

طراحی مدل آسیب شناسی برنامه ریزی اوقات فراغت با رویکرد فعالیت بدنی در استان تهران

محسن اسمعیلی^۱

طهماسب شیروانی^۲

شمس الدین رضائی^۳

مصطفی افشاری^۴



10.22034/SSYS.2022.589.1389

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۸/۲/۴

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۸/۴/۹

برنامه ریزی، پایه اساسی تمامی فعالیت ها در هر سازمان می باشد. هدف از تحقیق، بررسی و آسیب شناسی فرآیند موجود برنامه ریزی در اوقات فراغت مردم استان تهران و ارائه الگوی مطلوب می باشد. روش تحقیق از نوع اکتشافی و دارای ماهیت کیفی است که از تکنیک نظریه داده بنیاد استفاده شده است. جامعه آماری کلیه صاحب نظران مربوط به برنامه ریزی اوقات فراغت در سازمان های متولی ورزش استان تهران بودند که تعداد آنها به شکل دقیق مشخص نبود. نمونه آماری را مدیران و کارشناسان برنامه ریزی اداره کل ورزش و جوانان، هیئت های ورزشی و سازمان ورزش شهرداری و اعضای هیئت علمی صاحب نظر در حوزه اوقات فراغت و ورزش به تعداد ۲۱ نفر تشکیل می دادند که برای نمونه گیری ابتدا از روش هدفمند و در ادامه از تکنیک گلوله برفی تا اشباع نظری استفاده شد و برای جمع آوری داده ها از مطالعه مبانی نظری و مصاحبه

۱- استادیار، مدیریت ورزشی، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

E-mail: M_smaeili2006@yahoo.com

۲- دکترای مدیریت ورزشی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران

۳- دانشیار، مدیریت ورزشی، دانشگاه ایلام، ایلام، ایران

۴- استادیار، مدیریت ورزشی، پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی، تهران، ایران

● طراحی مدل آسیب شناسی برنامه ریزی اوقات فراغت با رویکرد فعالیت بدنی در استان تهران

بهره گرفته شد. جهت تحلیل داده ها از روش کدگذاری و نظریه داده بنیاد با رویکرد سیستماتیک استفاده شد.

نتایج بیانگر آن بود که مقوله برنامه ریزی فراغت با محوریت ورزش به عنوان پدیده محوری می تواند نقش محوری در ارتباط سایر مقوله ها با هم داشته باشد. لزوم برنامه ریزی مبتنی بر نیازهای جدید مصرف کنندگان تاکید شد و راهبردهای برنامه ریزی مبتنی بر مشتری، مبتنی بر رویکرد، مبتنی بر مطالعات تطبیقی، مبتنی بر ساختار و مبتنی بر محیط به عنوان اصلی ترین راهبردها مورد توجه قرار گرفت. در نظر گرفتن این راهبردها می تواند پیامدهای مثبت فردی، اجتماعی، اقتصادی و ورزشی به همراه داشته باشد.

برنامه ریزی ویژه اقشار مختلف با توجه به امکانات موجود، طراحی فعالیت های متناسب با نیاز و در نظر گرفتن منابع مختلف موجود و برنامه ریزی جهت بهره وری بیشتر از پیشنهادات تحقیق می باشد.

واژگان کلیدی: مشتری، بازی، ورزش تفریحی، فعالیت آزاد، ورزش و جوانان.



مقدمه

از نیمه دوم قرن بیستم بشر از رفاه و آسایش بیشتری نسبت به قرون گذشته برخوردار شده است که نتیجه آن پیشرفت صنعت در جهان می باشد (تندنویس، ۱۳۸۱). با توجه به گذشت زمان و پیشرفت فناوری از ساعات کار فیزیکی کم شده و به ساعات بیکاری اضافه گردیده است، از اینرو افراد در ساعات بیکاری خواه ناخواه زمانی را برای تجدید قوای جسمانی و روحی خود اختصاص می دهند که می توان از آن تحت عنوان اوقات فراغت یاد کرد (تندنویس، ۱۳۸۱). به لحاظ تعریف، اوقات فراغت را زمان‌های آزاد و در اختیار افراد فارغ از وظایف مختلف اجبارگونه می نامند (ون دیک^۱، ۲۰۱۳: ۶۳). یکی از روش‌های مهم در گذران اوقات فراغت ورزش می‌باشد. در حقیقت گذران اوقات فراغت با فعالیت های ورزشی از روش های نوین گذران اوقات فراغت در جهان به شمار می آید. از اینرو ورزش بایستی بخشی از تفریحات سالم روزمره انسان در قرن بیست و یکم شود (کرین^۲، ۲۰۱۵). تحقیقات، حکایت از آثار مثبت جسمانی، اجتماعی و روانی حاصل از مشارکت در برنامه های ورزشی اوقات فراغت دارد (برنر^۳، ۲۰۱۶). هنی^۴ (۲۰۰۷) بیان می دارد که چطور بازی‌های مختلف بطور عمیقی بر زندگی تاثیر گذار است و می تواند روی مهارت‌ها و برخی شاخص های لازم برای بقا همچون استقامت، قدرت و چابکی تاثیرگذار باشد. نکته حائز اهمیت آن است که بتوان با هر شرایطی و در هر سنی به نحو احسن و مطلوب از اوقات فراغت در جهت رشد و پیشرفت و سازندگی استفاده نمود (رضائی اصل، ۱۳۹۵). برای جلوگیری از کسالت و باطل شدن این اوقات برنامه ریزی دقیق و پیش بینی شده در زمینه‌های فرهنگی، هنری و ورزشی ضروری می باشد (هاشمی مطلق، ۱۳۹۷). همچنین برای انتخاب نوع وسیله گذران اوقات فراغت باید مدیریت های جامعه و مسوولان مربوطه برای آنان برنامه ریزی حساب شده و جدی اجرا کنند (صفانیا، ۱۳۸۰: ۱۳۰-۱۲۷).

امروزه با عنایت به کاهش تحرک و فعالیت افراد که نتیجه پیشرفت فناوری و صنعتی شدن جوامع می باشد ورزش های تفریحی و ورزش های مربوط به اوقات فراغت از مناسب ترین و شاید ضروری ترین گونه های گذران اوقات فراغت در عصر حاضر است که باید در برنامه ریزی های اوقات فراغت مورد توجه قرار گیرد (کریمیان، ۱۳۹۰: ۵۲۴-۵۲۱). بی شک شرایط اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و سیاسی حاکم بر جوامع و اولویت ها و ارزش های مورد توجه در شکل گیری نگرش‌ها و اتخاذ رویکردهای متفاوت و برنامه ریزی اوقات فراغت موثر است (جعفری، ۱۳۸۴: ۱۰۵). موقعیت جغرافیایی هر منطقه هم در برنامه ریزی اوقات فراغت باید مورد توجه باشد. انتخاب منطقه احداث پارک‌ها و فضاهای تفریحی و ورزشی در میزان جذب مخاطبان نقش دارد (اشرف کریمی، ۱۳۹۳: ۱۳۹۶). رضائی زاده مهابادی، (۱۳۹۶). در کشور ایران نیز تا کنون برنامه‌هایی برای ساماندهی اوقات فراغت به انجام رسیده است. «برنامه ساماندهی اوقات فراغت جوانان» در راستای تحقق آرمان های چشم انداز بیست ساله کشور و بند ۱۵ سیاست های کلی برنامه توسعه و در اجرای ماده ۱۱۲ قانون برنامه چهارم توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی در

1. Van Dyck
2. Cerin
3. Burner
4. Heine

خصوص ضرورت توجه اساسی به نیازهای جوانان در حوزه های فرهنگی، اجتماعی و تفریحی و افزایش رفاه و سلامت جسمی و روانی و ایجاد شوق، انگیزه و امید به آینده آنها و همچنین در راستای اصول ۷۳، ۸۵، ۹۳ منشور تربیتی نسل جوان مبنی بر ضرورت تقویت پویایی و بالندگی، گریز از سستی و رخوت و ارضای حس کنجکاوی نسل جوان و جدیت در تامین سلامت جسم و نشاط روح و حفظ شادابی و طراوت جوانی سند ویژه فرابخشی ساماندهی امور جوانان تدوین گردیده است (رفعت جاه، ۱۳۸۹: ۳۴). برنامه وزارت ورزش و جوانان به دنبال استاندارد سازی برنامه های فراغتی، افزایش میزان تقاضا محوری، افزایش میزان بهره مندی از نظرات جوانان در برنامه ریزی های مربوط به گذران اوقات فراغت و ... بوده است. البته برنامه ریزی اوقات فراغت به عوامل مختلفی بستگی دارد به عنوان مثال شکل‌های مختلف رشته های ورزشی از جمله ورزش‌های سنتی و بومی هر منطقه از اشکال گذران اوقات فراغت ورزشی می باشد (هال، ۲۰۱۳، هنی، ۲۰۱۳). هارل^۳ (۲۰۱۶) روند برنامه ریزی اوقات فراغت ورزشی را از سال ۱۹۷۲ تا ۲۰۰۸ در کانادا مورد بررسی قرار داده و دریافت برنامه ریزان سعی کرده اند مردم را از شهروند اجتماعی به سمت شهروند بازاری سوق دهند. شایان ذکر است، برنامه ریزی اوقات فراغت حیثه گسترده ای است که گروه های مخاطب متنوعی نیز دارد. سوفر^۴ (۲۰۱۶)، در یک تحقیق که به روش کیفی انجام شد نتیجه گرفت که سیاست گذاری اوقات فراغت نوجوانان و جوانان معلول متفاوت از افراد سالم و بدون معلولیت می باشد و باید ملاحظات خاص در این موارد صورت گیرد. وی اشاره داشت شرکت در فعالیت های تفریحی ویژه افراد دارای معلولیت از حقوق اساسی و اصلی این افراد است که باید زمینه لازم برای تحقق آن صورت گیرد. کارمن^۵ (۲۰۱۱) در مطالعه‌ای با عنوان "مقیاسه مشارکت در فعالیت های تفریحی فیزیکی در بین کودکانی که ناتوانند و کودکانی که رشد معمولی دارند" دریافت که تفاوت معناداری بین گروه‌ها در ۱۴ فعالیت وجود دارد. بچه‌های ناتوان کمتر تمایل دارند در فعالیت های ورزشی شرکت کنند و نتیجه اینکه تفاوت گروه‌ها مربوط به الویت آنها و بافتی است که در آن زندگی می‌کنند. از اینرو درک و توجه به الویت‌ها ممکن است مشارکت کودکان ناتوان را ارتقاء بخشد. این نتایج تنوع مورد نیاز برای برنامه‌ریزی اوقات فراغت را در گروه های مختلف هدف مشخص می نماید (کارمن، ۲۰۱۱). برخی از محققان به نکات محیطی برنامه ریزی هم توجه نموده اند. مک اسحاق^۶ (۲۰۱۸) به نکات ظریفی در امر برنامه ریزی اوقات فراغت اشاره دارد. وی بیان داشت اگر چه محیط‌های ورزشی که برای اوقات فراغت مورد استفاده قرار می گیرند به شکل کلی موجب سلامتی و نشاط مشارکت‌کنندگان می شود ولی معمولاً از غذاهایی که در بوفه این محیط‌ها سرو می شود غفلت می‌شود و همین موضوع بر نتایج این کلاسها تاثیر نامطلوب می گذارد. وی سه عامل فرهنگ غذایی کلی افراد، پافشاری بر مفهوم انتخاب شخصی و مسئولیت خود و پیامدهای مالی برنامه‌های غذایی سالم را از موانع مربوط به این موضوع می داند.

1. Hall
2. Heine
3. Hurl
4. Soffer
5. Carmen
6. McIsaac

امروزه، داشتن اطلاعات به روز از نحوه گذران اوقات فراغت از جمله مسائلی است که می‌تواند مورد استفاده برنامه ریزان قرار گیرد. سازمان های برنامه ریز همچون وزارت ورزش و جوانان، خود نیز در برهه های مختلف زمانی به بررسی و کسب اطلاعات توصیفی از گذران اوقات فراغت می پردازند. به عنوان مثال طبق گزارش وزارت ورزش و جوانان (۱۳۹۴) جوانان ۷۴ دقیقه از زمان خود را در روز به رایانه اختصاص می‌دهند. ۹۳/۱ درصد از جوانان برای گذراندن اوقات فراغت خود در تابستان اصلا از کانون‌های فرهنگی استفاده نکرده‌اند. ۴۷ درصد از جوانان تهرانی بیشتر اوقات فراغت خود را با هر دو جنس می‌گذرانند. از نگاه جوانان برنامه ریزی مسوولین برای اوقات فراغت موفقیت کمی داشت. بیش از دو سوم جوانان توزیع امکانات تفریحی در سطح شهر تهران را در حد کم و بسیار کم توصیف کرده‌اند و حدود ۷۰/۶ درصد جوانان مسوولین را در برنامه‌ریزی و اجرای اوقات فراغت جوانان در حد خیلی کم موفق می‌دانند. طبق این پژوهش که در مرکز مطالعات و پژوهش‌های وزارت ورزش و جوانان انجام شده است، ۵۳ درصد جوانان تهرانی مشکلات مالی، ۴۷/۱ درصد نبود امکانات، ۲۱/۳ درصد نیز حساسیت‌های اجتماعی و فرهنگی را در عدم استفاده مطلوب جوانان از اوقات فراغت موثر می‌دانند و ۵۵ درصد جوانان نیز ایجاد امکانات ورزشی و تفریحی و ۲۵/۹ درصد مسائل مالی و کاهش هزینه‌ها را برای بهبود گذراندن اوقات فراغت پیشنهاد می‌کنند (وزارت ورزش و جوانان، ۱۳۹۴).

لیدرا^۱ (۲۰۱۷) ضمن گزارش عدم فعالیت های حرکتی در یک سوم بزرگسالان در اوقات فراغت کشور آمریکا به نقش دولت و سازمان های صاحب قدرت در برنامه ریزی فراغت مردم اشاره می‌دارد (لیدرا، ۲۰۱۷: ۱۲۱). گاندرسن^۲ (۲۰۱۵) به بررسی برنامه ریزی تفریحی در طیف فرصت‌ها در نمونه اسلو نروژ پرداخت. وی بیان داشت سیاست های مدیریت زمین که بر تولیدات چوبی، و ابقای محیط زیست تاکید دارد ممکن است فرصت های تفریحی موجود در فضاهای جنگلی را با خطر مواجه سازد. این در حالی است که کیفیت فرصتهای تفریحی در جنگل‌ها بسیار زیاد می باشد (گاندرسن، ۲۰۱۵: ۲۱۱). همچنین در برنامه ریزی های جدید باید به موانع و تهدیدات برنامه های قبلی توجه نمود. از جمله تهدیدات حوزه اوقات فراغت در کشور ما با توجه به تحقیقات گذشته می توان بر غلبه نمودن گذران اوقات فراغت جوانان از طریق فضاهای مجازی، افزایش گرایش جوانان به استفاده از برنامه های فردی گذران اوقات فراغت، نگرش خاص جنسیتی به استفاده از برنامه های فراغتی، بالا بودن نرخ بیکاری جوانان در مقایسه با بزرگسالان، پایین بودن نسبی سطح رفاه اجتماعی، پایین بودن سطح آگاهی خانواده و جامعه از تاثیر اوقات فراغت در بهره وری و افزایش سلامت روانی جوانان، نام برد که سوابق موفقیت‌های کسب شده در کشورهای مختلف در زمینه اوقات فراغت نشان می‌دهد، برنامه‌ریزی و تدوین سیاست‌های اثربخش، نقش مهمی در این زمینه ایفا می‌کند و تدوین یک برنامه منسجم در این باره سبب حمایت دولت، مسئولان محلی، سهام‌داران و بخش خصوصی می‌شود، افزون بر این، امکان جذب سرمایه و قانون‌گذاری را افزایش داده و احتمال ناکامی را کاهش می‌دهد (وزارت ورزش و جوانان، ۱۳۹۴). مادرن^۳ (۲۰۱۴) به موضوع برگزاری لیگ های محلی به منظور داشتن یک جریان تمرینی و ورزشی مستمر اشاره نمود. همچنین جهت داشتن تفریحات خلاق و سرگرم کننده نیاز

1. leidera
2. Gundersen
3. Madren

است برنامه ریزان به خواسته های بازیکنان توجه نمایند. وی بیان داشت برنامه های ورزشی بزرگسالان به سمت برنامه های کم حجم تر و فعالیت های جدید پیش می رود. در این بین رشته هایی مثل مینی فوتبال و فریبی^۱ تمایل مخاطبان را به بازیهای سریعتر و با تعداد افراد کمتر برای انجام بازی را می رساند که منعکس کننده فشار کاری موجود در بزرگسالان است. مگان و همکاران^۲ (۲۰۱۳) عنوان داشتند در برنامه ریزی ورزش و اوقات فراغت در مقطع سنی دختران دوره راهنمایی در مدارس باید طوری عمل نمود که با برنامه های ورزشی جامعه همخوانی داشته باشند و در این بین توجه ویژه ای باید به ویژگیهای فردی این دوره سنی و همچنین باید توجه ویژه ای به تجهیزات ورزشی نمود. همچنین لورن^۳ و همکاران (۲۰۱۸) به مسئله برنامه ریزی اوقات فراغت و ورزش در گروه جامعه ناشنویان توجه نمودند و یکی از معضلات برنامه ریزی در این خصوص را کمبود نیروی متخصص و ضرورت آموزش های مستمر برای مربیانی می دانند که در حوزه ورزش با این گروه افراد کار می کنند. نیاز به برنامه های فردی و شخصی، عدم رضایت از برنامه های جاری، توجه به علایق و تفکیک برنامه های کودکان با بزرگسالان از نکاتی بود که تحقیق لورن بیان داشت.

با توجه به مطالب عنوان شده بررسی و در صورت لزوم بازنگری سیاست ها و برنامه ها و الگوهای رایج گذران اوقات فراغت به ویژه با رویکرد فعالیت های بدنی امری ضروری می باشد و آسیب شناسی فرآیند موجود سیاست گذاری و برنامه ریزی در اوقات فراغت جوانان استان تهران و ارائه الگوی مطلوب در میان جوانان به خصوص در کلان شهر تهران و پایتخت ایران که به نوعی منعکس کننده الگوهای هویت ملی می باشد، از اهمیت ویژه ای برخوردار است. باید به این مساله مهم توجه نمود که عمر هر انسان مهمترین سرمایه است و برنامه ریزی مناسب جهت استفاده بهینه از اوقات فراغت ضرورت بسیاری دارد. در واقع نوع برنامه ریزی اوقات فراغت ورزشی نوع نگاه ما به این مساله را نشان می دهد. اگر چه به ظاهر تحقیقات زیادی در زمینه اوقات فراغت و ورزش انجام گرفته است ولی خلاء تحقیقات در موضوع برنامه ریزی به شدت ملاحظه می شود. تاکید بیشتر تحقیقات به نحوه گذران و در نظر داشتن برخی عوامل موثر بر آن زمینه گسترده بیشتر این تحقیقات بوده است. بدین منظور در این تحقیق سعی شد با انجام روش تحقیق کیفی به منظور نوآوری و پرداختن عمیق تر به مسئله تحقیق بدین سؤال پاسخ داده شود که آسیب شناسی سیاست گذاری و برنامه ریزی در اوقات فراغت استان تهران به چه شکلی است؟

روش شناسی پژوهش

این تحقیق با ماهیت اکتشافی و با هدف بسط دانش و شناخت موجود در رابطه با تحلیل وضعیت سیاست گذاری و برنامه ریزی اوقات فراغت با رویکرد ورزشی در سطح استان تهران انجام شد. روش پژوهش در این تحقیق، کیفی بود. از آنجایی که سیاست گذاری و برنامه ریزی توسط افراد سطح بالای مدیریتی در هر سازمانی انجام می شود رویکرد کمی چندان نمی توانست در کسب اطلاعاتی کاربردی و صحیح یاری رسان باشد، به منظور اجرای این پژوهش، از روش کیفی انجام شد. ابزار گردآوری داده ها مصاحبه های نیمه سازمان یافته بودند. در این راستا، ابتدا

1. Frisbee
2. Meghan et al.
3. Lauren

راهنمای مصاحبه برای افراد ارسال گردید که در بر گیرنده عنوان، اهداف و سوال های کلی مصاحبه بود تا با مصاحبه شونده ها با موضوع بحث آشنا شوند. مدت زمان هر مصاحبه معمولاً بین سی دقیقه تا دو ساعت طول می کشید که بستگی به وقت مصاحبه شونده و میزان مطلب ارائه شده داشت. برای ساخت الگوی پیشنهادی پژوهش از روش نظریه برخاسته از داده‌ها (گرنند تئوری) با رویکرد سیستماتیک استفاده شد. در این تحقیق از دو روش نمونه گیری هدفمند (در فاز اول ۵ نفر ابتدایی مصاحبه توسط تیم تحقیق شناسایی شدند) و گلوله برفی (۱۶ نفر در فاز دوم بوسیله معرفی توسط مصاحبه شوندگان) شناسایی شدند که تا حد اشباع نظری (تعداد کل ۲۱ نفر) ادامه یافت به طوری که در راستای انجام مصاحبه‌های پژوهش، کلیه نخبگان که به نحوی در پژوهش های مربوط به برنامه ریزی اوقات فراغت نقش و سابقه روشنی داشتند به عنوان جامعه این پژوهش محسوب گردیدند. نمونه آماری تحقیق را صاحب نظران از دو حیطه علمی و اجرایی تشکیل دادند. این متخصصان در بخش‌های مختلف آموزشی، پژوهشی و اجرایی موضوع تحقیق آگاه و مشغول به فعالیت بودند و شامل طبقات زیر بودند.

جدول ۱: ویژگی های نمونه های تحقیق

ردیف	نمونه	جنسیت
		مرد
		زن
۱	مدیران و کارشناسان وزارت ورزش و جوانان	۲
۲	مدیران و کارشناسان فدراسیون ورزش همگانی	۲
۳	مدیران و کارشناسان ورزش شهرداری تهران	۱
۴	مدیران و کارشناسان اداره کل ورزش و جوانان تهران	۳
۵	مدیران هیئت ورزش همگانی تهران	۲
۶	اساتید و اعضای هیئت علمی	۶
	مجموع (۲۱ نفر)	۱۶
		۵

در این پژوهش کلیه مصاحبه‌ها بلافاصله پس از انجام مصاحبه، تدوین و تایپ شدند و به شیوه مقایسه مداوم تحلیل و کدگذاری اولیه انجام گرفت. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از روش کدگذاری سه مرحله ای باز، محوری و انتخابی استراس و کوربین با استفاده از نرم افزار مکس کیودا (MAXQDA) نسخه ۱۰ استفاده شد. با توجه به اینکه در تحقیقات کیفی بجای واژه اعتبار و روایی از واژه‌های مقبولیت، انتقال پذیری و تأیید پذیری استفاده می‌شود سعی شد تا با استفاده از منابع داده متعدد، وجود دو تحلیل گر و استفاده از روش‌های متعدد آنچنان که در مرحله اول گردآوری داده ها شرح داده شد مقبولیت افزایش یابد. با مرور متعدد مصاحبه ها و استخراج حداکثری و غیر تکراری مطالب سعی در افزایش انتقال پذیری و با حضور حداکثری همکاران گروه تحقیق با وجود محدودیت‌هایی مانند کمبود وقت و یا عدم دسترسی به نمونه ها به افزایش تأیید پذیری پرداخته شد. همچنین مدل به دست آمده توسط متخصصین و صاحب نظران در قالب گروه کانونی مورد بررسی قرار گرفت و در نهایت بوسیله ۶ تن از نمونه ها مورد تأیید قرار گرفت. به منظور بررسی ثبات و پایایی نتایج تحقیق نیز از یکی از اساتید حوزه اوقات فراغت ورزشی در فرایند کدگذاری در پژوهش کمک گرفته شد و به صورت تصادفی سه مصاحبه انتخاب شد و کدگذاری توسط ایشان انجام گرفت. در هر یک از مصاحبه‌ها کدهایی که از نظر دو نفر مشابه

● طراحی مدل آسیب شناسی برنامه ریزی اوقات فراغت با رویکرد فعالیت بدنی در استان تهران

بودند با عنوان توافق و کدهای غیرمشابه با عنوان عدم توافق مشخص شدند و درصد توافق بین دو کدگذار با استفاده از فرمول ذیل محاسبه شد و پایایی ۷۵٪ بدست آمد که با توجه به اینکه از ۶۰٪ معمول بزرگتر است مورد اعتماد قرار گرفت.

$$\text{درصد پایایی} = \frac{\text{تعداد توافقات} \times 2}{\text{تعداد کل کدها}} \times 100$$

$$\text{درصد پایایی} = \text{تعداد توافقات} \times 2$$

بررسی برنامه های فراغتی ورزشی در استان تهران در سال ۱۳۹۶ حکایت از برگزاری ۸۰۹ فعالیت ورزشی در ۳۳ رشته ورزشی و ۱۹ شهرستان استان تهران داشت. ۱۴ درصد مشارکت کنندگان سن بین ۲۵ تا ۳۵، ۳۸ درصد بین سن ۳۶ تا ۴۵ و ۴۸ درصد سن بالاتر از ۴۵ سال داشتند. ۳۸ درصد فوق لیسانس و ۶۲ درصد دکتری بودند. ۷۶ درصد مرد و ۲۸ درصد زن بودند.

۲۸۲

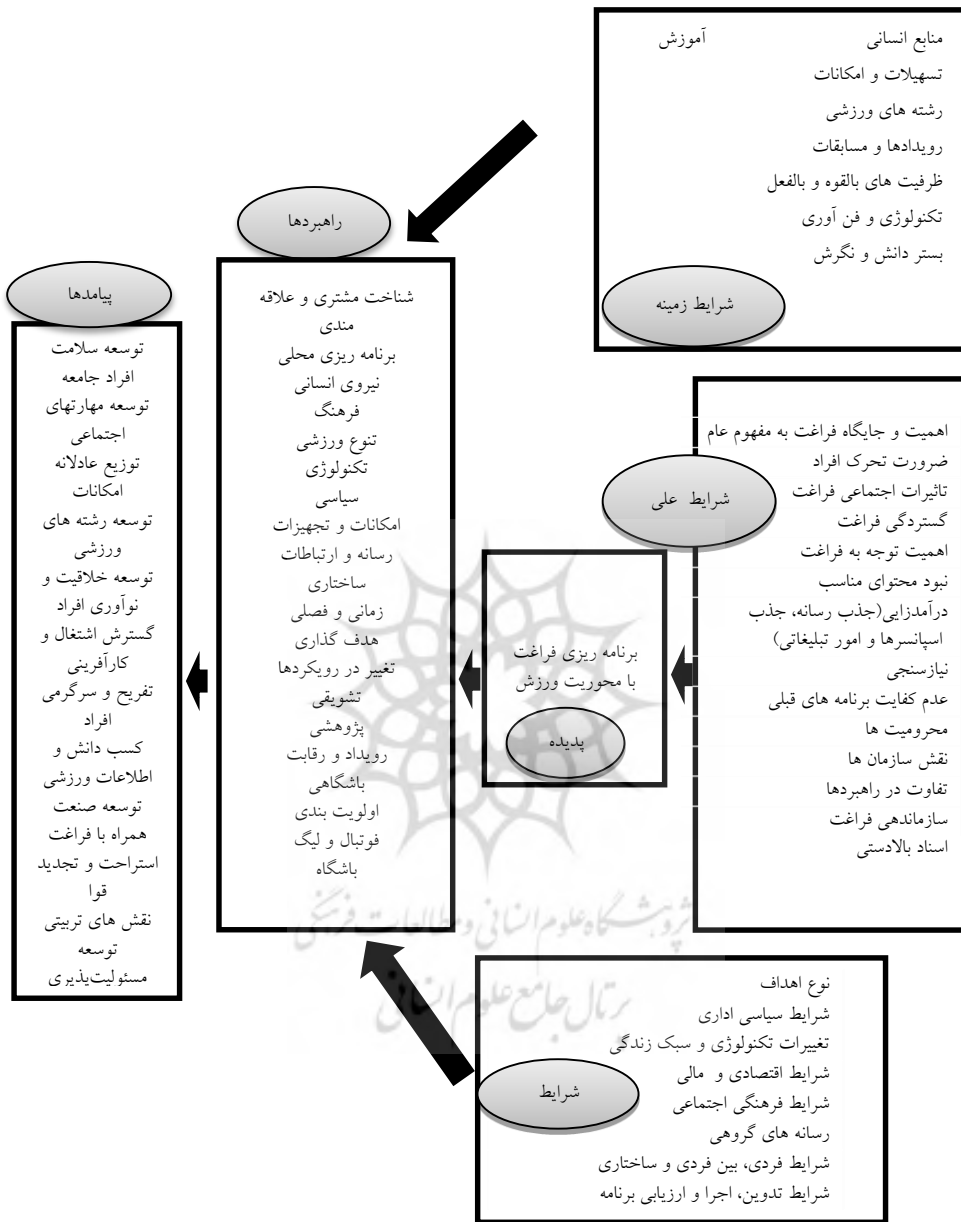
یافته‌های پژوهش با استفاده از تحلیل همزمان و همچنین فرایند کدگذاری، هنگام و پس از انجام مصاحبه‌ها صورت گرفت که در مرحله کدگذاری باز در مجموع تعداد ۲۵۵ کد اولیه غیرتکراری ایجاد شد. این تعداد از کدها بر اساس مشابهت موضوعی در قالب ۵۹ مفهوم قرار گرفتند. سپس این مفاهیم در قالب ۳۵ مقوله فرعی و ۱۶ مقوله اصلی قرار گرفت که در نهایت در قالب الگوی پارادایمی رویکرد سیستماتیک قرار گرفت. در جدول ۲ خلاصه‌ای از مرحله کدگذاری باز به نمایش گذاشته شده است.

جدول ۲: نتایج مراحل کدگذاری باز

مفاهیم	مقوله های فرعی	مفاهیم	مقوله های فرعی
استفاده از ظرفیت منابع انسانی	منابع انسانی	فناوری	فناوری و فن آوری
منابع انسانی در سطح صف	منابع انسانی سطح ستادی	عدم نیازسنجی مناسب نیازسنجی	نیازسنجی
استفاده از نیروی داوطلبی	تسهیلات و امکانات	توزیع نامناسب امکانات	توزیع
کیفیت تجهیزات و وسایل	تجهیزات و امکانات	عوامل تشویقی	مشوق ها
سرانه ورزشی	اهمیت فراغت به مفهوم عام	اولویت بندی مشتریان	اولویت بندی
زمینه سازهای توجه به فراغت	تقسیم بندی های فراغت	نقش فدراسیونها و هیئتها	نقش سازمان ها
فعالیت بر مبنای حرکت فراغت بر اساس زمان	نحوه گذران	متولی	
نحوه گذران کارکردهای فراغت	نحوه گذران کارکردهای فراغت	نقش گروه های مختلف نقش دستگاه ها و نهادها وزارت بهداشت تفاوت در راهبردهای	

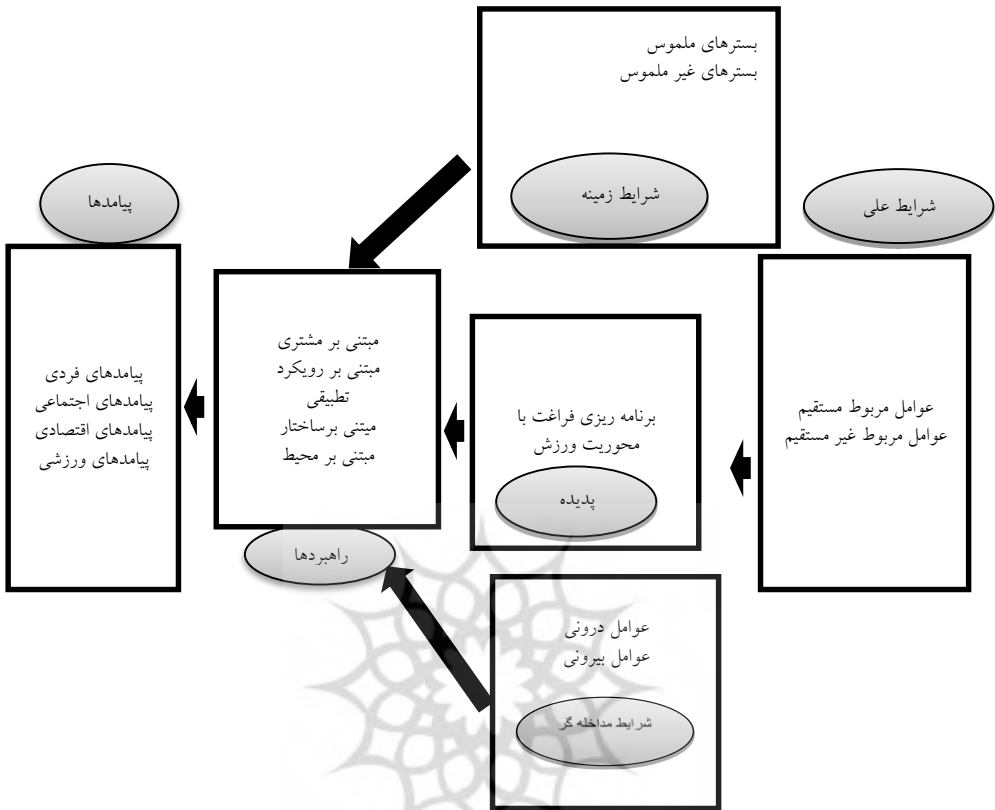
سازمان ها	گستره فراغت	گسترده‌گی فراغت
موازی کاری		شناخت علاقه مندی مردم
شرایط مالی و اقتصادی	تامین منابع مالی	گستره مشتریان برنامه
	موانع مالی	برنامه ریزی محلی
رویکردهای برنامه ریزی	شرایط اقتصادی	فعالیت های مشترک
	رویکردهای برنامه ریزی	شناسایی ظرفیت ها
	ظهور رشته های جدید ورزشی در فراغت	
تدوین و اجرای برنامه	تدوین و اجرای برنامه	موانع سطح فردی
	موانع فردی، بین فردی و ساختاری	
	شنبوه اجرایی برنامه	موانع سطح بین فردی
	موانع تدوین برنامه	موانع ساختاری
آموزش	آموزش	تدوین اهداف برنامه
		ریزی اوقات فراغت
ویژگی های فراغت	ویژگیهای فراغت	اهداف نامناسب برای برنامه ها
	جذابیت	جایگاه فراغت ورزشی
ساختار	سازماندهی	تلفیق ورزش با سایر انواع فراغت
		نقش سیاسی اداری فراغت
معرفی	اطلاع رسانی برنامه	موانع فرهنگی مشارکت
اسناد بالادستی	اسناد بالادستی	تأثیرات اجتماعی
خلاقیت و نوآوری	خلاقیت و نوآوری	ارزیابی برنامه ها
دانش و نگرش	دانش نگرش	نبود محتوای مناسب
		ارزیابی وجود محتوا

همان طور که در جدول ۲ مشاهده می شود کدهای باز مستخرج از تحقیق در قالب مفاهیم کلی دسته بندی شدند. در فرایند کد گذاری محوری، مقوله "برنامه ریزی فراغت با محوریت ورزش" به عنوان پدیده محوری در نظر گرفته شد و مقوله های به دست آمده در خانه های پارادایم تحقیق داده بنیان جاسازی شد. بدین ترتیب که بخش های شرایط علی، پدیده محوری، شرایط زمینه، شرایط مداخله گر، راهبردها و پیامدها تدوین گردید که در شکل ۱ قابل مشاهده می باشد. در مرحله کد گذاری انتخابی براساس الگوی پارادایمی الگوی نهایی با در نظر گرفتن مقولات کلی و اصلی تحقیق به صورت شکل ۲ مستخرج و مورد تایید ۶ تن از نمونه های تحقیق قرار گرفت.



شکل ۱: الگوی پارادایمی تحقیق حاصل از مرحله کدگذاری

شکل ۱ نشان دهنده الگوی سیستماتیک تحقیق است که در قالب خانه های جداگانه و تحت یک مدل مقوله های اصلی و مفاهیم بدست آمده را تقسیم بندی می نماید.



شکل ۲: الگوی مستخرج از مرحله کدگذاری انتخابی تحقیق

طبق شکل ۲ و در ادامه مرحله کدگذاری انتخابی مفاهیم بیان شده در الگوی پارادایمی به شکل کلی تر بیان شده است. در این شکل سعی شد مفاهیم مربوط به هم در یک مقوله کلی تر قرار گیرند.

بحث و نتیجه گیری

موضوع اوقات فراغت از دیرباز مورد توجه بشر بوده است و در حال حاضر نیز این توجه و حساسیت نه تنها کاهش نیافته است بلکه اهمیت آن بنا به دلایل متعددی افزایش یافته است. بخشی از این دلایل را میتوان به رشد و توسعه زندگی ماشینی، کاهش ساعات کار و فعالیت، ارتقای سطح آگاهی‌ها و دانش بشری و ... اشاره نمود (پارکر، ۲۰۰۲). از جمله موضوعاتی که ارتباط نزدیکی با حوزه اوقات فراغت و نحوه گذران آن دارد ورزش و فعالیت های حرکتی می‌باشد. همچنین، برنامه ریزی مناسب در حوزه اوقات فراغت از جمله فعالیت هایی است که می‌تواند در کسب نتایج مطلوب حاصل از فعالیت های اجرایی اوقات فراغت نقش بسیار تاثیرگذاری داشته باشد. با توجه به کمبود تحقیقات با محور برنامه ریزی، هدف از این تحقیق طراحی مدلی جهت آسیب شناسی برنامه ریزی اوقات فراغت با رویکرد فعالیت های بدنی در

استان تهران بود. بدین منظور طی یک روش کیفی از طریق مصاحبه به جمع آوری داده ها پرداخته شد و از طریق کدگذاری یافته حاصل گردید. یافته ها نشان داد در مرحله کدگذاری محوری تحقیق و براساس مدل پارادایمی، شش مقوله مشخص شد. در این پارادایم، برنامه ریزی فراغت با رویکرد ورزشی به عنوان پدیده محوری در نظر گرفته شد و سایر مقوله ها حول محور پدیده محوری طراحی گردیدند. اولین مقوله شرایط علی بود که در برگزیده شرایطی است که بر مقوله محوری (پدیده) تأثیر می گذارد. شرایط علی شامل موارد زیر بود:

نیازسنجی، اسناد بالادستی، درآمدزایی (جذب رسانه، جذب اسپانسرها و امور تبلیغاتی)، عدم کفایت برنامه های قبلی، کمبودها، فراغت به مفهوم عام، گستره فراغت، پذیرش نقش و ساختار بود که در دو مقوله اصلی عوامل مستقیم و غیر مستقیم دسته بندی شد. در واقع این نیاز مشتری است که تعیین کننده نوع برنامه ریزی مسئولان می باشد و برنامه ریزی بدون در نظر گرفتن نیازهای مشتری ضرورتی ندارد. یکی از مسئولین اداره کل گفت «نیاز سنجی در اداره کل به شکل علمی و با تشکیلات منظم انجام نمی گیرد و هیئتهای ورزشی که در صف اول ارتباط با مردم هستند معمولاً نیازها را درک می کنند و به ما منتقل می کنند و معمولاً نیاز سنجی از پایین به بالا است». یکی از اشتباهات برنامه ریزی آن است که برنامه ریزان نیازهای خود را برابر با نیازهای مردم می دانند و براساس نیازهای خود برنامه ریزی می کنند. این یافته با نتایج تحقیق مادرن (۲۰۱۴) و لورن (۲۰۱۸) که بر توجه به نیازها و علائق تأکید داشته اند همخوانی دارد. از مفاهیم دیگر در شرایط علی برنامه ریزی اوقات فراغت اسناد بالادستی و اسناد موجود در وزارت ورزش و جوانان، شورای عالی انقلاب فرهنگی و فرمایشات مقام معظم رهبری و مسئولین است که همگی بر ضرورت برنامه ریزی مناسب در این حوزه تأکید داشته اند. در سندهای راهبردی در کشورهای مختلف نیز بر اهمیت اسناد بالادستی و سندهای اوقات فراغت اشاره شده است که از نمونه های آن سند راهبردی فراغت و آیندهامز و سند سیاست های مربوط به افزایش مشارکت جوانان در اوقات فراغت است (ویندهامز، ۲۰۱۳). تقریباً در بیش از سی سند مربوط به اوقات فراغت که توسط تیم تحقیق مورد بررسی قرار گرفت بر اهمیت اسناد بالادستی و تبعیت از آنها در جهت انجام اقدامات عملی اشاره شده است. اوقات فراغت از جمله موضوعاتی است که می توان از منظر درآمدزایی (جذب رسانه، جذب اسپانسرها و امور تبلیغاتی) به آن توجه نمود. به همین دلیل برنامه ریزی مناسب می تواند باعث ایجاد درآمد برای واردشوندگان به این حوزه شود. نتیجه ای که هارل (۲۰۱۶) در بررسی روند گذر زمانی اوقات فراغت به آن اشاره نمود. حضور مردم از اقشار مختلف و گروه های مختلف می تواند موجب جلب توجه رسانه ها شود. امکان استفاده از فضاهای مربوط به برنامه های فراغت ورزشی زمینه انجام تبلیغات محیطی را نیز دارد. باشگاه ها نیز می توانند نقش مهمی در درآمدزایی در حوزه اوقات فراغت جامعه داشته باشند. تحقیقات بیانگر آن بودند که در استان تهران حدود ۳۵۰۰ باشگاه ورزشی در رشته های مختلف ورزشی وجود دارد ولی میانگین دقیقی از تعداد مشارکت کنندگان و میزان شهریه مشخص نمی باشد (اسمعیلی، ۱۳۹۵). همچنین باید مجدداً تکرار نمود که درآمدزایی اوقات فراغت صرفاً از طریق شهریه نبوده و روشهای مختلف درآمدزایی در اینگونه فعالیت ها قابل انجام است. جعفری (۱۳۸۴) در نتایجی همسو بر آثار مثبت اقتصادی اوقات فراغت اشاره نموده است. از طرفی کمبودها و محرومیت ها از شرایط علی و اصلی برای برنامه ریزی است. در هر حال منابع موجود محدودند و نیازها و خواسته های مردم بسیار گسترده و متنوع می باشد. از آنجا که این منابع پاسخگوی تمام نیازها نیستند برنامه ریزی برای استفاده بهینه لازم و ضروری است. هم اکنون

اوضاع اقتصادی سازمان های دولتی اجازه تاسیس و آغاز پروژه های جدید را نمی دهد. استفاده بهینه از آنچه که موجود است مساله اساسی است. یکی از نمونه ها گفت «در واقع در اداره کل ورزش و جوانان چیزی بنام برنامه ریزی مدون و دقیق در حوزه اوقات فراغت ورزشی موجود نیست و بیشتر یک سری اقدامات در این مورد انجام می شود که بنام برنامه از آنها یاد می شود». صفانیا (۱۳۸۰)، مگان (۲۰۱۳) و لورن (۲۰۱۸) کمبود تجهیزات ورزشی را از موانع برنامه ریزی مناسب اوقات فراغت برشمرده اند. یکی از کمبودهایی که موجب ضرورت برنامه ریزی اوقات فراغت ورزشی است کمبود محتوا در کلاس های اوقات فراغت می باشد. در واقع هیچ استاندارد و شاخصی برای کلاس های اوقات فراغت وجود ندارد. یکی از نمونه ها گفت «برای هر وضعیتی از مخاطب، یعنی مبتدی، متوسط و حرفه ای در کلاس های اوقات فراغت فرقی قائل نیستند و هیچ دستور کاری ندارند. درست است که هدف از کلاس ها قهرمانی نیست ولی باید طوری باشه که انگیزه لازم را برای افراد بتواند ایجاد کند». محتوا سازی و تدوین شاخص هایی برای سطوح و شرایط مختلف کلاس های فراغت باید با برنامه ریزی مناسب برطرف شود». لورن (۲۰۱۸) هم بر محتوای مناسب ویژه هر دامنه سنی شرکت کننده در کلاس ها اشاره نموده است. مادرن (۲۰۱۴) و وزارت ورزش (۱۳۹۴) هم به نوعی این نتایج را تکرار کرده اند. امروزه، صنعتی شدن جوامع موجب افزایش زمان های فراغت شده و در جوامع جوانی همچون کشور ما و احتمال زیاد پذیرش آسیب های اجتماعی در این دوران برنامه ریزی از نوع ورزشی بسیار ضروری است. افزایش ناهنجاری های بدنی حتی در دوره دانش آموزی باعث نواختن زنگ خطر برای توجه بیشتر به برنامه ریزی ورزشی در حوزه فراغت ورزشی است. یکی از نمونه ها گفت «الان دست هر بچه ای نگاه می کنید یا تبلت می بینید و یا گوشی که مشغول بازی هستند و مثل زمان ما نیست که خود به خود دنبال توپ بودیم و فعالیت های حرکتی خیلی زیاد بود. زندگی آپارتمانی و کمبود امکانات باعث شده ناهنجاری های بدنی افزایش یابد و این وظیفه ما برنامه ریزان است که بتوانیم موضوع افزایش فعالیت های حرکتی را گسترش بدهیم». از طرفی مشخص نبودن مرزهای بین فعالیت های سازمان های مختلف موجب موازی کاری و گاه اتلاف منابع مادی و مالی می شود. ستاد ساماندهی جوانان در هر استان دارای کمیته های مختلفی می باشد که کمیته ساماندهی اوقات فراغت بر عهده اداره کل ورزش و جوانان است. ۱۷ دستگاه در این کمیته عضو هستند ولی همانطور که قبلا نیز گفته شد جلسات این کمیته در حد اخذ برنامه از دستگاه ها می باشد. یکی از نمونه ها گفت «الان بیشتر دستگاه ها فعالیت هایی را انجام می دهند که البته در فصل تابستان بیشتر است. یعنی مثلا چندین نهاد مثل شهرداری، تربیت بدنی، بسیج، سپاه و برخی ادارات دیگر اقدام به برگزاری برنامه های ورزشی می کنند. اگر چه ماهیت توسعه ورزش خوب است و هر چه بیشتر باشد به نفع جامعه است ولی نداشتن یک برنامه هماهنگ موجب اتلاف فرصت ها و منابع می شود». بالاسکا در مقاله خود به نقش مهم گروه های مردمی و غیردولتی در توسعه فعالیت های فراغتی در ورزش اشاره نموده است (بالاسکا، ۲۰۱۳: ۶۶). لیدرا (۲۰۱۷) نتایجی همسو از نظر نقش مهم دولت و سازمان های صاحب قدرت بیان نمود. بخش دیگری که در مدل تحقیق مطرح شد عوامل زمینه ای و بستر ساز بودند. این عوامل بستری برای وقوع و حادث شدن پدیده می باشد. یعنی برنامه ریزی اوقات فراغت ورزشی بر بستر این عوامل شکل می گیرد. از جمله این عوامل آموزش می باشد. آموزش برنامه ریزی جزو مسائل ضروری برای مدیران است که ارتباط نزدیکی هم با دانش و نگرش دارد. رضوی هم در تحقیق خود به اهمیت متغیر آگاهی افراد و

● طراحی مدل آسیب شناسی برنامه ریزی اوقات فراغت با رویکرد فعالیت بدنی در استان تهران

دانش آنها اشاره نموده است (رضوی، ۱۳۹۳:۳۶). لورن (۲۰۱۸) آموزش های مستمر در برنامه ریزی را الزامی می داند. یکی از بسترهای اصلی برنامه ریزی اوقات فراغت ورزشی بر مبنای رشته های ورزشی و رویدادها و مسابقات است. هم اکنون تمامی هیئت ها کمیته ای بنام ورزش همگانی را در خود ایجاد کرده اند اگر چه برخی فعالیت چندانی ندارند. البته سطح دسترسی و امکانات یک رشته در جلب توجه و گرایش افراد به یک رشته بسیار تاثیرگذار است. رشته های جدیدی نیز همواره وارد بازار مصرف می شود که می تواند علاقه مند خود را داشته باشد. هال (۲۰۱۳) و هنی (۲۰۱۳) در نتایجی همسو توجه به رشته های مختلف ورزشی را مورد توجه قرار داده اند. عوامل ذکر شده در مورد بسترها تا بدین جا در قالب عوامل غیر ملموس ارائه شدند. از عوامل ملموس هم می توان به منابع انسانی اشاره کرد. از منابع انسانی می توان به ورزشکاران، مربیان، مدیران، خانواده های ورزشکاران و داوطلبان اشاره نمود. لورن (۲۰۱۸) کمبود نیروهای تخصصی را از موانع برنامه ریزی دانسته است. دیگر بستر مطرح شده در این تحقیق تسهیلات و امکانات فیزیکی است. فضاهای سرپوشیده و روباز از جمله پارک ها و جنگل های طبیعی به عنوان یکی از اصلی ترین اماکن گذران فراغت ورزشی می باشند. این فضاها امکان برگزاری و انجام بسیاری از فعالیت های ورزشی را دارند که از جمله شاخص ترین آنها رشته دو چرخه سواری است. طوری که برخی کشورها در سند فراغت ورزشی خود به طور ویژه به موضوع دوچرخه سواری پرداخته اند (سند فراغت دورهام، ۲۰۱۴). کیفیت اماکن و تجهیزات در کنار کمیت باید در برنامه ریزی ها مورد توجه قرار گیرد. مگان (۲۰۱۳) نیز اهمیت کیفیت محیط ورزش را بیان کرده و گاندرسن (۲۰۱۵) به موضوع جنگل ها به عنوان یکی از بهترین مکان ها برای گذراندن اوقات فراغت اشاره نموده است. ظرفیت های مختلف استان تهران نیز از دیگر بسترها می باشد که باید مورد توجه مدیران قرار گیرد. در این مقاله به علت محدودیت صفحات امکان توضیحات بیشتر در ارتباط با هر موضوع نبود. دسته ای از عوامل که در الگوی پارادایمی به عنوان مداخله گر از آنها یاد می شود شامل مقوله های بیرونی و درونی بودند. یکی از عوامل بیرونی عامل سیاسی است. حضور سیاسیون می تواند بر برنامه های اوقات فراغت و ورزش تاثیرگذار باشد. داشتن دید حزبی و قراردادن اهداف برنامه های فراغت به سمت یک گروه یا اهداف خاص می تواند تاثیر منفی بر گسترش همه جانبه برنامه های فراغت ورزشی داشته باشد. ملکوتیان (۱۳۸۷) نیز در نتایجی همسو بیان داشت رابطه ورزش و سیاست دو سویه است. جعفری (۱۳۸۴) نیز شرایط سیاسی را در برنامه ریزی اوقات فراغت تاثیرگذار می داند. عامل فناوری و سبک زندگی نقش مداخله گری بر برنامه های اوقات فراغت دارد. جنبه دو پهلوی فناوری باید مورد توجه مدیران ورزشی باشد. این بدان معنی است که در مورد فن آوری باید راهبردهای مناسب در نظر گرفته شود. بسیاری از تحقیقات بیان داشتند که از بیشترین روش های گذران فراغت تماشای تلویزیون، گشت و گذار در سایت های اینترنتی و فضای مجازی است (کریمیان، ۱۳۹۰:۵۳۴؛ نوایی نژاد، ۱۳۷۶). گزارش وزارت ورزش (۱۳۹۴) نیز بر پررنگ تر شدن نقش فضای مجازی در اوقات فراغت اشاره دارد. از طرفی مسائل اقتصادی و مالی همواره بر ورزش و به تبع آن برنامه ریزی های مربوط تاثیر داشته است. اوضاع مناسب یا نامناسب اقتصادی می تواند بر میزان اوقات فراغت و نحوه گذران آن تاثیر داشته باشد. برخی از محققان پرداخت هزینه های مالی را از عوامل اصلی بازدارنده مشارکت در فعالیت های ورزشی عنوان داشته اند (صغانیا، ۱۳۸۰:۱۳۷؛ هاشمی، ۱۳۸۵). شناخت اوضاع اقتصادی هر منطقه و برنامه ریزی متناسب با توان مالی مردم از نکات مهم در برنامه ریزی است. یکی از نمونه ها گفت «ما در شهرداری تهران به ازای هر نفر از شهروندان تهرانی ۷۰۰ تومان

بودجه در سال ۱۳۹۶ اختصاص دادیم که با توجه به کاهش درآمدهای شهرداری در آینده کمتر هم خواهد شد و شهرداری مجبور است برای تامین منابع مالی اماکن ورزشی خود را به بخش خصوصی واگذار نماید که احتمالاً با افزایش شهریه ها همراه خواهد بود. دولت هم هیچگونه بودجه ای در ارتباط با ورزش به ما اختصاص نمی‌دهد». جعفری (۱۳۸۴)، گزارش وزارت ورزش (۱۳۹۴) شرایط اقتصادی را پر اهمیت دانسته اند. از طرفی، در برنامه ریزی اوقات فراغت باید شرایط فرهنگی جامعه، از جمله مسائل امنیتی به ویژه برای بانوان که می‌تواند از عوامل محدود کننده شرکت در فعالیت های ورزشی باشد را در نظر گرفت که رحمانی (۱۳۸۸) نیز بدان اشاره نموده است. مگان (۲۰۱۳) نیز بیان کرده باید به موضوع دختران توجه ویژه تری در برنامه ریزی ها شود. همچنین عوامل اجتماعی همچون همسالان، خانواده و علاقه مندی افراد برای گذران با یکسری افراد خاص باید مورد توجه قرار گیرد. مثلاً افراد سالمند علاقه دارند با فرزندان و نوه های خود فراغت را سپری کنند. در نظر گرفت برنامه های خانوادگی در اوقات فراغت می‌تواند این نیاز را برطرف نماید. همچنین گروه های ویژه همچون افراد ناتوان و کم توان باید مورد توجه برنامه ریزان باشند. تجهیزات مورد نیاز و شرایط این گروه ها با افراد سالم می‌تواند متفاوت باشد. کارمن (۲۰۱۶) و سوفر (۲۰۱۶) به اوقات فراغت معلولین پرداخته و گفتند بچه های ناتوان کمتر تمایل به شرکت در فعالیت های ورزشی دارند و برنامه ریزی آنان نیز ویژه است. در ادامه، رسانه های گروهی اعم از دیداری و نوشتاری و میزان توجه آنها به برنامه ها اهمیت زیادی دارد. از دیگر عوامل مداخله گر عوامل درونی نام گرفتند که از جمله آنها عوامل فردی، بین فردی و ساختاری بودند. عوامل کمبود زمان و نداشتن وقت، شرایط مکانی زندگی، وضعیت تاهل، اوضاع اقتصادی و دلبستگی های مکانی و بی انگیزگی جوانان از مسائل مورد توجه می باشد. عدم علاقه به حضور در محافل جمعی و ارتباط بین فردی نیز از عوامل تاثیر گذار و قابل توجه در برنامه ریزی فراغت است. ایناکی (۲۰۱۰) به نقش سلامت فردی در مشارکت اشاره نمود (ایناکی، ۲۰۱۰:۳۸۰). یافته های ون دیک (۲۰۱۳) در حوزه شرایط اجتماعی اقتصادی و تاثیر آن بر فراغت با یافته های تحقیق همخوانی دارد. رضائی (۱۳۹۵) و مگان (۲۰۱۳) نیز به مسائل فردی تاکید نموده اند. همچنین، نوع تدوین و اجرای برنامه ها از نظر انتخاب هدف، پیوستگی اهداف، وجود نقشه راه، استفاده مناسب از نتایج تحقیقات و برنامه های قبلی، نحوه اجرا و توجه به ارزیابی در تمام فصول سال همراه با اولویت بندی از اصول برنامه ریزی هستند. از راهبردهای این الگو می‌توان به ایجاد تنوع در ورزشها با توجه به وجود علاقه مندان، توجه به جشنواره ها و رویدادها و مسابقات تفریحی، برنامه ریزی محلی با توجه به شرایط و امکانات محلی، مشتری مداری و توجه به بازاریابی، توجه به نیازهای مشتری و تقسیم به گروه های خاص، توجه به معلولین، زنان، سالمندان، تقسیم بندی درآمدی، و راهبردهای مبتنی بر ویژگی های جمعیت شناختی افراد اشاره نمود. چنین راهبردهایی می‌تواند پیامدهای فردی همچون کسب سلامت جسمانی و روانی، توسعه خلاقیت های فردی، تبعات اجتماعی همچون افزایش مسئولیت پذیری، تقویت بنیان خانواده در ورزش های خانوادگی، پیامدهای اقتصادی همچون تولید اشتغال و پیامدهای ورزشی همچون توسعه رشته های ورزشی داشته باشد. هاشمی (۱۳۹۷)، هال (۲۰۱۳)، مادرن (۲۰۱۴) و لورن (۲۰۱۸) نتایجی همسو با این تحقیق گزارش نموده اند. تدوین یک برنامه جدید بلند مدت با در نظر گرفتن ضعف های برنامه های قبلی با همکاری سازمان های متولی در حوزه اوقات فراغت و ورزش، جلسات هماهنگ با سازمان های دیگر بخصوص صدا و سیما

جهت تولید محتوای مشترک و ساخت برنامه های تلویزیونی و رادیویی، نیاز سنجی دوره ای و مستمر از طریق اینترنت و فضای مجازی و همچنین به شکل سنتی و مستقیم جهت بروزرسانی توجه به رسانه ها، راه اندازی پورتال ملی اوقات فراغت، توجه و حمایت از سمن ها و گروه های غیر دولتی، توجه ویژه به برنامه های جمعی و خانوادگی جهت توسعه کارکردهای اجتماعی فراغت ورزشی، سیاست گذاری یکپارچه و جلوگیری از موازی کاری، توزیع عادلانه امکانات بر اساس علاقه مندی و تواناییهای هر منطقه از شهر تهران بخشی از پیشنهادات این تحقیق برای برنامه ریزان و متولیان موضوع فراغت و ورزش است. همچنین مطالعه تطبیقی از کشورهای اسلامی و همسایه با موضوع فراغت ورزشی و انجام تحقیق کمی برگرفته از نتایج این طرح به سایر محققان پیشنهاد می شود. توجه به موضوع حساس برنامه ریزی اوقات فراغت و شیوه کیفی انجام کار از نوآوری های این تحقیق بود. البته عدم همکاری برخی از نمونه های مد نظر و عدم دسترسی به برخی اطلاعات آماری از جمله محدودیت ها به شمار می رفت.



منابع

- اسمعیلی، محسن. (۱۳۹۵). «تحلیل وضعیت باشگاه های بدنسازی ایران. طرح پژوهشی». پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی. صص ۷۵-۷۷.
- اشرف کریمی، علی و شوهانی، محمد. (۱۳۹۳). «مکان یابی پارک با رویکرد توسعه پایدار در پرکردن اوقات فراغت شهروندان؛ ایوان». فرهنگ ایلام، شماره ۴۴-۴۵، صص ۹۵-۱۰۷.
- تندنویس، فریدون. (۱۳۸۱). «جایگاه ورزش در اوقات فراغت مردم ایران». پژوهش در علوم رفتاری. شماره ۴، صص ۱۱۵-۱۳۳.
- جعفری، افسر؛ شب خیز، فاطمه و مشهوری، مرضیه. (۱۳۸۴). «بررسی میزان اوقات فراغت دانشجویان دختر دانشگاه تهران با تاکید بر تربیت بدنی». حرکت. شماره ۲۷، صص ۱۰۳-۱۱۶.
- رحمانی، احمد؛ پور رنجبر، محمد و بخشی نیا، طیبه. (۱۳۸۸). «بررسی و مقایسه نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان دختر دانشگاه های زنجان با تاکید بر نقش تربیت بدنی و ورزش». مجله دانشگاه علوم پزشکی. دوره ۵، شماره ۳، صص ۲۰۹-۲۱۶.
- رضائی زاده مهابادی، کامران و توحیدی، ابوالفضل. (۱۳۹۶). «بررسی مکان یابی و ایجاد پارک عمومی با رویکرد توسعه پایدار و برنامه ریزی اوقات فراغت (مطالعه: شهر سمنان)». پنجمین کنفرانس ملی پژوهش های کاربردی در مهندسی عمران، معماری و مدیریت شهری.
- رضایی اصل، سید مجتبی. (۱۳۹۵). «بررسی ابعاد مدیریت ورزشی همگانی و اوقات فراغت». سومین همایش علمی پژوهشی یافته های نوین علوم مدیریت، کارآفرینی و آموزش ایران. تهران، انجمن توسعه و ترویج علوم و فنون بنیادین.
- رضوی، سیدمحمدحسین؛ کتبی، فرشته و نقی زاده، حسین. (۱۳۹۳). «رابطه گذراندن اوقات فراغت دانشجویان با گرایش آنها به بزهکاری با تاکید بر فعالیت های ورزشی». نشریه مطالعات راهبردی ورزش و جوانان. شماره ۲۴ (۱۳)، صص ۹-۲۰.
- رفعت جاه، مریم؛ رشوند، مرجان و شهیدی زندی، مریم. (۱۳۸۹). «تبیین جامعه شناختی فعالیت های فراغتی دختران جوان». مطالعات راهبردی زنان. سال ۱۳، شماره ۵۰، صص ۸۲-۳۰.
- صفایا، علی محمد. (۱۳۸۰). «نحوه گذران اوقات فراغت دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی کشور با تأکید بر فعالیت ورزشی». مجله حرکت. شماره ۹، صص ۱۲۷-۱۴۰.
- کریمیان، جهانگیر؛ شکرچی زاده اصفهانی، پریوش و افشار، مینا. (۱۳۹۰). «تعیین الگوی عوامل بازدارنده از مشارکت در فعالیت های ورزشی کارکنان بیمارستان های آموزشی شهر اصفهان بر اساس مدل سلسله مراتبی اوقات فراغت». مدیریت اطلاعات سلامت. سال ۱۰، شماره ۲، صص ۵۲۰-۵۳۸.
- ملکوتیان، مصطفی. (۱۳۸۸). «ورزش و سیاست». فصلنامه سیاست. دوره ۳۹، شماره ۲، صص ۳۰۱-۳۱۶.

- نوابی نژاد، شکوه و نیسیان، فریده. (۱۳۷۶). «بررسی نحوه گذران اوقات فراغت بانوان کشور با تأکید بر ورزش و فعالیت های بدنی». سازمان تربیت بدنی، معاونت ورزش بانوان. صص ۳۵-۳۶.
- وزارت ورزش و جوانان. دفتر پژوهش و مطالعات راهبردی. (۱۳۹۴). «گزارش گذران اوقات فراغت نوجوانان و جوانان در فصل تابستان». صص ۲۴-۳۸.
- هاشمی، هاجر. (۱۳۸۵). «بررسی عوامل بازدارنده مشارکت زنان کارمند و ارائه راهکارهای مؤثر در این زمینه». پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خوراسگان (اصفهان).
- هاشمی مطلق، شقایق؛ اصلانخانی، محمدعلی و صفانیا، علی محمد. (۱۳۹۷). «اثر محیط ادراک شده و حمایت اجتماعی بر مشارکت در فعالیت بدنی اوقات فراغت کارکنان منطقه سیزده دانشگاه آزاد اسلامی». رویکردهای نوین در مدیریت ورزشی. دوره ۶، شماره ۲۱، صص ۹۵-۱۰۴.

- Balaska, P., Kouthouris, Ch. (2013). "Promoting Sport Participation in Greece: Issues and Challenges". International Journal of Sport Management, Recreation & Tourism, Vol. 13: 63-84.
- Bruner, M. W., Hillier, S., Baillie, C. P., Lavallée, L. F., Bruner, B. G., Hare, K., Lévesque, L. (2016). "Positive youth development in Aboriginal physical activity and sport: A systematic review". Adolescent Research Review, 1, 257-269.
- Carmen, M. Meseguer & et al. (2011). "Trends in Leisure Time and Occupational Physical Activity in the Madrid Region: 1995-2008". 64(1), 21-27.
- Cerin, E., Leslie, E. (2015). "How socio-economic status contributes to participation in leisure-time physical activity". Soc Sci Med, 66(12), 2596-609.
- Durham country leisure. (2014). "Sport and Leisure Service Strategy: 2011-2014".
- Gundersena, V., Tangelandb, T., Kaltenborna, B.P. (2015). "Planning for recreation along the opportunity spectrum: The case of Oslo, Norway". Urban Forestry & Urban Greening, 14(2), 210-217.
- Hall, A. M. (2013). "Toward a history of Aboriginal women in Canadian sport". In J. Forsyth & A. R. Giles (Eds.), *Aboriginal peoples & sport in Canada: Historical foundations and contemporary issues* (pp. 64-91). Vancouver: University of British Columbia Press.
- Heine, M. (2013). "Performance indicators: Aboriginal games at the Arctic Winter Games". In J. Forsyth & A. R. Giles (Eds.), *Aboriginal peoples & sport in Canada: Historical foundations and contemporary issues* (pp. 160-181). Vancouver: University of British Columbia Press
- Heine, M. (2007). *Inuit games: An instruction and resource manual*. (3rd Ed). Yellowknife, Northwest Territories, Canada: Sport North Foundation
- HURL, CH. (2016). "Governing Indigenous Sports and Recreation", 1972-2008: Citizenship Regimes, Nation-Building and the Politics of Ambivalence". Journal of Canadian Studies, Vol. 50 Issue 3, p727-755. 29p.

- Inaki, G., Mesenguer, R., Herruzo, f. (2010). **“Self-related according to amount, intensity and duration of leisure time physical activity”**. Preventive medicine, 12 (3): 378-383.
- Lauren, L., Nicole, K., Justin, H., (2018). **“Physical Education and Transition Planning Experiences Relating to Recreation among Adults Who Are Deafblind: A Recall Analysis”**. Journal of Visual Impairment & Blindness, Jan/Feb2018, Vol. 112 Issue 1, p73-86.
- Leidera, J., Jamie F., Chriquia, b., Emily, T., (2017). **“Associations between active living-oriented zoning and no adult leisure-time physical activity in the U.S”**. Preventive Medicine, Vol (95), 120-125.
- Madren, C., (2014). **“A Sporting Shift: New Trends in Adult Sports Require Dynamic Planning by Park and Recreation Agencies”**. Parks & Recreation, Vol. 49 Issue 2, 48-53.
- McIsaac, Jessie-Lee D. Jarvis, Sherry L.Spencer, Rebecca., Kirk, Sara F. L. (2018). **“A tough sell: findings from a qualitative analysis on the provision of healthy foods in recreation and sports settings”**. Maladies Chroniques ET Blessures au Canada, Vol. 38 Issue 1, p18-22. 5p.
- Meghan, C., Amanda, M., Rochelle, E., Jack, H., John, S., Amanda, T., Warren, P. (2013). **“Linking Physical Education with Community Sport and Recreation: A Program for Adolescent Girls”**. Health Promotion Practice, Vol. 14 Issue 5, p721-731.
- Soffer, M., Almog-Bar, M. (2016). **“Therapy or human right? The meaning of recreation for children and youth with disabilities in the “Krembo Wings” youth movement”**. Disability and Health Journal, 9 (3), P: 399-405.
- Wyndhams leisure strategy. (2013). www.wyndham. Vic.gov.au
- Van Dyck, D. (2013). **“Perceived neighborhood environmental attributes associated with adults' leisure-time physical activity: findings from Belgium, Australia and the USA”**. Health Place, 19:59-68.