

# Presenting the Walking Development Model During the Covid-19 Pandemic

## ARTICLE INFO

**Article Type**  
Research Article

### Authors

Baharak Nassery Sisi<sup>1</sup>,  
Zinat Nikaein<sup>2\*</sup>,  
Ali Zarei<sup>3</sup>

### How to cite this article

Baharak Nassery Sisi, Zinat Nikaein, Ali Zarei, Presenting the Walking Development Model During the Covid-19 Pandemic, *Journal of Islamic Life Style Centeredon Health*, 2020:4(4); 177-190

1. PhD student, Department of Sports Management, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

2. Assistant Professor, Department of Sports Management, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran (Corresponding Author).

3. Associate Professor, Sports Management Department, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

### \* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: dr.zinatnikaein@gmail.com

### Article History

Received: 2020/10/22

Accepted: 2021/01/16

## ABSTRACT

**Purpose:** The purpose of this research was to provide a walking development model during the Covid-19 pandemic.

**Materials and Methods:** The present research was conducted qualitatively and with a grounded theory approach. Interview participants were selected through purposive sampling. The interviewees consisted of all sports management professors and sports managers and experts. The research tool was semi-structured interview and the results were analyzed by open, central and selective coding.

**Findings:** After analyzing the interviews, in relation to causal factors, 5 main categories of managerial factors, individual factors, sustainable urban development, health related factors and urban needs were obtained; In the field factors section, 7 main categories of financial fields, support fields, citizenship fields, organizational fields, infrastructural fields, cultural fields and social fields were obtained; In relation to intervening factors, 7 main categories of organizational communication, media interventions, urban infrastructure, support of trustees, human resources, planning and living standards were identified; In relation to strategies, 8 main categories of organizational cooperation, improvement of sports infrastructure, financial strategies, continuous evaluation and control, culture building, event strategies, staff development and planning were identified; In the consequences section, 5 main categories of improving physical abilities, social development, psychological consequences, cultural development and sports development were obtained.

**Conclusion:** According to the results of the research, it is suggested to the Ministry of Sports and Youth and the Federation of Public Sports to unite and adjust the short-term and long-term programs for the development of walking based on the results of this research.

**Keywords:** Health Crisis, Walking, Covid 19 Pandemic, Sports Development, Physical Activity

## مقدمه

ویروس‌های کرونا یک خانواده بزرگ از ویروس‌ها هستند که از نظر ژنتیکی ساختار متفاوتی دارند. شیوع این ویروس در دسامبر سال ۲۰۱۹ در وهان چین آغاز شد و از ۱۷ مارچ ۲۰۲۰ انتقال گسترده انسان به انسان گزارش شد (۱). در ۳۰ ژانویه ۲۰۲۰، سازمان بهداشت جهانی اعلام کرد که شیوع ویروس جدید کرونا یک وضعیت اضطراری بهداشت عمومی و نگرانی بین‌المللی است (۲). با گذشت زمان، نگرانی جهانی افزایش یافت (۳): ترس جهانی از پتانسیل‌های گسترش سریع ویروس کرونا منجر به محدودیت‌های اساسی در زندگی در سراسر جهان شد و این وضعیت مختل‌کننده سلامت و اقتصاد کشورها شد. پس از همه‌گیری کوید ۱۹ در تمامی مناطق، روندهای پزشکی، اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و سیاسی فراوانی در پاسخ به این بیماری شکل گرفته‌اند (۴) و اقدامات محافظتی مختلفی توسط مسئولان از جمله فاصله‌گذاری اجتماعی، بستن مشاغل، قرنطینه کردن شهرها، تمدید تعطیلات ملی (۵)، تعطیلی مدارس و دانشگاه‌ها، ممنوعیت سفر، ممنوعیت رویدادهای فرهنگی-ورزشی و سایر مراسم‌های اجتماعی صورت گرفت (۶). محدودیت‌های مسافرتی بین‌المللی، منطقه‌ای و محلی، گردشگری داخلی، بازدید روزانه و بخش‌هایی متنوع از جمله حمل و نقل هوایی، سفرهای دریایی، حمل و نقل عمومی، اقامت، کافه‌ها و رستوران‌ها، همایش‌ها، جشنواره‌ها و جلسات را تحت تأثیر قرار داد. بسیاری از کشورها تحریم سفر، بستن مرزها یا معرفی دوره‌های قرنطینه را اتخاذ کردند و گردشگری بین‌المللی و داخلی به شدت کاهش یافت. زندگی روزمره مردم و همچنین زنجیره‌های تولید و عرضه اقتصادی مختل شد. کاهش سریع تحرک در دوره‌های قرنطینه دیده شد. سیستم‌های حمل و نقل در سراسر جهان عملیات حمل و نقل خود را به دلیل کاهش مسافران و نگرانی‌های بهداشتی، کاهش دادند. همچنین در مرحله بهبودی، مردم به دلیل سختی رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی، حمل و نقل جمعی را نادیده می‌گیرند (۷).

انجام فعالیت بدنی در طول همه‌گیری کوید ۱۹، به دلیل مزایای سلامت جسمی و روانی، حیاتی‌تر می‌باشد اما متأسفانه به دلیل دستورات بهداشت عمومی، توصیه به ماندن در خانه، تعطیلی مدارس و پارک‌ها و قرنطینه شدن، ادامه الگوهای فعالیت بدنی عادی چالش‌برانگیزتر از حد معمول شده است (۵). افراد ممکن است به دلیل نگرانی در مورد انتقال ویروس، تمایلی به ورزش در ملاء عام نداشته باشند (۸). در این راستا رایبسون<sup>۱</sup> و همکاران گزارش کرده‌اند که قرنطینه باعث تغییرات منفی در میزان فعالیت بدنی و عادت‌های تغذیه بزرگسالان بریتانیا شده است که به موجب آن چاقی رواج پیدا کرده است. هرینگتون و حاجی کنستانتینو<sup>۲</sup> تحقیقی با عنوان «تغییرات در رفتارهای رفت و آمد در پاسخ به همه‌گیری کوید ۱۹ در بریتانیا» انجام دادند. نتایج این تحقیق نشان می‌دهد که پس از پایان یافتن کوید ۱۹، برخی از استفاده‌کنندگان وسایل نقلیه عمومی و خودرو سوارها تمایل دارند که از دوچرخه سواری و پیاده

بهارک ناصری سیسی<sup>۱</sup>

دانشجوی دکتری، گروه مدیریت ورزشی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

زینت نیک آئین<sup>۲\*</sup>

استادیار، گروه مدیریت ورزشی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران (نویسنده مسئول).

علی زارعی<sup>۲</sup>

دانشیار، گروه مدیریت ورزشی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

## چکیده

**هدف:** هدف از تحقیق حاضر ارائه مدل توسعه پیاده‌روی در دوران پاندمی کوید ۱۹ بود.

**مواد و روش‌ها:** تحقیق حاضر به شیوه کیفی و با رویکرد گردند تئوری انجام شد. شرکت‌کنندگان در مصاحبه از طریق نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. مصاحبه‌شوندگان متشکل از کلیه اساتید رشته مدیریت ورزشی و مدیران و کارشناسان ورزشی بودند. ابزار پژوهش مصاحبه نیمه‌ساختاریافته بود و نتایج توسط کدگذاری باز، محوری و انتخابی تحلیل گردید.

**یافته‌ها:** پس از تحلیل مصاحبه‌ها، در ارتباط با عوامل علی، ۵ مقوله اصلی عوامل مدیریتی، عوامل فردی، توسعه پایدار شهری، عوامل مربوط به سلامتی و نیازهای شهری بدست آمد؛ در بخش عوامل زمینه‌ای، تعداد ۷ مقوله اصلی زمینه‌های مالی، زمینه‌های حمایتی، زمینه‌های شهروندی، زمینه‌های سازمانی، زمینه‌های زیرساختی، زمینه‌های فرهنگی و زمینه‌های اجتماعی بدست آمد؛ در ارتباط با عوامل مداخله‌گر، تعداد ۷ مقوله اصلی ارتباطات سازمانی، مداخلات رسانه‌ای، زیرساخت‌های شهری، حمایت متولیان، منابع انسانی، برنامه ریزی و استانداردهای زندگی شناسایی شد؛ در ارتباط با راهبردها، تعداد ۸ مقوله اصلی همکاری سازمانی، بهبود زیرساخت‌های ورزشی، راهبردهای مالی، ارزیابی و کنترل مستمر، فرهنگ‌سازی، راهبردهای رویدادی، توسعه کارکنان و برنامه‌ریزی شناسایی شد؛ در بخش پیامدها نیز ۵ مقوله اصلی ارتقاء قابلیت‌های جسمانی، توسعه اجتماعی، پیامدهای روان-شناختی، توسعه فرهنگی و توسعه ورزشی بدست آمد.

**نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج تحقیق، به وزارت ورزش و جوانان و فدراسیون ورزش‌های همگانی پیشنهاد به وحدت رویه و تنظیم برنامه‌های کوتاه مدت و بلند مدت توسعه پیاده روی بر مبنای نتایج این تحقیق، می‌شود.

**واژه‌های کلیدی:** بحران بهداشتی، پیاده‌روی، پاندمی کوید ۱۹، توسعه ورزش، فعالیت بدنی

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۸/۰۱

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۱۰/۲۷

\* نویسنده مسئول: dr.zinatnikaeen@gmail.com

ممکن است منجر به افزایش رفتارهای بی‌تحرك شود، مانند صرف زمان زیادی برای نشستن، دراز کشیدن، یا دراز کشیدن برای فعالیت های نمایش (بازی، تماشای تلویزیون، استفاده از دستگاه های تلفن همراه) (۵). کاهش فعالیت بدنی منظم (در نتیجه کاهش مصرف انرژی)؛ یا درگیر شدن در فعالیت های اجتنابی که در نتیجه منجر به افزایش خطر و بدتر شدن بالقوه شرایط سلامت مزمن می‌شود. قرنطینه حاصل از بحران کوید ۱۹، ممکن است به دلیل تغییر عادات اجتماعی با چندین اثر نامطلوب همراه باشد. به ویژه، قرنطینه طولانی مدت تأثیر منفی بر عوامل روانشناختی دارد، و علائم استرس پس از سانحه، سردرگمی و اضطراب را ترویج می‌کند. علاوه بر این، قرنطینه منجر به عدم تحرک جسمی می‌شود، که منجر به تغییرات نامطلوب سلامتی مانند پیری زودرس، چاقی، آسیب پذیری قلبی عروقی، آتروفی ماهیچه‌ها، مشکلات استخوانی و کاهش ظرفیت هوازی می‌شود. عدم انجام فعالیت بدنی، همانطور که در زمان قرنطینه اتفاق افتاد، منجر به کاهش چشمگیر حداکثر اکسیژن مصرفی<sup>۵</sup>، کاهش ظرفیت استقامتی، از دست دادن قدرت و توده عضلانی، پارگی تاندون می‌شود. ادبیات تا حد زیادی نقش مثبتی را که توسط فعالیت بدنی در بهبود سلامت عمومی، عملکرد قلب، گردش خون و تنفس و همچنین عملکرد سیستم ایمنی وجود دارد، تایید کرده است. ورزش قادر به مقابله با اختلال متابولیک، استخوان، عضله، پاتولوژی مفصل و بیماری عصبی است. فعالیت بدنی منظم یک رفتار مهم سلامت از منظر بهداشت عمومی است، زیرا تأثیر چشمگیری بر سلامت دارد. شواهد متعددی نیز نشان داده اند که فعالیت بدنی می‌تواند در بهبود بهزیستی روان (۱۱) و داشتن پتانسیل پیشگیری از علائم اختلال سلامت روان مانند افسردگی و اضطراب مؤثر باشد. در تحقیقی دیگر گزارش شده است که فعالیت بدنی برای سلامت قلب و عروق و همچنین سلامت عمومی و کیفیت زندگی مهم است. با توجه به مطالب فوق، یک منطق قوی برای بهبود کیفیت زندگی و سلامتی با ادامه دادن به فعالیت بدنی وجود دارد. این فعالیت‌ها می‌تواند به صورت ورزش‌های خارج از خانه مانند دوچرخه‌سواری و پیاده‌روی باشد و یا به صورت ورزش در خانه انجام شود که شامل مواردی مانند پیاده‌روی در خانه و در صورت لزوم پیاده‌روی به فروشگاه، بلند کردن و حمل مواد غذایی، بالا رفتن از پله و دراز و نشست می‌باشد (۵). در مطالعه حاضر تمرکز اصلی محقق بر توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹ در ایران می‌باشد. این تحقیق تلاش می‌کند که عوامل مؤثر بر توسعه پیاده‌روی در ایران را شناسایی کند؛ همچنین با توجه به شرایط موجود، راه-کارهایی برای توسعه کوتاه مدت و بلند مدت پیاده‌روی در ایران ارائه می‌شود؛ در نهایت نیز پیامدهای احتمالی توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹ مورد بررسی قرار خواهد گرفت. با توجه به خلاءهای مطالعاتی در این زمینه و با نظر به اهمیت توسعه فعالیت های بدنی در دوران کوید ۱۹، انجام این تحقیق دارای اهمیت و ضرورت است. این مطالعه می‌تواند خلاءهای تحقیقاتی را تکمیل

روی برای جابه‌جایی های خود استفاده کنند. لاک<sup>۱</sup> (۹) تحقیقی با عنوان «تغییر رفتار دوچرخه‌سواری در نتیجه کوید ۱۹: نظرسنجی از کاربران در سیدنی، استرالیا» انجام داد. نتایج نشان داد که تمایل کلی برای دوچرخه سواری افزایش یافته است (از جمله خرید دوچرخه جدید) و تغییرات بالقوه ای در رفتار رفت و آمد در نتیجه رعایت بهداشت وجود دارد. لین<sup>۲</sup> و همکاران مطالعه‌ای با عنوان «تأثیر زیرساخت‌های دوچرخه‌سواری کوید ۱۹ بر دسترسی دوچرخه‌سواری کم استرس: مطالعه موردی در شهر تورنتو» انجام دادند. نتایج نشان داد که زیرساخت دوچرخه‌سواری کوید ۱۹ موجب کاهش استرس مردم (۱۰،۴ درصد) و کاهش استرس دسترسی به مشاغل (۲۲،۳ درصد) شده است و به ۵۴۰۲۳ نفر امکان دسترسی به غذا و ۳۱۷۸ نفر امکان دسترسی به پارک داده است.

آمارهای موجود گویای کاهش فعالیت بدنی در پی شیوع کوید ۱۹ می‌باشد. در این راستا مطالعه‌ای روی ۴۱ کودک و نوجوان مبتلا به چاقی در ایتالیا نشان داد که در مقایسه با داده‌های جمع‌آوری شده در سال ۲۰۱۹، سه هفته پس از قرنطینه اجتماعی، افراد زمان کمتری ورزش می‌کردند و همچنین افزایش مصرف غذاهای ناسالم را گزارش کردند. تحقیقی در بین ۲۶۸ نفر از بزرگسالان آمریکایی در بین ۱۰ آوریل تا ۲۵ می انجام شده است که نتایج نشان داد که در مقایسه با ۱۲ ماه گذشته حدود ۶۶/۹ درصد کاهش در تمرینات شدید، ۹۲/۴ درصد کاهش در تمرینات متوسط و ۷۰/۸ درصد کاهش در پیاده روی بوجود آمده است (۱۰). مطالعه‌ای به بررسی نوسانات تعداد قدم‌ها شهروندان شهر یوکوهاما<sup>۳</sup> در نیمه اول سال ۲۰۲۰ در مقایسه با سال قبل مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که با اعلام وضعیت اضطراری، تمایلات به پیاده‌روی نیز کاهش پیدا کرد. در تحقیقی دیگر تعداد گام‌های روزانه توسط ۴۵۵ ۴۰۴ کاربر از ۱۸۷ کشور مورد مطالعه قرار گرفت. نتایج گویای آن بود که در سراسر جهان، طی ۱۰ روز پس از اعلام همه‌گیری، ۵،۵ درصد کاهش در میانگین گام‌ها و طی ۳۰ روز، ۲۷،۳ درصد کاهش در میانگین گام‌ها مشاهده شد. ایتالیا در ۹ مارس ۲۰۲۰ قرنطینه سراسری را اعلام کرد و حداکثر ۴۸،۷ درصد کاهش پیاده‌روی را نشان داد، در حالی که سوئد، تا به امروز حداکثر ۶،۹ درصد کاهش را نشان داده است. در ایران نیز تعداد گام‌های اولیه نسبت به پایه نسبی خود، کاهش پیدا کرد. در کشورهای مختلف از نظر تعداد روزهای پس از اعلام همه‌گیری که کاهش ۱۵ درصدی تعداد گام‌ها مشاهده شد، بسیار متفاوت بود: ایتالیا (۵ روز)، اسپانیا (۹ روز)، فرانسه (۱۲ روز)، هند (۱۴ روز)، ایالات متحده ایالات (۱۵ روز)، بریتانیا (۱۷ روز)، استرالیا (۱۹ روز)، و ژاپن (۲۴ روز) (تایسون<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۰، ۷۶۸).

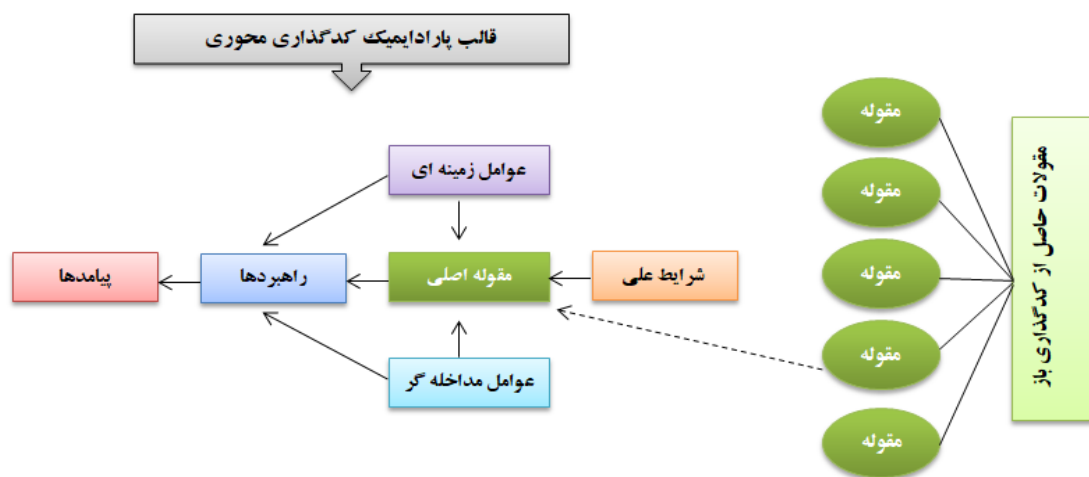
مسلماً مانند در خانه اگرچه اقدامی ایمن است، اما ممکن است عواقب منفی ناخواسته ای داشته باشد زیرا چنین تلاش‌هایی برای جلوگیری از انتقال ویروس، ممکن است منجر به کاهش فعالیت بدنی شود. این احتمال وجود دارد که ماندن طولانی مدت در خانه

1. Lock
2. Lin
3. Yokohama

4. Tison
5. VO2max

مدل توسعه پیاده روی در دوران کوید ۱۹ چگونه است؟ چارچوب مفهومی انتخاب شده در این پژوهش بر اساس نظریه داده بنیاد استراوس و کوربین (۱۲) می باشد.

کند و همچنین نتایج به عنوان نقشه راهی برای سازمان های ذی ربط مانند فدراسیون ورزش های همگانی یا سازمان ورزش شهرداری قرار گیرد. با توجه به مطالب مطرح شده سوال اصلی تحقیق این است که



شکل ۱. الگوی پیشنهادی نظریه داده بنیاد استراوس و کوربین

مرحله کدگذاری صورت پذیرفت. این سه مرحله مطابق نظریه زمینه ای به شکل الف) کدگذاری باز<sup>۸</sup> ب) کدگذاری محوری<sup>۹</sup> و ج) کدگذاری انتخابی<sup>۱۱</sup> انجام پذیرفت. در این مراحل که به صورت پیوسته دنبال می شوند، مصاحبه های انجام شده در کمترین زمان ممکن از زمان انجام مصاحبه به صورت خط به خط تحلیل و کدگذاری شد. کدگذاری باز: نخستین مرحله تحلیل برای نظریه سازی، کدگذاری باز است. کدگذاری باز به مفهوم بندی و مقوله بندی تکه هایی از داده ها زیر یک عنوان یا برچسب هایی که به طور همزمان هر قطعه از داده ها را خلاصه و تشریح می کند، اشاره دارد. کدها نشان می دهند که چگونه داده ها جهت مرحله تحلیلی انتخاب شده، جدا شده و دسته بندی شده اند. به سخن دیگر، کدگذاری به فرآیند استخراج مفاهیم از داده های خام برحسب محتوا و ابعاد گفته می شود. کدگذاری باز را کدگذاری بنیادی نیز می خوانند زیرا از خود کلمات افراد مصاحبه شده استفاده می گردد. کدگذاری محوری: کندال<sup>۱۲</sup> بیان نمود، هدف این مرحله تعیین رابطه بین مقوله های ایجاد شده در مرحله کدگذاری باز است. در این مرحله پدیده مرکزی شناسایی شده و تفسیر شرایط علی، شرایط مداخله گر، شرایط زمینه و راهبردهای حاصله انجام می شود. کدگذاری انتخابی: سومین مرحله کدگذاری شامل کدگذاری انتخابی یا گزینشی است. در این مرحله، پژوهشگر به تکوین نظریه ای درباره رابطه میان مقوله های به دست آمده در الگوی کدگذاری محوری می پردازد. در حقیقت این مرحله فرآیند یکپارچه سازی و بهبود

#### مواد و روش ها

هدف از تحقیق حاضر ارائه مدل توسعه پیاده روی در دوران پاندمی کوید ۱۹ بود. با نظر به خلاهای موجود در ادبیات پژوهش، این تحقیق با رویکرد کیفی<sup>۱</sup> و اکتشافی<sup>۲</sup> انجام شد که از روش نظریه داده بنیاد<sup>۳</sup> استفاده شده است. شرکت کنندگان در مصاحبه از طریق نمونه گیری هدفمند<sup>۴</sup> انتخاب شدند. مصاحبه شوندهگان متشکل از کلیه اساتید رشته مدیریت ورزشی و مدیران و کارشناسان ورزشی بودند. ارتباط اولیه با مصاحبه شوندهگان از طریق ایمیل انجام شد که این ایمیل حاوی دعوت به همکاری، اهداف تحقیق و سوالات کلی تحقیق بود. همچنین به آنها اطلاعاتی در ارتباط با ضبط صدا و روند انجام کار داده شد. جهت جمع آوری اطلاعات از مصاحبه نیمه ساختاریافته<sup>۵</sup> استفاده گردید که تمامی آنها به صورت دیجیتالی ضبط گردید. در مجموع ۱۴ مصاحبه از تاریخ ۱۲ مهر ۱۴۰۰ تا ۲۵ آبان ۱۴۰۰ اخذ شد. مدت زمان مصاحبه ها ۲۰ تا ۴۰ دقیقه بود که در نهایت منجر به ۷۲ صفحه رونوشت برداری<sup>۶</sup> شد. براساس نظر کوال و برینکمن<sup>۷</sup>، برای کمک به اشتراک بهتر و راحت تر نظرات، سوالات کوتاه و فاقد زبان آکادمیک بود. به دنبال روش مصاحبه کاستیو-مونتویا<sup>۸</sup> ابتدا از مصاحبه شوندهگان سوالاتی در ارتباط با ویژگی های جمعیت شناختی و سابقه شغلی آنها پرسیده شد. سپس سوالات اصلی تحقیق در اختیار آنها قرار می گرفت. فرآیند تحلیل داده ها، با توجه به اهمیت آن در رویکرد نظریه زمینه ای طی سه

7. Kvale & Brinkmann  
8. Castillo-Montoya  
9. Open Coding  
10. Axial Coding  
11. Selective Coding  
12. Kendall

1. qualitative  
2. exploratory  
3. Grounded Theory  
4. purposive sampling  
5. semi-structured interviews  
6. transcribe

۲۰ سابقه بودند و ۵۰ درصد (۷ نفر)، گروه بالای ۲۰ سال را به خود اختصاص دادند. از لحاظ حوزه فعالیت نمونه‌های پژوهش ۶۴/۲۸ درصد (۹ نفر) اساتید رشته مدیریت ورزشی و ۳۵/۷۲ درصد (۵ نفر) مدیران و کارشناسان ورزشی صاحب نظر بودند.

نظریه است. وظیفه بعدی پژوهشگر دسته‌بندی و مقایسه مفاهیم استخراج شده از دل داده‌ها است، که در این مرحله نظرات و مفاهیم در طبقه‌های یکسان قرار گرفتند و در نهایت نتایج تحقیق شناسایی شدند (۱۲).

#### یافته‌ها

سوالات پژوهش  
سوال اول: عوامل علی توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹ کدام‌اند؟ همان طور که در جدول شماره ۱ مشاهده می‌شود، از تجزیه و تحلیل داده‌ها تعداد ۲۳ مقوله فرعی بدست آمد که در ۵ مقوله اصلی عوامل مدیریتی، عوامل فردی، توسعه پایدار شهری، عوامل مربوط به سلامتی و نیازهای شهری قرار گرفت. این موارد در مفهوم «عوامل علی توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹» خلاصه شد.

نتایج توصیفی نشان می‌دهد که تعداد مصاحبه‌شوندگان ۱۴ نفر بودند که از این تعداد ۶۴/۲۸ مردان (۹ نفر) و ۳۵/۷۲ زنان (۵ نفر) تشکیل می‌دادند. ۲۱/۴۲ درصد در رده سنی زیر ۴۰ سال (۳ نفر)، ۳۵/۷۱ درصد در رده سنی ۴۰ تا ۵۰ (۵ نفر) و ۴۲/۸۵ باقی مانده (۶ نفر)، رده سنی بالای ۵۰ سال را تشکیل می‌دادند. به لحاظ سطح تحصیلات؛ کارشناسی ارشد با ۳۵/۷۲ درصد (۵ نفر) و دکتری با ۶۴/۲۸ درصد (۹ نفر) بودند. همچنین به لحاظ سابقه کاری ۲۱/۴۲ درصد (۳ نفر) دارای سابقه زیر ۱۰ سال بودند و ۲۸/۵۷ درصد (۴ نفر) بین ۱۰ تا

جدول ۱. عوامل علی توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹

مقوله اصلی	مقوله فرعی
عوامل مدیریتی	تمایل شهرداری‌ها مدیران شهری به افزایش پیاده‌روی
	تمایل فدراسیون ورزش همگانی به توسعه پیاده‌روی
	نبود برنامه منسجم جهت توسعه پیاده‌روی
	علاقه فردی به پیاده‌روی
	تمایل مردم به سبک زندگی فعال
عوامل فردی	تمایل به بهبود کیفیت زندگی
	تمایل به داشتن تناسب اندام
	نگرانی شهروندان از بیماری‌های حاصل از کم تحرکی
	پر کردن اوقات فراغت
	نزدیکی به محل کار
توسعه پایدار شهری	صرفه‌جویی در هزینه‌های حمل و نقل
	تمایل به کاهش هزینه‌های درمان
	تمایل به کنترل ترافیک شهری
	تمایل به کاهش آلودگی‌های زیست محیطی
	بهبود توسعه پایدار شهری
عوامل مربوط به سلامتی	افزایش ناهنجاری‌های اسکلتی در بین شهروندان
	شیوع بیماری کرونا و تمایل به فاصله فیزیکی
	شیوع بیماری حاصل از کم تحرکی
	شیوع اضافه وزن و چاقی
	افزایش بیماری‌های روانی مانند افسردگی
نیازهای شهری	پایین بودن کیفیت وسایل حمل و نقل عمومی
	مشارکت پایین در پیاده‌روی
	ایجاد نشاط در بین شهروندان

زمینه‌های مالی، زمینه‌های حمایتی، زمینه‌های شهروندی، زمینه‌های سازمانی، زمینه‌های زیرساختی، زمینه‌های فرهنگی و زمینه‌های اجتماعی قرار گرفت. این موارد در مفهوم «عوامل زمینه‌ای توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹» خلاصه شد.

سوال دوم: شرایط زمینه‌ای توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹ کدام‌اند؟ همان طور که در جدول شماره ۲ مشاهده می‌شود، از تجزیه و تحلیل داده‌ها تعداد ۳۴ مقوله فرعی بدست آمد که در ۷ مقوله اصلی

جدول ۲. عوامل زمینه‌ای توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹

مقوله اصلی	مقوله فرعی
زمینه های مالی	بودجه مختص به توسعه پیاده روی
	وضعیت اقتصادی مردم
	هزینه تجهیزات ورزشی مانند کفش پیاده روی
	تورم اقتصادی در کشور
زمینه های حمایتی	نرخ بیکاری
	حمایت وزارت ورزش و جوانان
	چشم انداز مدیران فدراسیون ورزش های همگانی و سازمان ورزش شهرداری نسبت به توسعه پیاده روی
	سرمایه گذاری دولت در حوزه ورزش
زمینه های شهروندی	حمایت رسانه ملی از ورزش شهروندی
	میزان علاقه و تمایل شهروندان
	وضعیت روحی_روانی شهروندان
	وضعیت جسمانی شهروندان
زمینه های سازمانی	اطلاعات ورزشی و بهداشتی شهروندان
	وضعیت جسمانی شهروندان
	ساختار ورزش شهرداری
	حضور مدیران متخصص و دلسوز در فدراسیون ورزش همگانی
زمینه های زیرساختی	سواد مدیریتی مدیران و کارشناسان فدراسیون ورزش های همگانی و سازمان ورزش شهرداری
	تخصص و کمیت نیروی انسانی در فدراسیون ورزش همگانی
	جایگاه پیاده روی در اولویت های فدراسیون ورزش همگانی
	برنامه های راهبردی توسعه ورزش همگانی
زمینه های فرهنگی	زیرساخت های پیاده روی در مجموعه های ورزشی
	توزیع عادلانه امکانات ورزشی
	کیفیت پیاده روها و مسیرهای پیاده روی
	تعدد فضای سبز و پارکها
زمینه های اجتماعی	دسترسی آسان به اماکن طبیعی (کوه و جنگل)
	ایمنی و امنیت مسیرهای پیاده روی
	اکولوژی و آب و هوای شهری
	فلسفه و فرهنگ کشور
زمینه های اجتماعی	ارزش ها و هنجارهای جامعه محلی
	فرهنگ استان های مختلف ایران
	گسترده گی و کیفیت روابط اجتماعی
	رفاه اجتماعی
	برابری جنسیتی
	امنیت اجتماعی

حمایت متولیان، منابع انسانی، برنامه ریزی و استانداردهای زندگی قرار گرفت. این موارد در مفهوم «عوامل مداخله گر توسعه پیاده روی در دوران کوید ۱۹» خلاصه شد.

سوال سوم: عوامل مداخله گر توسعه پیاده روی در دوران کوید ۱۹ کدامند؟ همان طور که در جدول شماره ۳ مشاهده می شود، از تجزیه و تحلیل داده ها تعداد ۳۱ مقوله فرعی بدست آمد که در ۷ مقوله اصلی ارتباطات سازمانی، مداخلات رسانه ای، زیرساخت های شهری،

مقاله اصلی	مقاله فرعی
	جدول ۳. عوامل مداخله‌گر توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹
ارتباطات سازمانی	عدم ارتباط یا ناهماهنگی بین سازمان های ورزشی و غیرورزشی همکاری و اتفاق نظر بین فدراسیون ورزش های همگانی و سازمان ورزش شهرداری موازی کاری دستگاه های اجرایی همکاری فدراسیون ورزش های همگانی با مجموعه های ورزشی محلی (مانند باشگاه های ورزشی)
مداخلات رسانه‌ای	سرعت رشد شبکه های اجتماعی و بازاریابی شبکه های اجتماعی پوشش خبری برنامه های پیاده روی همگانی در رسانه ملی همکاری سازمان ورزش شهرداری و فدراسیون ورزش های همگانی با رسانه ملی و رسانه های محلی فقدان زیرساخت های مناسب پیاده روی فقدان فرهنگ شهرنشینی
زیرساخت های شهری	آلودگی هوا تنوع و دسترسی سیستم حمل و نقل شهری نزدیکی به فروشگاه ها و سازمان های خدماتی حمایت نهادهای مردم نهاد و خیرین یارانه های خرید تجهیزات ورزشی توجه و حمایت از جانب سازمان های ورزشی حمایت متولیان شهری
حمایت متولیان	ثبات مدیریتی مدیران ورزش دیدگاه ها و نگرش های مدیران ستادی ورزش سیاست های وزیر ورزش کشور تفکر مدیران و پرورش مهارت تفکر نحوه ی گزینش مدیران ستادی و صفی برنامه ریزی و مدیریت در فدراسیون ورزش همگانی برنامه ریزی و مدیریت در وزارت ورزش و جوانان برنامه ریزی و مدیریت در وزارت بهداشت برنامه ریزی و مدیریت در شهرداری ها ماموریت و چشم انداز وزارت ورزش درآمد افراد جامعه اختلاف طبقاتی جامعه ساعات کار شهروندان سن افراد جامعه سبک زندگی
منابع انسانی	
برنامه ریزی	
استانداردهای زندگی	

ارزیابی و کنترل مستمر، فرهنگ سازی، راهبردهای رویدادی، توسعه کارکنان و برنامه ریزی قرار گرفت. این موارد در مفهوم «راهبردهای توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹» خلاصه شد.

سوال چهارم: راهبردهای موثر بر توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹ کدام‌اند؟

همان طور که در جدول شماره ۴ مشاهده می‌شود، از تجزیه و تحلیل داده‌ها تعداد ۳۵ مقوله فرعی بدست آمد که در ۸ مقوله اصلی همکاری سازمانی، بهبود زیرساخت‌های ورزشی، راهبردهای مالی،

مقوله اصلی	مقوله فرعی
همکاری سازمانی	همکاری و همفکری فدراسیون ورزش های همگانی با شهرداری ها و سایر سازمان های محلی
	تفاهم همکاری فدراسیون ورزش های همگانی با باشگاه ها و مجموعه های ورزشی خصوصی
	همکاری فدراسیون ورزش های همگانی با نهادهای مردم بنیاد و خیرین
	ایجاد سیستم اطلاعاتی آنلاین درباره اماکن و آب و هوای شهری
بهبود زیرساخت های ورزشی	ایجاد امنیت در مسیرهای پیاده روی توسط نیروی انتظامی
	بهبود قابلیت دسترسی به اماکن و فضاهای تفریحی و ورزشی
	بهبود ایمنی مسیرهای پیاده روی
	احداث مسیرهای پیاده روی در شهرها
راهبردهای مالی	حفظ و نگهداری اماکن و فضاهای تفریحی و ورزشی
	ایجاد فضاهای سر پوشیده برای ورزش بانوان
	افزایش بودجه سازمان ورزش شهرداری و فدراسیون ورزش های همگانی
	نقش آفرینی خیرین و فروشگاه های ورزشی برای خرید تجهیزات ورزشی
ارزیابی و کنترل مستمر	نقش آفرینی دولت در ارائه یارانه خرید تجهیزات ورزشی
	ارزیابی دوره ای از اماکن و زیرساخت های شهری دوچرخه سواری
	ارزیابی دوره ای مدیران کلیه دستگاه های مرتبط با ورزش
	ارزیابی مداوم از شیوه اجرای رویدادهای ورزشی و میزان رضایت شرکت کنندگان
فرهنگ سازی	بهره گیری از سیستم ارزیابی مستمر
	تشویق بانوان به حضور در ورزش
	تنوع برنامه های ورزشی در رسانه
	تبلیغات دیداری و شهری در بیلبوردها و فضای شهر
راهبردهای رویدادی	تاکید مسئولین و علمای دینی کشور
	افزایش آموزه های ورزشی در رسانه ملی
	برگزاری مسابقات پیاده روی در مدارس و دانشگاه ها
	برگزاری مسابقات پیاده روی در مناسب های مختلف مانند دهه فجر
توسعه کارکنان	برگزاری گردهمایی های پیاده روی همگانی در سطح شهر و استان
	به کار گماردن کارشناسان متخصص در سازمان ورزش شهرداری
	انتخاب نیروهای متخصص و آموزش دیده ستادی و صفی در فدراسیون ورزش های همگانی
	سامان دهی نیرو های داوطلبی ورزش همگانی
برنامه ریزی	توسعه دانش مدیران در امور مدیریتی و ورزشی
	به کار گماردن مدیران با تجربه و تحصیل کرده در فدراسیون ورزش های همگانی و سازمان ورزش شهرداری
	برنامه ریزی پویا
	تنوع برنامه ها و خدمات ورزشی
توسعه فرهنگی و اجتماعی	لزوم تفکر و سیاستگذاری راهبردی
	تعامل برنامه ریزان با ذینفعان
	دور شدن از سیاست شعارزدگی مسئولان

سوال پنجم: پیامدهای توسعه پیاده روی در دوران کوید ۱۹ کدام اند؟ همان طور که در جدول شماره ۵ مشاهده می شود، از تجزیه و تحلیل داده ها تعداد ۲۵ مقوله فرعی بدست آمد که در ۵ مقوله اصلی ارتقاء قابلیت های جسمانی، توسعه اجتماعی، پیامدهای روان شناختی،

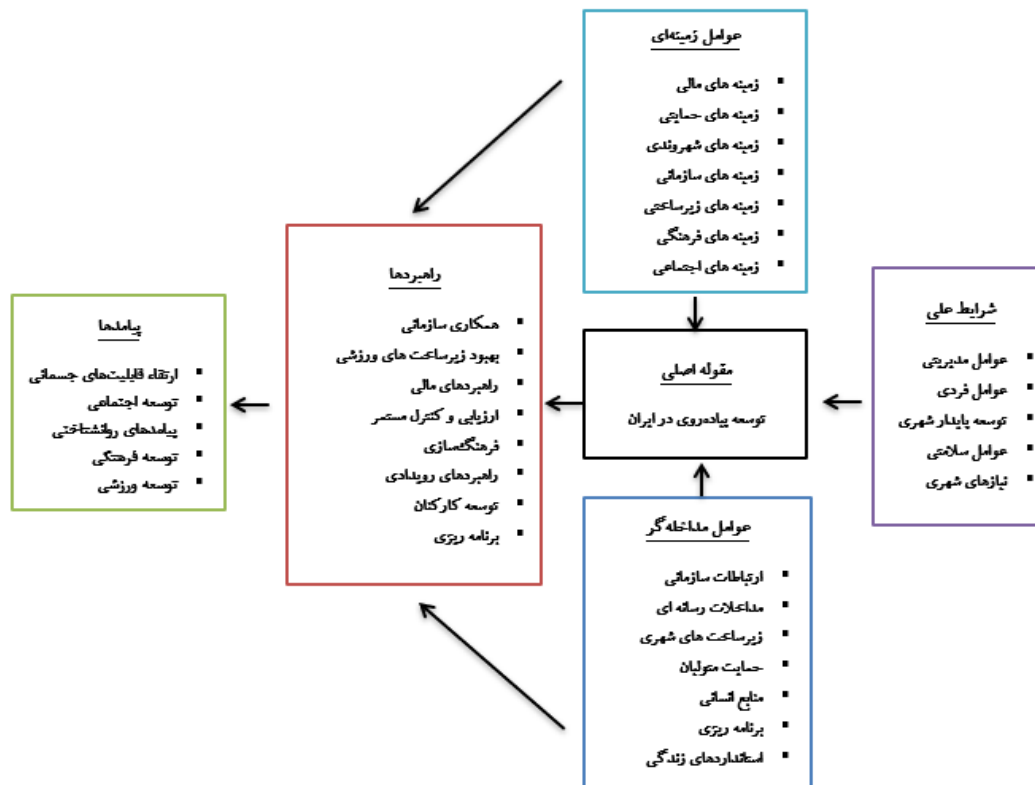
توسعه فرهنگی و توسعه ورزشی قرار گرفت. این موارد در مفهوم «پیامدهای توسعه پیاده روی در دوران کوید ۱۹» خلاصه شد.

## جدول ۵. پیامدهای توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹

مقوله اصلی	مقوله فرعی
ارتقاء قابلیت های جسمانی	کاهش هزینه‌های بهداشتی و درمانی
	کاهش مرگ و میر
	کاهش بیماری‌هایی مانند مشکلات قلبی، دیابت، چاقی و فشار خون بالا
	کاهش مشکلات ساختاری شهروندان
توسعه اجتماعی	داشتن تناسب اندام بهتر
	ایجاد حس تعلق به گروه
	کاهش استفاده از فضای مجازی
	توسعه تعاملات بین فردی
	تقویت روابط دوستی
پیامدهای روان‌شناختی	افزایش انسجام و اتحاد اجتماعی
	جامعه‌پذیری بیشتر
	کاهش اضطراب و افسردگی شهروندان
	ارتقای خودباوری
	افزایش انگیزه
توسعه فرهنگی	سلامت فکر و اندیشه
	ارتقاء کیفیت زندگی شهروندان
	بهبود اعتماد به نفس و عزت نفس شهروندان
	ایجاد سبک زندگی فعال
توسعه ورزشی	ایجاد شهروند خوب
	یادگیری نظم و انضباط شهری
	جلوگیری از اسراف منابع موجود در ورزش
	استفاده بهینه از اماکن و فضاهای تفریحی و ورزشی
	قرار گرفتن ورزش در اوقات فراغت شهروندان
	تقاضامحور شدن خدمات ورزشی
	توسعه استعدادهای ورزشی

و پیامدها است. همانطور که در شکل ۲ ملاحظه می‌کنید مدل نظری توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹ مطابق با ابعاد پارادایمی قابل مشاهده است.

سوال ششم: مدل توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹ چگونه است؟ در کدگذاری باز و محوری، مدل پارادایمی توسعه پیاده‌روی در ایران ایجاد گردید که شامل عوامل علی، زمینه‌ای، مداخله‌گر، راهبردها



شکل ۲. مدل داده بنیاد توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹

شهروندی، زمینه‌های سازمانی، زمینه‌های زیرساختی، زمینه‌های فرهنگی و زمینه‌های اجتماعی قرار گرفت. این موارد در مفهوم «عوامل زمینه‌ای توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹» خلاصه شد. پژوهش‌ها تایید کرده‌اند که نزدیکی به امکانات ورزشی، یک ویژگی محیطی و یک عامل تعیین کننده احتمالی فعالیت بدنی است. نتایج حاکی از آن است که دسترسی راحت به امکانات ورزشی ممکن است ساکنان مجاور را تشویق کند که فعالیت بدنی داشته باشند (۱۴). همچنین در مطالعه‌ای دیگر گزارش شده است که با قرار دادن امکانات ورزشی نزدیک به خانه شهروندان، می‌توان آنها را به انجام فعالیت ورزشی تشویق کرد. بنابراین، نزدیکی فیزیکی به یک مجموعه ورزشی ممکن است موانع روانی و فیزیکی برای ورزش را کاهش دهد (۱۵). در این راستا می‌توان به برخی از مطالعات همسو اشاره کرد. به عنوان مثال در تحقیق مهدی‌زاده و اندام به عوامل سازمانی و مدیریتی، محیطی، محدودیت زمانی، عدم حمایت اجتماعی، درون فردی و روانشناختی اشاره شده است. همچنین در تحقیق حفظ اللسان (۱۶) به بعد سازمانی اشاره شده است که شامل مواردی مانند تجهیزات ورزشی، مدیریت و برنامه‌ریزی، منابع مالی، ورزش همگانی و تفریحی، امکانات و زیرساخت، منابع انسانی، نهادها و تشکیلات، استانداردها و ارزیابی، فناوری و اطلاعات و ورزش آموزشی و پرورشی بود. در مطالعه بابایی و همکاران به بررسی وضع موجود و موانع توسعه ورزش همگانی پرداخته شد که موانع در شش بعد کمبود اماکن و تجهیزات ورزشی، نبود نیروی انسانی کافی و متخصص، نبود سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی مشخص، عدم توجه دیگر سازمان‌ها، عدم آگاهی و سبک زندگی افراد و عدم توجه رسانه‌ها به ورزش همگانی مورد بررسی

### نتیجه‌گیری

هدف از تحقیق حاضر ارائه مدل توسعه پیاده‌روی در دوران پاندمی کوید ۱۹ بود.

سوال اول: عوامل علی توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹ کدام‌اند؟ از تجزیه و تحلیل داده‌های کیفی تعداد ۲۳ مقوله فرعی بدست آمد که در ۵ مقوله اصلی عوامل مدیریتی، عوامل فردی، توسعه پایدار شهری، عوامل مربوط به سلامتی و نیازهای شهری قرار گرفت. این موارد در مفهوم «عوامل علی توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹» خلاصه شد. در این راستا وفایی‌مقدم و همکاران (۱۳) تحقیقی با عنوان «تحلیل عوامل توسعه ورزش همگانی براساس نظریه داده بنیاد» انجام دادند. در این تحقیق در بخش عوامل علی به عوامل مشارکت پایین اقشار مختلف با توجه به برنامه‌های اجراشده، شیوع بیماری‌های مختلف به علت مشارکت نداشتن در ورزش همگانی کشور، نبود وحدت ملی برای افزایش مشارکت در ورزش همگانی کشور، نبود ورزش همگانی به عنوان یک عادت روزمره، وجود فرصت‌های عظیم ورزش همگانی کشور و سردرگمی مدیریت کلان ورزش همگانی کشور اشاره شد. در تحقیقی دیگر گزارش شده است که علل مشارکت ورزشی را می‌توان به ویژگی‌های شخصی، انگیزه‌ها و اهداف مرتبط دانست. اهداف بیرونی مربوط به شهرت و همچنین اهداف درونی مربوط به سلامتی، توسعه مهارت و وابستگی اجتماعی با علل مشارکت ورزشی ارتباط دارد.

سوال دوم: شرایط زمینه‌ای توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹ کدام‌اند؟

از تجزیه و تحلیل داده‌های کیفی تعداد ۳۴ مقوله فرعی بدست آمد که در ۷ مقوله اصلی زمینه‌های مالی، زمینه‌های حمایتی، زمینه‌های

غیرانسانی، برنامه‌محور نبودن و نبود تفکر راهبردی در سازمان‌های ورزشی است (۱۷). براساس یافته‌های تحقیق میرشکاران و همکاران، عوامل موثر بر توسعه ورزش قهرمانی بانوان در پنج بعد اجتماعی- فرهنگی، مالی- زیرساختی، فنی- ورزشی، منابع انسانی و ساختاری- مدیریتی تقسیم بندی می‌شود که این ابعاد دارای ۲۳ عامل کلیدی هستند. در بخش اجتماعی- فرهنگی شامل: آمادگی روانی ورزشکار، حمایت اجتماعی، خانوادگی و مدیریتی، ارتقا سطح فرهنگی جامعه، پوشش مطلوب رسانه‌ای رویدادهای ورزش قهرمانی بانوان؛ در بخش مالی- زیر ساختی شامل: امکانات، تجهیزات و فضاهای ورزشی، ایجاد و توسعه مراکز استعدادیابی، توزیع عادلانه منابع مالی و مادی، اماکن ورزشی ویژه بانوان، حضور بخش خصوصی؛ در بخش عوامل فنی- ورزشی: برگزاری جشنواره‌ها و مسابقات ملی و بین‌المللی، توسعه لیگ‌ها و باشگاه‌های حرفه‌ای، برگزاری تمرینات مشترک با مردان در برخی رشته‌ها مثل تیراندازی، استعدادیابی و نخبه پروری، همکاری بین پایگاه‌های استعدادیابی و قهرمانی با هیات‌های ورزشی، برگزاری کلاس‌های داوری و مربیگری؛ در بخش منابع انسانی عواملی از جمله: وجود معلمان، اساتید و مربیان بازیکن‌ساز، وجود کادر پشتیبانی، دسترسی به حریفان تمرینی سطح بالا، افزایش نسبت نیروهای متخصص، وجود مدیران و کادر اجرایی با تجربه و متخصص و در بخش ساختاری- مدیریتی: توجه به طرح آمایش ورزش استان، ورزش همگانی و تربیتی، نظام نظارت و ارزیابی، نظام پاداش و تشویق، مشارکت در تصمیم‌گیری، اختصاص پست‌های مدیریتی به بانوان، ارتباط مناسب با سازمان‌های ملی و بین‌المللی بود.

سوال چهارم: راهبردهای موثر بر توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹ کدام‌اند؟

از تجزیه و تحلیل داده‌های کیفی تعداد ۳۵ مقوله فرعی بدست آمد که در ۸ مقوله اصلی همکاری سازمانی، بهبود زیرساخت‌های ورزشی، راهبردهای مالی، ارزیابی و کنترل مستمر، فرهنگ‌سازی، راهبردهای رویدادی، توسعه کارکنان و برنامه‌ریزی قرار گرفت. این موارد در مفهوم «راهبردهای توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹» خلاصه شد. فرایند جهانی شدن موجب تغییرات وسیع در محیط و بافت اقتصادی، سیاسی و اجتماعی و گسترش اطلاعات و ارتباطات شده است. بنابراین توقعات جوامع از دولت‌ها افزایش یافته است و سیاستگذاران مسئولیت‌های جدیدتری را بر عهده دارند. در عرصه ورزش، بندهای ۲۴ و ۲۷ اعلامیه حقوق بشر به حق شرکت آزاد در فعالیتهای فرهنگی جامعه، حق استراحت و تفریح اشاره دارد؛ یونسکو تربیت بدنی و ورزش را حق پایه‌ای همگانی دانسته است (۱۷). بنابراین دولت‌ها تا حد زیادی می‌توانند در جهت-گیری سیاست‌های ورزشی و تعیین راهبردهای توسعه ورزش موثر باشند (۱۸). در ژاپن به منظور رسیدن به زندگی ورزشی در جامعه که همه افراد بتوانند از ورزش کردن در هر زمانی و مکانی لذت ببرند، از آموزش‌های فراگیر و مستمر استفاده می‌شود تا رفتار ورزشی در جامعه محقق شود (۱۸). در چین یکی از اهداف چهارگانه دولت در ورزش آگاهی بخشیدن به مردم در خصوص کمک‌های ورزش در سلامت فردی و اجتماعی است (۵). در تحقیقی

قرار رفت. نتایج تحقیق حسینی و همکاران نشان داد متغیر خانواده بیشترین نقش و متغیر مدرسه کمترین نقش را در گرایش شهروندان شهر آمل در زمینه مشارکت در ورزش و فعالیت‌بدنی دارا بوده است. مدرسه بیشترین نقش را در عدم گرایش افراد به ورزش و فعالیت‌بدنی دارا بوده است. نتایج نشان داد هرچه میزان درآمد افراد بالاتر باشد، فرهنگ ورزش نیز در بین آنان بالاتر است و هرچه فاصله تا اولین فضای ورزشی کمتر باشد، میزان فرهنگ ورزش افزایش می‌یابد. در مورد افراد ورزشکار نتایج نشان داد افراد با ساعات کاری بیشتر، فرهنگ ورزش بالاتری دارند و افرادی که هزینه و زمان زیادی را صرف فعالیت‌های جانبی می‌کنند، از فرهنگ ورزش پایین‌تری برخوردارند. در مورد افراد غیر ورزشکار نیز نتایج نشان داد هر چه میزان ساعات کاری افزایش می‌یابد، تاکید افراد بر موانع شغلی بیشتر می‌شود و کسانی که زمان و هزینه‌های زیادی را صرف فعالیت‌های جانبی نموده‌اند، بیشتر بر موانع شخصی تاکید داشته‌اند.

سوال سوم: عوامل مداخله‌گر توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹ کدام‌اند؟

از تجزیه و تحلیل داده‌های کیفی تعداد ۳۱ مقوله فرعی بدست آمد که در ۷ مقوله اصلی ارتباطات سازمانی، مداخلات رسانه‌ای، زیرساخت‌های شهری، حمایت متولیان، منابع انسانی، برنامه‌ریزی و استانداردهای زندگی قرار گرفت. این موارد در مفهوم «عوامل مداخله‌گر توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹» خلاصه شد. در این راستا می‌توان به مطالعه حفظ اللسان (۱۶) اشاره کرد. در این تحقیق نیز به بعد رفتاری اشاره شد که شامل ابعاد ساختاری، رفتاری، روان-شناختی و جمعیتی بود. در مطالعه پارساجو و همکاران نیز به ابعاد توسعه بخش‌های کلان، مدیریت جامع ورزش، توسعه آگاهی‌ها و ارتباطات اجتماعی، توسعه ساختاری، محیط جذاب و انگیزشی ورزش تعیین شدند. یافته‌های پژوهش جهان‌تاب‌نژاد نشان داد که نه عامل فرهنگی و اجتماعی، مدیریتی و سازمانی، اقتصادی، نیروی انسانی متخصص، امکانات و تجهیزات، انگیزشی، زمانی، آب و هوا و رسانه بر توسعه ورزش‌های پایه در مدارس ابتدایی شهر اهواز رابطه مثبت و معنی‌داری دارد. یافته‌های تحقیق نشان داد از دیدگاه پاسخ‌گویان عامل مدیریتی و سازمانی، مهم‌ترین عامل و عامل و آب و هوا، کم‌اهمیت‌ترین عامل بودند. نتایج نشان داد بین دیدگاه معلمان زن و مرد در عوامل فرهنگی اجتماعی، مدیریتی و سازمانی، اقتصادی، نیروی انسانی متخصص، امکانات و تجهیزات، آب و هوا و رسانه تفاوت معناداری وجود دارد اما در عوامل انگیزشی و زمانی تفاوت معناداری وجود نداشت. براساس یافته‌های پژوهش شعبانی و خواجه، سلامت جامعه، رسانه‌ها، فضاهای طبیعی، کم‌هزینه بودن، توسعه هیئت‌های ورزش همگانی، اینترنت، دانش آموختگان رشته تربیت‌بدنی، تعالیم دینی و تاکید بر رایگان بودن ورزش به ترتیب از مهم‌ترین عوامل اثر گذار بر توسعه ورزش همگانی کشور می‌باشند. از نظر پژوهشگران داخلی یکی از مهمترین معضلات فعلی در ورزش همگانی ایران آشفتگی و بهم‌ریختگی سازمانی، نداشتن ساختار سازمانی در خور توجه، نبود تقسیم کار ملی، نبود منابع انسانی آموزش‌دیده و در نتیجه تقسیم نامتوازن منابع انسانی و

سوال پنجم: پیامدهای توسعه پیاده روی در دوران کوید ۱۹ کدام‌اند؟ از تجزیه و تحلیل داده‌های کیفی تعداد ۲۵ مقوله فرعی بدست آمد که در ۵ مقوله اصلی ارتقاء قابلیت‌های جسمانی، توسعه اجتماعی، پیامدهای روان‌شناختی، توسعه فرهنگی و توسعه ورزشی قرار گرفت. این موارد در مفهوم «پیامدهای توسعه پیاده روی در دوران کوید ۱۹» خلاصه شد. ورزش با درگیر کردن گروه‌های در معرض خطر که اغلب از طبقات محروم هستند، می‌تواند ابزار سیاست-گذاری مؤثری برای جلوگیری از بزهکاری جوانان باشد. تجربیات ورزشی بر روند درونی (مثلاً کنجکاوی، تمایل به شرکت در فعالیت‌ها و ابتکار عمل) به سمت رشد شخصی اهمیت دارند. آثار مثبت دیگر مشارکت اجتماعی در ورزش می‌تواند سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی افراد در تمامی دوره‌های زندگی، ارتقای کیفیت زندگی اقشار مختلف مردم، افزایش امید به زندگی، افزایش نشاط، کاهش هزینه‌های درمانی و بهداشتی، بالابردن بهره‌وری نیروی کار، توسعه همه جانبه جامعه، ایجاد همدلی، تقویت همبستگی و مشارکت اجتماعی و تحکیم روابط و پیوندهای اجتماعی، کمک به فرایند جامعه‌پذیری افراد، تغییر نگرش و دیدگاه‌ها، بهبود ادراک، بهبود روابط انسانی و اجتماعی، احساس آسودگی و آرامش، تسکین اختلالات روانی و کسب مهارت‌های حرکتی، کسب تجارب خلاق و تقویت اعتمادبه‌نفس و خودباوری، روابط اجتماعی مثبت، تقویت بنیه جسمانی و پرورش ابعاد روانی و اجتماعی، احساس خوب بودن و سلامت عمومی، کسب سلامتی و آمادگی جسمانی، لذت و نشاط، انگیزه بهبود روابط شغلی و زندگی، پیشگیری از بیماری‌ها، درمان آنها و تعامل اجتماعی، تعامل و شناخت اجتماعی، نشاط و شادابی، پیشگیری از مفاسد اجتماعی و انحراف‌های اخلاقی، گسترش تعاملات اجتماعی و غنی‌سازی اوقات فراغت باشند. غلبه بر ناامیدی و چالش‌ها از جمله عواملی است که ممکن است با درک بهتر از تجربه مثبت توسط جوانان، در ورزش باشد (۲۲). تورمن<sup>۱</sup> (۲۳) نیز اشاره می‌کند که ورزش در ادغام و اتصال افراد نقش دارد و این روند به افرادی نیاز دارد که شخصیت خود را در جامعه نشان دهند. ارتباط ورزشی بر اعمال پرخاشگری فرد تأثیر می‌گذارد و آنها را کاهش می‌دهد. مطالعه لیراس و پیچی<sup>۲</sup> (۲۴) نشان داد که تغییر اجتماعی می‌تواند نتیجه تغییرات حاصل از ورزش باشد و مشارکت در ورزش می‌تواند حس همبستگی و خودمفهومی و نیز روند یادگیری فرد را افزایش دهد. طالب‌زاده و جعفری دریافتند که ورزش می‌تواند یادگیری فیزیکی، عاطفی و ذهنی را تحریک کند. این نشان می‌دهد که ورزش نه تنها شخصیت مثبت، بلکه می‌تواند یادگیری و همچنین، اهداف آموزشی را تحریک کند. به عقیده سماه<sup>۳</sup> و همکاران ورزش، وسیله‌ای برای توسعه است. آنها معتقدند که مشارکت می‌تواند سبک زندگی سالمی را برای جوانان ایجاد کند و از انجام فعالیت‌های منفی در اوقات فراغت جوانان جلوگیری کند. در مطالعه ای پیامدهای مشارکت ورزشی را سلامت اجتماعی، روان‌شناختی و روانی دانسته

دیگر گزارش شده است که اهمیت اماکن و فضاهای ورزشی به حدی است که ورزش انگلستان، سند چشم‌اندازی را ویژه اماکن و فضاهای تفریحی و ورزشی تدوین کرده که محوریت آن حفظ و نگهداری اماکن ورزشی موجود، ارتقای کیفیت، دسترسی و مدیریت اماکن ورزشی موجود و تهیه و تدارک اماکن ورزشی جدید مبتنی بر تقاضاست (۱۸). در تحقیق جوادی‌پور و رهبری (۱۹)، به راهبردها و برنامه‌های توسعه ورزش همگانی اشاره شد که شامل راهبردهای سازمانی، فرهنگ‌سازی، راه‌حل‌های اقتصادی و پژوهش محوری بودند. در پایان مطالعه‌ای دیگر گزارش شد که افزایش تولید ناخالص داخلی، بهبود توزیع درآمد و شاخص سلامت (امید به زندگی) استان‌های کشور در بهبود عملکرد ورزش موثر است (۲۰). قره به راه‌کارهای توسعه کمی مشارکت در ورزش‌های تفریحی، ترویج فرهنگ حرکت و پویایی در زندگی، توسعه ورزش آموزشی در مراکز آموزش رسمی (مدرسه-دانشگاه)، توسعه سازمانی ورزش‌های تفریحی و توسعه اماکن و فضاهای ورزشی و تفریحی اشاره کرده است. در مطالعه جوادی‌پور و سمیع‌نیا (۱۳۹۲ الف) نیز به عامل ترویج فرهنگ ورزش و تحرک و سلامتی در جامعه اشاره شده است که به عواملی مانند ترویج فرهنگ نیاز به ورزش و عادت به هزینه کردن برای آن، توسعه دانش ورزش بومی و همکاری با رسانه‌های جمعی و بهره‌گیری از زمینه‌های مذهبی و قومی اشاره شده است. در مطالعه‌ای دیگر راهبردهای توسعه ورزش همگانی، چنین معرفی شده است: حمایت‌های قانونی و دینی، وجود متخصصین و کارشناسان، تعدد رسانه‌های ورزشی، مشارکت و فرهنگ بالای مردمی و وجود اماکن طبیعی کافی، بالا بردن فعالیت بخش خصوصی، بالا بردن کیفیت ایستگاه‌ها و امکانات ورزش همگانی، بالا بردن کیفیت ورزش همگانی بانوان، معلولان و روستاییان، بالا بردن میزان استفاده از متخصصین و با بالا بردن پوشش رسانه‌ای و کیفیت اطلاع‌رسانی. جوادی‌پور و سمیع‌نیا (۱۳۹۲ الف) نیز در مطالعه خود، توسعه فناوری اطلاعات و ارتباطات در ورزش همگانی را به عنوان یکی از راهبردهای توسعه ورزش همگانی معرفی کرده‌اند که شامل مواردی مانند ایجاد نظام آماری فراگیر و جامع در ورزش همگانی و بهره‌گیری از فن‌آوری‌های نو در آموزش و ترویج ورزش همگانی است. در مطالعه‌ای دیگر به افزایش امکانات و منابع موجود، بهبود الگوی توزیع منابع، تامین سرانه و توزیع عادلانه فضاها و امکانات ورزشی کشور و گسترش امکانات برای گذران بهینه و بهره‌وری اوقات فراغت اشاره شده است. همچنین می‌توان به تحقیق سهرابی‌پور و قربانی قهفرخی (۲۱) اشاره کرد که در آن به مواردی مانند استفاده از دانش‌آموختگان تربیت بدنی در پایگاه‌های ورزشی و متخصصان در امر توسعه ورزش، توجه بیشتر به ورزش زنان و معلولان و تامین سرانه و توزیع عادلانه فضاها و امکانات ورزشی و طراحی و استقرار نظام برنامه‌ریزی فراگیر و یک پارچه و همچنین حمایت از سازمان‌های مردم‌نهاد فعال در ورزش همگانی اشاره شده است.

3. Samah

1. Turman

2. Lyras &amp; Peachey

2. Chen, P., Mao, L., Nassis, G. P., Harmer, P., Ainsworth, B. E., & Li, F. (2020). Coronavirus disease (COVID-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. *Journal of sport and health science*, 9(2), 103.
3. Wang, C., Horby, P. W., Hayden, F. G., & Gao, G. F. (2020). A novel coronavirus outbreak of global health concern. *The Lancet*, 395(10223), 470-473.
4. Evans, A. B., Blackwell, J., Dolan, P., Fahlén, J., Hoekman, R., Lenneis, V., ... & Wilcock, L. (2020). "Sport in the face of the COVID-19 pandemic: towards an agenda for research in the sociology of sport". *European Journal for Sport and Society*, 2(17), 1-11.
5. Chin, M. K., Edginton, C. R., Su, X., & Zhou, T. (2007). Sports for All (SFA) Strategies: An Integrated 21st Century Model of Leisure, Sports and Health in Guangzhou, China. *World Leisure Journal*, 49(3), 155-165.
6. Hammami, A., Harrabi, B., Mohr, M., & Krustup, P. (2020). "Physical activity and coronavirus disease 2019 (COVID-19): specific recommendations for home-based physical training". *Managing Sport and Leisure*, 1-6.
7. Büchel, B., Marra, A. D., & Corman, F. (2022). "COVID-19 as a window of opportunity for cycling: Evidence from the first wave". *Transport Policy*, 116, 144-156.
8. Robinson, E., Boyland, E., Chisholm, A., Harrold, J., Maloney, N. G., Marty, L., ... & Hardman, C. A. (2021). Obesity, eating behavior and physical activity during COVID-19 lockdown: A study of UK adults. *Appetite*, 156, 104853.
9. Lock, O. (2020). "Cycling Behaviour Changes as a Result of COVID-19: A Survey of Users in Sydney, Australia". *Findings*, 13405.
10. Dunton, G. F., Wang, S. D., Do, B., & Courtney, J. (2020). Early effects of the COVID-19 pandemic on physical activity locations and behaviors in adults living in the

اند که می‌توان به عواملی چون حمایت اجتماعی\_عاطفی، احساس تعلق، عزت نفس بالاتر، ایجاد شبکه اجتماعی، تعامل اجتماعی و سلامت روانی را نام برد. مزایای سلامت فیزیولوژیکی مرتبط با فعالیت بدنی به خوبی مستند شده است و ترویج فعالیت بدنی در کودکان، نوجوانان، بزرگسالان و افراد مسن یک هدف مهم در راستای سلامت عمومی است زیرا شواهد قوی ارتباط بین عدم فعالیت بدنی و افزایش خطر ابتلا به بیماری عروق کرونر قلب، فشار خون بالا، دیابت نوع ۲، سرطان، سندرم متابولیک، چاقی، و مرگ و میر، موجود است (۲۵، ۲۶). فعالیت بدنی با مزایای روانشناختی مانند بهبود کیفیت زندگی، ایجاد اعتماد به نفس و بهبود کنترل علائم اضطراب و افسردگی مرتبط است. مشارکت در فعالیت بدنی می‌تواند به توسعه اجتماعی، تعامل اجتماعی و اتحاد اجتماعی کمک کند (۲۷).

با توجه به یافته‌های تحقیق پیشنهاداتی جهت اجرای هر چه سریع‌تر و اثربخش‌تر نتایج تحقیق، ارائه می‌شود. این پیشنهادات عبارتند از: (۱) با توجه به مشخص شدن عوامل اثرگذار بر توسعه پیاده‌روی، پیشنهاد به تشکیل کارگروه یا کمیته‌ای در فدراسیون ورزش‌های همگانی جهت بهره‌گیری یا کنترل هر چه بهتر این عوامل، می‌شود؛ (۲) با نظر به راه‌کارهای ارائه شده به منظور توسعه پیاده‌روی در دوران کوید ۱۹، به سازمان‌های ذی‌ربط پیشنهاد می‌شود که ضرب‌الاعلی برای اجرای شدن هر چه سریع‌تر راه‌کارهای این تحقیق، در نظر بگیرند؛ (۳) با توجه به نقش و وظایف سازمان‌های ورزشی در توسعه پیاده‌روی، به سیاست‌گذاران توصیه می‌شود که هنگام وضع سیاست و برنامه، سهم و نقش هر سازمان را به خوبی مشخص کنند؛ (۴) پیشنهاد به ایجاد وحدت رویه بین سازمان‌های ورزشی و غیرورزشی برای توسعه پیاده‌روی در ایران، با محوریت فدراسیون ورزش‌های همگانی و سازمان‌های ورزش شهرداری می‌شود؛ (۵) با توجه به نقش فرهنگ‌سازی در توسعه پیاده‌روی، به رسانه‌های گروهی به ویژه رسانه ملی پیشنهاد می‌شد که با تولید محتوای ورزشی، نقش خود را ایفا کنند. در پایان نیز لازم به ذکر است که این تحقیق با محدودیت‌هایی نیز همراه بود. از جمله محدودیت‌های این تحقیق می‌توان به این موارد اشاره کرد: الف) عدم تمایل برخی مصاحبه‌شوندگان به دلیل شرایط فاصله‌گذاری اجتماعی؛ ب) علیرغم پیگیری‌های مستمر و تماس‌های مکرر پژوهشگر، امکان انجام مصاحبه با برخی از مسئولین که می‌توانستند در شناخت بهتر جنبه‌های مختلف موضوع پژوهش کمک نمایند، به دلیل مشغله‌های کاری، کم‌لطفی به امور پژوهشی و دانشگاهی و خلف وعده میسر نشد؛ پ) امکان عدم درک برخی از سؤالات مصاحبه توسط برخی از نمونه‌های پژوهش.

## References

1. Zhu, N., Zhang, D., Wang, W., Li, X., Yang, B., Song, J., ... & Niu, P. (2020). "A novel coronavirus from patients with pneumonia in China, 2019". *New England Journal of Medicine*.

20. Askariyan, F., Jafari, A., & Fakhri, F. (2015). Influential factors on athletic performance in Iran. *Sport Management Studies*, 7(29), 37-50. (Persian)
21. Sohrabipour, S., & Ghorbani, G. L. (2016). The Designation of the Public Sport Development Strategies in Hormozgan Province based on SWOT Model. *Strategic Studies on Youth and Sports*, 14(30): 1-17. (Persian)
22. Agans, J. P., Champine, R. B., DeSouza, L. M., Mueller, M. K., Johnson, S. K., & Lerner, R. M. (2014). Activity involvement as an ecological asset: Profiles of participation and youth outcomes. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(6), 919-932.
23. Turman, P. D. (2008). Coaches' immediacy behaviors as predictors of athletes' perceptions of satisfaction and team cohesion. *Western Journal of Communication*, 72(2), 162-179.
24. Lyras, A., & Peachey, W. J. (2011). Integrating sport for development and praxis. *Sport Management Review*, 14, 314-326.
25. Nielsen, G., Wikman, J. M., Jensen, C. J., Schmidt, J. F., Gliemann, L., & Andersen, T. R. (2014). Health promotion: The impact of beliefs of health benefits, social relations and enjoyment on exercise continuation. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 24, 66-75.
26. Pedersen, B. K., & Saltin, B. (2006). Evidence for prescribing exercise as therapy in chronic disease. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 16(S1), 3-63.
27. McAuley, E., Blissmer, B., Marquez, D. X., Jerome, G. J., Kramer, A. F., & Katula, J. (2000). Social relations, physical activity, and well-being in older adults. *Preventive medicine*, 31(5), 608-617.
- United States. *Preventive medicine reports*, 20, 101241.
11. Paluska, S. A., & Schwenk, T. L. (2000). Physical activity and mental health. *Sports medicine*, 29(3), 167-180.
12. Corbin, J., & Strauss, A. (2014). "Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory". Sage publications.
13. Vafaei Moghaddam, A., Farzan, F., Razavi, S. M. H., & Afshari, M. (2019). Serving the Development Causes of Sport for All Based on Grounded Theory. *Sport Management Studies*, 10(52), 43-72. (Persian)
14. Reed, J. A., & Phillips, D. A. (2005). Relationships between physical activity and the proximity of exercise facilities and home exercise equipment used by undergraduate university students. *Journal of American College Health*, 53(6), 285-290.
15. Sallis, J. F., Hovell, M. F., Hofstetter, C. R., Elder, J. P., Hackley, M., Caspersen, C. J., & Powell, K. E. (1990). Distance between homes and exercise facilities related to frequency of exercise among San Diego residents. *Public health reports*, 105(2), 179.
16. Hefzalesan, M. (2016). Designing and explaining the model of public sports development in Iranian public universities. PhD Thesis, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Urmia University. (Persian)
17. Safari, M. (2012). Designing a model for Iranian sports for all. Ph.D. Thesis. Faculty of Humanities, Tarbiat Modares University, pp. 4-7. (Persian)
18. Ghareh, M. A. (2014). Strategies and Consequences of Communalizing Recreational Sports in Iran. *New trends in sport management*, 2(5), 89-100. (Persian)
19. Javadi, P. M., & Samie, N. M. (2013 b). Explanation of strategic position and presentation of development strategy in Sport for all in Iran. *Contemporary Studies on Sport Management*, 3(5): 15-28. (Persian)