



**Original Article**

**Identifying Experts' Mindset Regarding the Development Factors of Women's Sport-for-All Culture**

**Behnam Asheghi<sup>1\*</sup>**, **Tuba Beigmohammadi<sup>1</sup>**, **Mohamad Hematinezhad<sup>2</sup>**

1. Ph.D. Student in Sports Management, Guilan University
2. Assistant professor in Sports Management, Rahbord Shomal Non-Profit Institute

**Received: 2024/03/17, Revised: 26/04/2024, Accepted: 27/04/2024**

**Abstract**

The present study aimed at identifying the mental patterns of experts regarding the factors affecting the development of women's sport-for-all culture. This study is applied in terms of purpose and interpretative-positivist in terms of nature which had a mixed (qualitative-quantitative) design. Twelve sport-for-all sports experts were selected as a specialized team and an in-depth interview based on Q method was conducted and cards based on Q statements were distributed among them. Based on the distributed cards, 20 propositions were identified and prioritized by 24 participants. The data was analyzed with the help of factor analysis and the mentality of the participants was identified. I Six mental patterns including the factors of the sports management system, religious beliefs and values, policy making and macro factors of the country, the role of family and mothers, encouragement, promotion and the educational system of the country were identified in relation to the factors affecting the development of women's public sports culture. The results showed that attention to women's sports in the sports management system, as well as in policy making and macro factors, along with reforming and updating traditional beliefs and values and with the help of religious authorities as well as paying special attention to the role of mothers in training the next generation together with the reform of the educational system can increase the desire for sports among women and assist to improve sport-for-all sports.

**Keywords:** Mentality Identification, Thought Pattern, Culture Development, Sport for All, Women's Sports

\* Corresponding Author: Behnam Asheghi, Tel: 09118954219, E-mail: [behnam.asheghi@yahoo.com](mailto:behnam.asheghi@yahoo.com)

**How to Cite:** Asheghi, B., Beigmohammadi, T; Hematinezhad, M; (2024). Identifying Experts' Mindset Regarding the Development Factors of Women's Sport-for-All Culture. *Research on Women's Sport*, 01(01), 17-36. In Persian.



**Copyright:** © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

## Extended Abstract

### Background and Purpose

Today, sport is one of the main factors in the real development of countries, and success in sports has been more and more noticed by managers and sports practitioners (Pruna, Tribaldos & Bahdur, 2018). According to many researchers, one of the most important effects and negative consequences of the development of new technologies is the reduction of physical activity of people in society, especially women (Alotaibi et al, 2020). Meanwhile, the development of sport-for-all sports culture plays an effective role in improving the health and fitness of people in the society. Because public sports refer to the development of a united society with the principle of "sports for all" through the participation of more people in purposeful sports (Aman, 2009). However, little research has been done in the field of cultural approach to women's sports. Therefore, this study has identified the mentality of experts regarding the development factors of women's sport-for-all sports culture.

### Methodology

The general structure of this research follows an interpretive-positivist paradigm. This study is of applied type, and since the collection of opinions is done by a qualitative method and the stage of recognizing and discovering mentalities is done with a quantitative approach, this study had a mixed (qualitative-quantitative) design. Q methodology is used for easy understanding of people's attitude, identifies people with common mentality and is based on statistical analysis. The comprehensiveness of Q's sample phrases with the narrative discourse space shapes Q's study. To put it better, the researcher should ask himself whether the phrases he has collected have a good comprehensiveness and scope to create different mentalities (Ghasemi et al, 2023). In the first stage, the research data were gathered from library sources, published

articles and in-depth interviews with 12 experts in sport-for-all sports, sports management, women's sports, who had experience in executive or research fields in sport-for-all sports and women's sports. It was done to identify key phrases. Finally, 20 propositions out of 43 propositions taken from the theoretical foundations and interviews were determined and approved. Participants included women's sports coaches, sports champions in women's sports, doctoral students of sports management and women's sports club officials. Twenty-four individuals were purposively selected through the convenience sampling. The method of sorting the cards is that first the participants were asked to divide the cards into different categories (positive effects, negative effects, and no effect) and finally in the Q diagram (out of 4 - to put +4). The distribution in the Q chart is mandatory and the chart is drawn normally.

### Results

The results of the research showed six mental patterns that had twenty components, which are mentioned below: The first mental model: The factor of the sports management system  
In this mental model, the experts pointed to the factor of the sports management system and factors such as "the use of elite women in Iranian women's sports system", "fundamental reforms in the structure of the country's women's sports", "the adoption of laws in line with the implementation of universal women's sports in all governmental organizations" , "creating special places for women to use sports facilities" and "using elite women in Iranian women's sports system" to be the most effective factors in this dimension.

The second mental model: The factor of religious beliefs and values

This mental model includes factors such as "removing obstacles related to hijab in order to maximize women's use of sports facilities", "promoting women's sports culture in line with

the traditional culture of cities and villages and not accepting sports activities for women", "attention of most of the scholars and religious authorities emphasizing the importance of women's public sports to encourage people to participate in sport-for-all sports activities and "design of appropriate sports clothes, considering the religious and traditional atmosphere of the country for female athletes". The third mental model: The policy-making factor and macro factors of the country

This mental model includes factors such as "paying attention to sport-for-all sports as one of the main priorities of the country's management system", "paying attention to the constitution in order to provide free sports services for women throughout the country" and "allocating enough credit to increase the per capita women's sports and reducing the costs of sports services.

The fourth mental pattern: The role of family and mothers

Experts consider this mental pattern to include factors such as "paying attention to the health-oriented sports of housewives", "paying attention to educating mothers to understand the necessity of sports and applying it in the family" and "creating environments for mothers to exercise together with children for the culture and education of children". The fifth mental model: Factors of encouragement and promotion. In this mental model, experts reported important factors such as "creating incentive plans for the development of women's sports", "media's attention to women's sports and its promotion" and "broadcasting women's sports competitions through the media" in order to develop the culture of sport-for-all sports. The sixth mental model: The education system of the country

In this mental model, experts reported factors such as "increasing the efficiency of the educational system in women's sports at the school level" and "using sports science graduates as sports teachers in the country's

schools" in the development of the sport-for-all women's sports culture more than others.

### Discussion

Women, as half of the society's population, play a vital role in raising children and the future generation of the country. With the progress and development of urban life and changes in life patterns, especially the reduction of physical activities among women, their physical and mental health has been seriously affected by inactivity and muscle weakness. To prevent or deal with such complications, the necessity of creating suitable attractions and facilities to popularize sports among society, especially women, is considered as one of the key and efficient tools in this field. Sports as a cultural activity provides opportunities for self-knowledge, expression of opinion, achievement of personal success, acquisition of skills, expression of capabilities, social interaction and enjoyment of health and well-being. The development of women's sports culture should be prioritized in the planning of relevant organizations. Creating special sports structures and programs for women, in addition to increasing health and well-being, strengthens their position and role in society.

**Keywords:** Mentality Identification, Thought Pattern, Culture Development, Sport for All, Women's Sports

### References

1. Alotaibi, T., Almuhan, R., Alhassan, J., Alqadhib, E., Mortada, E., & Alwhaibi, R. (2020). The relationship between technology use and physical activity among typically-developing children. *Healthcare*, 8 (2): 1-14.
2. Aman, M.S. (2009). Sport for All and Elite Sport: Underlining Values and Aims for Government Involvement via Leisure Policy. *European Journal of Social Sciences*, 9 (4): 25-28.

3. Ghasemi, Hamid; Coworkers. (2023). The research reference is the 20th edition. Tehran: Andisheh Ara Publications. (In Persian)
4. Pruna, R., Tribaldos, L.M., & Bahdur, K. (2018). Player talent identification and development in football. *Apunts. Medicina de l'Esport*; 53 (198): 43-46.



Ministry of Science, Research and Technology  
Sport Sciences Research Institute

## پژوهش در ورزش زنان

Journal homepage: <https://spsyj.ssric.ac.ir>

پژوهش در ورزش زنان  
Research on Women's Sport

نوع مقاله: پژوهشی

### شناسایی ذهنیت خبرگان در خصوص عوامل توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان

بهنام عاشقی<sup>۱\*</sup> , طوبی بیگ محمدی<sup>۱</sup>، محمد همتی نژاد<sup>۲</sup>

۱. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه گیلان

۲. استادیار مدیریت ورزشی مؤسسه آموزش عالی راهبرد شمال

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۱۲/۲۷، تاریخ اصلاح: ۱۴۰۳/۰۲/۰۷، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۲/۰۸

#### چکیده

تحقیق حاضر با هدف شناسایی الگوهای ذهنی خبرگان در خصوص عوامل مؤثر بر توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان انجام گرفت. روش پژوهش برحسب هدف، کاربردی، به لحاظ ماهیت، تفسیری-اثبات‌گرایی و از نوع تحقیقات آمیخته (کیفی-کمی) بود. در این پژوهش، ۱۲ نفر از خبرگان ورزش همگانی به‌عنوان تیم تخصصی انتخاب شدند و با آن‌ها مصاحبه عمیق مبتنی بر روش کیو انجام شد و کارت‌های مبتنی بر گزاره‌های کیو در بین آنان توزیع شد. براساس کارت‌های توزیع‌شده، ۲۰ گزاره نهایی شناسایی شد و در مرحله بعد توسط مشارکت‌کنندگان به تعداد ۲۴ نفر اولویت‌بندی شد. داده‌ها به کمک تحلیل عاملی کیو، تجزیه و تحلیل و ذهنیت‌های مختلف شرکت‌کنندگان شناسایی شد. در نهایت مشخص شد که شش الگوی ذهنی شامل عوامل نظام مدیریت ورزش، عقاید و ارزش‌های دینی، سیاست‌گذاری و عوامل کلان کشور، نقش خانواده و مادران، تشویق، ترفیع و ترویج و همچنین نظام آموزشی کشور، در رابطه با عوامل مؤثر بر توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان شناسایی شد. نتایج پژوهش نشان داد، توجه به ورزش بانوان در نظام مدیریت ورزش، در سیاست‌گذاری و عوامل کلان در کنار اصلاح و به‌روزرسانی عقاید و ارزش‌های سنتی و با کمک مراجع دینی و همچنین توجه ویژه به نقش مادران برای آموزش نسل آینده در کنار اصلاح نظام آموزشی، می‌تواند موجب افزایش میل بانوان به ورزش شود و به اعتلای ورزش همگانی کمک کند.

واژگان کلیدی: شناسایی ذهنیت، الگوی فکری، توسعه فرهنگ، ورزش همگانی، ورزش بانوان.

\* Corresponding Author: Behnam Asheghi, Tel: 09118954219, E-mail: [behnam.asheghi@yahoo.com](mailto:behnam.asheghi@yahoo.com)

**How to Cite:** Asheghi, B., Beigomohammadi, T; Hematinezhad, M; (2024). Identifying Experts' Mindset Regarding the Development Factors of Women's Sport-for-All Culture. *Research on Women's Sport*, 01(01), 17-36. In Persian.



**Copyright:** © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

## مقدمه

امروزه ورزش یکی از عوامل اصلی توسعه واقعی کشورها است و موفقیت در ورزش بیش از پیش مدنظر مدیران و دست‌اندرکاران ورزشی قرار گرفته است (پرونا<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۸)؛ زیرا ورزش یکی از عوامل اساسی تضمین‌کننده سلامت جسمی و روانی افراد جامعه (اسمیت و اسکینر<sup>۲</sup>، ۲۰۱۸؛ هوگو<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۲) و درعین‌حال یکی از مهم‌ترین اشکال گذراندن اوقات فراغت به‌عنوان یک مؤلفه روانی ارزشمند به‌شمار می‌رود. اوقات فراغت و سرگرمی را می‌توان نوعی تجربه، سود و سلامتی مناسب دانست. صنعتی شدن و رشد روزافزون فناوری‌های جدید، مشکلات و چالش‌های جدید و بی‌سابقه‌ای را برای زندگی بشر به وجود آورده است که بر تمام جنبه‌های زندگی انسان از جمله تحرک تأثیر می‌گذارد (لیمون و توتو<sup>۴</sup>، ۲۰۲۱؛ شعبانی، ۱۳۹۶). به گفته بسیاری از پژوهشگران، یکی از مهم‌ترین اثرات و پیامدهای منفی توسعه فناوری‌های جدید، کاهش فعالیت بدنی افراد جامعه به‌خصوص بانوان است (الیوتیبی<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۰؛ کنی و گورتمیکر<sup>۶</sup>، ۲۰۱۷).

براساس گزارش رسمی منتشرشده از سوی سازمان جهانی بهداشت، بین سطح فعالیت بدنی افراد در گروه‌های سنی مختلف با شاخص‌های گزارش‌شده توسط این سازمان، تفاوت معناداری وجود دارد که نشان‌دهنده کاهش سطح فعالیت بدنی گروه‌های مختلف افراد جامعه در سال‌های اخیر است (وی<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۱؛ آریگو<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). امروزه نبود سطح قابل‌قبول فعالیت بدنی یکی از مهم‌ترین عوامل تهدیدکننده سلامت جامعه در سطح جهان است (لینچ<sup>۹</sup>، ۲۰۱۹). آمارها در این زمینه نشان می‌دهد که عواقب کم‌تحرکی و همچنین کم‌تحرکی که عامل بسیاری از بیماری‌ها مانند فشارخون، دیابت، سرطان و سکنه است، چهارمین عامل مرگ زودرس انسان‌ها در جهان است (هوانگ<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۹؛ آنگوستو<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین نبود فعالیت بدنی مناسب در بین جوامع مختلف، هرساله خسارات مالی جدی به اقتصاد ملی و جهانی وارد می‌کند و

تخمین زده می‌شود که تنها در سال ۲۰۲۰ رقمی بالغ بر ۵۶۷ میلیارد دلار در سطح جهانی صرف اقدامات درمانی ناشی از نبود فعالیت بدنی کافی شده است که با ادامه این روند، احتمال افزایش آن در سال‌های آینده وجود دارد (لارانجو<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). در این میان، توسعه فرهنگ ورزش همگانی نقش مؤثری در ارتقای سلامت و تناسب‌اندام افراد جامعه دارد؛ زیرا ورزش همگانی به توسعه جامعه‌ای متحد با اصل «ورزش برای همه» از طریق مشارکت بیشتر مردم در ورزش هدفمند، اشاره دارد (آمان<sup>۱۳</sup>، ۲۰۰۹).

اهمیت ورزش همگانی و فواید مختلف جسمی و روانی حاصل از آن، توسعه آن را به یکی از اهداف مهم دولت‌ها تبدیل کرده است و تلاش برای بهبود آن در جوامع مختلف در حال انجام است (ویدوپ<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۸؛ داری<sup>۱۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۷) و به‌عنوان یکی از بهترین و مطلوب‌ترین فعالیت‌ها می‌باید در همه جوامع جایگاه ویژه‌ای داشته باشد (آیالا<sup>۱۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). از سوی دیگر، کمیسیون اروپا در سال ۲۰۱۷ اعلام کرد که رواج ورزش و استقبال از همه سطوح جامعه برای شرکت در برنامه‌های ورزشی و مسائل مربوط به آن، نشاط و بهره‌وری ملی را بهبود می‌بخشد؛ بنابراین نیاز به فرهنگ عمومی ورزش همگانی و همچنین روند روبه‌رشد ورزش‌های قهرمانی و ترویج ورزش همگانی باعث مطرح‌شدن نام جوامع موفق در سطح جهان می‌شود (اسکیل<sup>۱۷</sup>، ۲۰۱۱). به‌طورکلی، ورزش همگانی به فعالیت‌های ورزشی گفته می‌شود که در بیرون از ورزشگاه‌های رسمی دارای مقررات سخت و دست و پاگیر هستند و به دور از چشم تماشاگران متعصب، در کمال آزادی و سادگی برگزار می‌شود (مانسفیلد و پیگین<sup>۱۸</sup>، ۲۰۱۷). سازمان‌های اروپایی توسعه ورزش، ورزش همگانی را به‌عنوان ارائه فرصت‌های ورزشی برای افراد علاقه‌مند، بدون هیچ‌گونه محدودیت ناشی از معلولیت، وضعیت اجتماعی و نژادی، تعریف کرده‌اند؛ یعنی ورزش حق شهروندی همه

10. Huang
11. Angosto
12. Laranjo
13. Aman
14. Widdop
15. Darcy
16. Ayala
17. Skille
18. Mansfield & Piggin

1. Pruna
2. Smith & Skinner
3. Hugo
4. Limone & Toto
5. Alotaibi
6. Kenney & Gortmaker
7. Wei
8. Arigo
9. Lynch

فرهنگی و اجتماعی در این زمینه مؤثر می‌داند (طالب‌پور و همکاران، ۱۳۹۸؛ موتمنی و همکاران، ۱۳۹۳). نتایج پژوهش‌ها در برخی دیگر از کشورها از جمله قطر نیز نشان می‌دهد که فرهنگ حاکم بر این جامعه از جمله پوشش حجاب و محدودیت‌های خانوادگی برای زنان، موجب کاهش میزان مشارکت زنان در فعالیت‌های بدنی می‌شد (الجابیوسی<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). توسعه فرهنگ ورزش به مفهوم ترویج عادت‌های سالم و ایجاد فرصت‌های مناسب برای مشارکت افراد در فعالیت‌های ورزشی در جامعه است. این مفهوم شامل ایجاد زیرساخت‌ها و ترویج اهمیت ورزش برای بهبود سلامت جسمی و روانی، افزایش آگاهی و دانش درباره تأثیرات مثبت ورزش بر سلامت و ترویج فرهنگ همبستگی اجتماعی و تعاملات مثبت از طریق ورزش می‌شود (لیکر<sup>۱۵</sup>، ۲۰۱۲). ایجاد نگرش مثبت به ورزش همگانی و درک اهمیت آن در زندگی روزمره می‌تواند افراد را به مشارکت در ورزش همگانی ترغیب کند و زمینه نهادینه‌شدن ورزش همگانی در جامعه را فراهم آورد (آصفی و اسدی‌دستجردی، ۱۳۹۵).

تحقیقات متعدد در زمینه ورزش همگانی در کشور انجام شده‌اند که به شناسایی عوامل توسعه ورزش همگانی بانوان پرداخته‌اند. محیط فرهنگی بر مشارکت مستمر افراد در ورزش همگانی و فراگیر شدن آن به‌عنوان یک فعالیت ارتقادهنده سلامت، تأثیرگذار است. ورزش، پدیده اجتماعی-فرهنگی است و با نهادها و ساختارهای اجتماعی پیوند دارد؛ بنابراین دستاوردهای ورزش و فعالیت‌های مربوط به آن، به‌عنوان شاخصی از فرهنگ عمومی محسوب می‌شوند. بارها در پژوهش‌های علمی قدیمی ثابت شده است که تنها از طریق ظرفیت‌های بسیار فرهنگی می‌توان به نوعی تفاهم و رشد فرهنگی رسید و رسیدن به این هدف بدون داشتن افرادی سالم و نیرومند امکان‌پذیر نیست (شیرویی و همکاران، ۱۳۹۶). جدایی بین ورزش و فرهنگ یک جامعه امکان‌پذیر نیست و ارتقای فرهنگی می‌تواند عامل ارتقای ورزشی و باعث دگرگونی و تحول آن در جهت تکامل باشد؛ بنابراین نهادینه کردن فرهنگ نیاز به ورزش در زندگی روزمره و عادت به هزینه کردن

افراد جامعه است و همگان باید از آن بهره‌مند شوند (زوبرا<sup>۱</sup>، ۲۰۱۲). نداشتن فعالیت جسمانی منظم تنها به گروه‌های خاصی از جامعه محدود نمی‌شود، بلکه افراد در گروه‌های سنی و جنسیتی مختلف درگیر این موضوع هستند؛ با این حال، پژوهش‌های اندکی در خصوص توسعه فرهنگ ورزشی در میان زنان صورت گرفته است.

زنان، بخش عظیمی از جامعه را تشکیل می‌دهند و نقش مهمی در تربیت، تشکیل خانواده و تداوم زندگی خانوادگی ایفا می‌کنند؛ بنابراین سلامت جسمی و روحی زنان به‌طور مستقیم بر خانواده و به‌طور غیرمستقیم بر جامعه تأثیرگذار است (گل‌نبی و همکاران، ۱۳۹۷). طبق توصیه سازمان بهداشت جهانی، بانوان باید فعالیت‌های ورزشی هوازی متوسط یا شدید را به‌طور منظم انجام دهند تا از فواید آن بهره‌مند شوند (لوپز بونثو<sup>۲۰</sup>، ۲۰۲۰). پژوهش‌های بسیاری نشان داده‌اند که این میزان از فعالیت‌های بدنی بر کاهش بیماری‌های قلبی-عروقی، پیشگیری و یا تأخیر در ایجاد فشارخون و سندرم سوخت‌وساز بدن، کاهش ابتلا به پوکی استخوان، برخی سرطان‌ها و مشکلات ذهنی و درنهایت سلامت جسم و روح و افزایش طول عمر نقش مؤثری دارد (سو<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۲؛ حاجی‌حسینی و حاجی‌حسینی، ۲۰۲۲؛ حمامی و همکاران، ۲۰۲۰؛ منا<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۹؛ لی و اسکر<sup>۵</sup>، ۲۰۰۱)، اما تحقیقات نشان می‌دهند که میزان فعالیت بدنی زنان با استانداردهای توصیه‌شده فاصله دارد (دابروسکا<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۱؛ محمد و همکاران، ۲۰۲۰؛ فین<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۲۰) که این موضوع در کشور ما به دلایل فرهنگی مشهودتر است. محققان این امر را ناشی از باورهای کلیشه‌ای موجود درباره تبعیض جنسیتی و نیز هنجارها و شاخص‌های فرهنگی و اجتماعی می‌دانند (مونوز و سالیبدو فرناندز<sup>۸</sup>، ۲۰۲۴؛ پنگ<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۲۴؛ کیانی و همکاران، ۱۴۰۱؛ زند و همکاران، ۱۴۰۱؛ لئو<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۲۱؛ زو و کرشل<sup>۱۱</sup>، ۲۰۲۰؛ کاظمی و همکاران، ۱۳۹۹؛ طالب‌پور و همکاران، ۱۳۹۸؛ والیس<sup>۱۲</sup>، ۲۰۱۸؛ گونگ<sup>۱۳</sup>، ۲۰۱۶؛ موتمنی و همکاران، ۱۳۹۳) و نیز وجود هنجارها و شاخص‌های

9. Peng
10. Liu
11. Xu & Kreshel
12. Wallis
13. Gong
14. Aljayyousi
15. Laker

1. Zorba
2. Lopez-Ruano
4. Mena
5. Lee & Skerrett
6. Dabrowska
7. Fin
8. Munoz

همگانی به‌خصوص در حوزه بانوان را به‌صورت اجرایی بررسی نکرده- اند. شعارزدگی در حوزه ورزش همگانی، امری است که از دیرباز با آن مواجه بوده‌ایم و اکنون نیز گریبان‌گیر جامعه امروزی ما شده است؛ بنابراین پژوهش حاضر به شناسایی ذهنیت خبرگان درخصوص عوامل توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان پرداخته است.

### روش پژوهش

از آنجاکه این تحقیق سعی در شناختن ذهنیت خبرگان دارد، از جمله پژوهش‌هایی است که در زمینه پارادایم‌های تفسیری است و نظر به اینکه معیارهای کمی (مانند تحلیل عاملی) متغیرهای از پیش تعیین شده را می‌سنجد، به‌عنوان پارادایم اثبات‌گرایانه پیشنهاد می‌شود. ساختار کلی این پژوهش، از نوع پارادایم تفسیری-اثبات‌گرایانه است. محور این پژوهش، تحقیقات کاربردی است و از این حیث که جمع‌آوری نظرات به روش کیفی و مرحله شناخت و کشف ذهنیات با رویکرد کمی صورت می‌پذیرد، روش انجام آن آمیخته است. روش-شناسی کیو برای درک آسان ترجیح‌ها و نگرش افراد استفاده می‌شود، افراد با ذهنیت مشترک را شناسایی می‌کند و براساس تحلیل‌های آماری استوار است. جامعیت عبارات نمونه کیو با فضای گفتمان روایی مطالعه کیو را شکل می‌دهد؛ به بیان بهتر، محقق باید از خود بپرسد آیا عباراتی که گردآوری کرده است، از جامعیت و وسعت خوبی برخوردارند که ذهنیت‌های مختلفی را ایجاد کنند یا خیر (قاسمی و همکاران، ۱۴۰۲).

برای ورزش، فرهنگ تحرک و سلامتی در جامعه را ترویج و تقویت می‌کند (ترابی و محمدی، ۱۴۰۲؛ جوادی‌پور و سمیع‌نیا، ۱۳۹۲). بیشتر پژوهش‌ها اشاره دارند که فرهنگ به‌عنوان یک مؤلفه مؤثر در افزایش مشارکت در فعالیت‌های ورزش همگانی، باید مدنظر قرار گیرد (نوذری و همکاران، ۱۳۹۹؛ کشتی‌دار و همکاران، ۱۳۹۷؛ احسانی و همکاران، ۱۳۹۳). سوساماست<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۷) نیز در پژوهش خود گزارش دادند که ورزش فواید بی‌شماری را به ارمغان می‌آورد، اما پایدارسازی و نهادینه‌شدن ورزش در میان افراد، یکی از دغدغه‌های مهم و همیشگی آن‌ها بوده است. آنان ذکر کردند که چگونگی پایدارسازی و نهادینه‌سازی ورزش در میان افراد، یکی از دغدغه‌های مهم و همیشگی پژوهشگران بوده است. مطالعات نشان داده‌اند که ایجاد دغدغه انجام ورزش در میان افراد، مستلزم توجه به عوامل توسعه فرهنگی است. پژوهش‌های متعدد بر نقش رسانه‌ها در توسعه فرهنگ ورزش همگانی تأکید کرده‌اند (جعفری و زرگر، ۱۴۰۲؛ زند و همکاران، ۱۴۰۱؛ عاشقی و همکاران، ۱۴۰۱؛ شهریاری و همکاران، ۱۳۹۸؛ قاسمی و همکاران، ۱۳۹۶؛ گودرزی و همکاران، ۱۳۹۴؛ شعبانی و رضایی‌صوفی، ۱۳۹۳؛ احسانی و همکاران، ۱۳۹۳؛ مرادی و همکاران، ۱۳۹۰). حمایت رسانه‌ای از طریق رسانه‌های عمومی و شبکه‌های اجتماعی به افزایش اعتماد اجتماعی به ورزش و مشارکت افراد در فعالیت‌های ورزشی منجر می‌شود. مجموعه این عوامل، سرمایه اجتماعی محور ورزش را شکل می‌دهند که موجب ترویج و توسعه فرهنگ ورزش همگانی در بین بانوان می‌شوند (سانگ‌کوی<sup>۲</sup>، ۲۰۲۰)؛ باین‌حال، هیچ‌یک از تحقیقات، رویکرد فرهنگی به ورزش

جدول ۱- مراحل اجرای روش پژوهش کیو (قاسمی و همکاران، ۱۴۰۲)

ردیف	مراحل	توضیح مراحل پژوهش
۱	طراحی پژوهش	بیان مسئله با تأکید بر شناسایی زمینه گفتمان و در ادامه تدوین اهداف و سؤالات پژوهش
۲	نمونه‌گیری	با تأکید بر نمونه‌ای کوچک از جامعه موردبررسی و اغلب به‌صورت غیرتصادفی هدفمند
۳	جمع‌آوری داده‌ها	با استفاده از روش‌های مصاحبه و پیمایش نظرات
۴	تجزیه و تحلیل داده‌ها	تحلیل داده‌های کیفی و تحلیل داده‌های کمی با روش تحلیل عاملی
۵	بحث و نتیجه‌گیری	جمع‌بندی کلی از تحلیل داده‌ها و ارائه پیشنهاد

و ورزش بانوان بودند، برای مشخص کردن عبارات کیو استفاده شد. سؤالات استفاده‌شده برای مصاحبه نیمه‌ساختاریافته، به‌صورت باز بود که ۴۳ گزاره پس از استخراج جملات و تأیید مصاحبه به دست آمد.

در مرحله اول، از منابع کتابخانه‌ای، مقالات مکتوب و مصاحبه‌های عمیق با ۱۲ نفر از خبرگان ورزش همگانی، مدیریت ورزشی، ورزش بانوان که دارای تجربه در حوزه اجرایی یا پژوهشی در ورزش همگانی



عبارات کیو را مرتب کردند. شرکت‌کنندگان شامل مربیان ورزش بانوان، قهرمانان ورزشی در حوزه ورزش زنان، دانشجویان دکتری مدیریت ورزشی و مسئولان باشگاه‌های ورزشی بانوان بودند که به‌صورت هدفمند و در دسترس پژوهشگر انتخاب شدند. از این تعداد، ۱ نفر از مشارکت‌کنندگان که اطلاعات وی تحلیل‌شدنی نبود، از تحقیق کنار گذاشته شد و تحلیل عاملی کیو بر ۲۴ نفر انجام شد.

در نهایت، ۲۰ گزاره از میان ۴۳ گزاره برگرفته از مبانی نظری و مصاحبه تعیین و تأیید شد (جدول ۱). پس از این مرحله، نوبت به شناسایی ذهنیت‌ها از طریق کمی و به کمک تکنیک تحلیل عاملی کیو رسید. همانند تعداد عبارات نامشخص در روش‌شناسی کیو برای تعداد شرکت‌کنندگان در انجام پژوهش کیو نیز ملاک قطعی وجود ندارد و می‌تواند شامل تعداد متفاوتی مشارکت‌کننده باشد؛ البته تعداد شرکت‌کنندگان در پژوهش‌های مختلف بین ۱۰ تا ۵۰ نفر گزارش شده است. در پژوهش حاضر تعداد مشارکت‌کنندگان ۲۵ نفر بود که

جدول ۲- عبارات کیو در پژوهش حاضر

کد عبارت	عوامل کیو	منبع استفاده‌شده مصاحبه مبانی نظری
۱	استفاده از بانوان نخبه در نظام ورزش بانوان کشور	*
۲	اصلاحات اساسی در ساختار ورزش بانوان کشور	*
۳	توجه به ورزش همگانی به‌عنوان یکی از اولویت‌های اصلی سیستم مدیریت کشور	*
۴	افزایش کارایی سیستم آموزشی در ورزش بانوان در سطح مدارس	*
۵	استفاده از فارغ‌التحصیلان علوم ورزشی به‌عنوان مدرسان ورزش در مدارس کشور	*
۶	توجه به ورزش سلامت‌محور بانوان خانه‌دار	*
۷	تصویب قوانینی در راستای اجرای ورزش همگانی بانوان در تمامی سازمان‌های دولتی	*
۸	ایجاد طرح‌های تشویقی برای توسعه ورزش بانوان	*
۹	توجه به قانون اساسی در راستای ایجاد خدمات ورزشی برای بانوان به‌صورت رایگان در سراسر کشور	*
۱۰	تخصیص اعتبار کافی برای افزایش سرانه ورزشی بانوان و کاهش هزینه‌های خدمات ورزشی	*
۱۱	توجه به آموزش مادران برای درک ضرورت ورزش و به کارگیری آن در خانواده	*
۱۲	رفع موانع مرتبط با حجاب به‌منظور استفاده حداکثری بانوان از اماکن ورزشی	*
۱۳	ایجاد اماکن اختصاصی بانوان برای استفاده از اماکن ورزشی	*
۱۴	توجه رسانه‌ها به ورزش بانوان و ترویج آن	*
۱۵	پخش مسابقات ورزشی بانوان از طریق رسانه‌ها	*
۱۶	توجه به تأمین زیرساخت‌های ورزشی مناسب برای بانوان برای حضور هرچه‌بیشتر در فعالیت‌های ورزشی	*
۱۷	ترویج فرهنگ ورزش بانوان در راستای مقابله با فرهنگ سنتی شهرها و روستاها و نپذیرفتن فعالیت‌های ورزشی برای بانوان	*
۱۸	توجه بیشتر علما و مراجع دینی به اهمیت ورزش همگانی بانوان برای تشویق اقشار مردم به حضور در فعالیت‌های ورزش همگانی	*
۱۹	طراحی لباس‌های ورزشی متناسب با توجه به فضای دینی و سنتی کشور برای بانوان ورزشکار	*
۲۰	ایجاد محیط‌هایی برای ورزش مادران به همراه کودکان برای فرهنگ‌سازی و آموزش کودکان	*

(تأثیرات مثبت، تأثیرات منفی، و بی تأثیر) تقسیم کنند و سپس در نمودار کیو (از -۴ تا +۴) قرار دهند. توزیع در نمودار کیو

روش مرتب‌سازی کارت‌ها نیز به این صورت بود که ابتدا از شرکت‌کنندگان خواسته شد کارت‌ها را به دسته‌های مختلف

به صورت اجباری بود و نمودار به صورت نرمال رسم شد (جدول ۳).

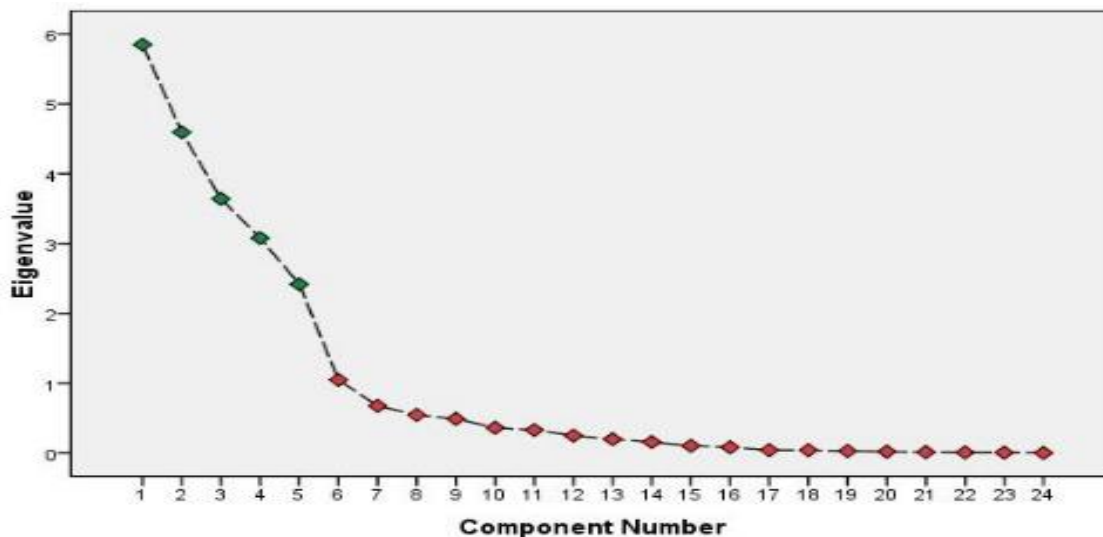
جدول ۳- توزیع کارت‌های کیو در نمودار کیو

بیشترین تأثیر	پیوستار نزدیک به بیشترین تأثیر	بی تأثیر	پیوستار نزدیک به کمترین تأثیر	کمترین تأثیر
+۴	+۳	+۲	+۱	۰
۵	۱۱	۸	۱۰	۱۲
۱۸	۱۵	۲	۱۷	۳
		۴		
		۱۶		

خبرگان، در مجموع، شش عامل بیشتر از عدد ۱ شناسایی شدند که این شش عامل حدود ۸۴/۳۵۱ درصد از کل عامل‌ها را پوشش می‌دهند (شکل ۱).

### یافته‌های پژوهش

برای مشخص کردن تعداد مطلوب مؤلفه‌ها در روش شناسی کیو، نمودار سنگ‌ریزه استفاده می‌شود. با توجه به نظر و دیدگاه



شکل ۱- نمودار سنگ‌ریزه (اسکری) الگوهای ذهنی خبرگان در خصوص عوامل توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان

چرخش عامل‌ها به طوری که تفسیرشدنی باشد، انجام می‌شود. برای انجام مرحله اول تحلیل عاملی کیو، روش مؤلفه‌های

### فرایند تحلیل کیو

همانند تحلیل عاملی اکتشافی، تحلیل عاملی کیو نیز دو مرحله دارد: در مرحله اول، عامل‌ها استخراج می‌شوند و در مرحله دوم،

فصلنامه پژوهش در ورزش زنان، بهار ۱۴۰۳، دوره ۰۱، شماره ۰۱

شناسایی ذهنیت خبرنگاران در خصوص عوامل توسعه فرهنگ... □□

اصلی، میزان واریانس هر الگوی ذهنی و مقدار ویژه آن در جدول ۴ نشان داده شده است.

جدول ۴- میزان واریانس تبیین شده هر عامل یا الگوی ذهنی و مقدار ویژه آن

چرخش متعامد عاملها			تعداد الگوهای ذهنی پژوهش
واریانس تجمعی	درصد واریانس	جمع کل	
۱۷/۲۲۱	۱۷/۲۲۱	۴/۳۹۷	الگوی ذهنی اول: عامل نظام مدیریت ورزش
۳۳.۱۶	۱۵/۹۳۹	۴/۰۲۵	الگوی ذهنی دوم: عامل عقاید و ارزش‌های دینی
۴۷.۸۸۸	۱۴/۷۲۸	۳/۶۵۲	الگوی ذهنی سوم: عامل سیاست‌گذاری و عوامل کلان کشور
۶۱.۴۳۶	۱۳/۵۴۸	۳/۶۴۳	الگوی ذهنی چهارم: عامل نقش خانواده و مادران
۷۲.۲۵۵	۱۰/۸۱۹	۳/۶۲۹	الگوی ذهنی پنجم: عوامل تشویق، ترفیع و ترویج
۷۹.۳۷۲	۷/۱۱۷	۲/۲۲۶	الگوی ذهنی ششم: نظام آموزشی کشور

از شیوه‌های معمول چرخش متعامد عوامل می‌توان به شیوه واریماکس اشاره کرد که نتایج آن در جدول ۵ مشاهده می‌شود.

جدول ۵- دسته‌بندی الگوهای ذهنی شش‌گانه مشارکت‌کنندگان (ماتریس تحلیل عاملی)

خبرگان	الگوهای ذهنی					
	الگوی ذهنی ۱	الگوی ذهنی ۲	الگوی ذهنی ۳	الگوی ذهنی ۴	الگوی ذهنی ۵	الگوی ذهنی ۶
M1	۰.۸۵۴	۰.۱۲۴	-۰.۱۱۲	۰.۲۸	۰.۳۷۳	-۰.۱۱۹
M2	۰.۴۵۳	۰.۰۵۲	۰.۷۹۶	۰.۲۵	-۰.۷۲	۰.۰۵
M3	۰.۱۰۳	۰.۹۱۲	-۰.۱۸	-۰.۱۲	-۰.۲۹	۰.۲۶
M4	-۰.۲۴۵	-۰.۱۱۴	-۰.۴۷	۰.۸۵	-۰.۵۸	۰.۳۸
M5	۰.۶۲۴	۰.۲۴	-۰.۸۵	۰.۵۲۱	۰.۶۸۴	-۰.۲۱۴
M6	۰.۷۴۱	۰.۵۶	۰.۲۱	-۰.۲۸۷	۰.۱۲۵	-۰.۱۷۵
M7	-۰.۲۴	۰.۰۲۴	۰.۷۶۱	۰.۳۵۶	۰.۲۵۸	-۰.۹۸۵
M8	۰.۵۴۶	۰.۸۵۲	۰.۳۹	۰.۲۷۸	۰.۱۲	-۰.۵۷
M9	-۰.۶۲۱	-۰.۸۵	-۰.۵۶	-۰.۴۵۶	۰.۱۵۶	۰.۶۲۳
M10	۰.۳۸۹	-۰.۲۵۱	۰.۷۸۲	۰.۲۴۷	-۰.۱۵	-۰.۸۷
M11	-۰.۴۵۲	۰.۵۲۶	۰.۴۲۱	۰.۷۴۱	۰.۲۵۶	۰.۱۲۵
M12	۰.۴۱۲	-۰.۷۵۱	-۰.۳۵	۰.۳۶۵	۰.۵۶۹	۰.۱۳۶
M13	-۰.۳۶۵	۰.۷۴۵	۰.۵۶	-۰.۸۵۱	-۰.۱۸۹	-۰.۸۵

جدول ۵- دسته‌بندی الگوهای ذهنی شش‌گانه مشارکت‌کنندگان (ماتریس تحلیل عاملی)

خبرگان	الگوهای ذهنی					
	الگوی ذهنی ۱	الگوی ذهنی ۲	الگوی ذهنی ۳	الگوی ذهنی ۴	الگوی ذهنی ۵	الگوی ذهنی ۶
M14	۰.۸۱۲	۰.۶۲۷	۰.۶۳۲	۰.۱۵	-۰.۲۵۹	۰.۲
M15	-۰.۳۲۵	۰.۲۱۷	۰.۷۷۳	۰.۵۸	-۰.۴۵۲	-۰.۱۲
M16	۰.۲۱۸	۰.۱۳۵	۰.۱۲۸	-۰.۲۴۷	۰.۰۱۲	۰.۵۲۲
M17	-۰.۶۳۸	۰.۷۵۹	-۰.۴۵۲	-۰.۶۵۲	-۰.۵۷	-۰.۱۰۲
M18	۰.۰۳	-۰.۴۵	۰.۰۱۲	۰.۷۶۵	۰.۱۱۸	-۰.۹۸
M19	۰.۷۹۵	-۰.۰۲	۰.۵۶۲	-۰.۶۵۰	۰.۱۳	-۰.۰۱۳
M20	۰.۹۱۳	-۰.۴۵۱	۰.۲۴۸	۰.۲۸۳	۰.۱۴۵	۰.۲۱
M21	۰.۸۴۰	۰.۳۶۷	۰.۱۲۸	۰.۰۲۵	۰.۸۵۴	-۰.۷۸
M22	۰.۷۸۸	-۰.۴۵۹	-۰.۶۲	-۰.۴۲	-۰.۶۵	-۰.۲۵
M23	۰.۱۰۵	۰.۷۵۴	-۰.۱۴	۰.۵۱۱	۰.۴۵۱	۰.۳۸۹
M24	-۰.۱۵۷	۰.۳۶۸	۰.۲۶۳	۰.۷۷۸	۰.۵۹	۰.۴۲۱

مشترک و اشتراک نظرات در قالب‌های مجزا قرار گرفتند. در جدول شماره ۶ الگوهای ذهنی ساخته شده از نمونه‌های کیو و مشارکت‌کنندگان در هر الگوی ذهنی به ترتیب نشان داده شده است.

در پژوهش حاضر هدف از انجام و مطالعه کیو و برای تفسیر پذیر بودن عوامل، شش ذهنیت (الگوی ذهنی) در خصوص عوامل توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان شناسایی شدند و به خاطر عقاید

جدول ۶- الگوهای ذهنی ساخته‌شده از نمونه‌های کیو به ترتیب اولویت و مشارکت‌کنندگان در هر الگوی ذهنی

خبرگان	کدهای کیو	عوامل کیو	الگوی ذهنی
M1, M6, M14, M19, M20, M22	Q1	استفاده از بانوان نخبه در نظام ورزش بانوان کشور	عامل نظام مدیریت ورزش
	Q2	اصلاحات اساسی در ساختار ورزش بانوان کشور	
	Q7	تصویب قوانینی در راستای اجرای ورزش همگانی بانوان در تمامی سازمان‌های دولتی	
	Q13	ایجاد اماکن اختصاصی بانوان به‌منظور استفاده از اماکن ورزشی	
M3, M8, M13, M17, M23	Q16	استفاده از بانوان نخبه در نظام ورزش بانوان کشور	عامل عقاید و ارزش‌های دینی
	Q12	رفع موانع مرتبط با حجاب به‌منظور استفاده حداکثری بانوان از اماکن ورزشی	
	Q17	ترویج فرهنگ ورزش بانوان در راستای مقابله با فرهنگ سنتی شهرها و روستاها و نپذیرفتن فعالیت‌های ورزشی برای بانوان	
	Q18	توجه بیشتر علما و مراجع دینی به اهمیت ورزش همگانی بانوان برای تشویق اقشار مردم به حضور در فعالیت‌های ورزش همگانی	
	Q19	طراحی لباس‌های ورزشی متناسب با توجه به فضای دینی و سنتی کشور برای بانوان ورزشکار	
M2, M7, M10, M15	Q3	توجه به ورزش همگانی به‌عنوان یکی از اولویت‌های اصلی سیستم مدیریت کشور	عامل سیاست-گذاری و عوامل کلان کشور
	Q9	توجه به قانون اساسی در راستای ایجاد خدمات ورزشی برای بانوان به‌صورت رایگان در سراسر کشور	

جدول ۶- الگوهای ذهنی ساخته شده از نمونه‌های کیو به ترتیب اولویت و مشارکت کنندگان در هر الگوی ذهنی

الگوی ذهنی	عوامل کیو	کدهای کیو	خبرگان
عامل نقش خانواده و مادران	تخصیص اعتبار کافی برای افزایش سرانه ورزشی بانوان و کاهش هزینه‌های خدمات ورزشی	Q10	
	توجه به ورزش سلامت محور بانوان خانه‌دار	Q6	
	توجه به آموزش مادران برای درک ضرورت ورزش و به‌کارگیری آن در خانواده	Q11	M4, M11, M18, M24
عوامل تشویق، ترویج و ترفیع	ایجاد محیط‌هایی برای ورزش مادران به همراه کودکان برای فرهنگ‌سازی و آموزش کودکان	Q20	
	ایجاد طرح‌های تشویقی برای توسعه ورزش بانوان	Q8	
	توجه رسانه‌ها به ورزش بانوان و ترویج آن	Q14	M5, M12, M21
پنجم آموزش و ترفیع	پخش مسابقات ورزشی بانوان از طریق رسانه‌ها	Q15	
	افزایش کارایی سیستم آموزشی در ورزش بانوان در سطح مدارس	Q4	M9, M16
	استفاده از فارغ‌التحصیلان علوم ورزشی به‌عنوان مدرسان ورزش در مدارس کشور	Q5	

### الگوی ذهنی سوم: عامل سیاست‌گذاری و عوامل کلان کشور

این الگوی ذهنی دربرگیرنده عواملی چون «توجه به ورزش همگانی به‌عنوان یکی از اولویت‌های اصلی سیستم مدیریت کشور»، «توجه به قانون اساسی در راستای ایجاد خدمات ورزشی برای بانوان به‌صورت رایگان در سراسر کشور» و «تخصیص اعتبار کافی برای افزایش سرانه ورزشی بانوان و کاهش هزینه‌های خدمات ورزشی» بود.

### الگوی ذهنی چهارم: عامل نقش خانواده و مادران

متخصصان این الگوی ذهنی را دربرگیرنده عواملی چون «توجه به ورزش سلامت‌محور بانوان خانه‌دار»، «توجه به آموزش مادران برای درک ضرورت ورزش و به‌کارگیری آن در خانواده» و «ایجاد محیط‌هایی برای ورزش مادران به همراه کودکان برای فرهنگ‌سازی و آموزش کودکان» دانستند.

### الگوی ذهنی پنجم: عوامل تشویق، ترویج و ترفیع

در این الگوی ذهنی، خبرنگاران عوامل مهمی چون «ایجاد طرح‌های تشویقی برای توسعه ورزش بانوان»، «توجه رسانه‌ها به ورزش بانوان و ترویج آن» و «پخش مسابقات ورزشی بانوان از طریق رسانه‌ها» را در جهت توسعه فرهنگ ورزش همگانی گزارش کردند.

در ادامه به معرفی و تبیین الگوهای ذهنی شناسایی شده خبرنگاران پرداخته می‌شود.

### الگوی ذهنی اول: عامل نظام مدیریت ورزش

خبرگان در این الگوی ذهنی به عامل نظام مدیریت ورزش اشاره کردند و مواردی از قبیل «استفاده از بانوان نخبه در نظام ورزش بانوان کشور»، «اصلاحات اساسی در ساختار ورزش بانوان کشور»، «تصویب قوانینی در راستای اجرای ورزش همگانی بانوان در تمامی سازمان‌های دولتی»، «ایجاد اماکن اختصاصی بانوان در جهت استفاده از اماکن ورزشی» و «استفاده از بانوان نخبه در نظام ورزش بانوان کشور» را از مهم‌ترین عوامل مؤثر در این بعد دانستند.

### الگوی ذهنی دوم: عامل عقاید و ارزش‌های دینی

این الگوی ذهنی دربرگیرنده عوامل چون «رفع موانع مرتبط با حجاب به‌منظور استفاده حداکثری بانوان از اماکن ورزشی»، «ترویج فرهنگ ورزش بانوان در راستای مقابله با فرهنگ سنتی شهرها و روستاها و نپذیرفتن فعالیت‌های ورزشی برای بانوان»، «توجه بیشتر علما و مراجع دینی به اهمیت ورزش همگانی بانوان برای تشویق اقشار مردم به حضور در فعالیت‌های ورزش همگانی» و «طراحی لباس‌های ورزشی متناسب، با توجه به فضای دینی و سنتی کشور برای بانوان ورزشکار» بود.

اساسی در ساختار ورزش بانوان، تصویب قوانین برای اجرای ورزش همگانی بانوان در تمامی نهادهای دولتی، ایجاد امکانات و اماکن ورزشی اختصاصی برای بانوان و همچنین بهره‌گیری از بانوان نخبه در مدیریت ورزش بانوان کشور می‌شود. این عامل نشان می‌دهد که در نظام ورزش کشور توجه کمتری به ورزش بانوان شده است؛ از این رو نیاز است با رفع نگاه‌های تبعیض‌آمیز جنسیتی به بانوان ورزشکار و استفاده از آن‌ها در هرم مدیریتی ورزش کشور، اعتلای ورزش بانوان فراهم شود و گرایش بیشتر دختران و بانوان کشورمان به ورزش از این طریق افزایش داده شود. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های ملکی و همکاران (۱۳۹۴)، ناصح و جلالی‌فراهانی (۱۳۹۸) و اسلامی و همکاران (۱۴۰۱) مطابقت دارد. در این باره برای توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان، انجام اقدامات مؤثری ضروری است؛ اولین گام، اصلاح ساختار و مدیریت ورزش بانوان با تمرکز بر اشتغال بانوان نخبه و باتجربه در سطوح مختلف مدیریتی و اجرایی ورزشی است. تشکیل تیم‌ها و کمیته‌های ورزشی بانوان و فراهم کردن فرصت مشارکت آنان در تصمیم‌گیری‌های مرتبط با ورزش نیز از دیگر اقدامات مؤثر است. ایجاد امکانات و اماکن ورزشی مناسب و متناسب با نیازهای بانوان، از جمله راهکارهای کلیدی دیگر است. برنامه‌ها و فعالیت‌های آموزشی و ترویجی برای افزایش آگاهی و انگیزه بانوان برای شرکت در ورزش، بسیار اهمیت دارند. از طرف دیگر، سیاست‌ها و برنامه‌های حمایتی و تشویقی از سوی دولت و نهادهای مرتبط می‌تواند به توسعه ورزش همگانی بانوان کمک کند. این اقدامات می‌توانند به تعالی ورزش بانوان و افزایش مشارکت آن‌ها در فعالیت‌های ورزشی کمک کنند و بهبود سلامت و رفاه جامعه را فراهم آورند.

الگوی ذهنی دوم مرتبط با «عقاید و ارزش‌های دینی» است و به عوامل متعددی اشاره می‌کند که در توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان نقش مهمی دارند. این عوامل شامل مواردی همچون رفع موانع مرتبط با حجاب برای حضور بیشتر بانوان در اماکن ورزشی، ترویج فرهنگ ورزش بانوان به منظور مقابله با فرهنگ سنتی شهرها و روستاها و نهادینه کردن فعالیت‌های ورزشی برای بانوان، توجه بیشتر علما و مراجع دینی به اهمیت ورزش همگانی بانوان به منظور تشویق افراد به شرکت در فعالیت‌های ورزشی و همچنین طراحی لباس‌های ورزشی

## الگوی ذهنی ششم: نظام آموزشی کشور

متخصصان در این الگوی ذهنی، عواملی چون «افزایش کارایی سیستم آموزشی در ورزش بانوان در سطح مدارس» و «استفاده از فارغ‌التحصیلان علوم ورزشی به‌عنوان مدرسان ورزش در مدارس کشور» را در توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان مهم‌تر از سایر موارد گزارش کردند.

## بحث و نتیجه‌گیری

بانوان به‌عنوان نیمی از جمعیت جامعه، نقش حیاتی در تربیت فرزندان و نسل آینده کشور بر عهده دارند. با پیشرفت و توسعه زندگی شهری و تغییر الگوهای زندگی، به‌ویژه کاهش فعالیت‌های جسمانی در بین بانوان، سلامت جسمی و روانی آنان تحت تأثیر جدی کم‌تحرکی و ضعف عضلانی قرار گرفته است. برای پیشگیری یا مقابله با چنین عارضه‌هایی، ضرورت ایجاد جاذبه‌ها و امکانات مناسب برای همگانی کردن ورزش در میان جامعه، به‌خصوص بانوان، یکی از ابزارهای کلیدی و کارآمد در این زمینه محسوب می‌شود. ورزش به‌عنوان فعالیت فرهنگی، فرصت‌هایی برای خودشناسی، بیان عقیده، دستیابی به موفقیت شخصی، اکتساب مهارت‌ها، اظهار توانمندی‌ها، تعامل اجتماعی و لذت‌بردن از سلامت و رفاه فراهم می‌آورد. توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان باید در اولویت برنامه‌ریزی سازمان‌های مربوط قرار گیرد. ایجاد ساختارها و برنامه‌های ورزشی ویژه برای زنان، علاوه بر افزایش سلامت و تندرستی، جایگاه و نقش آنان را در جامعه نیز تقویت می‌کند. حضور زنان در فعالیت‌های ورزشی نه تنها شاخص جهانی محسوب می‌شود، بلکه به ارتقای تعاملات اجتماعی و تسهیل توسعه اجتماعی کمک می‌کند. علاوه بر این، تندرستی، سلامت، تولید و تربیت نسل‌های آینده کشور نیز به تندرستی، سلامت و بهداشت جسمانی و روانی زنان وابسته است. هدف این پژوهش، شناسایی عوامل مؤثر بر توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان با استفاده از روش کیو و شناسایی الگوهای ذهنی خبرگان در این زمینه بود.

نتایج تحقیق نشان داد، اولین الگوهای ذهنی خبرگان در توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان «نظام مدیریت ورزش» است. این الگوی ذهنی شامل مجموعه‌ای از عواملی همچون استفاده از بانوان نخبه در سازمان‌های ورزش بانوان کشور، اصلاحات

در این فعالیت‌ها شود و در نتیجه به توسعه ورزش همگانی بانوان کمک کند. این اقدامات نشان می‌دهد که قوانین و عوامل سیاست‌گذاری تأثیر بسزایی بر رشد و اعتلای ورزش همگانی بانوان دارد و وجود قوانین حمایتی، زنان و دختران جامعه را به سمت ورزش سوق می‌دهد.

الگوی ذهنی دیگری که از نظرات شرکت‌کنندگان در این تحقیق استخراج شد، دیدگاهی است که «نقش خانواده و مادران» را در اولویت قرار می‌دهد. این الگوی ذهنی شامل عواملی است که به توجه به سلامت بانوان، آموزش مادران در زمینه اهمیت ورزش و ارتباط آن با سلامت و خانواده، و ایجاد محیط‌هایی برای ورزش مادران به همراه کودکان به منظور فرهنگ‌سازی و آموزش کودکان، می‌پردازد. این عوامل نشان از نقش بسیار مهمی دارد که مادران در تربیت کودکان و شکل‌دهی به نسل آینده خواهند داشت. در این زمینه می‌توان گفت، وقتی که کودکان شاهد ورزش کردن مادر خود باشند، تمایل و گرایش آن‌ها به فعالیت‌های ورزشی بیشتر می‌شود و این موضوع به پیشرفت فرهنگ ورزش در جامعه و نسل‌های آینده که می‌تواند به تربیت نسلی سالم‌تر و فعال‌تر کمک کند، منجر می‌شود. نتایج تحقیقات پورحیدری و همکاران (۱۳۸۹)، قلی‌زاده و سیدصالحی (۱۳۹۴)، افروزه و همکاران (۱۴۰۰)، میراحمدی و همکاران (۱۴۰۲) و داوونپورت<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۲۳) با این بخش از یافته‌های تحقیق همخوانی دارد. در این رابطه به‌کارگیری راهکارهایی از جمله برگزاری کلاس‌ها و آموزش‌هایی برای مادران در مورد اهمیت ورزش، ایجاد فضاهای ورزشی مناسب برای مادران و کودکان به منظور انجام فعالیت‌های ورزشی مشترک و همچنین ترویج فرهنگ ورزش در خانواده می‌تواند به تقویت این الگوی ذهنی و افزایش مشارکت مادران و کودکان در فعالیت‌های ورزشی کمک کند و در نهایت به توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان منجر شود.

گروهی از خبرگان بررسی شده در این پژوهش معتقدند که برای توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان، اولویت مهم دیگر، توجه به عوامل «تشویق، ترفیع و ترویج» است. این عوامل

مناسب برای بانوان با توجه به فضای دینی و سنتی کشور می‌شود. نتیجه این پژوهش با پژوهش‌های احسانی و هنرور (۱۳۸۸)، گل‌نبی و همکاران (۱۳۹۷)، طالب‌پور و همکاران (۱۳۹۸)، زند و همکاران (۱۴۰۱)، کیانی و همکاران (۱۴۰۱)، الجایوسی و همکاران (۲۰۱۹)، مونوز و سالیبدو فرناندز (۲۰۲۴) و پنگ و همکاران (۲۰۲۴) همسوست. در این زمینه عوامل مذکور نشان می‌دهند که نیازمندی‌های فرهنگی و دینی جامعه در توسعه ورزش همگانی بانوان بسیار مهم است و برای تحقق این هدف، توجه و همکاری اقشار مختلف جامعه، از جمله مراجع دینی، طراحان لباس و مدیران اماکن ورزشی ضروری است. این اقدامات می‌تواند باعث حضور بیشتر بانوان در فعالیت‌های ورزشی شود و در نهایت به توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان کمک کند.

الگوی ذهنی دیگر مربوط به عامل «سیاست‌گذاری و عوامل کلان کشور» است. این یافته با نتایج پژوهش‌های آمان (۲۰۰۹)، ویدوپ و همکاران (۲۰۱۸)، دارسی و همکاران (۲۰۱۷)، ترابی و محمدی (۱۴۰۲) و جوادی‌پور و سمیع‌نیا (۱۳۹۲) همسوست. طبق دیدگاه طرفداران این الگو، برای توسعه ورزش همگانی بانوان نیاز است که عوامل سیاست‌گذاری و کلان کشور به چندین جنبه توجه کنند: اولین جنبه این است که ورزش همگانی باید به‌عنوان یکی از اولویت‌های اصلی سیستم مدیریت کشور مدنظر قرار گیرد. برنامه‌ها و استراتژی‌های کشور برای تشویق بانوان به شرکت در فعالیت‌های ورزشی و تأمین منابع مالی لازم برای این اهداف باید طراحی و اجرا شود؛ دومین جنبه، توجه به قانون اساسی در راستای ایجاد خدمات ورزشی رایگان برای بانوان در سراسر کشور است. ایجاد امکانات و اماکن ورزشی رایگان و دسترسی آسان بانوان به این امکانات می‌تواند مشوقی برای فعالیت‌های ورزشی بانوان باشد؛ سومین جنبه، تخصیص اعتبار کافی برای افزایش سرانه ورزشی بانوان و کاهش هزینه‌های خدمات ورزشی است. افزایش سرانه ورزشی بانوان و حمایت مالی از فعالیت‌های ورزشی می‌تواند باعث افزایش شرکت بانوان

## 1. Davenport

متخصص و متعهد در زمینه آموزش ورزش بانوان در سراسر کشور تأمین شود.

### منابع

نشان‌دهنده اهمیت فرهنگ‌سازی و ترویج ورزش بانوان است و نقش مهمی در افزایش تمایل و انگیزه بانوان به فعالیت‌های ورزشی دارد. یافته‌های تحقیقات آصفی و اسدی دستجردی (۱۳۹۵)، قاسمی و همکاران (۱۳۹۶)، جعفری و زرگر (۱۴۰۲)، عاشقی و همکاران (۱۴۰۱)، ترابی و محمدی (۱۴۰۲) و اسکیل (۲۰۱۱) دیدگاه این گروه از خبرگان را حمایت می‌کند. برای ترغیب و تشویق بانوان به ورزش، راهکارهایی از قبیل برگزاری برنامه‌های تشویقی مانند ارائه تخفیف‌ها و جوایز برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی، تبلیغات فعال در رسانه‌ها به منظور ترویج فرهنگ ورزش همگانی بانوان و همچنین پخش مستمر مسابقات و فعالیت‌های ورزشی بانوان در رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی می‌تواند مؤثر باشد. این اقدامات به ایجاد فضای مثبت برای ورزش بانوان کمک می‌کند و در نهایت به افزایش تمایل و مشارکت بیشتر آن‌ها در فعالیت‌های ورزشی منجر خواهد شد. از جمله اولویت‌هایی که شرکت‌کنندگان در این تحقیق به آن توجه ویژه نشان دادند، «نظام آموزشی کشور» است. الگوی ذهنی مورد بحث نشان می‌دهد که نظام آموزشی کشور در توسعه ورزش بانوان نقشی اساسی دارد. این الگوی ذهنی به دو عامل اصلی اشاره می‌کند: اول، افزایش کارایی سیستم آموزشی در زمینه ورزش بانوان در سطح مدارس و دوم، استفاده از فارغ‌التحصیلان علوم ورزشی به عنوان مدرسان ورزش در مدارس کشور. شیرویی و همکاران (۱۳۹۶) و عاشقی (۱۴۰۱) نیز در تحقیقات خود به نتایج مشابهی دست یافتند. در این باره برای بهبود و توسعه ورزش بانوان، ابتدا باید در سیستم آموزشی مدارس، برنامه‌های جامع و کارآمدی برای آموزش ورزش بانوان ارائه شود. این برنامه‌ها باید به گونه‌ای باشد که از سنین جوانی شروع شود و اهمیت و فواید ورزش برای دختران و بانوان را به آن‌ها آموزش دهند. همچنین برای ارائه آموزش‌های کیفی و کاربردی، می‌توان از فارغ‌التحصیلان رشته علوم ورزشی به عنوان مدرسان و مربیان ورزش استفاده کرد. این افراد می‌توانند با داشتن دانش تخصصی خود، آموزش‌های مؤثرتری را به دختران و بانوان ارائه دهند و ایجاد محیط‌هایی مناسب برای انجام فعالیت‌های ورزشی در مدارس را تسهیل کنند. همچنین لازم است دوره‌های آموزشی ورزش برای فارغ‌التحصیلان علوم ورزشی در سطوح پیشرفته و عالی تقویت شود تا کادری



اصلاح نظام آموزشی کشور در زمینه افزایش کارایی سیستم آموزشی و استفاده از فارغ‌التحصیلان علوم ورزشی مربوط می‌شود. در پایان، پژوهشگران امیدوار هستند که مسئولان و برنامه‌ریزان ورزش همگانی، با بررسی نتایج این تحقیق که براساس نظرات گسترده‌ای از مدیران، کارشناسان، مربیان ورزش بانوان، قهرمانان ورزشی، دانشجویان دکتری مدیریت ورزشی و مسئولین باشگاه‌های ورزشی بانوان به دست آمده است، به اتخاذ بهترین تصمیم‌ها و اقدامات مناسب در این زمینه قادر باشند.

به‌طور کلی، نتایج این تحقیق و مطالعات مشابه نشان می‌دهد که افراد متخصص و خیره‌مورد بحث در این تحقیق، الگوهای ذهنی مؤثر در توسعه فرهنگ ورزش همگانی بانوان را براساس تجارب و آگاهی‌های خود به‌نحوی مطرح کردند که این الگوها، شامل جنبه‌های مختلف و تقریباً جامعی از موضوع است. الگوهای مطرح‌شده توسط آنان، مانند بسیاری از یافته‌ها در تحقیقات همسو به مواردی همچون نیاز به اصلاحات اساسی در ساختار ورزش بانوان، افزایش سرانه ورزشی و حمایت مالی برای تشویق بانوان به شرکت در فعالیتهای ورزشی، توجه به سلامت بانوان، آموزش مادران، فرهنگ‌سازی و ترویج ورزش بانوان،

1. Afrozeh, M., Niknam Shiri, Z., & Mehri, A. (2022). Discourse analysis of women's sport in Iran. *Communication Management in Sport Media*, 9(2), 1-19. (In Persian)
2. Aljayyousi, G. F., Abu Munshar, M., Al-Salim, F., & Osman, E. R. (2019). Addressing context to understand physical activity among Muslim university students: the role of gender, family, and culture. *BMC Public Health*, 19(1), 1452-1462.
3. Alotaibi, T., Almuhan, R., Alhassan, J., Alqadhib, E., Mortada, E., & Alwhaibi, R. (2020). The relationship between technology use and physical activity among typically-developing children. *Healthcare*, 8(2), 1-14.
4. Aman, M.S. (2009). Sport for all and elite sport: Underlining values and aims for government involvement via leisure policy. *European Journal of Social Sciences*, 9(4), 25-28.
5. Angosto, S., García-Fernández, J., Valentine, I., & Grimaldi-Puyana, M., (2020). The intention to use fitness and physical activity apps: A systematic review. *Sustainability*, 12(1), 1-24.
6. Arigo, D., Mogle, J. A., & Smyth, J. M. (2021). Relations between social comparisons and physical activity among women in midlife with elevated risk for cardiovascular disease: An ecological momentary assessment study. *Journal of Behavioral Medicine*, 44(5), 579-590.
7. Asefi, A., & Asadi Dastjerdi, H. (2017). An investigating of developmental barriers of sport for all in state universities of Tehran city and presenting developing strategies. *Sport Management*, 8(35), 823-844. (In Persian)
8. Asheghi, B., Nazarian, A., Eskandari pour, M., & Mansouri, F. (2022). Identifying and ranking the components and factors affecting the society's tendency towards public sports through media. *Communication Research*, 29(112), 135-155. (In Persian)
9. Ayala, E. E., Waniger, K. J., Faulkner, K. P., & Riley-Schmida, A. (2020). Experiences that affect participation of women and gender diverse athletes in competitive cycling.

- Journal of Outdoor Recreation, Education, and Leadership*, 12(1), 1-26.
10. Dabrowska-Galas, M., & Dąbrowska, J. (2021). Physical activity level and self-esteem in middleaged women. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14), 1-8.
  11. Davenport, M. H., Ray, L., Nездoly, A., Thornton, J., Khurana, R., & McHugh, T. L. F. (2023). We're not superhuman, we're human: a qualitative description of elite athletes' experiences of return to sport after childbirth. *Sports Medicine*, 53(1), 269-279.
  12. Darcy, S., Lock, D., & Taylor, T. (2017). Enabling inclusive sport participation: Effects of disability and support needs on constraints to sport participation. *Leisure Sciences*, 39(1), 20-41.
  13. Dixon, M. A. (2009). From their perspective: A qualitative examination of physical activity and sport programming for working mothers. *Sport Management Review*, 12(1), 34-48.
  14. Ehsani, M., Saffari, M., Amiri, M., & Kozechian, H. (2016). Designing the model of sport for all in Iran. *Sport Management Studies*, 6(27), 87-108. (In Persian)
  15. Ehsani, M., & Honarvar, A. (2009). The role of professional sports in the growth and development of Muslim women's sports. *Research in Sports Science*, 6(22), 153-171. (In Persian)
  16. Eslami, S. A., hakakzade, M., & Cheragh Birjandi, K. (2022). Exploring the challenges of developing women's sports in low-income provinces. *Sport Physiology & Management Investigations*, 14(3), 125-140. (In Persian)
  17. Fin, G., Benetti, M., & Nodari Júnior, R. J. (2021). Perception of competence and self-regulation for physical activity in women with breast cancer. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(6), 1022-1033.
  18. Fozonkhah, P., Shahbazi, M., & Monazami, A. (2021). Identifying strategic disadvantages of developing sport for all: experts point of views. *Applied Research in Sport Management*, 10(2), 101-110. (In Persian)
  19. Ghasemi, H., Emami, M., & Eftekhari, O. (2017). Investigation of affected the academic sport development dimension by mass media (The case study: Iran's Payam Noor Universities). *Communication Management in Sport Media*, 4(4), 23-34. (In Persian)
  20. Ghasemi, H., et al. (2023). *The research reference is the 20th edition*. Tehran: Andisheh Ara Publications. (In Persian)
  21. Gholizadeh, A., & Seyed Salehi, S. (2015). The role of sports network programs in promoting the sports culture of housewives in 5 district of Tehran. *Cultural Management*, 9(28), 23-49. (In Persian)
  22. Golnabi, M., Hoseini, M., & Rezaii Soufi, M. (2018). Comparison between the views of mass media officials and the sport officials regarding media coverage of women sports. *Applied Research in Sport Management*, 6(4), 72-82. (In Persian)
  23. Gong, Y. (2016). Online discourse of masculinities in transnational football fandom: Chinese Arsenal fans' talk around 'gaofushuai' and 'diaosi'. *Discourse & Society*, 27(1), 20-37.
  24. Goudarzi, M., eslami, A., & Alidoust, E. (2016). Identifying factors affecting the development of Sport for all via the Islamic Republic of Iran Broadcasting. *Applied Research in Sport Management*, 4(3), 11-27. (In Persian)
  25. Hajihassani, M., & Hajihassani, F. (2021). Happiness model: A qualitative grounded theory study. *Positive Psychology Research*, 7(2), 1-16. (In Persian)
  26. Hammami, A., Harrabi, B., Mohr, M., & Krstrup, P. (2020). Physical activity and Coronavirus disease 2019 (COVID-19), specific recommendations for home-based physical training. *Managing Sport and Leisure*, 10, 15-22.
  27. Huang, W. Y., Wong, S. H., Sit, C. H., Wong, M. C., Sum, R. K., Wong, S. W., & Jane, J. Y. (2019). Results from the Hong Kong's 2018 report card on physical activity for children and youth. *Journal of Exercise Science & Fitness*, 17(1), 9-14.
  28. Hugo, S., Teresa, A., & PereiraDuarte, A. (2018). Talent identification and development in male football: A systematic review. *Sports Medicine*, 48(4), 907-931.

29. Jafari, A., & Zargar, T. S. (2023). The role of radio and television in the development of sports culture in the era of Corona (Case: Tehrani Citizens). *Communication Research*, 30(115), 131-151. (In Persian)
30. Javadipour, M., & Saminia, M. (2013). Sport for all in Iran and Codification of perspective and programs strategy. *Applied Research in Sport Management*, 1(4), 21-30. (In Persian)
31. Kazemi, A., Alam, S., & Hozhabrnya, Z. (2020). Modeling of effective factors on sports development as an important factor for women's health in the Islamic Republic of Iran. *Razi Journal Medical Sciences*, 27(4), 74-87. (In Persian)
32. Kenney, E. L., & Gortmaker, S. L. (2017). United States adolescents' television, computer, videogame, smartphone, and tablet use: Associations with sugary drinks, sleep, physical activity, and obesity. *Journal of Pediatrics*, 182(1), 144-149.
33. Keshtidar, M., Sahebkar, M. A., Razavi, S. M. J., & Kalashi, M. (2018). Identifying and modeling of the development guidelines of sports for all among the female students in University of Birjand. *Research on Educational Sport*, 6(14), 235-254. (In Persian)
34. Kiyani, M. S., & Nazari, Sh. (2022). Investigating the performance of the media in the inequality of broadcasting sports events. *Social Studies in Sports Management*, 5(2), 25-41. (In Persian)
35. Laker, A. (2012). *Sociology of sport and physical education: An introduction*. London: Routledge.
36. Laranjo, L., Ding, D., Heleno, B., Kocaballi, B., Quiroz, J. C., Tong, H. L., ..., Bates, D. W. (2021). Do smartphone applications and activity trackers increase physical activity in adults? Systematic review, meta-analysis and meta-regression. *British Journal of Sports Medicine*, 55(1), 422-432.
37. Lee, I. M. & Skerrett, P. J. (2001). Physical activity and all-cause mortality: What is the dose-response relation? *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 33, S459-471.
38. Limone, P., & Toto, G. A. (2021). Psychological and emotional effects of digital technology on children in covid-19 pandemic. *Brain Science*, 1(9), 1-10.
39. Liu, T., Wang, Y., & Lin, Z. (2021). The cruel optimism of digital dating: Heart-breaking mobile romance among rural migrant workers in south China. *Information, Communication & Society*, 1, 1-18.
40. Lopez-Bueno, R., Calatayud, J., Ezzatvar, Y., Casajús, J. A., Smith, L., Andersen, L. L., & López- Sánchez, G. F. (2020). Association between current physical activity and current perceived anxiety and mood in the initial phase of COVID-19 confinement. *Frontiers Psychiatry*, 11, 729.
41. Lynch, C., Bird, S., Lythgo, N., & Selva-Raj, I. (2019). Changing the physical activity behavior of adults with fitness trackers: A systematic review and meta-analysis. *American Journal of Health Promotion*, 34(4), 418-430.
42. Maleki, M., Hosseini, M., Ostadi, Z., & Mardani, F. (2016). A survey on sport challenges of Birjand female employees. *Strategic Studies on Youth and Sports*, 14(30), 107-122. (In Persian)
43. Mansfield, L., & Pigginn, J. (2017). Sport, physical activity and public health. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 8(4), 533-537.
44. Mehrain, Mohammad Reza. (2016) *Sociology of Sports*, Tehran: Sociologists Publications. (In Persian)
45. Mena, G. P., Mielke, G. I., & Brown, W. J. (2019). The effect of physical activity on reproductive health outcomes in young women: A systematic review and meta-analysis. *Human Reproduction*, 25(5), 542-564.
46. Mirahmadi, Hadi; Shahraki, Mohammadreza; Gorgij, Ellahe; Yaghmai, Parichher; Fanai, H. (2023). The effect of exercise during pregnancy on reducing brain histomorphometric changes caused by neonatal hypoxia-ischemia. *Animal Biology*, 15(3), 257-269. (In Persian)

47. Mohamed, B. A., Mahfouz, M. S., & Badr, M. F. (2020). Physical activity and its associated factors in females with type 2 diabetes in Riyadh, Saudi Arabia. *PLoS ONE*, 15(10), 1-15.
48. Moradi, M., Honari, H., & Ahmadi, A. (2011). A survey of fourfold role of sport media in development of sport for all culture. *Sport Management Journal*, 3(9), 167-180. (In Persian)
49. Motameni, A., Hemati, A., & Moradi, H. (2014). Identifying and prioritizing the barriers for women's sports activities. *Sport Management Studies*, 6(24), 111-130. (In Persian)
50. Munoz, A. M. M., & Salido-Fernandez, J. (2024). Gender biases in the social networks of regional public media: The case of @CsurNoticias' Twitter. *Revista Latina de Comunicacion Social*, 82, 46-61.
51. Naseh, M., & Jalali Farahani, M. (2019). Theoretical framework of national sport policy with the approach of educational sport. *Sport Management Journal*, 11(3), 395-410. (In Persian)
52. Nozari, V., Arabi, M., & Alam, S. (2020). Investigating the factors influencing improvement of socially desirable behavior of women with emphasis on public sport. *Sport Psychology Studies*, 9(31), 189-200. (In Persian)
53. Peng, A. Y., Wu, C., & Chen, M. (2024). Sportswomen under the Chinese male gaze: A feminist critical discourse analysis. *Critical Discourse Studies*, 21(1), 34-51.
54. Pruna, R., Tribaldos, L.M., & Bahdur, K. (2018). Player talent identification and development in football. *Apunts. Medicina de l'Esport*, 53(198), 43-46.
55. Purheydari, M., Hamidzadeh, A., Yahyayi, M., & Khosravi, A. (2010). Views and opinions of pregnant women referring to health centers in Shahrood regarding exercise during pregnancy. *Knowledge and Health in Basic Medical Sciences: Special Issue of the 6<sup>th</sup> Iranian Congress of Epidemiology*, 5, 136. (In Persian)
56. Shabani, A., & Khaje, F. (2017). Prioritizing factors affecting the development of sport for all and sports championship in Iran. *Strategic Studies on Youth and Sports*, 16(36), 57-68. (In Persian)
57. Shabani, A., & Rezaei soofi, M. (2014). The environmental analysis of sport for all in Iran. *Organizational Behavior Management in Sport Studies*, 1(4), 25-34. (In Persian)
58. Shahriari, N., Tabesh, S., Nazari, R., & Zolfagharzadeh, M. M. (2018). Identifying the effective factors of public sports in Iran. *Sports Science Quarterly*, 11(36), 44-60. (In Persian)
59. Shahriyan, I. (2016). Investigating the effectiveness of the role of women in the development of sports in selected countries. Paper presented at the National Conference of Developments in Sports Science in the Field Of Health, Prevention and Championship, Qzavin. (In Persian)
60. Shirouei, A., Kashkar, S., Esmaili, R., & Asadi, H. (2018). Study the sociological institutionalisation of public sport in the country and provide favourable model (with the approach of Grounded Theory). *Sport Management and Development*, 6(3), 31-47. (In Persian)
61. Skille, A E. (2011). Sport for all in Scandinavia: Sport policy and participation in Norway, Sweden and Denmark. *International Journal of Sport Policy*, 3(3), 327-339.
62. Smith, A. C. & Skinner, J. (2022). Sport Management and COVID-19: Trends and Legacies. *European Sport Management Quarterly*, 22(1), 1-10.
63. Songkui, Z. (2020). Withdrawn: Sports public service system based on FPGA and convolutional neural network. *Microprocessors & Micrpsystems*, 2020, 103475.
64. Sousa-Mast, F. R. D., Reis, A. C., & Puhse, U. (2017). Politics and the democratization of sport: Discussing the sport participation legacy of the Rio 2016 Olympic Games. *Mega Events Footprints: Past, Present and Future= As Pegadas dos Megaeventos Esportivos: Passado. Presene e Futuro*, 748-768.

65. Su, Z., McDonnell, D., Cheshmehzangi, A., Zhu, J., Ahmad, J., Šegalo, S., & Veiga, C. P. (2020). Factors that shape women's physical activity: Development of the Reasons to Participate in Physical Activity Scale (RPPAS). *Healthcare, 10* (1), 1-13.
66. Talebpour, A., Nazari Azad, M., & Kashani, M. (2019). Sociological analysis of gender inequality in sport (The perspective of female National Hero athlete). *Quarterly Journal of Woman and Society, 10*(40), 289-316. (In Persian)
67. Torabi, F., & Mohammadi, M. (2023). Institutionalizing the effective factors of the general culture of public sports in the society (case study: Tehran province). *Applied Research in Sport Management, 12*(2), 15-30. (In Persian)
68. Vatten, L. J., Nilsen, T. I., & Holmen, J. (2006). Combined effect of blood pressure and physical activity on cardiovascular mortality. *Journal of Hypertension, 24*(10), 1939-1946.
69. Wallis, C. (2018). Domestic workers and the affective dimensions of communicative empowerment. *Communication Culture & Critique, 11*(2), 213-230.
70. Wei, J., Vinnikova, A., Lu, L., & Xu, J. (2021). Understanding and Predicting the Adoption of Fitness Mobile Apps: Evidence from China. *Health Communication, 36*(8), 950-961.
71. Widdop, P., King, N., Parnell, D., Cutts, D., & Millward, P. (2019). Austerity, policy and sport participation in England. In *Sport policy and politics in an era of austerity* (pp. 6-23). London: Routledge.
72. Xu, Q., & Kreshel, P. J. (2021). State versus professional: A case study of how Chinese new media construct elite female athletes. *International Journal of Sport Communication, 14*(1), 131-150.
73. Zand, A., Faraji, Gh., & Molae Smaelie, M. (2022). Presenting a model of the role of mass media on the sports culture of women athletes in the national futsal league. *Management and Organizational Behavior in Sports, 7*(11), 17-24. (In Persian)
74. Zorba, E. (2012). The perception of sport for all in the world and in Turkey. *The Online Journal of Recreation and Sport, 1*(4), 21.