سالمندان می تواند موجب فعال تر شدن آنها گردد (Barahmand, 2022). سالمندان شرکت در فعالیت بدنی بین نسلی می تواند انگیزه های مناسب برای فعال تر شدن سالمندان باشد. در تحقیقات صورت گرفته، ۴۴ درصد از سالمندان فعالیت بدنی را لذت بخش ارزیابی کردند، ولی با بررسی مشارکت در فعالیتهای فراغتی - ورزشی بین نسلی و مشارکت در این فعالیت ها به همراه کودکان، ۸۱ درصد سالمندان، ورزش را لذت بخش ارزیابی کردند (Buonsenso et al., 2021). در همین راستا، در تحقیقی بیان شده است که فعالیت ورزشی سالمندان به همراه کودکان، موجب افزایش قدرت اندام فوقانی هر دو گروه شده است (Mouton, Renier, & Cloes, 2015). نتایج مطالعه دیگری نشان داد برنامه های

بین نسلی در فعالیت های ورزشی سالمندان موجب افزایش مشارکت و خودکارآمدی آن ها در این فعالیت ها شده است و مهم ترین عوامل، برگزاری کارگاه های آموزشی، کنفرانس های ماهانه ی بین نسلی و حمایت جامعه ارزیابی شد (Sowle, 2015). مطالعه دیگری نشان می دهد که سالمندان بازنشسته اغلب زمان خود را در خانه هایشان یا خانه سالمندان می گذرانند و به ندرت با کودکان ارتباط برقرار می کنند، که موجب می شود در کسب دانش جدید و انتقال تجربیات خود ناکام بمانند. از این رو فناوری های نوین در شکل واقعیت مجازی می تواند موجب بهبود تعامل سالمندان با گروه های سنی دیگر به خصوص کودکان گردد. انتخاب موضوعات بازی در واقعیت مجازی برای سالمندان در فرآیند تعامل بین نسلی آن ها را تشویق به تجربه فناوری در اوقات فراغت می کند (Wang, Shao, & Han, 2022). در مطالعه ای دیگر نیز نتایج نشان داد حمایت پدربزرگ و مادربزرگ ها از نوه هایشان، در مشارکت ورزشی آن ها اثر دارد (Xie, Besnilian, & Boyns, 2021). نتایج این مطالعات نشان می دهند ارتباطات بین نسلی و بهبود تعامل سالمندان و کودکان و نوجوانان می تواند موجب مشارکت فعال افراد در فعالیت های فراغتی- ورزشی گردد. کم تحرکی در دو رده سنی سالمندی و کودکان به خصوص با شیوع ویروس کرونا، بیش از پیش دیده می شود و مطالعه دقیق بر روی شکاف بین نسلی در حوزه ورزش و فراغت فعال می تواند زوایای مهم این موضوع را مشخص کند. تعاملات بین نسلی و حمایت های اجتماعی به خصوص در دوران سالمندی می تواند به حضور بیشتر افراد سالمند، در جامعه کمک کند (Zhong, Lee, & Lee, 2022). از عوامل مؤثر در مشارکت در فعالیت های تفریحی-ورزشی، می توان به بعد رفتاری و عوامل ساختاری نام برد که شامل؛ بعد سازمانی، سازماندهی، بعد محیطی و اقتصادی می باشد (Abdollahifar, Safania, Namazi, Zadeh, & Azad Fada, 2022). از میان این عوامل به ترتیب سازماندهی، امکانات و زیرساخت، منابع مالی، فناوری و رسانه و برنامه ریزی، مهمترین عوامل در مشارکت های تفریحی ورزشی به شمار می آیند (Abdollahi far, safania, Namazi Zadeh, & azadfada, 2021). طیف وسیعی از مزایای بالقوه مشارکت بین نسلی به ویژه در مورد کنترل اضطراب، مولد بودن، نگرش های سنی متقابل و فعالیت بدنی وجود دارد. با این حال، ناهمگونی در زمینه برنامه، طراحی نمونه و مدت زمان نشان می دهد که تحقیقات بیشتری برای امکان اجرای گسترده تر برنامه های بین نسلی لازم است. دقت علمی در تحقیقات کمی و کیفی نیز باید تا آنجا که ممکن است به کار گرفته شود تا شواهد، با بالاترین کیفیت ارائه شود (Krzeczkowska et al., 2021). تحقیق دیگری نیز نشان داده است که حضور جوانان در کنار سالمندان موجب ایجاد حس ارزشمندی در آن ها می شود و همچنین کیفیت زندگی هر دو گروه سنی را بهبود می بخشد. استفاده از فعالیت های ورزشی در برنامه های بین نسلی نیز می تواند در کسب حمایت و توانمندی هر دو گروه سنی اثرگذار باشد (Ebrahimi, Esmaeilzadeh Ghandehari, & Veisi, 2020). در ایران خلاء تحقیقاتی در خصوص شکاف بین نسلی و فراغت-ورزشی افراد سالمند دیده می شود. بیشتر تحقیقات داخلی انجام شده، در زمینه جهانی شدن و فاصله نسلی، مطالعه بین نسلی سبک زندگی و تفاوت های سبک زندگی صورت گرفته است و تحقیقاتی زمینه ای در خصوص فعالیت های فراغتی-ورزشی بین نسلی و اثر آن بر سالمندان دیده نمی شود. از این رو هدف از انجام این تحقیق، ارزیابی تأثیر مشارکت سالمندان در فعالیت های فراغتی-ورزشی بین نسلی است.

روش شناسی پژوهش

این مطالعه از نوع مطالعات ثانویه و روش اجرای آن، مرور بهترین شواهد بود. منابع شامل، مقالات و درگاه های اینترنتی معتبر بود. به منظور مطالعه دقیق، منابع در بازه زمانی سال ۱۳۹۳ تا ۱۴۰۱ مورد بررسی قرار گرفت. به دلیل محدود بودن تحقیقات در خصوص فعالیت های بین نسلی در ایران، در انتخاب متون از منابع انگلیسی و فارسی زبان استفاده شد. موضوعات مورد استفاده در جستجو عبارت بودند از: فعالیت ورزشی بین نسلی، فعالیت های فراغتی-ورزشی بین نسلی، بازی و ورزش سالمندان، بازی و ورزش کودک و نوجوان، تعامل سالمند با کودک و نوجوان در اوقات فراغت. جمع آوری منابع با استفاده از موتورهای Research Gate و PubMed, Science direct, SID Magiran, Google Scholar صورت گرفت. انتخاب مقالات با توجه به متن مقاله ها و نظر نویسندگان انجام شد. ابتدا ۶۵ مقاله با موضوعات فعالیت های بین نسلی یافت شد. با بررسی مجدد، ۴۲ مقاله که زمینه مرتبط تر با فعالیت بین نسلی سالمندان و کودکان و نوجوانان داشتند برگزیده شد و در نهایت ۲۴ مقاله که

صفا نیا و برهمنند: مشارکت سالمندان در فعالیت‌های بین نسلی فراغتی - ورزشی

مرتبط‌ترین مقالات و متون با مشارکت کودکان و نوجوانان به همراه سالمندان در فعالیت‌های فراغتی - ورزشی بین نسلی بود، انتخاب شد و یافته‌های متون، بر اساس نتایج کسب شده در این تحقیقات مورد بررسی و تحلیل قرار گرفتند.

نتایج

فعالیت بدنی و اوقات فراغت دو عامل مهم در کودکی و سالمندی است. سالمندان و کودکان وقت بیشتری در اختیار دارند و ورزش و فعالیت بدنی می‌تواند به عنوان محرکه‌ای برای زندگی بهتر آن‌ها مطرح گردد. از سوی دیگر تغییر سبک زندگی موجب کم‌رنگ شدن ارتباطات نسل‌ها و فاصله گرفتن آن‌ها از یکدیگر شده است. در ادامه به بررسی فعالیت‌های فراغتی-ورزشی بین نسلی، بر اساس مرور بهترین شواهد متون می‌پردازیم.

بر اساس تحقیقات صورت گرفته، در مورد اوقات فراغت، ۳۲/۴ درصد از کودکان با پدربزرگ و مادربزرگ خود به انجام فعالیت‌های اوقات فراغت فعال پرداختند و محققان اشتراک‌گذاری اوقات فراغت پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها را، در بهبود روانی و جسمانی کودکان، مؤثر دانستند. سیاست‌های مداخله اجتماعی و خانواده باید در جهت ارتقای محیط‌های بین نسلی برای فعالیت بدنی خانواده باشد. زیرا به تبعیت از ورزش‌های بدنی به بهبود وضعیت جسمی و روانی کودکان و سالمندان در کنار هم کمک می‌کند (Ocón, Alonso-Ruiz, & Ponce-de-León-Elizondo).

در تحقیقی که بر روی حرکات موزون و برنامه‌ای بین نسلی برای افزایش مشارکت در فعالیت بدنی صورت گرفت، نتایج نشان دادند که شرکت‌کنندگان در این مطالعه که سن آن‌ها بین ۲ تا ۷۹ سال بود، این فعالیت را لذت بخش ارزیابی کردند. همچنین به اهدافی مانند افزایش ضربان قلب رسیدند ولی در خصوص اثرات چاقی و کاهش وزن ارتباط معناداری یافت نشد. طراحی و اصلاح صحیح برنامه‌های فعالیت بدنی بین نسلی، به بهبود ارتباط سنین مختلف و مشارکت ورزشی کمک می‌کند. حرکات موزون، یک روش لذت بخش، مناسب و کم هزینه برای افزایش دسترسی کودکان و خانواده‌ها به فعالیت بدنی است (Schroeder and et al., 2017). برنامه‌های بین نسلی به عنوان تسهیل‌کننده ارتباطات اجتماعی شناخته شده است. مردم نگاری ویدیویی، برای بررسی محیط بین نسلی و مشاهده الگوهای تعامل بین افراد سالمند و کودکان نشان می‌دهد که نوع فعالیت، ساختار گروهی و طول فعالیت، برای افزایش مشارکت افراد سالمند و کودکان در یک برنامه فراغتی اثرگذار است (Kirsnan, Kosiol, Golenko, Radford, & Fitzgerald, 2022). در تحقیقی برنامه‌ای بین نسلی برای افزایش مشارکت سالمندان در ورزش تکواندو، مورد بررسی قرار گرفته است. تکواندو یک هنر رزمی مدرن است که شامل ترکیب‌های مختلفی از تکنیک‌های دست و پا می‌باشد. ارزش‌های اصلی فلسفه تکواندو ادب، احترام متقابل و کنترل نفس است. برای توسعه برنامه تکواندو بین نسلی، مربیان باید (۱) اهداف مشترک را تعیین کنند، (۲) تفاوت‌های توانایی‌های فیزیکی و ذهنی را تشخیص دهند، (۳) مشوق‌هایی را برای شرکت‌کنندگان در برنامه‌های فعالیت بدنی ارائه دهند (Y. Kim & et al., 2022). در این میان با توجه به شیوع ویروس کرونا و قرنطینه‌های ایجاد شده، فناوری اطلاعات یکی از عواملی است که می‌تواند در بهبود ارتباطات بین نسلی اثرگذار باشد (Alonso Ruiz, Sáenz de Jubera Ocón, Valdemoros San Emeterio, & Ponce de León Elizondo, 2022). شیوع کرونا در کنار معایب بی شماری که ایجاد کرد، مزایایی هم در بر داشت مانند توسعه ورزش در خانه، که محیطی را ایجاد می‌کرد تا افراد خانواده در کنار هم به فعالیت ورزشی بپردازند (Safania & Barahmand, 2020). برخی از مطالعات نشان می‌دهند که در طول پاندمی کرونا، اجرایی سازی برنامه‌های فعالیت سالمندان در مهد کودک‌ها بسیار بازخورد مناسبی داشته است ولی موانعی برای گسترش این فعالیت‌ها به چشم می‌خورد و لازم است با دیدگاهی متفاوت به این امر توجه گردد (Oropilla, Ødegaard, & Quinones, 2022). کودکان و سالمندانی که در یک برنامه بین نسلی مشارکت کرده‌اند نشان دادند که پس از این برنامه، قدرت دست کودکان در گرفتن اشیاء، افزایش یافته است و سالمندان نیز در مواردی مانند سرعت راه رفتن و پارامترهای روانی-اجتماعی بهبود یافته‌اند (Minghetti, Donath, Zahner, Hanssen, & Faude, 2021). از سوی دیگر عاملی که در مشارکت بین نسلی در فعالیت‌های فراغتی فعال برای سالمندان و کودکان اثرگذار است، سطوح اجتماعی-اقتصادی است. هرچه سطح اجتماعی-اقتصادی جامعه بهتر باشد، میزان مشارکت این دو گروه سنی در فعالیت‌های فراغتی فعال افزایش می‌یابد (Elhakeem et al., 2017). اغلب دستورالعمل‌های جهانی برای توسعه فعالیت بدنی توسط اکثر جوانان، بزرگسالان و سالمندان جهان رعایت نمی‌شود. فعالیت بدنی بین نسلی در جامعه دشوار است، زیرا نسل‌ها از هم دور هستند و سبک زندگی پرمشغله‌ای

دارند. بازی‌های ورزشی از راه دور، می‌توانند خانواده و دوستان و کودکان را برای فعالیت بدنی بین نسلی به هم متصل کنند. همچنین به لذت بردن از فعالیت بدنی کمک می‌کند و تأثیر فاصله را بر وقت گذراندن با خانواده و دوستان از بین می‌برد (Kooiman & Sheehan, 2014). روابط مناسب، می‌تواند حوزه فعالیت سالمندان را توسعه دهد. ترویج همبستگی ساختاری-اجتماعی و نزدیکی عاطفی میان کودک و سالمند باعث کاهش انزوای اجتماعی در میان افراد سالمند می‌شود (Fu, Chen, & Community, 2022). به عنوان مثال اغلب سالمندانی با بیماری‌های خاص، مثل زوال عقل دچار انزوای اجتماعی می‌شوند ولی برنامه‌های بین نسلی می‌تواند در مشارکت فعال آن‌ها در فعالیت‌های ورزشی-فراغتی اثرگذار باشد (Gerritzen, Hull, Verbeek, Smith, & de Boer, 2020). قرنطینه‌های طولانی مدت موجب شده تا ارتباط بین نسلی با کمک فناوری بهبود پیدا کند به عنوان مثال بازسازی عکس‌ها در شبکه اجتماعی TiK Tok و آپلود فیلم در Youtube و مشارکت بین نسلی افزایش داشته است (de Guzman et al., 2022). برنامه‌های بین نسلی در جوامع، برای رسیدگی به انواع مسائل اجتماعی ناشی از پیری جمعیت، ایجاد می‌شوند. این برنامه‌ها بر ارتقای تماس اجتماعی بین نسلی، حمایت از برنامه‌های آموزشی و تسهیل فعالیت‌های فکری و فیزیکی در سالمندان تمرکز دارند. دنبال کردن این برنامه‌ها، حافظه سالمند را بهبود می‌بخشد. تعامل اجتماعی بین سالمندان و نسل جوان را تسهیل می‌کند. نگرش و ادراک نسبت به نسل جوان را بهبود می‌بخشد. رابطه‌ای که بین این دو نسل شکل می‌گیرد، مستلزم همراهی، مراقبت متقابل، اعتماد و محبت است (Leong, Klainin-Yobas, Fong, Wu, & Community, 2022). حفظ روابط اجتماعی یک نیاز اساسی انسان است و به ویژه در دوران سالمندی، از جمله زندگی در خانه سالمندان ضروری است. بازی‌های ویدیویی چندنفره می‌تواند در حین بازی، تعاملات اجتماعی مثبت را بین بازیکنان نسل‌های مختلف ترویج دهد. با این حال، چنین تسهیلی در تعاملات اجتماعی مثبت به طراحی بازی‌های خاص بستگی دارد. این مطالعه با هدف مقایسه تأثیر ۳ حالت بازی مختلف (رقابتی، مشارکتی و خلاق) بر تعاملات اجتماعی (ارتباطات کلامی و غیرکلامی) بین سالمندان و همبازی‌های جوان‌تر آنها، انجام شد. نتایج نشان می‌دهد که حالت بازی می‌تواند عامل مهمی برای شکل دادن به تعاملات اجتماعی بازیکنانی باشد که با هم بازی می‌کنند. در مقایسه با سایر حالت‌ها، حالت‌های بازی خلاقانه می‌تواند ارتباط کلامی را افزایش دهند. فرهنگ‌سازی در خصوص مشارکت سالمندان در بازی‌های فعال باید به صورت زمینه‌ای انجام گیرد (Barahmand, Safania, Baqerian Farahabadi, & Honari, 2021). چرا که این بازی‌ها موجب توانبخشی سالمندان می‌گردند، میزان استرس سالمندان را کاهش می‌دهند و اعتماد به نفس آن‌ها را افزایش می‌دهند (Barahmand, 2021). طراحی بازی و استفاده از بازی‌های رایانه‌ای برای ارتقای تعامل اجتماعی بین سالمندان و همبازی‌های آنها از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (Zahn et al., 2022). بسیار مهم است که طراحی بازی‌ها به گونه‌ای باشد که تعامل، بین بازیکن سالمند و جوان اتفاق بیفتد (Loos, Hera, Simons, & Gevers, 2019). بیشتر برنامه‌های بین نسلی موجب بهبود وضعیت شناختی، سلامتی و اجتماعی سالمندان و کودکان می‌گردد. ولی نتیجه‌گیری قطعی در این خصوص نیاز به تحقیقات بیشتری دارد (Peters et al., 2021). عامل مهم دیگری که در فعالیت‌های بین نسلی سالمندان اثرگذار است و موجب بهبود مشارکت سالمندان می‌گردد، محیط فیزیکی و فعالیت‌های محیط محور است. توجه به عوامل فیزیکی محیطی موجب حمایت بیشتری از افراد سالمند برای مشارکت در فعالیت‌های ورزشی-فراغتی خواهد شد (Zhong, Lee, Foster, & Bian, 2020). مهم‌ترین عامل در توسعه اماکن ورزشی ویژه سالمندان، ایمنی و امنیت محیطی به حساب می‌آید سپس در مراتب بعدی ساختار چیدمان داخلی، اصول پایه در طراحی، عوامل فیزیکی و کاربری بنا قرار می‌گیرد (Barahmand, Bagherian Farahabadi, & Naghshbandi, 2018b). در صورت توسعه فضاهای ورزشی با تأکید بر اقتصاد مقاومتی، فضاهای ورزشی با هزینه کمتری توسعه خواهند یافت و در کنار تدوین قوانین شامل توانمندسازی نیروی متخصص، مبارزه با فساد در ورزش، حمایت دولت از حضور بخش خصوصی، به روز رسانی و تقویت مهندسی ورزش و جذب سرمایه می‌تواند باعث توسعه فضاهای ورزشی با رویکرد اقتصاد مقاومتی شود (Rezaei, Farahani, Doroudian, & Safania, 2021). سرمایه‌گذاری‌های صحیح برای ساخت اماکن ورزشی و تفریحی، امکان برخورداری تمامی اقشار جامعه از فعالیت‌های فراغتی ورزشی را فراهم می‌آورد و پیوند با نهادهای اقتصادی، اجتماعی، سلامت و بهداشت اهمیتیت دوجندان می‌یابد (Amiri-Paryan, et al, 2022). می‌توان با نوآوری در طراحی فضاها، امکانات، تجهیزات مناسب ورزشی و بهره‌وری مناسب از تکنولوژی در اوقات فراغت فعال سالمندان، در جهت بهبود شرایط و عملکرد آن‌ها در جامعه گام برداشت (Barahmand, 2022).

صفا نیا و برهمند: مشارکت سالمندان در فعالیت‌های بین نسلی فراغتی - ورزشی

تأمین نیاز افراد دارای محدودیت مانند سالمندان، در مشارکت ورزشی اثری مثبت و معنادار دارد (Samienia, Nikbaksh, & Safania, 2022).

جدول ۱. خلاصه یافته‌ها

نویسنده	موضوع	نتیجه
برهمند (۲۰۲۲)	نوآوری در فعالیت‌های ورزشی ویژه سالمندان با رویکرد فراغت فعال	طراحی فضای ورزشی، امکانات و تجهیزات مناسب و بهره‌وری از تکنولوژی به مشارکت سالمندان در فعالیت‌های فراغتی فعال کمک می‌کند.
صمعی نیا و همکاران (۲۰۲۲)	کمال‌گرایی، فرسودگی و مشارکت در ورزشکاران نخبه معلول جسمی: نقش میانجی تئوری خودمختاری	تأمین نیاز بر مشارکت ورزشی اثر مثبت دارد.
امیری پریان و همکاران (۲۰۲۲)	تدوین الگوی عوامل مؤثر بر گسترش وقف و ورود خیران به ورزش با رویکرد توسعه عدالت ورزشی و ارتقای سلامت جامعه	سرمایه‌گذاری مناسب برای ساخت اماکن ورزشی و در دسترس همگان قرار گرفتن این اماکن بسیار ضروری است.
کیرسنان ^۱ و همکاران (۲۰۲۲)	موانع و توانمندسازهای دستیابی به برنامه‌های بین نسلی در استرالیا	نوع فعالیت، ساختار گروهی و طول فعالیت، برای افزایش مشارکت در برنامه‌های بین نسلی اثرگذار است.
آلونسو ^۲ و همکاران (۲۰۲۲)	فراغت دیجیتال: فرصتی برای بهبود بین نسلی در پاندمی کرونا	فناوری‌های دیجیتال با بهبود ارتباطات بین نسلی ارتباط مثبت و معناداری دارند.
تانگ ^۳ و همکاران (۲۰۲۲)	تحقیق در مورد مراقبت از نوه و افسردگی سالمندان چینی بر اساس نقش میانجی حمایت بین نسلی از کودکان	مراقبت از نوه‌ها در رفع افسردگی سالمندان اثرگذار است.
اوروفیلیا ^۴ و همکاران (۲۰۲۲)	دیدگاه مربیان مهدکودک در مورد برنامه‌های بین نسلی در مهدکودک‌های نروژی در طول همه‌گیری کووید-۱۹	اجرای برنامه‌های فعالیت بازخورد بسیار مناسبی داشته است ولی باید موانع را شناسایی و تعدیل کرد.
چن و فو ^۵ (۲۰۲۲)	کیفیت روابط بین نسلی و پروفایل‌های فعالیت در میان افراد مسن در چین	همبستگی روابط میان کودکان و سالمندان موجب مشارکت بیشتر سالمندان در فعالیت‌های فراغتی می‌گردد.
گوزمن ^۶ و همکاران (۲۰۲۲)	بررسی فعالیت‌های خلاقانه اعضای خانواده بین نسلی در طول قرنطینه COVID-19 از طریق تجزیه و تحلیل محتوای ویدیوهای YouTube و TikTok	مشارکت بین نسلی در قرنطینه‌ها با استفاده از فناوری اطلاعات افزایش پیدا کرده است.
لئونگ ^۷ و همکاران (۲۰۲۲)	دیدگاه سالمندان از برنامه بین نسلی در مرکز مراقبت روزانه سالمندان در سنگاپور: یک مطالعه کیفی توصیفی	این برنامه کمک می‌کند تا ارتباط بین سالمندان و نسل جوان بهبود پیدا کند.
ژان ^۸ و همکاران (۲۰۲۲)	اثرات حالت بازی در بازی‌های ویدئویی چند نفره بر تعامل اجتماعی بین نسلی: مطالعه میدانی تصادفی	طراحی بازی‌ها در مشارکت سالمندان در فعالیت‌های ورزشی و بازی‌های جدی اثر گذار است.
فی ^۹ و همکاران (۲۰۲۲)	سلامتی از طریق مشارکت اجتماعی بین نسلی: یک برنامه تابستانی بین نسلی برای کودکان و ساکنان خانه‌های سالمندان	بهبود شرایط شناختی، سلامتی و کیفیت زندگی کودکان و سالمندان از طریق مشارکت در فعالیت‌های بین نسلی

¹ Kirsnan

² Alonso

³ Tang

⁴ Oropilla

⁵ Fu & Chen

⁶ Guzman

⁷ Leong

⁸ Zhan

⁹ Feyh

پیترز ^۱ و همکاران (۲۰۲۱)	برنامه های بین نسلی که افراد مسن و کودکان جامعه را گرد هم می آورد: مروری سیستماتیک	بهبود وضعیت شناختی، اجتماعی و سلامتی کودکان و سالمندان
برهمنند و همکاران (۲۰۲۱)	شناسایی و اولویت بندی عوامل مؤثر در توسعه بازی و ورزش ویژه سالمندان	فرهنگ سازی در خصوص مشارکت سالمندان در بازی و ورزش، مهم ترین عامل به حساب می آید.
برهمنند (۲۰۲۱)	بازی و ورزش ویژه سالمندان (مقاله مروری)	بازی و ورزش موجب توانبخشی افراد سالمند می گردد.
مینقتی ^۲ و همکاران (۲۰۲۱)	اثرات مفید یک مداخله ورزشی بین نسلی بر پیامدهای جسمی و روانی اجتماعی مرتبط با سلامت در کودکان پیش دبستانی و سالمندان سوئیس: یک کارآزمایی بالینی	تعامل سالمندان و کودکان باعث بهبود وضعیت آن ها شده است.
ژانگ ^۳ و همکاران (۲۰۲۰)	جوامع بین نسلی: مروری بر ادبیات سیستماتیک تعاملات بین نسلی و پیامدهای مرتبط با سلامتی سالمندان	فعالیت های بین نسلی موجب رفاه زندگی سالمندان می گردد. توجه به محیط فیزیکی و عوامل محیطی در مشارکت سالمندان مهم است.
صفانیا و برهمنند (۲۰۲۰)	ارزیابی اثرات ویروس کرونا در صنعت ورزش	از جمله اثرات مثبت کرونا، می توان به توسعه ی ورزش در خانه، با توجه به فراغت پیش آمده برای افراد اشاره کرد.
رضایی و همکاران (۲۰۲۰)	طراحی مدل توسعه فضای ورزشی شهر تهران با رویکرد اقتصاد مقاومتی	با رویکرد اقتصاد مقاومتی فضاهای ورزشی یا هزینه کمتر، حمایت دولت از حضور بخش خصوصی، به روز رسانی و تقویت مهندسی ورزش و جذب سرمایه، توسعه پیدا می کنند.
گریتز ^۴ و همکاران (۲۰۲۰)	عوامل مؤثر در برنامه های بین نسلی در زوال عقل سالمندان	وجود شبکه های دوستی، آموزش در خصوص زوال عقل، همدلی و طراحی برنامه های بین نسلی مناسب می تواند موجب بهبود مشارکت سالمندان در این فعالیت ها گردد.
الحکیم ^۵ و همکاران (۲۰۱۹)	تحرك اجتماعی بین نسلی و فعالیت بدنی اوقات فراغت در بزرگسالی: مروری سیستماتیک	ناملايمات اجتماعی - اقتصادی در مشارکت سالمندان در فعالیت های فراغتی فعال اثر گذار است.
لوس ^۶ و همکاران (۲۰۱۹)	راه اندازی و اجرای طراحی مشترک یک بازی دیجیتال بین نسلی	طراحی بازی برای تعامل میان سالمندان و کودک و جوانان لازم است.
برهمنند و همکاران (۲۰۱۸)	الزامات طراحی داخلی اماکن و تجهیزات ورزشی ویژه سالمندان	ایمنی و امنیت محیطی مهم ترین عامل در طراحی فضاهای ورزشی برای سالمندان است.
کویمن ^۷ و همکاران (۲۰۱۴)	ورزش از راه دور بین نسلی به همراه خانواده و دوستان برای سلامتی و اوقات فراغت	بازی های ورزشی آنلاین موجب دلپذیر شدن مشارکت در فعالیت های فراغتی- ورزشی می گردد.

¹ Peters

² Mingheti

³ Zhong

⁴ Gerritzen

⁵ Elhakeem

⁶ Loos

⁷ Kooiman

صفا نیا و برهمند: مشارکت سالمندان در فعالیتهای بین نسلی فراغتی - ورزشی

بحث و نتیجه گیری

روابط بین نسلی در خانواده و جامعه به موضوعی برجسته در تحقیقات علمی تبدیل شده است. از دلایل عمده تغییرات جمعیتی در قرن بیستم می توان از افزایش امید به زندگی، کاهش باروری و پیامدهای آن بر جامعه و تغییر سبک زندگی نام برد. با این حال روند ارتباطی گروه سنی سالمندی و کودکان چندان روشن نیست و به طور دقیق مورد بررسی قرار نگرفته است (Nauck & Steinbach, 2009). ورزش بین نسلی پتانسیل تبدیل شدن به یک استراتژی نوآورانه برای ترویج فعالیت بدنی در سالمندان و کودکان را دارد. اگرچه این رویکرد در دهه گذشته جذابیت زیادی پیدا کرده است، اما آزمایشات کنترل شده بر روی اثرات فیزیکی و روانی اجتماعی هنوز به سرانجام نرسیده است. برنامه های بین نسلی فرصت بسیار خوبی را برای افراد مسن فراهم می کند تا با دیگر نسل ها ارتباط برقرار کنند. مطالعات بسیاری از اثرات مفید این برنامه ها، در بهبود سلامت روحی و جسمی سالمندان و کمک به شکل گیری مهارت های اجتماعی بهتر در کودکان نام برده اند. بررسی مزایا، رضایت و محدودیت های تعاملات بین نسلی ناشی از انجام فعالیتهای حضوری، مانند فعالیتهای روزانه، فعالیتهای آموزشی، فرهنگی و اوقات فراغت و فعالیتهای فیزیکی یا ورزشی می تواند در توسعه فعالیتهای فراغتی-ورزشی بین نسلی اثرگذار باشد. اکثر شرکت کنندگانی که در فعالیتهای رو در رو بین نسلی شرکت کردند، از فواید آن برای سلامت جسمی و روانی، بهبود روابط، خودکارآمدی، مشارکت اجتماعی و کسب مهارت گزارش داده اند. شرکت کنندگان از این که فعالیت ها را به همراه شخصی از ردهی سنی کودکان که این نوع فعالیت ها را با او انجام می دادند کاملاً راضی بودند، به خصوص اگر این فرد دوست یا یکی از اقوام نزدیک آن ها باشد. اغلب برنامه های بین نسلی موجب بهبود تعاملات بین افراد و بهبود افسردگی در افراد سالمند و کودکان مشارکت کننده در فعالیت ها می شود. همچنین مزایای شناختی، سلامتی و بهبود کیفیت زندگی برای افراد جامعه به خصوص سالمندان را در بر دارد (Feyh, Clutter, & Krok-Schoen, 2022). برخی دیگر از نتایج تحقیقات نشان می دهند که مشارکت بین نسلی سالمندان در فعالیتهای ورزشی تا حد زیادی موجب افزایش مشارکت ها می شود. به عنوان مثال در بسیاری از سالمندان مسئولیت پذیری برای مشارکت ورزشی و لذت بردن از فعالیت ورزشی و فراغتی افزایش پیدا کرده است. از سوی دیگر عدم حضور افراد جوان در فعالیتهای نیز موجب کاهش فعالیت سالمندان و غیبت در جلسات ورزشی شده است. همچنین فعالیتهای بازی گونه نیز برای افراد سالمند در کنار کودکان و نوه ها لذت بخش تر بوده است. ترکیب بازی و ورزش برای سالمندان می تواند موجب افزایش مشارکت سالمندان در فعالیتهای فراغتی-ورزشی گردد (Barahmand et al., 2021). طراحی بازی های ورزشی که افراد سالمند و جوان با هم تعامل داشته باشند و از طریق بازی فعالیتهای ورزشی را دنبال کنند، می تواند در افزایش تحرک آن ها تأثیرگذار باشد. همچنین استفاده از تکنولوژی و دنبال کردن حرکات سالمندان و کودکان می تواند در سنجش حرکات و کمک به ارائه تمرینات حرکتی کمک بیشتری کند. همچنین کارگاه های طراحی بازی و ورزش نیز می تواند با طوفان فکری، منجر به طراحی بازی های فراغتی-ورزشی مؤثری گردد. نقش های نامتقارن در بازی ها کمک می کند تا سالمند و کودک با پاسخ های متقابل لحظات لذت بخشی را تجربه کنند (Kaiser, Qiu, Yuan, & Han, 2022; E. H. Kim, Chee, DeStefano, Broome, & Bell, 2022; Loos et al., 2019; Makri & Tsolaki, 2022; Pais, 2022). در تحقیقات صورت گرفته به اهمیت محیط فیزیکی اشاره شد و نتایج نشان دادند که حضور سالمندان در مهد کودک ها و فعالیت در کنار کودکان موجب علاقه بیشتر آن ها به فعالیت می گردد. ایمنی محیط فیزیکی و طراحی این محیط متناسب با نیاز سالمندان از دیگر عوامل مؤثر برای مشارکت به حساب می آید و این فضاهای ورزشی و فراغتی باید توسعه یابند (S Amiri-Paryan, Doroudian, Honarii, & Safania, 2022; barahmand, Bagherian Farahabadi, & Naghshbandi, 2018; Hashemi Motlagh, Aslankhani, & Safania, 2018; rezaei, earahani, A. safania, 2001; doroudian, & safaniya, 2021; safania, 2001). از جمله عواملی که می تواند برای مشارکت سالمندان در فعالیتهای بین نسلی مؤثر ارزیابی گردد عبارتند از:

- توسعه شبکه های دوستی برای تقویت و ایجاد رابطه،
- افزایش دانش، نگرش های مثبت و همدلی در میان شرکت کنندگان سالمند، کودک و جوانان
- طراحی صحیح و اصولی برنامه های فراغتی-ورزشی
- بهره گیری از برنامه های خاطره گویی به خصوص برای سالمندانی که آزیمر دارند
- توجه به هزینه های مشارکت در فعالیت ها (mohseni , bahrami, safania , & honari 2021).

در شرایط فعلی، جامعه ی سالمندی با مشکلات اجتماعی و بهداشتی متعددی مواجه هستند. یکی از راهکارهای مقابله با این عوامل، درگیر ساختن سالمندان در فعالیتهای بین نسلی است. مهم ترین این فعالیت ها، فعالیت های فراغتی- ورزشی هستند که موقعیت مناسبی را برای سالمندان فراهم می کنند تا بیشتر در فعالیتهای مناسب سن خود شرکت کنند و تعاملات اجتماعی خود را نیز افزایش دهند. از سوی دیگر، ایجاد فرهنگی برای گذران اوقات با رده های سنی می تواند کیفیت زندگی افراد سالمند را بهبود بخشد. از محدودیت های اساسی در این پژوهش می توان به عدم دسترسی به تمامی منابع و همچنین محدود بودن و مرتبط نبودن منابع داخلی با مطالعه حاضر، اشاره کرد. خلا تحقیقاتی موجود در خصوص شکاف بین نسلی در فعالیتهای فراغتی- ورزشی سالمندان باعث ایجاد زمینه هایی برای تحقیقات آتی می گردد که عبارتند از:

- تدوین برنامه بین نسلی فراغتی- ورزشی در ایران
- ارزیابی برنامه های بین نسلی فراغتی- ورزشی در ایران
- ارزیابی تجربه سالمندان از مشارکت در برنامه های فراغتی- ورزشی بین نسلی

منابع

- Abdollahi far, H., safania, A. m., Namazi Zadeh, M., & azadfada, S. (2021). Identify the organizational factors involving in increasing students' participation in recreational sport activities at the university. *Research on Educational Sport*, 9(24), 187-212. doi:10.22089/res.2021.9782.2001
- Abdollahifar, H., Safania, A. M., Namazi Zadeh, M., & Azad Fada, S. (2022). Designing a model of recreational sport activities for students. *New Trends in Sport Management*, 9(35), 9-27.
- Alonso Ruiz, R. A., Sáenz de Jubera Ocón, M., Valdemoros San Emeterio, M. Á., & Ponce de León Elizondo, A. J. J. o. N. A. i. E. R. (2022). Digital Leisure: An Opportunity for Intergenerational Well-Being in Times of Pandemic?, *11*(1), 31-48.
- Amiri-Paryan, S., Doroudian, A., Honarii, H., & Safania, A. (2022). Developing a Model of the Factors Affecting the Expansion of Endowments and the Entry of Donors into Sports Based on Developing Justice in Sports and Promoting Community Health. *Research on Religion & Health*, 8(2), 20-35. doi:10.22037/jrrh.v8i2.33967
- Barahmand, R. (2022). Innovation in Sports Activities for The Elderly With an Active Leisure Approach %J Knowledge Management in Sport Journal. 2(2), 11-23. doi:10.30495/kmsj.2022.688005
- Barahmand, R. (2021). Games and sports for the elderly (review article). *The 7th National Conference of Sports Sciences and Physical Education of Iran*.
- Barahmand, R., Bagherian Farahabadi, M., & Naghshbandi, S. (2018b). Interior design's requirements of sport equipment and facilities for aged people %J Journal of Gerontology. 3(2), 14-26. doi:10.29252/joge.3.1.14
- Barahmand, R., Safania, A. M., Baqerian Farahabadi, M., & Honari, H. (2021). Identifying and prioritizing the effective factors in the development of games and sports for elderly %J Journal of Gerontology. 6(3), 6-18.
- Brown, H., Eibich, P., & Biosca, O. J. F. i. P. H. (2022). Intergenerational Health Inequalities. *10*.
- Buonsenso, A., Fiorilli, G., Mosca, C., Centorbi, M., Notarstefano, C. C., Di Martino, G., . . . di Cagno, A. (2021). Exploring the Enjoyment of the Intergenerational Physical Activity. *6*(2), 51.
- de Guzman, A. B., Mesana, J. C. B., Manuel, M. E., Arcega, K. C. A., Yumang, R. L. T., & Miranda, K. N. V. (2022). Examining intergenerational family members' creative activities during COVID-19 lockdown via manifest content analysis of YouTube and TikTok videos. *Educational Gerontology*, 1-14. doi:10.1080/03601277.2022.2046372
- Denkova, J. J. T., International Journal of Education. (2019). Relationship grandparents-

grandchildren in literature for children. *17*, 63-72.

- Ebrahimi, Z., Esmaeilzadeh Ghandehari, M. R., & Veisi, K. (2020). The Effect of Physical Activity Based on Intergenerational Programs on the Quality of Life of Older Adults %J Salmand: Iranian Journal of Ageing. *14*(4), 406-421. doi:10.32598/sija.13.10.440
- Elhakeem, A., Hardy, R., Bann, D., Caleyachetty, R., Cosco, T. D., Hayhoe, R. P., . . . Cooper, R. J. J. E. C. H. (2017). Intergenerational social mobility and leisure-time physical activity in adulthood: a systematic review. *71*(7), 673-680.
- Feyh, L., Clutter, J. E., & Krok-Schoen, J. L. (2022). Get WISE (Wellness through Intergenerational Social Engagement): An Intergenerational Summer Program for Children and Long-term Care Residents. *Journal of Intergenerational Relationships*, *20*(3), 293-311. doi:10.1080/15350770.2021.1879706
- Fu, Y., Chen, M. J. H., & Community, S. C. i. t. (2022). Intergenerational relationship quality and activity profiles among older adults in China. *30*(5), e1885-e1897.
- Gerritzen, E. V., Hull, M. J., Verbeek, H., Smith, A. E., & de Boer, B. (2020). Successful Elements of Intergenerational Dementia Programs: A Scoping Review. *Journal of Intergenerational Relationships*, *18*(2), 214-245. doi:10.1080/15350770.2019.1670770
- Hashemi Motlagh, S., Aslankhani, M. A., & Safania, A. M. (2018). The Effect of Perceived Environment and Social Support on Participation in Leisure-Time Physical Activity of Staff in Islamic Azad University (District 13). *New Trends in Sport Management*, *6*(21), 95-104.
- Hayoz, C., Klostermann, C., Schmid, J., Schlesinger, T., & Nagel, S. J. I. R. f. t. S. o. S. (2019). Intergenerational transfer of a sports-related lifestyle within the family. *54*(2), 182-198.
- Kaiser, E., Qiu, S., Yuan, R., & Han, T. (2022). *Designing Social Exergame to Enhance Intergenerational Interaction and Exercise*. Paper presented at the International Conference on Human-Computer Interaction.
- Kim, E. H., Chee, K. H., DeStefano, C., Broome, A., & Bell, B. (2021). Retention in intergenerational exercise classes for older adults: a mixed-method research study. *Educational Gerontology*, *47*(6), 269-284. doi:10.1080/03601277.2021.1923132
- Kim, Y., Kim, J., Lee, J.-M., Seo, D.-C., Jung, H. C. J. I. J. o. E. R., & Health, P. (2022). Intergenerational Taekwondo Program: A Narrative Review and Practical Intervention Proposal. *19*(9), 5247.
- Kirsnan, L., Kosiol, J., Golenko, X., Radford, K., & Fitzgerald, J. A. (2022). Barriers and Enablers for Enhancing Engagement of Older People in Intergenerational Programs in Australia. *Journal of Intergenerational Relationships*, 1-20. doi:10.1080/15350770.2022.2065400
- Kooiman, B. J., & Sheehan, D. P. (2014). Intergenerational Remote Exergaming with Family and Friends for Health and Leisure. *Journal of Intergenerational Relationships*, *12*(4), 413-424. doi:10.1080/15350770.2014.962442
- Kordavani, L., Safania, A. M., Naderian Jahromi, M., Farahani, A., & Honari, H. (2022). Providing a Framework of Effective Components in Iranian Championship Sports with a Data Mining Approach. *Journal of New Studies in Sport Management*, *3*(2), 474-485. doi:10.22103/jnssm.2022.18475.1038
- Krzeczowska, A., Spalding, D. M., McGeown, W. J., Gow, A. J., Carlson, M. C., & Nicholls, L. A. B. (2021). A systematic review of the impacts of intergenerational engagement on older adults' cognitive, social, and health outcomes. *Ageing Research Reviews*, *71*, 101400. doi:https://doi.org/10.1016/j.arr.2021.101400
- Leong, K. S., Klainin-Yobas, P., Fong, S. D., Wu, X. V. J. H., & Community, S. C. i. t. (2022). Older adults' perspective of intergenerational programme at senior day care centre in Singapore: A descriptive qualitative study. *30*(1), e222-e233.
- Li, Y., & Guo, M. J. S.-P. H. (2022). Filial piety matters: A study of intergenerational supports and parental health. *18*, 101096.
- Loos, E., Hera, T. d. l., Simons, M., & Gevers, D. (2019). *Setting up and conducting the co-design of an intergenerational digital game: a state-of-the-art literature review*. Paper presented at the International Conference on Human-Computer Interaction.

- Makri, M., & Tsolaki, M. (2022). *Innovative Serious Games for People with Dementia developed through intergenerational interventions.: The "Bridge" project: A European Innovative Approach*. Paper presented at the Proceedings of the 15th International Conference on PErvasive Technologies Related to Assistive Environments, Corfu, Greece. <https://doi.org/10.1145/3529190.3534712>
- Minghetti, A., Donath, L., Zahner, L., Hanssen, H., & Faude, O. (2021). Beneficial effects of an intergenerational exercise intervention on health-related physical and psychosocial outcomes in Swiss preschool children and residential seniors: a clinical trial. *PeerJ*, 9, e11292.
- Mohseni, M, Bahrami, S, Safania ,A.M & Honari,H, (2021). effect of communication skills on how to spend leisure time with the mediating role of social interaction among female students in Saveh *Communication Management in Sport Media*, 8(3), 73-82. doi:10.30473/jsm.2020.47823.1343
- Mouton, A., Renier, T., & Cloes, M. J. R. E. d. E. F. y. D. (2015). Intergenerational physical activity: effects of a three-month intervention bringing together older adults and elementary school children. *410*.
- Nauck, B., & Steinbach, A. (2009). Intergenerational Relationships. *German Council for Social and Economic Data (RatSWD), Working Paper Series of the German Council for Social and Economic Data*. doi:10.2139/ssrn.1462084
- Ocón, M., Alonso-Ruiz, R., & Ponce-de-León-Elizondo, A. INTERGENERATIONAL PHYSICAL ACTIVITIES AND WELL-BEING IN CHILDHOOD ACTIVIDAD FÍSICA INTERGENERACIONAL Y BIENESTAR EN LA INFANCIA.
- Oropilla, C. T., Ødegaard, E. E., & Quinones, G. J. E. E. C. E. R. J. (2022). Kindergarten practitioners' perspectives on intergenerational programs in Norwegian kindergartens during the COVID-19 pandemic: exploring transitions and transformations in institutional practices. 1-16.
- Pais, P. G. L. (2022). *Asymmetric Roles in Intergenerational Games*.
- Peters, R., Ee, N., Ward, S. A., Kenning, G., Radford, K., Goldwater, M., . . . Rockwood, K. (2021). Intergenerational Programmes bringing together community dwelling non-familial older adults and children: A Systematic Review. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 94, 104356. doi:<https://doi.org/10.1016/j.archger.2021.104356>
- Pluta, B., Bronikowska, M., Tomczak, M., Laudańska-Krzemińska, I., & Bronikowski, M. (2017). Family leisure-time physical activities—results of the “Juniors for Seniors” 15-week intervention programme. *Biomedical Human Kinetics*, 9(1), 165-174.
- Rezaei, S., Earahani, A., Doroudian, A., & Aafaniya, A.M. (2021). Identifying and ranking the factors affecting the development of Tehran's sports space and explaining appropriate strategies with a Resistance Economy approach. *Sport Sciences Quarterly*, -.
- Rezaei, S., Farahani, A., Doroudian, A. a., & Safania, A. M. (2021). Designing a Model of Tehran Sport Space Development with Resistance Economics Approach %J Applied Research in Sport Management. 9(3), 57-68. doi:10.30473/arism.2021.7385
- Safania, A.M., (2001). How female students of Islamic Azad universities spend their free time with an emphasis on sports activities. *Harakat*, 9(9), -.
- Safania, A. M., & Barahmand, R. (2020). Assessing the effects of corona virus in the sports industry %J Educational Psychology. 16(55), 123-135. doi:10.22054/jep.2020.52492.3003
- Samienia, M., Nikbaksh, R., & Safania, A. M. (2022). Perfectionism, burnout and engagement model in physically disabled elite athletes: The mediating role of the self-determination theory %J Sport Management Journal. 13(4), 1381-1399. doi:10.22059/jsm.2020.307839.2551
- Schroeder, K., Ratcliffe, S. J., Perez, A., Earley, D., Bowman, C., & Lipman, T. H. (2017). Dance for Health: An Intergenerational Program to Increase Access to Physical Activity. *Journal of Pediatric Nursing*, 37, 29-34. doi:<https://doi.org/10.1016/j.pedn.2017.07.004>
- shalchi, & ziachi. (2014). Generational Differences in Lifestyle: A Case Study in 1st Zone of Tehran. *sabz-scds*, 3(1), 69-91.
- Sowle, A. J. (2015). *Intergenerational physical activity programming for rural-residing older adults*. Iowa State University,

صفایا و برهمند: مشارکت سالمندان در فعالیت‌های بین‌نسلی فراغتی - ورزشی

- Tang, S., Yang, T., Ye, C., Liu, M., Gong, Y., Yao, L., . . . Bai, Y. J. B. P. H. (2022). Research on grandchild care and depression of chinese older adults based on CHARLS2018: the mediating role of intergenerational support from children. 22(1), 1-14.
- Wang, C.-M., Shao, C.-H., & Han, C.-E. (2022). Construction of a Tangible VR-Based Interactive System for Intergenerational Learning. 14(10), 6067.
- Xie, H., Besnilian, A., & Boyns, D. (2021). Latinx Mothers' Perception of Grandparents' Involvement in Children's Physical Activity. *Journal of Intergenerational Relationships*, 1-18. doi:10.1080/15350770.2021.1897726
- Zahn, C., Leisner, D., Niederhauser, M., Roos, A.-L., Iseli, T., & Soldati, M. J. J. f. r. (2022). Effects of Game Mode in Multiplayer Video Games on Intergenerational Social Interaction: Randomized Field Study. 6(2), e29179.
- Zhong, S., Lee, C., Foster, M. J., & Bian, J. (2020). Intergenerational communities: A systematic literature review of intergenerational interactions and older adults' health-related outcomes. *Social Science & Medicine*, 264, 113374. doi:https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113374
- Zhong, S., Lee, C., & Lee, H. (2022). The role of community environments in older adults' intergenerational and peer social interactions. *Cities*, 129, 103785. doi:https://doi.org/10.1016/j.cities.2022.103785



Elderly Participation in intergenerational leisure-sports activities

Ali Mohamad Safania^{*1} Raha Barahmand²

1-Professor in Sport Management, Department of Sport Management, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran(Coresponding Author). 2- Ph.D. in Sport Management, Department of Sport Sciences, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

Coresponding Author: a.m.safania@gmail.com

Received: 2022-05-28 Accepted: 2022-08-25

Abstract

Modern life along with digital transformation has created a deep gap between generations, especially the elderly age group. Isolation and withdrawal of the elderly in sports-leisure activities is a worrying phenomenon. The purpose of this research was to evaluate the participation of the elderly in active and intergenerational leisure activities. This study was a type of secondary studies and its implementation method is to review the best evidence. The sources included, articles and websites were valid. For the purpose of detailed study, the sources were examined in the period from 2014 to 2022. Intergenerational activities have many benefits for the elderly, including improving physical, mental, social and cognitive conditions in the target age group. Information technology and environmental indicators are also among the factors that cause more participation of elderly people in these activities. It is suggested to create an environment to improve the conditions of this age group by taking advantage of intergenerational activities in the active leisure of the elderly.

Keywords: intergenerational activity, elderly leisure, elderly sports

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی