



The University Of Tehran Press

Woman in Development and Politics

The Model of a Healthy and Women-Friendly Physically Active City in the Interactions of Urban Planning

Nasser Shahryari¹  | Samira Abbassi²  

1. PhD Sports Management, Islamic Azad University, Isfahan, Iran. E-mail: shahryarinaser@yahoo.com

2. Corresponding Author, PhD Urban Planning, Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran, Iran. E-mail: samira.abbasi@srbiau.ac.ir

Article Info	ABSTRACT
Article type: Research Article Article history: Received: 5 February 2025 Received in revised form: 10 June 2025 Accepted: 22 July 2025 Published online: 23 July 2025 Keywords: <i>Healthy City,</i> <i>Physical Activity-Friendly,</i> <i>Sports Management,</i> <i>Urban Planning,</i> <i>Women.</i>	Sustainable urban development and the enhancement of women's health are fundamentally challenged by gender disparities in access to urban and recreation spaces. The aim of this study is to present a model for a city that is both healthful and welcoming to women. This model is designed to encourage physical activity during urban planning interactions, thereby encouraging women to engage more actively in public spaces. Using Glaser's grounded theory method, this research was conducted using a qualitative approach that was rooted in the interpretive-constructivist paradigm. Data were gathered through semi-structured interviews with 15 women, experts, and urban and sports planners, who were deliberately chosen until theoretical saturation was achieved. Data analysis was performed using open and axial coding, and the conceptual model of the research was extracted. The results indicated that realizing a healthy and women-friendly city for physical activity requires attention to social, cultural, economic, political, environmental, religious, historical, and technological dimensions. Key factors identified include accessibility to sports facilities, safety, appropriate urban infrastructure design, and social and cultural support. The outcomes of these factors include enhanced individual identity, strengthened social interactions, improved physical and mental health, and a better urban quality of life, as a result of the increased participation of women in physical activities. Comprehensive urban planning focused on gender justice, safety, and accessibility can enhance women's participation in physical activities and serve as an effective step toward sustainable urban development.
Cite this article: Shahryari, N., & Abbassi, S. (2025). The Model of a Healthy and Women-Friendly Physically Active City in the Interactions of Urban Planning. <i>Women in Development and Politics</i>, 23(2), 239-265. DOI: https://doi.org/10.22059/jwdp.2025.390030.1008517	
© The Author(s). Publisher: The University of Tehran Press. DOI: https://doi.org/10.22059/jwdp.2025.390030.1008517	





انتشارات دانشگاه تهران

زن در توسعه و سیاست

الگوی شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در تعاملات برنامه‌ریزی شهری

ناصر شهریار^۱ | سمیرا عباسی^۲^۱. دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی اصفهان، اصفهان، ایران. رایانامه: shahryarinaser@yahoo.com^۲. نویسنده مسئول، دکتری شهرسازی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران. رایانامه: samira.abbasi@srbiau.ac.ir

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: مقاله پژوهشی	نابرابری‌های جنسیتی در دسترسی به فضاهای شهری و ورزشی، از چالش‌های اساسی توسعه پایدار شهری و ارتقای سلامت زنان محسوب می‌شود. هدف پژوهش حاضر، ارائه الگوی شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در تعاملات برنامه‌ریزی شهری است تا زمینه مشارکت فعال‌تر زنان در فضاهای عمومی فراهم شود. این مطالعه با رویکرد کیفی و مبتنی بر پارادایم تفسیری-برساختی، با بهره‌گیری از روش داده‌بنیاد گلیزر انجام شد. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با ۱۵ نفر از زنان، کارشناسان و برنامه‌ریزان شهری و ورزشی به‌صورت هدفمند و تا اشباع نظری گردآوری شد. تحلیل داده‌ها با کدگذاری باز و محوری صورت گرفت و مدل مفهومی پژوهش استخراج شد. نتایج نشان داد تحقق شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان، مستلزم توجه به ابعاد اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، سیاسی، زیست‌محیطی، اعتقادی، تاریخی و فناوری است. عوامل کلیدی شامل دسترسی پذیری فضاهای ورزشی، تأمین امنیت، طراحی زیرساخت‌های شهری مناسب و حمایت‌های اجتماعی و فرهنگی شناسایی شد. این عوامل، مشارکت زنان در فعالیت‌های بدنی را افزایش می‌دهد و پیامدهایی مانند ارتقای سلامت جسمی و روانی، تقویت تعاملات اجتماعی، افزایش هویت فردی و بهبود کیفیت زندگی شهری را به همراه دارد؛ بنابراین برنامه‌ریزی جامع شهری با محوریت عدالت جنسیتی، امنیت و دسترسی پذیری می‌تواند مشارکت زنان در فعالیت‌های بدنی را ارتقا دهد و گامی مؤثر در جهت توسعه پایدار شهری باشد.
تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱۱/۱۷	
تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۳/۲۰	
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۴/۳۱	
تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۰۵/۰۱	
کلیدواژه‌ها: برنامه‌ریزی شهری، دوستدار فعالیت بدنی، زنان، شهر سالم، مدیریت ورزشی.	
استناد: شهریار، ناصر و عباسی، سمیرا (۱۴۰۴). الگوی شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در تعاملات برنامه‌ریزی شهری. زن در توسعه و سیاست، ۲۳(۲)، ۲۳۹-۲۶۵. DOI: https://doi.org/10.22059/jwdp.2025.390030.1008517	
DOI: https://doi.org/10.22059/jwdp.2025.390030.1008517	
ناشر: مؤسسه انتشارات دانشگاه تهران.	© نویسندگان.



۱. مقدمه

موضوعات و مسائل زنان، همواره از مهم‌ترین دغدغه‌های محققان و به‌ویژه اندیشمندان حوزه علوم انسانی محسوب می‌شود (Weiss & Norden, 2021: 4). در دهه‌های اخیر، با مکانیزه‌شدن بسیاری از کارها، اوقات فراغت افزایش چشمگیری داشته و فعالیت بدنی به‌عنوان مهم‌ترین اقدام برای حفظ سلامتی زنان مطرح شده و فعالیت بدنی زنان رشد چشمگیری در کشورهای مختلف داشته است (Shariati et al., 2023: 121). از آنجا که زنان نیمی از جمعیت جهان را تشکیل می‌دهند و نقشی اساسی در سلامت خانواده و پیشرفت جوامع دارند، محققان بر این باورند که دستیابی به ارتقای جهانی سلامت و بهداشت بدون سلامت زنان غیرممکن است (Moshkelgosha, 2023: 125). زنان در هر مرحله از چرخه زندگی‌شان برای خانواده مانند یک محافظ نامحسوس بزرگ در برابر اختلالات فرهنگی و محیطی عمل می‌کنند و سلامت جامعه وابسته به سلامتی زنان جامعه است. سلامتی زنان نیز تا حدود زیادی به فعالیت‌های جسمانی اجتماعی آن‌ها بستگی دارد، اما امروزه با مدرن‌شدن شرایط زندگی، از یک طرف فعالیت جسمانی آن‌ها کاهش و اوقات فراغت آن‌ها افزایش پیدا کرده است و از طرف دیگر روش‌های غیرفعال پرکردن اوقات فراغت نیز بسیار جذاب و متنوع شده‌اند (Asadolahi et al., 2022: 186). در تمام دنیا، سلامت پیش‌شرط تحقق توسعه پایدار است. سلامت و توزیع عادلانه آن بین بخش‌های مختلف جامعه، از موضوعات اصلی سازمان بهداشت جهانی و بسیاری دیگر از آژانس‌های بین‌المللی و محققان در دو دهه گذشته بوده است. به همین دلیل، سلامت زنان و نقش مؤثر آن در دستیابی به اهداف کاهش میزان مرگ و میر در بین مادران، برابری جنسیتی و توانمندسازی زنان، توجه ویژه سازمان ملل و کشورهای عضو آن را به خود جلب کرده است. سلامت زنان در بین فعالیت‌ها و اهداف سیستم‌های بهداشتی در جوامع و معیار پیشرفت کشورها از مهم‌ترین موارد در نظر گرفته شده است. با وجود این، مطابق گزارش‌های منتشرشده سازمان ملل، سلامت زنان آسیب‌پذیر و نیازمند بازنگری برنامه‌ها و توجه ویژه سیاست‌گذاران است (Moshkelgosha, 2023: 125).

بسیاری از بیماری‌ها و حالت‌هایی که علت مرگ‌های زودرس یا ناتوانی زنان است، با تحرک قابل‌پیشگیری است. از این‌رو توسعه ورزش‌های همگانی برای کاهش بار بیماری‌ها و کمک به ارتقای سطح سلامت جامعه ضروری به نظر می‌رسد. از اوایل دهه ۱۹۷۰، افزایش چشمگیری در مشارکت دختران و زنان در فعالیت‌های بدنی و ورزشی مشاهده شده است. برنامه‌های آموزشی به منظور آماده کردن هرچه بیشتر زنان به منظور کسب موفقیت در صحنه رقابت‌های ورزشی، گسترده و غنی شده است. این تغییرات به نوبه خود رغبت و انگیزه‌ای قوی برای تحقیقات علمی درباره

قابلیت‌های عملکرد ورزشی زنان و نیز پاسخ‌های آنان به چگونگی آموزش و تمرین به وجود آورده است (Rasekh, 2021: 746). محققان فراوانی، عوامل مؤثر در زمینه توسعه ورزش زنان را در سطوح همگانی، قهرمانی و تربیتی، تحلیل کرده‌اند. به علاوه تدوین برنامه‌های راهبردی ورزش زنان، راهبردهای توسعه ورزش قهرمانی در رشته‌های مختلف ورزشی، موانع و انگیزه‌های مشارکت زنان در ورزش، شناسایی فرصت‌ها و چالش‌های ورزش بانوان در کشور در قالب عوامل بازدارنده و انگیزاننده و همچنین نقش متغیرهای فردی و اجتماعی اثرگذار بر مشارکت آنان بررسی شده است (Nazari et al., 2022: 225). کارشناسان نیز همواره بر این موضوع صحنه گذاشته‌اند که محدودیت‌های امکانات تفریحی و ورزشی برای زنان، نبود برنامه‌ریزی برای بهبود وضعیت امکانات، نبود یا کمبود مربیان مجرب، موانع فرهنگی و مشکلات خانوادگی بر مشکلات آنان افزوده است (Salimi et al., 2021: 34). اندرسون (۲۰۲۰) در تحلیل وضعیت توسعه ورزش زنان در ایالات متحده نشان داد در تمامی زمینه‌های ورزشی بین زنان و مردان شکاف وجود دارد و عوامل تجاری، فنی، رسانه‌ای و رفتاری در کاهش این شکاف اثر گذارند (Anderson, 2020: 2).

برنامه‌ریزی شهری یک فرایند فنی و سیاسی مرتبط با توسعه و طراحی کاربری زمین و محیط مصنوع از جمله هوا و زیرساخت عبور و خروج از مناطق شهری مانند حمل‌ونقل، ارتباطات و شبکه‌های توزیع است (Dickson & Zhang, 2020: 4). رشد سریع جمعیت و به موازات آن افزایش مشکلات و ناهنجاری‌های کالبدی و غیرکالبدی در شهرهای امروزه به همراه ناکارآمدی طرح‌های توسعه شهری سنتی برای برطرف کردن این مشکلات، سبب شده برنامه‌ریزان به دنبال ارائه رویکردهای نوین در برنامه‌ریزی شهری باشند (Pourali et al., 2022: 2). مدیریت و برنامه‌ریزی شهر، مفهوم و اقدامی حرفه‌ای است که متشکل از مجموعه‌ای از فرایندهای سیاسی سازمان‌ها مقررات و ساختارهای اجتماعی و اقتصادی است و در مجموع از طریق آن‌ها محل زندگی، آموزش و کار انسان‌ها تعیین می‌شود. مدیریت و برنامه‌ریزی شهری فراتر از قوانین و مقررات کاربری اراضی و محیط است؛ چرا که مدیران شهری و برنامه‌ریزان شهری تصمیماتی را اخذ می‌کنند که براساس آن‌ها نحوه اجرای قوانین، دسترسی به خدمات عمومی و نحوه توزیع امکانات اجتماعی اقتصادی و سیاسی مشخص می‌شود که این موارد قطعاً بر سلامتی و بهداشت شهروندان مؤثر است (Allame, 2020: 143). امروزه شهرها و نظام سکونتگاهی اهمیت فزاینده‌ای دارد. براساس آمار سازمان ملل، در آغاز قرن بیست و یکم بیش از ۵۰ درصد مردم در شهرها زندگی می‌کنند. پیچیدگی سیستم‌های شهری و ناکارآمدی روش‌های سنتی سبب شده است بسیاری از شهرهای درحال توسعه، بدون داشتن برنامه صحیح و همه‌جانبه، در شرایط نابسامانی قرار بگیرند و با گسترش بی‌رویه فقر و

آینده‌ای نامعلوم مواجه باشند. برای رویارویی با این چالش‌های نوین چاره‌ای نیست مگر آنکه با راهبره‌هایی مناسب، برنامه‌ریزی آگاهانه برای آینده صورت گیرد (Jahanshahi & Varesi, 2021: 102).

با توجه به اینکه امروزه کمبودهای سلامت روانی، اجتماعی و جسمی گریبان‌گیر شهرهای ماست، با عدم فعالیت فیزیکی و آلودگی به‌عنوان چالش‌های اصلی سلامت، زمان آن فرارسیده است که طراحی شهری به بهبود رفاه شهرها و ساکنان آن کمک کند. اصول طراحی شهری به سلامت شهر در سطوح مختلف می‌پردازد. پارک‌ها، زمین‌های بازی، مسیرهای پیاده‌روی و میدان‌های جدید و بهبود یافته فضای باز را فراهم می‌کنند که در آن افراد می‌توانند فعالیت خود را افزایش دهند و با یکدیگر تعامل داشته باشند (Ghanbarinezhad Naseri et al., 2022: 323). در این میان، توجه به نیازهای خاص زنان در طراحی و اجرای برنامه‌های ورزشی و فضاهای شهری، اهمیت ویژه‌ای دارد (Alharbi et al., 2024: 7). با وجود نقش مهم ورزش در سلامت زنان، هنوز جامعه ایران به اهمیت و ضرورت ورزش در بین دختران پی نبرده است. ایران از لحاظ استعداد انسانی در میان زنان بسیار غنی است، ولی ظاهراً ریشه مشکل را باید در نبود برنامه‌ریزی شایسته جستجو کرد که خود این مسئله نیز احتمالاً ریشه عمیق‌تری در ناآگاهی از مشکلات واقعی و اصلی زنان دارد. در راستای رفع موانع فرهنگی، سازمان‌های فرهنگ‌ساز جامعه از جمله آموزش و پرورش و صداوسیما باید گام‌هایی را برای صلاح‌دید جامعه درباره زنان ورزشکار بردارند. با توجه به رشد سریع شهرنشینی و تغییرات سبک زندگی، بسیاری از افراد به‌ویژه زنان، کمبود فعالیت بدنی دارند و با چالش‌های مرتبط با آن مواجه‌اند. طراحی شهری نامناسب و عدم دسترسی به فضاهای ایمن و مناسب برای ورزش و فعالیت‌های بدنی می‌تواند مانعی جدی برای مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی باشد. برنامه‌های ورزشی و تفریحی که به‌صورت اختصاصی برای زنان طراحی شده‌اند، انگیزه و مشارکت آنان را افزایش می‌دهند. با توجه به مطالب ذکرشده، به دنبال پاسخگویی به این سؤال هستیم که الگوی شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در تعاملات برنامه‌ریزی شهری با شناسایی شاخص‌ها و مؤلفه‌ها، عوامل مؤثر و پیامدهای پدیده محوری چگونه است.

۲. پیشینه پژوهش

۲-۱. پیشینه نظری

درباره مشارکت زنان در ورزش، نظریه‌های متعددی وجود دارد. نظریه یادگیری اجتماعی آلبرت بندورا تأکید زیادی بر نقش عوامل محیط اجتماعی در یادگیری نگرش‌ها و رفتارها دارد. این نظریه بر

ارتباط سه‌گانه بین افراد، رفتار و محیط از طریق فرایند التزام یا علیت متقابل تأکید می‌کند. در نظریه سرمایه فرهنگی پیر بوردیو نیز گرایش‌ها و عادات دیرپا در فرایند جامعه‌پذیری حاصل می‌شوند و نیز اهداف فرهنگی ارزشمند نظیر صلاحیت‌های تحصیلی و فرهیختگی مطالعه می‌شود. نظریه ژان کلود پسون و سندار بم در خصوص نقش‌پذیری جنسیتی و تشکیل کلیشه‌های جنسیتی مبتنی بر جنس در افراد بر آن است که کودکان در یادگیری نقش‌های جنسیتی فعال هستند. آن‌ها مقوله‌های شناختی موجود در جامعه را برای جنسیت شکل می‌دهند و سپس دانش جنسیتی مربوط را درباره این مقوله‌ها به دست می‌آورند. نظریه نقش جنسیتی چافتز در بررسی نابرابری‌های جنسیتی به نقش نیروهای اجباری و اختیاری قشر بندی جنسیتی می‌پردازد. عناصر اصلی نظریه لایه‌بندی جنسیتی چافتز عبارت‌اند از: ۱. نظام تقسیم‌کار کلان در سطح جامعه؛ ۲. برتری مردان در دستیابی به منابع مادی و منابع قدرت؛ و ۳. تعاریف اجتماعی برای مقایسه زنان و مردان، شامل ایدئولوژی جنسیتی، هنجار جنسیتی و باورهای قالبی جنسیتی. چو در نظریه موانع فیزیولوژیکی معتقد است بسیاری از افراد بر موانع فیزیولوژیک که به حکم طبیعت زن در مشارکت فعال او تأثیر می‌گذارد، بیشتر از موانع فرهنگی تأکید می‌کنند؛ در صورتی که واقعیت غیر از این است؛ برای مثال، بسیاری از مسابقات ورزشی به سینه زن آسیب می‌رساند؛ استخوان‌های زن برعکس مرد شکننده است و زنان از لحاظ بدنی موجوداتی آسیب‌پذیرند؛ مشارکت فشرده زن در ورزش به رشد عضلانی بدن می‌انجامد که با چهره اجتماعی زن ناسازگار است ... (Mohammadi, 2021: 229).

موانعی نیز بر سر راه مشارکت ورزشی وجود دارد. کرافورد و همکاران (۱۹۹۱) موانع مشارکت را به سه دسته درون فردی، بین فردی و ساختاری تقسیم کردند. موانع درون فردی عبارت‌اند از: بی‌میلی، ناآگاهی، مشکلات جسمی یا روانی. موانع بین فردی شامل نداشتن همراه، تعلق نداشتن به گروه یا محیط، احساس ناامنی محیطی و نیز تجارب منفی است؛ و در نهایت، موانع ساختاری عبارت‌اند از: نبود وقت، امکانات، وسیله نقلیه و پول. عوامل مؤثر بر مشارکت ورزشی زنان شامل عوامل فردی، همسالان، خانوادگی، اجتماعی-اقتصادی، محیطی یا موارد دیگر هستند که از بین این عوامل، عوامل شخصی شامل ادراک از خود و پیامدهای شخصی مطلوب مرتبط با ورزش، از مهم‌ترین عوامل شناخته شده‌اند (Hopkins et al., 2022: 5). نکات مثبت مشارکت ورزشی زنان به‌طور عمده به کیفیت تجربه ورزشی بستگی دارد؛ زیرا ماهیت خشن و مردانه برخی از فعالیت‌های بدنی و رشته‌های ورزشی نه تنها اثرات مثبتی ندارد، بلکه ممکن است عدم تمایل به مشارکت منظم را نیز در پی داشته باشد. از این‌رو، باید مدنظر برنامه‌ریزان ورزشی قرار گیرد. از سوی دیگر، با توجه به پارامترهای جامعه‌شناختی در برخی کشورها از جمله ملاحظات فرهنگی-مذهبی، میزان محرومیت اجتماعی

دختران به مراتب بیشتر از پسران است و این امر در دوره‌های حساس نوجوانی و جوانی می‌تواند اثرات زیان‌باری بر رشد اجتماعی برجای گذارد. در این راستا، گروهی از صاحب‌نظران به کارگیری زمینه ورزش را برای افزایش شمول اجتماعی زنان و دختران مناسب دانسته‌اند (Saffari & Latifi Fard, 2018: 90).

شهر به مثابه موجودی زنده و پویا نقش مهمی در برآوردن نیازهای جسمی، روانی و ذهنی افراد دارد شهرها از کالبد، روابط و فعالیت‌ها تشکیل شده‌اند که مانند ظرف و مظهر عمل می‌کنند. با توجه به این تعریف، نقش محیط‌های شهری بر شهروندان از دو جنبه اساسی انسانی شامل امور مادی و فیزیکی و امور معنوی قابل بررسی است و این عوامل خواسته و ناخواسته مداخلاتی در ذهن و روان افراد دارد (Ghazanfarpour et al., 2021: 164). ورزش و توسعه شهری موضوعی است که در میان مقامات دولتی، متخصصان و محققان مورد بحث قرار گرفته است. در حوزه آکادمیک مدیریت ورزشی، مطالعات زیادی به حوادث و استادیوم‌ها و مباحث اجتماعی، اقتصادی و زیست محیطی آن‌ها بر جوامع پرداخته‌اند. با این حال، بیشتر محققان این موضوعات را با تمرکز صریح بر توسعه شهری دنبال نکرده‌اند. توسعه و پیشرفت ورزش در جامعه ما منوط به تحول سازنده و مثبت در برنامه‌های جاری ورزشی است. بازنگری در برنامه‌های گذشته و جاری و تدوین برنامه‌های کارآمد و مؤثر نیازمند تحقیقات گسترده و همه‌جانبه است که نتایج آن بتواند خط‌مشی برنامه جدید را تعیین و صحت انطباق آن را با نیازهای اساسی جامعه در حال تحول ما تضمین کند. با توجه به اهمیت ورزش در سلامت فردی و اجتماعی بانوان، به نظر می‌رسد هنوز جامعه ایران به اهمیت و ضرورت ورزش در بین زنان و دختران پی نبرده است. درصد حضور زنان در فعالیت‌های ورزشی در تمام کشورها کمتر از مردان است. در ایران نیز طبق آمار منتشرشده در مرکز آمار و مطالعات مجلس، ۱۱ درصد مردم دچار کم‌تحرکی‌اند: زنان ۱۴ درصد و مردان ۴۷ درصد (Moshkelgosha, 2023: 125). تا اوایل دهه ۱۹۸۰، رویکرد غالب در برنامه‌ریزی شهری، رویه برنامه‌ریزی مبتنی بر عقلایی‌گرایی یا رویکرد فنی-بازاری بود که عمدتاً با اتکا بر دانش فنی برنامه‌ریزان و ابزارها و روش‌های علمی شکل می‌گرفت. یکی از قدرتمندترین نقدهایی که از منظر توسعه برنامه‌ریزی بر برنامه‌ریزی جامع-خردگرا وارد بود، توسط لیندبلوم در مقاله‌ای با عنوان «دانش خروج از اغتشاش» در سال ۱۹۵۹ ارائه شد. او معتقد بود برنامه‌ریزان مجبورند راه‌حل‌های خود را بر مبنای دانش که رویکردی بخشی و جزئی دارد، طرح‌ریزی کنند. از دهه ۱۹۸۰ به بعد ویژگی‌های برنامه‌ریزی تغییر پیدا کرد. در این برهه زمانی برنامه‌ریزی به عنوان فرایندی ارتباطی و همکارانه مدنظر قرار گرفت که برخلاف یک فرایند خردگرا، دربرگیرنده بازیگران مختلف است و شرایط حضور و شنیده شدن برای

شهروندان و ذی‌نفعان در جهت مشارکت و خلق تغییرات در آن فراهم شد. پارادایم نوظهور مجادله‌ای در برنامه‌ریزی، بیشتر از بنیان‌های فکری تئوری دموکراسی و شانتال موفه تأثیر پذیرفته است. از دیدگاه موفه (۲۰۰۵) دموکراسی غربی را می‌توان به‌واسطه تنش بین دو نوع منطق خاص توصیف کرد: یکی بر مبنای حقوق فردی و حکومت قانونی و دیگری بر اساس تساوی شهروندان در قلمرو عمومی (Davoudpour & Karimzadeh, 2018: 113).

۲-۲. پیشینه تجربی

مشکل گشا (۱۴۰۲) به «مروری بر چالش‌ها و چشم‌اندازهای مشارکت ورزشی بانوان با رویکرد بازاریابی اجتماعی» پرداخت. او نشان داد بازاریابی اجتماعی به‌عنوان رویکردی مؤثر برای کاهش موانع و افزایش تسهیل‌کننده‌ها در رفع کم‌تحرکی زنان و بهبود کیفیت زندگی فردی و اجتماعی نیازمند حمایت و ظرفیت‌سازی کلیه نهادهای مسئول است. ترویج فواید چندگانه ورزش، اصلاح نگرش و باور اجتماعی زنان با تمرکز بر اثربخشی فعالیت‌های ترویجی و آموزشی، توسعه اماکن و فضاهای مناسب ورزش همگانی زنان، هماهنگی بین‌بخشی و راهبری ورزش همگانی زنان از اقدامات مؤثر در این زمینه است.

صالحیان دهکردی و همکاران (۱۴۰۲) به «طراحی مدل حکمرانی مطلوب ورزش زنان» پرداختند. مطابق نتایج، عوامل مؤثر بر حکمرانی مطلوب ورزش زنان به سه مؤلفه بیرونی، درونی و میانی و راهکارها نیز به عوامل فردی سازمانی و عوامل اجتماعی سیاسی تقسیم‌بندی می‌شوند. مهم‌ترین شاخص در مدل پژوهشی نیز سیاست‌گذاری در عوامل است که به همراه توانمندسازی در راهکارها با ۸۱ درصد همبستگی بیشترین تأثیر را داشتند. با توجه به یافته‌های تحقیق پیشنهاد شد مدیران اجرایی با زمینه‌سازی در اجرای تبیین سند ملی با چشم‌انداز بلندمدت، تعیین سیاست‌ها، اهداف و راهبردهای کلان ورزش زنان ایران، ایجاد زمینه‌های کارورزی و کسب تجربه‌های اجرایی برای متخصصان ورزشی زن، برگزاری دوره‌های آموزشی برای زنان شاغل در ورزش و آشنایی با حقوق خود، فراهم کردن زمینه‌های خودباوری در زنان و آگاه کردن آن‌ها از قابلیت‌ها و توانایی‌های فردی و فرهنگ‌سازی رسانه‌ای (ساخت مستند و فیلم درخصوص ورزش بانوان) به ایجاد زیرساخت‌ها در ترویج فرهنگ ورزش زنان کمک کنند.

اسداللهی و همکاران (۱۴۰۲) «طراحی مدل فعالیت‌های بدنی زنان جوان ایرانی» را مطالعه کردند. در مرحله کدگذاری باز، هفت مقوله اصلی زیر در فرایند فعالیت‌های بدنی بانوان جوان ایرانی شناسایی شد: «انگیزه‌های شخصی»، «اقدامات ترویجی»، «چالش‌ها»، «اماکن و امکانات ورزشی»،

«مربی»، «ایمنی و امنیت» و «فواید ورزش». یافته‌ها نشان داد «انگیزه‌های شخصی» و «اقدامات ترویجی» محرک اولیه زنان جوان برای انجام فعالیت‌های بدنی است، اما برای تصمیم‌گیری و انجام فعالیت‌های بدنی «امکانات»، «چالش‌ها»، «مربی» و «ایمنی و امنیت» نیز نقشی تعیین‌کننده‌ای دارند و در صورتی که شرایط مساعد باشد، مشارکت زنان جوان در فعالیت‌های بدنی ادامه پیدا خواهد کرد. نظری و همکاران (۱۴۰۱) به «بازنمایی گفتمان‌های جنسیتی حاکم بر ورزش زنان با رویکرد جامعه‌شناختی» پرداختند. براساس سه مضمون پایه، تغییر در نقش‌ها، نگرش‌ها و باورهای جامعه به ورزش زنان می‌تواند با تغییر حاکمیت هنجارهای جنسیتی در ورزش، بازنمایی کمی و کیفی ورزش زنان در رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی به عینیت بخشی مناسب مشارکت زنان، و در نهایت برابری جنسیتی در حقوق و مزایا، منابع، آموزش و مدیریت می‌تواند به درک بهتر ورزش زنان و در نتیجه، ایجاد سیاست‌ها و برنامه‌ریزی‌های راهبردی در این زمینه منجر شود.

شریعتی و همکاران (۱۴۰۱) به «چالش‌های فعالیت بدنی زنان ایرانی در مراحل مختلف زندگی» پرداختند. یافته‌ها نشان داد در مرحله کودکی ثانویه مشکلات مدیریتی-اقتصادی، در مرحله نوجوانی مشکلات اجتماعی-فرهنگی و مدیریتی-اقتصادی، در مرحله جوانی مشکلات اجتماعی-فرهنگی، در مرحله میانسالی کمترین مشکلات و در مرحله سالمندی مشکلات شخصی بیشترین تأثیر منفی را بر فعالیت بدنی زنان ایرانی می‌گذارند.

راسخ (۱۴۰۰) به «مرور نظام‌مند مطالعات حوزه ورزش زنان» پرداخت. به نظر می‌رسد در مورد پوشش موضوعی تحقیقات انجام گرفته در حوزه ورزش زنان، در زمینه توجه به مؤلفه‌ها و رشته‌های ورزشی مختلف و همچنین روش‌شناسی و ابزار، تعادل وجود ندارد و پیشنهاد می‌شود با توجه به اهمیت هریک از این مؤلفه‌ها در کشور و نیاز تحقیقی در آن‌ها، مورد استقبال و توجه نویسندگان قرار گیرند. محمدامینی و همکاران (۱۴۰۰) در «طراحی الگوی توسعه پایدار ورزش زنان ایران» دریافتند توسعه پایدار ورزش زنان از تعامل نظام‌مند منظره‌ای چهارگانه اکوسیستم، راهبرد، عملکرد و پیامد شکل می‌گیرد و هدف نهایی، دستیابی به توسعه پایدار ورزش زنان است. صفاری و لطیفی‌فرد (۱۳۹۷) به «مدل شهر دوستدار فعالیت بدنی با رویکرد شهرهای فعال، جوامع فعال، شهروندان فعال» پرداختند. یافته‌ها بیانگر سیاست‌های مربوط به افزایش سطح فعالیت بدنی شهروندان در سه قالب است: ۱. کدها، قوانین یا تصمیمات نوشته‌شده رسمی که مقامات قانونی آن‌ها را وضع کرده‌اند؛ ۲. استانداردهای نوشته‌شده؛ ۳. هنجارهای اجتماعی نانوشته که بر رفتار اثر می‌گذارند. بخش‌هایی مانند پارک‌های شهری، فضاهای سبز، مسیرهای پیاده‌روی و دوچرخه‌سواری، سیستم حمل‌ونقل فعال و محله‌ها جزو مقوله‌هایی هستند که در عوامل محیط فیزیکی می‌توانند جای گیرند. مطالعات

متعدد نشان می‌دهد شهرهایی که راه‌حل‌های طراحی شده‌ای را با هدف توانمندسازی برای فعالیت بدنی (مانند پارک‌ها، حمل‌ونقل فعالیت، توسعه استفاده‌های چندمنظوره) اجرا می‌کنند، مزایای بزرگی به‌دست می‌آورند. ویژگی‌های خاص طراحی محله‌ها برای فعالیت بدنی نیاز به شناسایی دارد تا طراحان و برنامه‌ریزان را برای ساخت محیط‌های دوستدار فعالیت بدنی بیشتر راهنمایی کند.

محمدی (۱۴۰۰) در مطالعه «سنجش تأثیرگذاری حمایت اجتماعی از زنان در انتخاب پارک بانوان و عمومی به‌منظور مشارکت در فعالیت ورزشی؛ نمونه موردی: پارک بهشت مادران و پارک ملت» به این نتیجه رسید که از نظر زنان، در هردو فضا حمایت ابزاری دولت و حمایت اطلاعاتی ناکافی است، اما حمایت احساسی مناسبی از طرف دوستان و خانواده وجود دارد. براساس یافته‌های تحلیل اکتشافی مبتنی بر آزمون همبستگی گاما و ضریب توافقی، لایه‌های مختلف حمایت اجتماعی بر میزان فعالیت ورزشی زنان در پارک‌های شهری تأثیر دارند. جوانی (۱۴۰۰) در «واکاوی فرهنگ مصرف ورزش زنان جوان مبتنی بر نظریه فرهنگ مصرف‌کننده» چهار بعد و ۲۶ گزاره را به‌عنوان ابعاد تأثیرگذار فرهنگ مصرف ورزش شناسایی کرد و در اختیار نخبان گذاشت. بعد اول، سبک زندگی بود که مهم‌ترین بعد تأثیرگذار بر فرهنگ مصرف ورزش شناخته شد. بعد دوم و سوم به‌ترتیب زیبایی‌شناختی و رهایی‌بخشی به‌دست آمد. درنهایت چهارمین مورد، بعد اجتماعی-اقتصادی فرهنگ مصرف ورزش بود. بابازاده و نجف‌زاده (۱۴۰۰) به «رابطه ارزش‌ها و سبک زندگی با مشارکت ورزشی زنان» پرداختند. نتایج نشان داد ارزش‌ها و سبک زندگی با مشارکت ورزشی زنان شهرستان مرند رابطه معنادار دارند. همچنین یادگیری، تنوع، مدگرایی، مسئولیت‌پذیری، توجه به تاریخ و مذهب، شور و اشتیاق، کمی‌گرایی، توانایی فکری و جسمی با مشارکت ورزشی دارای رابطه معنادار هستند.

دوبینسکی (۲۰۲۴) در مطالعه «نام تجاری یک شهر به‌عنوان یک شهر ورزشی» یک مدل مفهومی براساس دولت‌ها، شهرداری‌ها و جوامع پتانسیل را در ورزش به‌عنوان راهی برای بهبود تصویر خود به‌عنوان مقصد گردشگری، ایجاد میراث ملموس و نامحسوس و دستیابی به اهداف سیاست خارجی می‌بینند. در این مطالعه، با توجه به ادبیات مفهومی تصویر کشور، برندسازی مکان، رویدادهای کلان و زمینه‌های مرتبط، مدلی برای برندسازی راهبردی یک شهر به‌عنوان یک شهر ورزشی ارائه شد. زو (۲۰۲۴) به «مشارکت ورزشی بر سلامت زنان در شهرهای سرد شمال شرقی چین» پرداخت و نشان داد ۴۱/۶ درصد شرکت‌کنندگان دارای سبک زندگی غیرفعال و ۶۵/۸ درصد دارای فعالیت بدنی هستند. همچنین ۶۸/۳ درصد در تابستان کار می‌کنند و از مشارکت در زمستان دست کشیده‌اند. بین وضعیت سلامت و بیماری مزمن ($r=0/32$)، مشارکت ($r=0/49$)، زمان ورزش ($r=0/32$)، شدت ($r=0/32$)، سال ($r=0/37$) و سازمان ($r=0/37$) همبستگی معنی‌داری وجود داشت.

کوچ (۲۰۱۸) در مطالعه «ورزش و شهر» چگونگی ورزش در جغرافیای شهری و زمینه‌های مرتبط را بررسی کرد. الهربی و همکاران (۲۰۲۴) به «باورهای زنان سعودی درمورد فعالیت بدنی: یک اکتشاف کیفی» پرداختند. با توجه به باورهای استخراج‌شده، زنان جوان ممکن است بتوانند سبک زندگی فعال‌تر را اتخاذ کنند و رفتار غیرفعال خود را تغییر دهند. پرداختن به باورهای منفی می‌تواند به تغییر رفتار غیرفعال آن‌ها کمک کند. تقویت باورهای مثبت و تسهیل‌گران نیز مفید است.

اسپیچرن و همکاران (۲۰۲۱) در «چشم‌انداز خدمات اکوسیستم در طبیعت شهری، فعالیت فیزیکی و سلامت» دریافتند دانش فعلی از یک مدل اولیه پشتیبانی می‌کند که می‌تواند روندهای گسترده و برنامه ریزی شهری غنی، سیاست فضایی و تصمیمات سلامت عمومی را تشخیص دهد. سمنا (۲۰۲۰) بیان داشت علی‌رغم افزایش قابل توجه فرصت‌های حضور فعال زنان در ورزش، زنان در موقعیت‌های رهبری ورزشی کمتر از مردان حضور دارند. دلایل کم‌رنگ‌بودن حضور زنان در حاکمیت ورزش را می‌توان در سیستم مدیریت عالی ورزشی به دست آورد که براساس نتایج پژوهش‌های مختلف، مدیران عالی در کشورهای مختلف مردان هستند و این امر یکی از عوامل ساختار سیاسی (دموکراتیک) مرتبط با انتخاب جنسیتی در مدیران عالی را نشان می‌دهد که به سازمان‌های ورزشی نیز تسری یافته است.

پژوهش‌های پیشین در حوزه ورزش زنان و شهرهای دوستدار فعالیت بدنی، از چند جهت دارای خلأهای قابل توجه هستند که پژوهش حاضر به دنبال پرکردن آن‌ها است. نخستین خلأ، عدم یکپارچگی در مدلسازی تعامل برنامه‌ریزی شهری و مدیریت ورزشی است. پژوهش حاضر با تلفیق این دو حوزه در قالب یک الگوی سیستمی، هماهنگی نهادهای برنامه‌ریزی شهری و نهادهای مدیریت ورزشی را مطالعه می‌کند. دومین نوآوری، توجه به مؤلفه‌های بومی و فرهنگی در طراحی فضاهای ورزشی است. برخلاف مدل‌های بین‌المللی، پژوهش حاضر با در نظر گرفتن چالش‌های خاص ایران مانند محدودیت‌های فرهنگی مشارکت زنان در فضاهای عمومی، الگوی بومی ارائه می‌دهد. وجه تمایز سوم، استفاده از رویکرد چندسطحی شهر، جامعه و فرد در تحلیل موانع فعالیت بدنی است.

۳. روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر در پی کشف و تحلیل الگوی شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در تعاملات برنامه‌ریزی شهری است. این پژوهش بر مبنای پارادایم تفسیری-برساختی انجام می‌شود که به این معناست که واقعیت‌های اجتماعی توسط کنش‌ها و تعاملات انسانی ساخته می‌شوند و نه یک واقعیت ثابت؛ بنابراین، این پژوهش به دنبال درک و تفسیر تجربه‌های زیسته زنان در شهرهای ایران است و

برای تحلیل این تجربیات از روش داده‌بنیاد گلایزر بهره می‌برد. در این روش، داده‌ها به‌طور مستمر از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته جمع‌آوری و تحلیل می‌شوند و به‌دنبال کشف مفاهیم و نظریه‌های جدید در بستر شهری ایران هستند. منطق استدلال این پژوهش استقرایی است؛ زیرا برخلاف روش‌های قیاسی که از پیش فرض‌ها یا نظریه‌های موجود شروع می‌کنند، این پژوهش داده‌ها را به‌طور مستقیم از تجربیات مشارکت‌کنندگان استخراج می‌کند و به‌تدریج به یک نظریه جامع و بومی درمورد پیوند شهر سالم و فعالیت بدنی زنان دست می‌یابد. هدف این پژوهش ایجاد یک مدل نظری است که بتواند سیاست‌های شهری و ورزشی را در راستای بهبود شرایط فعالیت بدنی زنان هدایت کند.

در روش زمینه‌ای گلایزر، هدف تولید نظریه‌ای است که کاملاً مبتنی بر داده‌های گردآوری‌شده از مصاحبه‌ها و مشاهدات باشد. در این رویکرد، داده‌ها به‌طور مداوم و هم‌زمان با جمع‌آوری، تجزیه و تحلیل می‌شوند. به این معنی که تحلیل داده‌ها و جمع‌آوری آن‌ها به‌صورت موازی و تعاملی انجام می‌شود. این فرایند به پژوهشگر این امکان را می‌دهد که به‌طور مستمر به اصلاح یا بازنگری سؤالات و راهبردهای پژوهش بپردازد. در این پژوهش، از نمونه‌گیری نظری استفاده شد که در آن مشارکت‌کنندگان به‌طور هدفمند و براساس داده‌های اولیه انتخاب می‌شوند. این نمونه‌گیری به پژوهشگر اجازه می‌دهد که به‌طور مداوم، براساس تحلیل داده‌ها، مشارکت‌کنندگان جدیدی را برای غنی‌تر شدن نظریه‌ها انتخاب کند. درواقع، داده‌ها و نظریه‌ها هم‌زمان توسعه می‌یابند تا زمانی که به اشباع نظری برسند؛ به‌طوری‌که دیگر داده‌های جدید، نتایج جدید یا چشم‌انداز متفاوتی را به پژوهش اضافه نکنند.

این پژوهش به‌عنوان یک تحقیق کیفی، از مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته برای گردآوری داده‌ها استفاده می‌کند. این نوع مصاحبه‌ها به پژوهشگر این امکان را می‌دهند که به‌طور عمیق با مشارکت‌کنندگان صحبت کند و درعین‌حال، انعطاف‌پذیری در طرح سؤالات و پیگیری مباحث فراهم شود. مصاحبه‌ها در محیطی آرام و امن با رعایت حریم خصوصی و راحتی مشارکت‌کنندگان به انتخاب مصاحبه‌شوندگان و با هماهنگی قبلی با مشارکت‌کنندگان و انتخاب زمان مناسب با توجه به شرایط شغلی و خانوادگی آنان انتخاب شد. نکات اخلاقی نیز به‌منظور تضمین محرمانگی اطلاعات، با دریافت رضایت آگاهانه شفاهی و امکان انصراف در هر مرحله نیز رعایت شد و مصاحبه‌گر با بی‌طرفی، از قضاوت یا جهت‌دهی به پاسخ‌ها خودداری کرد. سؤالات اصلی مصاحبه شامل موارد زیر است:

- چه عواملی در طراحی و اجرای سیاست‌های شهری تأثیرگذار در فعالیت بدنی زنان نقش دارند؟
 - چالش‌های برنامه‌ریزی برای ارتقای سلامت زنان از طریق فعالیت بدنی در فضاهای شهری چیست؟
 - مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی در شهرهای ایران به چه عواملی وابسته است؟
 - چه ویژگی‌های خاصی در فضای شهری باید برای تشویق زنان به فعالیت بدنی وجود داشته باشد؟
 - برنامه‌ریزی‌های ورزشی برای زنان چگونه می‌تواند با شرایط شهری هم‌راستا باشد؟
- برای نمونه‌گیری نظری، ابتدا گروهی از کارشناسان، برنامه‌ریزان شهری، زنان فعال در حوزه سلامت و ورزش و مسئولان برنامه‌ریزی شهری انتخاب شدند. این گروه‌ها براساس تحلیل داده‌های اولیه به صورت هدفمند گسترش یافتند و مشارکت‌کنندگان جدیدی از میان افرادی که تجارب یا اطلاعات غنی‌تری دارند، افزوده شدند. ملاک اشباع نظری در این پژوهش زمانی حاصل شد که دیگر اطلاعات جدیدی برای اصلاح یا افزودن به مفاهیم و مقوله‌های اصلی وجود نداشت و مفاهیم به یک مدل مفهومی کامل دست یابند. در تحقیق حاضر بعد از ۱۵ مصاحبه اشباع نظری حاصل شد. ملاک انتخاب مشارکت‌کنندگان، اشراف به موضوع پژوهش در دو حوزه مدیریت ورزشی و برنامه‌ریزی شهری بود. همچنین مشارکت‌کنندگان به صورت عملیاتی می‌بایست مسئولیت اجرایی یا مدیریتی مرتبط با موضوع پژوهش داشته باشند یا دارای سابقه علمی قابل قبول از انجام تحقیقات و مطالعات عمیق در حوزه پژوهش حاضر باشند. در جدول ۱ شرح ویژگی‌های آن‌ها آمده است.

جدول ۱. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی مشارکت‌کنندگان پژوهش

جنسیت		سابقه (سال)			حوزه مسئولیت			تحصیلات		سن	
زن	مرد	۱۰-۱۵	۱۶-۲۰	۲۱-۳۰	مدیر ورزشی	برنامه‌ریزی	پشت‌علمی	کارشناسی ارشد	دکتری	۲۰-۲۵	۲۶-۳۰
۷	۸	۳	۸	۴	۵	۶	۴	۶	۹	۵	۷

مصاحبه‌ها با رعایت اصول اخلاقی انجام گرفت. پس از ضبط، متن مصاحبه‌ها به دقت مکتوب شد و سپس از طریق کدگذاری اولیه، مفاهیم اصلی استخراج شدند. در مرحله کدگذاری ثانویه، این مفاهیم به دسته‌بندی‌های اصلی یا مقوله‌های مرتبط تبدیل شدند. سپس مفاهیم و مقوله‌های اصلی

به‌طور دقیق‌تر تحلیل شدند و الگوی پیوند شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان به‌دست آمد. در این مرحله، کدگذاری‌ها و مفاهیم به‌طور منظم و منسجم در قالب یک نظریه بومی که براساس داده‌های تجربی استخراج شده بود، دسته‌بندی شدند.

برای ارزیابی کیفیت نتایج پژوهش اعتبار، قابلیت انتقال، اعتمادپذیری و تأییدپذیری ارزیابی شد. برای اعتبار یافته‌ها با مشارکت‌کنندگان بررسی مجدد شد تا اطمینان حاصل شود که تحلیل‌ها و استنباط‌ها به‌درستی مفاهیم مشارکت‌کنندگان را منعکس می‌کنند. برای قابلیت انتقال، ارائه توصیفات دقیق و غنی از زمینه‌های پژوهش و فرایندهای تحقیق به خوانندگان این امکان را می‌دهد تا بتوانند یافته‌ها را در سایر زمینه‌ها یا موقعیت‌ها اعمال کنند. برای اعتمادپذیری، با تحلیل هم‌زمان داده‌ها تمامی مراحل پژوهش و نحوه تحلیل داده‌ها مستندسازی و شفاف شدند. تأییدپذیری نیز با مستندسازی دقیق فرایند تحقیق و استفاده از یادداشت‌های پژوهشی و بازبینی کدها اعمال شد.

۴. یافته‌های پژوهش

در این تحقیق، ابعاد مختلف شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در تعاملات برنامه‌ریزی شهری واکاوی می‌شود. برای درک بهتر این پیوند، تحلیل‌های مختلفی در زمینه‌های اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، سیاسی، زیست‌محیطی، اعتقادی، تاریخی، فناوری و زیست‌محیطی صورت گرفته تا تأثیرات این ابعاد بر مشارکت زنان در فعالیتهای بدنی در فضاهای شهری و عمومی آشکار شود. یافته‌های این تحقیق نشان‌دهنده پیچیدگی‌های متعدد در تعاملات میان این ابعاد است که بر طراحی فضاهای شهری و ورزشی تأثیرگذارند و موجب تغییراتی در الگوهای فعالیت بدنی زنان می‌شوند. در ادامه، براساس تحلیل مصاحبه‌ها به شناسایی عوامل مؤثر، مؤلفه‌ها و پیامدهای شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در تعاملات برنامه‌ریزی شهری و مدیریت ورزشی پرداخته می‌شود.

جدول ۲. مؤلفه‌ها و شاخص‌های شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در تعاملات برنامه‌ریزی شهری و مدیریت ورزشی

مقوله اصلی	مقوله فرعی	کدهای اولیه
مؤلفه‌های شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در تعاملات برنامه‌ریزی شهری	دسترس‌پذیری فضاهای ورزشی برای زنان	وجود فضاهای ورزشی مناسب برای زنان
		طراحی فضاهای ورزشی در نزدیکی محله‌ها و در دسترس بودن این فضاها برای زنان
		ایجاد مسیرهای ایمن برای دسترسی به فضاهای ورزشی (با استفاده از طراحی شهری و حمل‌ونقل عمومی)
	امنیت و ایمنی در فضاهای عمومی	تأمین امنیت در فضاهای عمومی از طریق روشنایی، نصب دوربین‌های مداربسته و حضور پلیس محلی

مقوله اصلی	مقوله فرعی	کدهای اولیه
		طراحی فضاهای عمومی با رعایت نیازهای ایمنی زنان در هنگام ورزش در فضای باز
		ایجاد فضاهای عمومی ایمن در نزدیکی محله‌ها برای تسهیل دسترسی زنان به ورزش
وجود فضاهای سبز و زیست محیطی		طراحی پارک‌ها و فضاهای سبز، مناسب برای فعالیت‌های بدنی زنان
		ایجاد فضاهای باز برای ورزش زنان
		حفظ و تقویت محیط زیست برای سلامتی زنان از طریق توسعه فضاهای سبز و پایدار
		ایجاد مسیرهای پیاده‌روی و دوچرخه‌سواری با طراحی مناسب شهری
حمایت‌های اجتماعی و فرهنگی		توسعه برنامه‌های فرهنگی و اجتماعی برای افزایش مشارکت زنان در ورزش
		حمایت خانواده و جامعه از فعالیت بدنی زنان
		برگزاری رویدادهای ورزشی و تفریحی برای تشویق به فعالیت بدنی زنان
طراحی و زیرساخت‌های شهری مناسب		برنامه‌ریزی و طراحی شهری برای ایجاد فضاهای ورزشی و ورزشی عمومی در مناطق مسکونی
		ایجاد فضاهای ورزشی در نزدیکی مراکز آموزشی، تفریحی و تجاری در قالب برنامه‌ریزی شهری
		تخصیص فضاهای عمومی برای استفاده از زنان و ایجاد زیرساخت‌های ورزشی در سطح شهر
		ایجاد شبکه‌های حمل و نقل عمومی برای تسهیل دسترسی به فضاهای ورزشی
		طراحی مسیرهای ورزشی و تفریحی در راهروها و فضاهای عمومی
مبلمان شهری سلامت‌محور		ایجاد فضاهایی برای فعالیت‌های ورزشی زنان در آپارتمان‌ها
		طراحی فضای عمومی آپارتمان‌ها با امنیت بالا برای اطمینان از راحتی و امنیت زنان هنگام ورزش
		تأمین تجهیزات ورزشی مناسب و استفاده از فضای محدود به صورت بهینه

جدول ۳. عوامل مؤثر بر شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در تعاملات برنامه‌ریزی شهری و مدیریت ورزشی

مقوله اصلی	مقوله فرعی	کدهای اولیه
عوامل مؤثر بر شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در تعاملات برنامه‌ریزی شهری	عوامل فرهنگی و اجتماعی	افزایش آگاهی عمومی درمورد اهمیت فعالیت بدنی برای زنان
		تغییر نگرش‌ها و باورهای فرهنگی نسبت به ورزش زنان و به‌ویژه فعالیت بدنی در فضاهای عمومی
		برنامه‌های اجتماعی و فرهنگی با هدف ترویج فعالیت بدنی زنان در فضاهای عمومی
		استفاده از رسانه‌ها برای ترغیب زنان به مشارکت در فعالیت‌های ورزشی

مقوله اصلی	مقوله فرعی	کدهای اولیه
	عوامل سیاسی و قانونی	تصویب قوانین برای حمایت از ساخت و توسعه فضاهای ورزشی برای زنان
		تصویب سیاست‌های مرتبط با برابری جنسیتی در زمینه دسترسی به فضاهای ورزشی و ورزشی عمومی
		تعیین اولویت‌های شهری برای فراهم کردن فضاهای ورزشی ویژه زنان در قالب سیاست‌های شهری
	عوامل اقتصادی و منابع مالی	تخصیص منابع مالی برای ایجاد و نگهداری فضاهای ورزشی عمومی و خصوصی برای زنان
		جذب سرمایه‌گذاران بخش خصوصی برای ساخت فضاهای ورزشی در مناطق کم‌برخوردار
		حمایت‌های مالی از برنامه‌های ورزشی و خدمات آموزشی برای زنان
	عوامل فناوری و نوآوری	استفاده از فناوری‌های نوین مانند اپلیکیشن‌ها برای افزایش مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی
		طراحی ابزارهای دیجیتال برای بهبود دسترسی به اطلاعات در مورد فعالیت‌های بدنی و ورزشی
		استفاده از فناوری‌های نوین در طراحی فضاهای ورزشی و ایجاد فضای هوشمند برای ورزش زنان
	عوامل زیست‌محیطی	طراحی فضاهای ورزشی و عمومی مطابق با استانداردهای زیست‌محیطی و پایدار
		استفاده از مواد سازگار با محیط‌زیست در ساخت فضاهای ورزشی
		حفظ محیط‌زیست در هنگام طراحی و استفاده از فضاهای سبز و ورزشی
	عوامل تاریخی و فرهنگی	تأثیر تاریخ فرهنگی و اجتماعی بر استفاده از فضاهای ورزشی و فعالیت بدنی زنان
		مطالعه روند تحولات تاریخی در نحوه دسترسی زنان به فضاهای ورزشی
		ارزیابی تأثیرات تاریخ اجتماعی بر میزان مشارکت زنان در ورزش
	عوامل اعتقادی و مذهبی	تأثیر آموزه‌های دینی و فرهنگی بر پذیرش فعالیت بدنی زنان در جامعه اسلامی
		برگزاری برنامه‌های ورزشی در چارچوب ارزش‌های دینی و مذهبی

جدول ۴. پیامدهای شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در تعاملات برنامه‌ریزی شهری و مدیریت ورزشی

مقوله اصلی	مقوله فرعی	کدهای اولیه
پیامدهای شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در تعاملات برنامه‌ریزی شهری	ارتقای سلامت جسمی و روانی زنان	افزایش فعالیت بدنی روزانه زنان
		کاهش استرس و اضطراب
		بهبود کیفیت خواب
		کاهش بیماری‌های قلبی و عروقی
		کاهش چاقی و دیابت

مقوله اصلی	مقوله فرعی	کدهای اولیه
تقویت روابط اجتماعی و تعاملات اجتماعی	تقویت هویت و اعتماد به نفس زنان	بهبود سیستم ایمنی بدن
		مشارکت در گروه های ورزشی
		بهبود تعاملات همسایگی
		افزایش حضور زنان در فعالیتهای عمومی
	افزایش رفاه اجتماعی و کیفیت زندگی زنان	افزایش اعتماد به نفس زنان
		بهبود نگرش اجتماعی به زنان فعال
		افزایش احساس استقلال
	توانمندسازی زنان از لحاظ اقتصادی	بهبود شرایط زندگی در محیط های شهری
		کاهش نارضایتی از محیط های شهری
		افزایش رفاه اجتماعی
	ارتقای خانواده با نقش مادری و همسری	امکان انجام مشاغل مرتبط با ورزش و سلامت
		فرصت های شغلی در صنعت ورزش و سلامت
		توسعه کسب و کارهای محلی مربوط به سلامت
دستیابی به توسعه پایدار کشور	ارتقای کیفیت زندگی از طریق ارتقای سلامت عمومی	ایجاد فرصت های ورزشی برای مادران
		تربیت و تشویق فرزندان به فعالیت بدنی
		تقویت ارتباطات خانوادگی از طریق فعالیتهای ورزشی
		کاهش فشارهای روانی و بهبود رابطه مادر و کودک
	ارتقای محیط زیست از طریق گسترش فضاهای سبز و پایدار	افزایش احساس مسئولیت و مشارکت در تربیت بدنی خانواده
		حمایت همسر از فعالیتهای ورزشی همسر
		مشارکت در برنامه های ورزشی مشترک
		بهبود روابط زنانه از طریق انجام فعالیتهای فیزیکی مشترک
	ترویج سبک زندگی سالم در جامعه	کاهش فشارهای روانی با کمک همسر در زمان های چالش برانگیز
		تقویت همدلی و ارتباط در زندگی مشترک از طریق فعالیتهای فیزیکی
		بهبود کیفیت زندگی از طریق ارتقای سلامت عمومی
		استفاده بهینه از منابع شهری با برنامه ریزی برای فضاهای عمومی
	کاهش هزینه های درمانی و پیشگیری از بیماری ها با ارتقای فعالیتهای بدنی زنان	ارتقای محیط زیست از طریق گسترش فضاهای سبز و پایدار
		ترویج سبک زندگی سالم در جامعه

یافته های این پژوهش نشان می دهد شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان، مفهومی چندبعدی است که تحقق آن در تعاملات برنامه ریزی شهری و مدیریت ورزشی، نیازمند توجه هم زمان به ابعاد کالبدی، اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، سیاسی، تاریخی، اعتقادی، فناوری و زیست محیطی است.

تحلیل مصاحبه‌ها و جدول‌های تحقیق، تصویری جامع از عوامل مؤثر، مؤلفه‌ها و پیامدهای این الگو را ارائه می‌دهد.

مطابق جدول ۲، مهم‌ترین مؤلفه‌های شهر سالم برای زنان عبارت‌اند از: دسترس‌پذیری فضاهای ورزشی: وجود فضاهای ورزشی مناسب و نزدیک به محل سکونت زنان، طراحی مسیرهای ایمن و حمل‌ونقل عمومی کارآمد، تسهیل‌کننده مشارکت زنان در فعالیت‌های بدنی است.

امنیت و ایمنی: تأمین امنیت فضاهای عمومی از طریق روشنایی، دوربین‌های مداربسته و حضور پلیس، و طراحی محیطی متناسب با نیازهای زنان، از پیش‌شرط‌های اساسی مشارکت فعال زنان در ورزش شهری است.

فضاهای سبز و زیست‌محیطی: توسعه پارک‌ها، فضاهای سبز و مسیرهای پیاده‌روی و دوچرخه‌سواری، نه تنها سلامت جسمی، بلکه کیفیت زندگی و سلامت روان زنان را نیز ارتقا می‌دهد. حمایت‌های اجتماعی و فرهنگی: حمایت خانواده، جامعه و برگزاری رویدادهای ورزشی و فرهنگی، نقش مهمی در تغییر نگرش‌ها و افزایش مشارکت زنان دارد.

میلان شهری سلامت‌محور: طراحی فضاهای ورزشی در نزدیکی مراکز آموزشی، مسکونی و حتی در آپارتمان‌ها، دسترسی و امنیت زنان را تضمین می‌کند.

فناوری و نوآوری: استفاده از اپلیکیشن‌ها و فناوری‌های نوین برای اطلاع‌رسانی و تسهیل مشارکت زنان در ورزش، از عوامل تسهیل‌گر مهم است.

براساس جدول ۳، عوامل مؤثر را می‌توان به چند دسته تقسیم کرد:

فرهنگی و اجتماعی: افزایش آگاهی عمومی، تغییر نگرش‌ها به ورزش زنان، و بهره‌گیری از رسانه‌ها برای ترویج سبک زندگی فعال.

سیاسی و قانونی: تصویب قوانین حمایتی و سیاست‌های برابری جنسیتی در دسترسی به فضاهای ورزشی.

اقتصادی: تخصیص منابع مالی و جذب سرمایه‌گذاران برای توسعه فضاهای ورزشی ویژه زنان. فناوری: بهره‌گیری از ابزارهای دیجیتال و فناوری‌های هوشمند برای ارتقای دسترسی و کیفیت فضاهای ورزشی.

زیست‌محیطی: رعایت استانداردهای محیط‌زیست در ساخت و نگهداری فضاهای ورزشی. تاریخی و اعتقادی: توجه به تحولات تاریخی و آموزه‌های دینی در طراحی برنامه‌های ورزشی و فرهنگی زنان.

جدول ۴ نشان می‌دهد که پیامدهای تحقق این الگو شامل موارد زیر است: ارتقای سلامت جسمی و روانی: افزایش فعالیت بدنی، کاهش بیماری‌ها، بهبود کیفیت خواب و سلامت روان زنان.

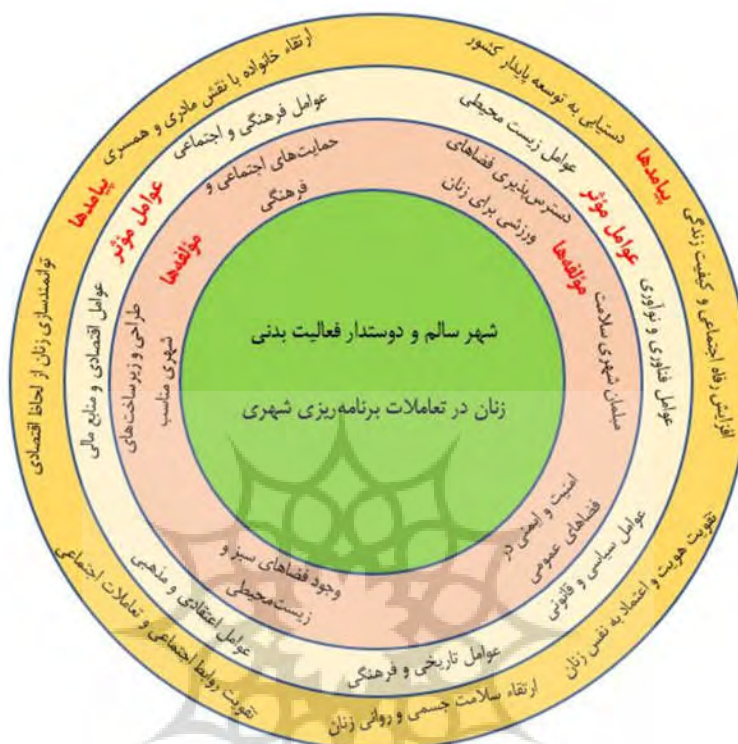
تقویت روابط اجتماعی و هویت فردی: افزایش مشارکت اجتماعی، اعتماد به نفس و احساس استقلال زنان.

افزایش رفاه اجتماعی و کیفیت زندگی: بهبود شرایط زندگی، کاهش نارضایتی از محیط شهری و ارتقای رفاه خانواده.

توانمندسازی اقتصادی: ایجاد فرصت‌های شغلی در حوزه ورزش و سلامت برای زنان.

ارتقای خانواده و نقش مادری: بهبود روابط خانوادگی و تربیت فرزندان فعال و سالم.

توسعه پایدار شهری: استفاده بهینه از منابع، کاهش هزینه‌های درمانی و ارتقای محیط زیست شهری. تحلیل جدول‌ها و یافته‌ها نشان می‌دهد تحقق شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان، نیازمند رویکردی جامع و فرابخشی است. احداث فضاهای ورزشی کافی نیست، بلکه باید امنیت، دسترسی، حمایت اجتماعی، آموزش، فناوری و سیاست‌های حمایتی هم‌زمان تقویت شود. همچنین مشارکت فعال زنان در برنامه‌ریزی شهری و توجه به نیازهای خاص آنان، شرط موفقیت این الگو است. این نتایج با پژوهش‌های پیشین در زمینه اهمیت امنیت، دسترسی، حمایت اجتماعی و نقش سیاست‌های شهری در ارتقای فعالیت بدنی زنان همسو است. در نهایت، شهر سالم برای زنان نه فقط به معنای حضور در فضاهای ورزشی، بلکه بستری برای رشد اجتماعی، اقتصادی، خانوادگی و ارتقای کیفیت زندگی آنان است. این رویکرد، زمینه‌ساز توسعه پایدار و افزایش سرمایه اجتماعی در جامعه خواهد بود.



شکل ۱. الگوی شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در تعاملات برنامه ریزی شهری

۵. بحث

یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد مشارکت ورزشی زنان تحت تأثیر مجموعه‌ای از عوامل فردی، اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و حکمرانی قرار دارد. این نتایج با پژوهش‌های پیشین مطابقت دارد و ابعاد مختلف این موضوع را تأیید می‌کند. مطالعات صالحیان دهکردی و همکاران (۱۴۰۲) نشان داد مدل حکمرانی مطلوب ورزش زنان شامل سیاست‌گذاری، توانمندسازی و نظارت است. این نتیجه با یافته‌های تحقیق حاضر که بر لزوم سیاست‌گذاری‌های حمایتی و ایجاد ساختارهای قانونی برای توسعه ورزش زنان تأکید دارد، همسو است. همچنین یافته‌های راسخ (۱۴۰۰) درباره عدم تعادل در سیاست‌گذاری‌های کلان ورزش زنان، با نتایج این پژوهش که کمبود حمایت‌های دولتی را به‌عنوان یکی از موانع کلیدی شناسایی کرده است، تطابق دارد. نظری و همکاران (۱۴۰۱) بر ضرورت تغییر نگرش‌های اجتماعی و بازنمایی رسانه‌ای ورزش زنان تأکید کرده‌اند که این موضوع در تحقیق حاضر

نیز تأیید شد. یافته‌های ما نشان می‌دهد کلیشه‌های جنسیتی و محدودیت‌های فرهنگی همچنان از مهم‌ترین موانع مشارکت زنان در ورزش هستند. همچنین شریعتی و همکاران (۱۴۰۱) دریافتند مشکلات اجتماعی-فرهنگی و مدیریتی در مراحل مختلف زندگی بر ورزش زنان تأثیرگذارند که این یافته‌ها نیز با نتایج تحقیق حاضر که به چالش‌های فرهنگی و مدیریتی اشاره دارد، مطابقت دارد. مطالعه محمدامینی و همکاران (۱۴۰۰) بر ارائه الگویی برای توسعه پایدار ورزش زنان تأکید ورزید که با یافته‌های تحقیق حاضر درباره ضرورت سرمایه‌گذاری در زیرساخت‌های ورزشی و حمایت مالی از ورزش زنان همخوانی دارد. علاوه بر این، یافته‌های بابازاده و نجف‌زاده (۱۴۰۰) که رابطه بین ارزش‌های اجتماعی و سبک زندگی را با مشارکت ورزشی زنان بررسی کردند، با این تحقیق که نشان‌دهنده تأثیر جایگاه اجتماعی و حمایت‌های مالی بر مشارکت ورزشی زنان است، تطابق دارد. مطالعه اسداللهی و همکاران (۱۴۰۲) مؤلفه‌هایی همچون انگیزه‌های شخصی، اقدامات ترویجی و امکانات را شناسایی کرده است که این موضوع با یافته‌های تحقیق حاضر که به نقش انگیزه‌های فردی و تأثیر حمایت‌های خانوادگی و دوستان بر مشارکت ورزشی زنان اشاره دارد، هم‌راستا است. همچنین پژوهش محمدی (۱۴۰۰) که حمایت اجتماعی را به عنوان عاملی تعیین‌کننده در انتخاب فضاهای ورزشی معرفی کرده است، با یافته‌های این تحقیق که نقش خانواده و محیط اجتماعی را برجسته کرده، همخوانی دارد.

نتایج پژوهش حاضر با مطالعات بین‌المللی نیز همسو است. یافته‌های دوبینسکی (۲۰۲۴) که به برندسازی شهری از طریق ورزش پرداختند، با نتیجه تحقیق حاضر که به اهمیت توسعه فضاهای ورزشی در مناطق شهری پرداخته است، تطابق دارد. تحقیق زو (۲۰۲۴) نیز که تأثیر مشارکت ورزشی بر سلامت زنان در چین را مطالعه کرد، یافته‌های این مطالعه را که ورزش را عاملی برای بهبود کیفیت زندگی زنان معرفی کرده، تأیید می‌کند. افزون بر این، الهربی و همکاران (۲۰۲۴) که باورهای زنان سعودی درباره فعالیت بدنی را واکاوی کردند، مشابه نتایج این پژوهش، نشان دادند نگرش‌های اجتماعی و فرهنگی بر میزان مشارکت ورزشی زنان تأثیرگذار است. در مجموع، یافته‌های این تحقیق با مطالعات پیشین در سطوح ملی و بین‌المللی مطابقت دارد و تأکید دارد که برای افزایش مشارکت ورزشی زنان، باید به جنبه‌های مختلفی از جمله تغییر نگرش‌های اجتماعی، سیاست‌گذاری‌های حمایتی، توسعه زیرساخت‌ها، تأمین حمایت‌های مالی و ارتقای فرهنگ ورزش توجه شود.

۶. نتیجه‌گیری

در این تحقیق، ابعاد مختلف شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در تعاملات برنامه‌ریزی شهری بررسی شد. این پژوهش با هدف روشن کردن چگونگی تأثیرگذاری عوامل اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، سیاسی، زیست‌محیطی، اعتقادی، تاریخی و فناوری بر مشارکت زنان در فعالیت‌های بدنی در فضاهای شهری و عمومی انجام شد. نتایج تحقیق مشخص کرد شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان نیازمند رویکردی جامع و تلفیقی در برنامه‌ریزی شهری و مدیریت ورزشی است تا بتواند بستری مناسب برای ارتقای سطح فعالیت بدنی زنان فراهم کند. براساس تحلیل یافته‌های این تحقیق، مشخص شد مؤلفه‌های کلیدی در ایجاد یک شهر سالم شامل دسترس‌پذیری فضاهای ورزشی، امنیت و ایمنی در فضاهای عمومی، وجود فضاهای سبز و زیست‌محیطی، حمایت‌های اجتماعی و فرهنگی، طراحی و زیرساخت‌های شهری مناسب و مبللمان شهری سلامت‌محور برای فعالیت‌های بدنی زنان است. در این راستا، برنامه‌ریزی برای توسعه فضاهای ورزشی در نزدیکی محله‌ها و تسهیل دسترسی به آن‌ها، ایجاد مسیرهای ایمن برای پیاده‌روی و دوچرخه‌سواری، تأمین امنیت در فضاهای عمومی از طریق روشنایی مناسب و نظارت شهری، و تخصیص فضاهای سبز و تفریحی از اقدامات مؤثر برای افزایش مشارکت زنان در فعالیت‌های بدنی محسوب می‌شوند.

عوامل مؤثر بر توسعه شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان نیز به چهار دسته اصلی تقسیم شدند که شامل عوامل فرهنگی و اجتماعی، عوامل سیاسی و قانونی، عوامل اقتصادی و منابع مالی، و عوامل فناوری و نوآوری است. افزایش آگاهی عمومی درمورد اهمیت ورزش زنان، تغییر نگرش‌های فرهنگی به فعالیت بدنی آنان، سیاست‌گذاری‌های حمایتی از توسعه فضاهای ورزشی، تخصیص منابع مالی برای زیرساخت‌های ورزشی و بهره‌گیری از فناوری‌های نوین برای تسهیل دسترسی زنان به اطلاعات و امکانات ورزشی، از عواملی بودند که نقش مستقیمی بر تحقق اهداف یک شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان داشتند. پیامدهای مثبت توسعه چنین شهری نیز در این تحقیق بررسی و مشخص شد که افزایش مشارکت زنان در فعالیت‌های بدنی موجب بهبود سلامت جسمی و روانی، تقویت روابط اجتماعی، افزایش اعتمادبه‌نفس، بهبود شرایط زندگی شهری، توانمندسازی اقتصادی زنان و ارتقای نقش آنان در خانواده و جامعه می‌شود. همچنین توسعه سبک زندگی سالم در جامعه، کاهش هزینه‌های درمانی بیماری‌های ناشی از کم‌تحرکی و ایجاد فرصت‌های شغلی مرتبط با ورزش و سلامت از دیگر مزایای تحقق شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان محسوب می‌شود.

درمجموع، نتایج این تحقیق بر ضرورت تدوین و اجرای سیاست‌ها و برنامه‌های جامع، مشارکتی و عدالت‌محور تأکید دارد. این سیاست‌ها باید با رویکردی واقع‌بینانه و مبتنی بر شواهد، نیازها و

اولویت‌های واقعی زنان را در تمامی سطوح برنامه‌ریزی شهری و مدیریت ورزشی مدنظر قرار دهند. تحقق این امر مستلزم همکاری و هم‌افزایی همه نهادهای مسئول، از جمله شهرداری‌ها، وزارت ورزش و جوانان، سازمان‌های مردم‌نهاد، نهادهای فرهنگی و رسانه‌ای و همچنین مشارکت فعال خود زنان است. تنها از طریق این همگرایی و مشارکت چندبخشی است که می‌توان زیرساخت‌ها، فضاها و فرصت‌های برابر برای فعالیت بدنی زنان را در سطح شهرها فراهم ساخت و موانع ساختاری، فرهنگی و اجتماعی را به تدریج رفع کرد. اجرای چنین سیاست‌هایی نه تنها به ارتقای سلامت جسمی و روانی زنان و بهبود کیفیت زندگی آنان منجر می‌شود، بلکه زمینه‌ساز افزایش سرمایه اجتماعی، تقویت حس تعلق و مشارکت شهروندی و در نهایت تحقق توسعه پایدار شهری خواهد بود. از سوی دیگر، توجه به عدالت جنسیتی در سیاست‌گذاری‌های شهری و ورزشی تضمین می‌کند که زنان به‌عنوان نیمی از جمعیت جامعه، سهم عادلانه‌ای از امکانات، فرصت‌ها و منابع شهری داشته باشند و بتوانند نقش فعال و مؤثری در پیشبرد اهداف توسعه‌ای کشور ایفا کنند؛ بنابراین، تحقق شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان، نه فقط یک ضرورت بهداشتی و اجتماعی، بلکه راهبردی کلیدی برای دستیابی به جامعه‌ای پویا، سالم و عادلانه است که در آن، عدالت جنسیتی به‌عنوان یکی از ارکان اصلی توسعه پایدار شهری تحقق می‌یابد.

۷. پیشنهادها

به‌منظور اجرایی‌شدن شهر سالم و دوستدار فعالیت بدنی زنان در ایران، پیشنهادهایی در سه حوزه مدیریتی، آموزشی و پژوهشی به شرح زیر ارائه می‌شود.

پیشنهادهای مدیریتی: ۱. تدوین و تصویب قوانین حمایتی ویژه زنان در حوزه ورزش و فعالیت بدنی، با مشارکت نهادهای شهری، ورزشی و اجتماعی؛ ۲. اختصاص بودجه‌های مناسب و ارائه تسهیلات مالی به سرمایه‌گذاران و کارآفرینان حوزه ورزش زنان؛ ۳. گسترش پارک‌ها، مسیرهای پیاده‌روی و دوچرخه‌سواری ایمن، ایجاد فضاهای ورزشی در مجتمع‌های مسکونی و بهبود امنیت اماکن عمومی با تأکید بر نیازهای زنان؛ ۴. پشتیبانی از کسب‌وکارهای نوآورانه و استفاده از فناوری هوشمند در برنامه‌ریزی و مدیریت فضاهای ورزشی زنان؛ ۵. برنامه‌ریزی برای ورزش خانوادگی در فضاهای عمومی و ایجاد مشوق‌هایی برای مشارکت همسران در فعالیت‌های ورزشی مشترک.

پیشنهادهای آموزشی: ۱. طراحی و اجرای کارگاه‌های آموزشی برای افزایش آگاهی زنان و خانواده‌ها درباره اهمیت ورزش و سبک زندگی فعال؛ ۲. استفاده از رسانه‌های جمعی و شبکه‌های اجتماعی برای ترویج فرهنگ فعالیت بدنی زنان و ارائه الگوهای موفق؛ ۳. برگزاری دوره‌های

آموزشی برای مدیران شهری و برنامه‌ریزان با هدف آشنایی با نیازهای خاص زنان و اهمیت عدالت جنسیتی در طراحی شهری؛ ۴. آموزش مادران درباره نقش ورزش در سلامت جسمی و روانی خانواده و فرزندان.

پیشنهادهای پژوهشی: ۱. انجام مطالعات میدانی و پژوهش‌های کاربردی برای شناسایی دقیق نیازها، موانع و فرصت‌های زنان در فضاهای شهری و ورزشی؛ ۲. پژوهش مستمر درباره نتایج و پیامدهای اجرای سیاست‌ها و طرح‌های شهری و ورزشی ویژه زنان برای اصلاح و بهبود مستمر آن‌ها؛ ۳. مطالعه تطبیقی تجارب سایر کشورها در ایجاد شهرهای دوستدار زنان و استخراج راهکارهای قابل بومی‌سازی برای ایران؛ ۴. تدوین شاخص‌های پایش و ارزیابی برای سنجش میزان مشارکت زنان در فعالیت‌های بدنی و استفاده از فضاهای شهری.

۸. تعارض منافع

در این مقاله هیچ‌گونه تعارض منافی وجود ندارد.

References

- Alharbi, B. F. H., Baker, P., Pavey, T., & Alharbi, M. F. (2024). Investigating the beliefs of Saudi females regarding physical activity: a qualitative exploration. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 19(1), 2296696. <https://doi.org/10.1080/17482631.2023.2296696>
- Allam, Z. (2020). How Cities and Architecture Respond to the Coronavirus. *ArchDaily*. Saatavilla (viitattu 29.4. 2021). <https://www.archdaily.com/932840/how-cities-and-architecture-respond-to-the-wuhan-coronavirus>
- Anderson, S. N. (2020). Women and sports in the United States: A documentary reader. *Women in Sport and Physical Activity Journal*, 28(1), 50-52. <https://doi.org/10.1123/wspaj.2019-0044>
- Assadolahi, A., Sajadi Hazaveh, H., Nikaeen, Z., & Zarei, A. (2023). Designing a model of physical activities of Iranian young women. *Sport Management Journal*, 15(1) 145-161. <http://doi.org/10.22059/JSM.2021.313431.2616> (In Persian)

- Babazadeh, N., & Najafzadeh, M. R. (2021). The relationship between values and lifestyle with women's sports participation. *Sociology of Life Style*, 17(17), 70-91. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.24237558.1399.5.1.4.0> (In Persian)
- Davoudpour, Z., & Karimzadeh, D. (2018). Democratic approaches in urban planning and the emergence of agnostic theory. *Journal of Urban Structure and Function*, 5(16), 111-128. <https://doi.org/10.22080/shahr.2018.2014> (In Persian)
- Dickson, G., & Zhang, J. J. (2021). Sports and urban development: An introduction. *International Journal of Sports Marketing and Sponsorship*, 22(1), 1-9. <http://dx.doi.org/10.1108/IJSMS-11-2020-0194>
- Dubinsky, Y. (2024). Branding a City as a sports town: A conceptual model based on 'track town USA'. *Journal of Global Sport Management*, 9(1), 1-17. <https://doi.org/10.1080/24704067.2021.2001354>
- Ghanbarinezhad Naseri, N., & Kazemizadeh, V. (2022). Urban green space planning with the approach of sports, health and social welfare. *Iran J Cult Health Promot*, 6(2), 323-331. <http://ijhp.ir/article-1-535-fa.html> (In Persian)
- Ghazanfarpour, H., Abdollahi, A. A., & Moradzadeh, F. (2021). Planning urban areas to meet the needs of the disabled and veterans. *Spatial Planning*, 11(2), 163-186. <http://dx.doi.org/10.22108/sppl.2021.123659.1512> (In Persian)
- Hopkins, C. S., Hopkins, C., Kanny, S., & Watson, A. (2022). A systematic review of factors associated with sport participation among adolescent females. *International journal of environmental research and public health*, 19(6), 3353. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063353>
- Jahanshahi, H., & Varessi, H. (2021). Developing strategic urban planning with sustainable urban development approach (A Case Study of Bushehr Port). *Environment Preparation*, 14(55), 102-123. (In Persian)
- Javani, V. (2021). Exploring the sports consumption culture of young women based on the theory of consumer culture. *Sociology of Life Style*, 7(17), 123-140. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.24237558.1399.5.1.7.3> (In Persian)

- Mohammadamini, Sh., Ahmadi S., & Soleymani, M. (2021). Designing a model for sustainable development in women's sport of Iran. *Research on Educational Sport*, 9(24), 213-240.
<https://doi.org/10.22089/res.2020.8991.1892> (In Persian)
- Mohammadi, M. (2021). Measuring the influence of social support of women in selecting women's and public Parks for sports participation (A case study: Behesht-e Madaran Park and Mellat Park). *Urban Structure and Function Studies (USFS)*, 27, 203-237.
<https://doi.org/10.22080/usfs.2021.18922.1997> (In Persian)
- Moshkelgosha, E. (2023). An overview of the challenges and perspectives of women's sports participation with a social marketing approach. *Journal of Strategic Sociological Studies in Sport*, 2(7), 123-132.
<https://doi.org/10.30486/4s.2022.1968242.1066> (In Persian)
- Nazari, S., Ramezaninejad, R., Gohar Rostami, H. R., & Rahmati, M. M. (2022). Representation of gender dominant discourses in women's sports with a sociological approach. *Journal of Strategic Sociological Studies in Sport*, 2(4), 223-239. <https://doi.org/10.30486/4s.2022.1967560.1062> (In Persian)
- Pourali, M. A., Sharif Nejad, J., & Moussavi, M. S. (2022). The evolution of urban planning in Iran (A Case Study of Urmia). *Environment Preparation*, 57, 1-20. (In Persian)
- Rasekh, N. (2021). Systematic review of women's sports studies. *Sport Management*, 13(3), 746-745.
<https://doi.org/10.22059/jsm.2021.222326.1744> (In Persian)
- Remme, R. P., Frumkin, H., Guerry, A. D., King, A. C., Mandle, L., Sarabu, C., ... & Daily, G. C. (2021). An ecosystem service perspective on urban nature, physical activity, and health. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 118(22), e2018472118.
<https://doi.org/10.1073/pnas.2018472118>
- Saffari, M., & Latifi Fard, M. (2018). The model of physical activity-friendly city with the active cities, active communities, active citizens approach. *Approach. Sport Management Studies*, 10(48), 89-112.
<https://doi.org/10.22089/smrj.2017.3926.1758> (In Persian)
- Salehian Dehkordi, M., Emami, F., & Ghorbani, M. H. (2023). Designing a model for good governance of women's sports in sports organizations. *Contemporary Studies on Sport Management*, 25(47), 33-51. (In Persian)

- Salimi, M., Moslehi, L., & Labbaf, A. (2021). Designing a model of cultural barriers for women's participation in leisure sport activities in sport recreation center. *Journal of Strategic Sociological Studies in Sport*, 1(1), 30-45. <https://doi.org/10.30486/4s.2022.1949726.1004> (In Persian)
- Shariati, J., Khosromanesh, R., & Assadolahi, A. (2023). Challenges of physical activity of Iranian women in different stages of life. *Sport Management Journal*, 14(4), 117-133. <http://doi.org/10.22059/JSM.2021.325936.2748> (In Persian)
- Weiss, O., & Norden, G. (2021). *Introduction to the Sociology of Sport* (Vol. 1). Brill. https://doi.org/10.1163/9789004464711_002
- Zuo, C. (2024). A143: Influence of Sports Participation on Females' Health in the Cold Cities of Northeast China. *International Journal of Physical Activity and Health*, 3(1), 39. <https://doi.org/10.18122/ijpah.3.1.39.boisestate>

