

الگوی مدیریت بحران ویروس‌های همه‌گیر با نقش ورزش سلامت محور

سعید تابش^۱

ناصر شهریاری*^۲

فاطمه شاولی^۳

عبادالله شیرینی ملک‌آبادی^۴

چکیده

بشر در طول تاریخ به دنبال ساخت آینده مطلوب بوده است؛ حوادث غیرمترقبه، اضطرابی‌ترین شرایطی هستند که بشر نیاز به اداره آن‌ها دارد. هدف پژوهش حاضر، ارائه الگوی مدیریت بحران ویروس‌های همه‌گیر با نقش ورزش سلامت محور است. پژوهش حاضر با تبعیت از پارادایم تفسیری و رویکرد کیفی و راهبرد داده‌بنیاد، به دنبال کشف الگوی پژوهش بوده است. از مصاحبه با به‌کارگیری سؤالات نیمه ساختاریافته برای جمع‌آوری اطلاعات و تحلیل اطلاعات، با تحلیل محتوای پنهان مصاحبه‌های پیاده‌سازی شده ۱۶ نفر از صاحب‌نظران و خبرگان با شیوه خلاصه‌سازی و کدگذاری اولیه و متمرکز انجام شده است که مشارکت‌کنندگان به صورت هدفمند و گلوله‌برفی با اشباع نظری انتخاب گردیدند. پس از تجمیع کدهای اولیه، نهایتاً تعداد ۲۳ مقوله اصلی در قالب ۳ کد محوری پیشگیری قبل از رویداد بحران، مقابله در حین رویداد بحران و بازتوانی پس از رویداد بحران شناسایی گردید. در مرحله پیشگیری، مجموعه اقداماتی باهدف کاهش آثار زیان‌بار بحران و ارزیابی در جهت کاهش قابل قبول خطرپذیری جامعه ارائه می‌شود؛ در مرحله مقابله، اقدامات و خدماتی را به دنبال وقوع بحران باهدف نجات بخشی انسان‌ها و تأمین رفاه آنان و جلوگیری از گسترش خسارات عملی می‌نماید؛

۱. دانشیار مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه مازندران، بابل، ایران.

۲. دانش‌آموخته دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران. Shahrarinaser@yahoo.com (نویسنده مسئول).

۳. دانش‌آموخته کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران.

۴. اپیدمیولوژیست، دانشگاه علوم پزشکی ارتش، تهران، ایران.

و در مرحله بازتوانی، مجموعه اقداماتی در جهت بازگرداندن شرایط جسمی، روحی، روانی و اجتماعی آسیب‌دیدگان به حالت طبیعی به انجام خواهد رسید.

کلیدواژه‌ها: الگو، پاندمی، مدیریت بحران، ویروس همه‌گیر، ورزش سلامت محور.

مقدمه

بر مبنای پژوهش‌های پیشین درباره بیماری‌های هم خانواده کووید ۱۹^۱ مانند سارس^۲ (سندروم حاد تنفسی) و مرس^۳ (سندروم تنفسی خاورمیانه)، احتمالاً انتقال کووید ۱۹ بیشتر از طریق قطرات ریز و تماس صورت می‌پذیرد و کمتر به وسیله ذرات معلق در هوا و اشیاء ناقل منتقل می‌شود (پرلمان^۴، ۲۰۲۰). از زمان شیوع ویروس کرونا در سرتاسر جهان، فاصله‌گذاری اجتماعی^۵ یکی از مؤثرترین راهکارها برای مقابله با شیوع ویروس کرونا بوده است. این امر یک دلیل منطقی و متقاعدکننده دارد؛ افرادی که توسط ویروس کرونا آلوده می‌شوند، از ۵ روز قبل از آنکه نشانه‌های بیماری در آن‌ها ظاهر شود ناقل ویروس هستند؛ بنابراین محدود کردن ارتباطات اجتماعی حتی بین افراد به ظاهر سالم می‌تواند انتشار ویروس را به شدت کند نماید. در نتیجه تعداد بیماران حاد در سطح پایین باقی می‌ماند و می‌توان درمان‌های مناسب برای آن‌ها انجام داد (لنگ^۶، ۲۰۲۰).

وجود یک سیستم انتشار اطلاعات از مهم‌ترین اولویت‌های کنترل و پیشگیری از شیوع کرونا است. یک سیستم انتشارات روزانه در چین ایجاد شد تا از انتشار مؤثر و کارآمد اطلاعات مربوط به این بیماری مسری اطمینان حاصل شود. فعالیت‌های آموزشی در مورد اقدامات پیشگیرانه برای مسافران شامل شست و شوی مرتب دست‌ها، پیشگیری از انتشار ذرات ناشی از سرفه و استفاده از تجهیزات بهداشتی شخصی محافظ مانند ماسک در موقع ملاقات اماکن عمومی باید اجرا شود (وانگ و همکاران^۷، ۲۰۲۰). شواهد موجود نشان می‌دهد که عوامل رژیم غذایی و ورزش بدنی باید در ارتقای سلامت روان و

1. Covide -19
2. SARS-CoV
3. Mers
4. Perlman
5. Social Distancing
6. Long
7. Wang

پیشگیری مورد توجه قرار گیرد. این عوامل همچنین ممکن است به تغییر توزیع جمعیت خطر عفونت و جلوگیری از پیامدهای شدید کووید ۱۹ کمک کنند. اثرات حاد و مزمن ورزش بر سیستم ایمنی نشان داده شده است، و فعالیت بدنی منظم توسط سازمان بهداشت جهانی به عنوان یک رویکرد غیردارویی و مقرون به صرفه برای حمایت از سلامت روانی در طی بیماری همه گیر کووید ۱۹ ترویج شده است. شواهد تجربی نشان می دهد که ورزش منظم در حفظ یا بهبود سلامت و سلامت روان مؤثر است و همچنین ورزش برای کاهش اضطراب، ناراحتی و افسردگی در طی بیماری همه گیر کرونا نیز یافت شده است (لانگ^۱ و همکاران، ۲۰۲۳). خدمات برابر ورزش یک اصطلاح کلی است که به تمامی فعالیت های بدنی و خدماتی اشاره دارد که موجب جلب رضایت عمومی برای مشارکت در ورزش های همگانی می شود و نیازهای مردم را در تمام جنبه ها برآورده می کند. این خدمات بر مبنای مردم محوری استوار بوده و به طور برابر برای هر فرد قابل دسترسی است، به طوری که همه شهروندان از فرصت های خدمات برابر در زمینه ورزش همگانی بهره مند شده و در آن سهم می باشند. در این فرآیند، دولت با استفاده از منابع مالی خود از افراد در زمینه ورزش همگانی حمایت می کند (کای^۲، ۲۰۱۲). ورزش سلامت محور نیز با دارا بودن کارکردهای اجتماعی و سلامتی خود علیرغم اینکه خود تحت تأثیر عوامل مختلف قرار دارد ولی در مدیریت بحران ویروس های مشابه با کرونا ویروس می تواند ایفای نقش نماید و با دارا بودن پتانسیل بالقوه قادر به تأثیرگذاری مستقیم و غیرمستقیم بر چرخه مدیریت بحران خواهد بود.

ورزش به عنوان یک پدیده پیچیده اجتماعی در سال های اخیر توجه زیادی را از سوی محققان و دولت ها به خود جلب کرده است. دولت ها در فرایند برنامه ریزی، نظارت و ارزیابی تجارب اوقات فراغت، به توسعه تفریحات و بازی های فعال به عنوان ابزارهایی برای پیشگیری از بیماری ها و مشکلات سلامتی توجه ویژه دارند و در این زمینه سرمایه گذاری می کنند. امروزه در بسیاری از کشورها، حق مشارکت در ورزش و فعالیت های تفریحی به یک سیاست مهم تبدیل شده است و تحت عنوان ورزش همگانی شناخته می شود. این فعالیت ها به عنوان یک عامل مؤثر در کاهش هزینه های مراقبت های بهداشتی و

1. K W Lange
2. Cui

مقابله با چاقی مورد توجه قرار می‌گیرند. ورزش همگانی یک اصطلاح جامع برای توصیف مجموعه‌ای از سیاست‌ها است که توسط دولت‌ها پذیرفته شده و موجب افزایش مشارکت فعال مردم در ورزش‌ها و فعالیت‌های فیزیکی در جامعه می‌شود (صفاری و قره، ۱۳۹۵). فلسفه ورزش سلامت محور به تشویق شهروندان به انجام ورزش و فعالیت‌های فیزیکی می‌پردازد و همچنین پیامی برای سیاست‌گذاران دارد تا از موقعیت و قدرت خود برای ترویج این هدف استفاده کرده و فرصت‌هایی برای مشارکت همه افراد جامعه در این فعالیت‌ها فراهم آورند (عمان، ۲۰۰۹: ۶۶۰). شواهد نشان می‌دهند که فعالیت بدنی تأثیر زیادی بر سلامت جسمی و روانی و برخورداری از سبک زندگی سالم دارد. با وجود اطلاعات فراوان در خصوص فواید شناخته شده فعالیت بدنی، هنوز هم گزارش‌هایی از سراسر جهان حاکی از درصد بالایی افراد غیرفعال است، بنابراین، نیاز به مداخلات جهت تغییر این رفتارها به شدت احساس می‌شود. فعالیت بدنی بخش اساسی از سلامت عمومی جامعه است و داشتن فعالیت بدنی منظم می‌تواند بر کاهش تأثیرات منفی بیماری کووید-۱۹ نیز مؤثر باشد (جعفری و زرگر، ۱۴۰۲).

افزایش سلامت جسمانی تحت تأثیر ورزش به طور گسترده مورد بررسی قرار گرفته است و نشان داده شده است که ورزش منظم عامل کلیدی در سلامت خوب است. اختلالات سلامت روانی و فعالیت بدنی ممکن است تحت تأثیر متغیر سوم مانند پاسخ افراد به بیماری همه‌گیر قرار گیرد. افرادی که قادر به حفظ سبک زندگی خود در طی این بیماری همه‌گیر هستند، ممکن است بهتر بتوانند سلامت روانی و رفاه خود را حفظ کنند. قبل از بیماری همه‌گیر شدن، این افراد ممکن است نسبت به فشار روانی مقاومت بیشتری داشته باشند و کم‌تر مستعد افسردگی یا اضطراب باشند. برقراری رابطه علی بین ورزش و سلامت روان و سلامت نیازمند آزمایش‌های کنترل شده تصادفی است که اثرات مفید مداخلات ورزشی را نشان دهد (لانگ و همکاران، ۲۰۲۳). افزایش مشارکت در فعالیت‌های بدنی نه تنها به عنوان یک عامل مثبت برای بهبود سلامت فردی شناخته می‌شود، بلکه با ارتقای بهزیستی اجتماعی فرد، برای سلامت عمومی جامعه نیز مفید است. فراهم کردن شرایط مناسب برای ورزش در جامعه تأثیر زیادی بر مشارکت در فعالیت‌های بدنی دارد. تأمین

دسترسی به ورزش در جامعه تا حد زیادی در ارتقای سلامت عمومی مؤثر بوده است و تأسیس مراکز ورزشی عمومی می تواند به طور چشمگیری مشارکت مردم در ورزش های اجتماعی را افزایش دهد و خطر ابتلا به بیماری ها را کاهش دهد. از سوی دیگر، سازماندهی فعالیت های ورزشی عمومی فرصتی را برای خانواده ها فراهم می آورد تا بتوانند به طور فعال در ورزش مشارکت داشته باشند (چن و لیو^۱، ۲۰۲۰).

درک فزاینده از فواید ورزش در طی چند دهه گذشته، محققان را بر آن داشته است تا به فرصت های ورزش درمانی علاقه مند شوند. از آنجاکه هر ورزش مجموعه ای از خصوصیات و عوارض فیزیولوژیکی خود را دارد که تمایل دارد در طول تمرین ورزش رخ دهد؛ بنابراین، اولین گام برای بررسی تأثیر ورزش بر بیماری های مختلف، انتخاب پروتکل بهینه ورزش است. بیماری های مختلفی که در بدن انسان اتفاق می افتد، نه تنها برای سلامتی افراد ضروری نیست؛ بلکه می تواند کیفیت زندگی را نیز کاهش دهد. فقدان فعالیت بدنی در زندگی مدرن به دلیل کاهش سطح آمادگی جسمانی است که سبب اثرگذاری در رشد و نمو کودکان و نوجوانان و همچنین سلامت جسمی و کارایی کودکان و بزرگسال می گردد. در عین حال، عدم ورزش منجر به افزایش شیوع بیماری های مزمن می شود، این امر باعث افزایش تعداد بیماران و بار اقتصادی بر روی دولت و افراد می شود (لوان^۲ و همکاران، ۲۰۱۹). ورزش اغلب نقش مهمی در زمان بحران دارد و حس فرار و آسایش را فراهم می کند. بیماری همه گیر کووید ۱۹ موضوع دیگری است. ورزش در تمام سطوح به شدت تحت تأثیر جهان قرار گرفته است. به طور خاص، جمع آوری افراد برای رویدادهای ورزشی مانند مسابقات فوتبال یا رقابت های استقامتی یک تلاش پرخطر از نظر گسترش کووید ۱۹ تلقی شد (اسونسون و رادمان^۳، ۲۰۲۳). امروزه مدیریت بحران به عنوان یک بخش اساسی از مدیریت راهبردی شناخته می شود. پیش از تعقیب هرگونه اهداف بلندمدت، مدیریت بحران برای تضمین ثبات و موفقیت پایدار یک سازمان ضروری است. اساساً سازمان هایی که در معرض بحران قرار دارند، نیازمند آمادگی بیشتری برای مقابله با آن هستند. مدیران باید برای عدم اطمینان ها آماده باشند. مدیریت بحران ضامن بقای

1. Chen and Liu

2. Luan

3. D Svenssona, A Radmannb

سازمان و موفقیت بلندمدت آن است. رویکرد شش مرحله‌ای پیشنهادی در این مقاله به مدیران کمک می‌کند تا مهارت‌های تصمیم‌گیری خود را در مدیریت بحران توسعه دهند و اهمیت نقش مدیریت بحران را در فرایند مدیریت راهبردی درک کنند (چانگ، ۲۰۰۴). در اواخر سال ۱۳۹۸ کشور با بحران بیماری واگیردار کووید-۱۹ مواجه گردید و پس از مدت زمان کوتاهی همه‌گیری و بحران انتشار سریع آن در سرتاسر کشورهای جهان به عنوان یک بیماری همه‌گیر از طریق سازمان بهداشت جهانی اعلام گردید. این بیماری که سبب اختلال در دستگاه ایمنی بدن می‌گردد و موجب آسیب‌های شدید روحی و جسمی به انسان‌ها می‌شود. میزان سرعت شیوع و انتشار این بیماری افزایش چشمگیری را داشته و انسان‌های زیادی در مواجهه با آن از بین خواهند رفت. برای مدیریت بحران پیش آمده و همچنین استفاده از تجربیات برای بحران‌های آتی که تاریخ اثبات نموده است که بیماری‌های واگیردار در تمامی زمان‌ها زندگی انسان را با مخاطره همراه نموده است. با مدرنیته شدن انسان، مدیریت بحران‌ها با در نظر گرفتن عدم قطعیت‌ها و با برنامه‌ها و سناریوهای از پیش تعیین شده سبب موفقیت انسان در مقابل بحران‌هایی همچون بیماری‌های واگیردار خواهد بود؛ در آینده نه چندان دور، جوامع شاهد بحران‌هایی از قبیل موج‌های دوم و سوم ویروس کرونا یا ویروس‌ها و بیماری‌های مشابه خواهند بود و برگ برنده دولت‌ها و حکومت‌ها استفاده از مدیریت بحران است. چه بسا ظاهراً بسیار دشوار است که بتوان بحران‌هایی را مدیریت کرد که نامعلوم و ناشناخته هستند؛ ولی اساساً مدیریت بحران با عدم قطعیت‌ها دست و پنجه نرم خواهد کرد. نظر به مشخص شدن اهمیت موضوع فعالیت بدنی در افزایش تقویت دستگاه ایمنی بدن بایستی توجه ویژه به فعالیت بدنی و ورزش سلامت محور در راستای کاهش آسیب‌های ناشی از آن در قبل، حین و بعد از بحران گردد. اختلال زندگی روزمره و تحت تأثیر قرارداد شرایط اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و سیاسی کشور از یک طرف و همچنین تأثیرات روحی و روانی آسیب‌های ناشی از بیماری‌های واگیر از طرفی دیگر در افراد نیز سبب اهمیت و توجه به مدیریت بحران گردیده که با بهره‌گیری از آن صدمات و اثرات ناشی از آن کاسته شود و پس از خروج از بحران افراد بتوانند راحت‌تر و سریع‌تر به زندگی روزمره و عادی خود برگردند که از این حیث

ردیف	عنوان تحقیق	نتیجه تحقیق
۵	پیوند قانع کننده بین فعالیت بدنی و دستگاه دفاعی بدن؛ نیمان و ونتز ^۱ (۲۰۱۹)	فعالیت بدنی منظم با تقویت دستگاه ایمنی، کاهش مرگ و میر و بروز بیماری هایی مانند آنفلوآنزا و ذات الریه مرتبط است. ورزش منظم اثرات ضدالتهابی دارد. مطالعات نشان داده اند که افراد فعال از کاهش نشانگرهای زیستی التهابی برخوردارند، حتی با در نظر گرفتن عواملی مانند بی ام آی همچنین، هر دوره تمرین موجب بهبود گردش خون دستگاه ایمنی ذاتی و اثرات ضدالتهابی و آنتی اکسیدانی در پیشگیری از بیماری هایی مانند تومورزایی و آترواسکلروز می شود.
۶	بررسی تأثیرات شیوع کووید ۱۹ بر ورزش همگانی در ایران؛ رضایی (۱۴۰۲)	پژوهش نشان داد که در دوران قرنطینه، بیشتر اماکن ورزشی تعطیل شدند و بسیاری از افراد شغل خود را از دست دادند. ورزشکاران تغییرات معناداری در تعداد و شدت تمرینات داشتند، اما هیچ ارتباطی بین نتایج تست کووید-۱۹ و رعایت پروتکل های بهداشتی وجود نداشت. به طور کلی، فعالیت های ورزشی به شدت تحت تأثیر کووید-۱۹ قرار گرفت.
۷	طراحی مدل پس آیندهای رفتاری مردم در حوزه ورزش، پس از پایان بیماری کرونا؛ شکاری و همکاران (۱۴۰۲)	عواملی مانند شرایط فردی و مدیریتی، فرهنگ ورزش قبل از کرونا و وضعیت معیشتی و قوانین بر این پس آیندهای رفتاری تأثیر دارند. راهبردهای پیشنهادی بهبود وضعیت ورزش پس از کرونا می تواند پیامدهای اقتصادی، سلامتی و سبک زندگی به همراه داشته باشد.
۸	ارائه مدل زمینه ای اثرات شیوع کرونا بر وضعیت ورزش ایران؛ شرایط، کنش ها و پیامدها؛ نصر اصفهانی و همکاران (۱۴۰۱)	نتایج به سه مقوله اصلی تقسیم شد: شرایط (مدیریتی، زمینه ای و رفتاری)، کنش ها (سیاست های مقابله ای، همراه سازی و حمایتی) و پیامدها (عوارض جسمانی، اضطراب اجتماعی، مشکلات اقتصادی و گرایش به کسب و کارهای نوپا). پیشنهاد می شود که سیاست های مدیریتی بر اساس این مؤلفه ها تدوین شود.
۹	مروری بر وضعیت ورزش همگانی در دوران پاندمی کووید ۱۹؛ کاشانی و همکاران (۱۴۰۰)	اصلی ترین عوامل مؤثر بر توسعه فرهنگ ورزش همگانی در دوران قرنطینه، اصلاح ساختار نظام ورزشی و آموزش صحیح در این عرصه هستند. شناسایی و ارتقای این عوامل می تواند به گسترش ورزش همگانی در دوران قرنطینه منجر شود که در نتیجه، بهبود دستگاه ایمنی بدن، افزایش توان عضلانی، قلبی - عروقی، ریوی، کاهش چاقی، پوکی استخوان و اختلالات روحی - روانی ناشی از کرونا را به دنبال دارد و در کاهش مرگ و میر ناشی از این بیماری مؤثر است.
۱۰	بررسی نقش ورزش در بهبود دستگاه ایمنی و بیماری همه گیر کرونا و ارائه دستورالعمل های ورزشی مرتبط؛ احمدی زاد و باسامی (۱۳۹۹)	تعطیلی مراکز ورزشی باعث کاهش تحرک و افزایش بیماری های ناشی از کم تحرکی می شود. فعالیت ورزشی منظم می تواند دستگاه ایمنی، قلبی - تنفسی و آمادگی جسمانی را تقویت و در صورت ابتلا به کرونا، به ریکاوری سریع تر کمک کند.

مفاهیم و مبانی نظری

مدیریت بحران

مدیریت بحران به معنای پیش بینی، برنامه ریزی و آمادگی قبلی برای مواجهه با وقایعی است که تهدید جدی برای بقا و حیات سازمان یا بخش هایی از جامعه به وجود می آورند. در واقع، مدیریت بحران فرایند تصمیم گیری و اقداماتی است که باهدف پیش بینی بحران و جلوگیری از وقوع آن، کسب آمادگی برای مقابله با بحران و ترمیم آثار ناشی از آن انجام می شود (سلیمی، ۱۳۹۳: ۳۹۸)؛ بنابراین، می توان مدل سه مرحله ای بحران را به عنوان یک مدل جامع معرفی کرد. این مدل شامل سه مرحله است: قبل از بحران، حین بحران و بعد از بحران. مرحله قبل از بحران شامل تمام اقداماتی است که به منظور جلوگیری از وقوع بحران انجام می شود. مرحله حین بحران مربوط به اقدامات پاسخ دهی و مقابله با بحران است و مرحله بعد از بحران شامل اطمینان از رفع بحران، تضمین امنیت سازمان و یادگیری از وقوع بحران به منظور جلوگیری از تکرار آن در آینده است (ودادی و همکاران، ۱۳۸۹: ۸۹).

فاکنر (۲۰۰۱) تمایز اصلی بین آنچه را که می توان «بحران» و «فاجعه» نامید، در حدی می داند که وضعیت تا چه حد به خود سازمان نسبت داده می شود یا می توان آن را به عنوان منشأ خارج از سازمان توصیف کرد. بنابراین، «بحران» وضعیتی را توصیف می کند که «در آن علت اصلی یک رویداد، تا حدی، از طریق مشکلاتی مانند ساختارها و شیوه های مدیریتی نادرست یا ناتوانی در انطباق با تغییر ایجاد می شود». فاجعه را می توان اینگونه تعریف کرد: «جایی که یک شرکت با تغییرات فاجعه بار غیرقابل پیش بینی ناگهانی مواجه می شود که کنترل کمی بر آن دارد» (فاکنر، ۲۰۰۱: ۱۳۶).

برای اجرای مدیریت بحران، چرخه مدیریت بحران نیاز به مفهوم سازی مناسب دارد و تمامی مراحل آن در برنامه های عملیاتی سازمان ها باید مورد تأکید و برنامه ریزی قرار گیرد و با تکامل چرخه، مدیریت بحران موفق محقق شود. مطابق جدول زیر چرخه مدیریت بحران را از دیدگاه فاکنر (۲۰۰۱)، فینک^۱ (۱۹۸۶)، رابرت^۲ (۱۹۹۴) نشان می دهد.

1. Fink
2. Robert

جدول ۱: چرخه حیات بحران و بلایا منبع فاکنر (۲۰۰۱)

مراحل رابرت (۱۹۹۴)	مراحل فینک (۱۹۸۶)	مراحل فاکنر (۲۰۰۱)
پیش رویداد	آمادگی	پیش رویداد
اضطراری		آمادگی
میانی	حاد	اضطرار
		مقابله
بازتوانی	مزمین	بازتوانی
	بازتوانی	ثبات

ورزش سلامت محور

وودز^۱ (۲۰۰۶) در کتاب موضوعات اجتماعی در ورزش بیان می کند که روش تعریف ورزش می تواند تشریح هرم ورزش باشد. این هرم شامل چهار مؤلفه از فعالیت های انسان است؛ یعنی بازی، مسابقات، ورزش و کار.



شکل ۱: هرم ورزش (وودز، ۲۰۰۶)

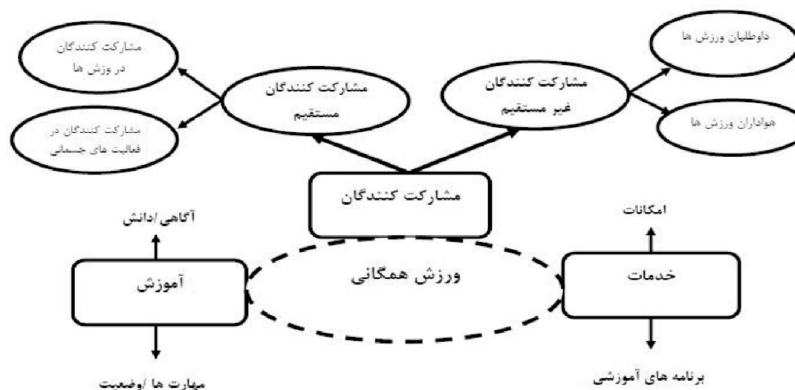
بازی، پایه هرم فعالیت ها است که از فعالیت های جسمانی کودکی آغاز می شود و در طول زندگی ادامه دارد. مسابقات جنبه ای ساختارمند از بازی هستند که اهداف جسمانی و ذهنی دارند و توسط قوانین رسمی یا غیررسمی اداره می شوند. ورزش، نسخه تخصصی تر

1. Woods

و قانونمندتر بازی و مسابقه است که همیشه شامل حرکت و مهارت جسمانی است و ویژگی هایی همچون هماهنگی، قدرت، سرعت و رقابت سازمان یافته دارد. همچنین، ورزش به تجهیزات خاص نیاز دارد و ممکن است منعکس کننده فرهنگ و ارزش های یک کشور باشد. کار نیز یک فعالیت هدفمند است که تلاش های ذهنی یا جسمی را برای دستیابی به نتایج مطلوب شامل می شود (وودز، ۲۰۰۶).

مدل توسعه ورزش همگانی هنگ کنگ

برای ارتقای ورزش همگانی از طریق آموزش، خدمات و مشارکت فعال افراد، تنها نقش دولت کافی نیست؛ بلکه نیاز به مشارکت سازمان های غیردولتی مانند انجمن های ورزش های ملی، سازمان های مرتبط، نهادهای منطقه ای، حامیان مالی و تمام زیرساخت های جامعه احساس می شود. براین اساس، مدل توسعه ورزش همگانی در هنگ کنگ باهدف شناسایی شاخص های مؤثر در ارتقای ورزش همگانی در این شهر و مقایسه آن با سایر کشورها و شهرها، همچنین تحلیل الگوهای مشارکت شهروندان هنگ کنگی در فعالیت های بدنی طراحی شد. در نهایت، این مدل به ارائه روشی برای سیاست گذاری در خصوص آینده ورزش همگانی در هنگ کنگ پرداخته است (کمیته ورزش های همگانی هنگ کنگ، ۲۰۰۹).



شکل ۲: مدل توسعه ورزش همگانی هنگ کنگ (کمیته ورزش های همگانی هنگ کنگ، ۲۰۰۹)

مدل کانادایی ورزش برای زندگی

این مدل جنبشی برای ارتقای تندرستی و توسعه از طریق ورزش طراحی شده است و هدف اصلی آن، لذت بردن افراد از فعالیت های جسمانی و برتری در ورزش در طول زندگی است. هدایت این جنبش بر عهده مرکز ورزش کانادا است و بر مشارکت طولانی مدت افراد از کودکی تا سالمندی در ورزش تأکید دارد. این مدل در سه حوزه اصلی نتیجه می دهد: اول، آشنایی با فعالیت های جسمانی از کودکی که با مشارکت والدین و فعالیت های مدرسه ای یا تفریحی همراه است؛ دوم، ارتقای عملکرد ورزشی برای برتری کانادا در رقابت های بین المللی؛ سوم، تشویق به ورزش های تفریحی برای مشارکت فعال و مداوم کانادایی ها در طول عمرشان (مرکز ورزش کانادا، ۲۰۰۷).

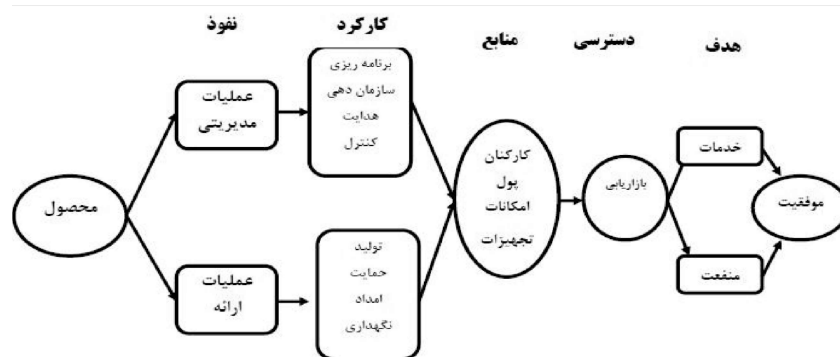


شکل ۳: مدل کانادایی ورزش برای زندگی (مرکز ورزش کانادا، ۲۰۰۷)

مدل مدیریتی ورزش های تفریحی

این مدل مدیریتی شامل پنج بخش اصلی است که به ترتیب شامل نفوذ، کارکردها، منابع، دسترسی و هدف است. نفوذ به دو قسمت عملیات مدیریتی و عملیات ارائه تقسیم می شود که در بخش مدیریتی شامل برنامه ریزی، مدیریت، هدایت و کنترل و در بخش ارائه شامل تولید، حمایت، امدادی و نگهداری است. منابع شامل کارکنان، پول، امکانات و تجهیزات است که برای اجرای عملیات مورد نیاز است. دسترسی از طریق بازاریابی به دست می آید و در نهایت هدف مدل، ارائه خدمات و کسب منفعت است.

این پنج بخش مراحل مختلف مدل مدیریتی هستند که از تولید محصول تا رسیدن به موفقیت طی می شوند (مول و همکاران، ۲۰۰۵).



شکل ۴: مدل مدیریت ورزش های تفریحی (مول و همکاران، ۲۰۰۵)

روش شناسی

مقاله حاضر که برگرفته از طرح تحقیقاتی صندوق حمایت از پژوهشگران و فناوران کشور با شماره ۹۹۰۱۴۶۹۴ است با تبعیت از پارادایم تفسیری و منطق استدلالی استقرایی با رویکرد تحقیق کیفی انجام شده است. طرح تحقیق مورد استفاده در این تحقیق داده بنیاد است که با تحلیل محتوای پنهان مصاحبه های نیمه ساختاریافته به دنبال استخراج شاخص ها، عوامل مؤثر و پیامدهای ورزش سلامت محور و مدیریت بحران در مقابل ویروس های همه گیر و در نهایت ارائه الگو آن است. به سه دلیل ذیل این تحقیق از طرح پژوهش داده بنیاد تبعیت نموده است: ۱- سؤالات این تحقیق از نوع چپستی و به دنبال مفهوم سازی است. ۲- تحقیق حاضر، داده های کیفی و اولیه را از مصاحبه شوندگان کسب می کند؛ لذا واقعیت های موجود در چرایی نقش ورزش سلامت محور در مقابله با ویروس های همه گیر در کشور ما را بازنمایی می کند. ۳- محقق با بررسی پیشینه پژوهش به این مهم دست یافت که تحقیقی جامع و کامل با رویکرد بومی با شرایط سیاسی، فرهنگی، اقتصادی، فناوری، زیست محیطی و جامعه شناختی ایران وجود ندارد. در پژوهش حاضر، مشارکت کنندگانی که بیشترین اطلاع و تجربه را در خصوص موضوع تحقیق در حوزه های جامعه شناسی، روان شناسی، پزشکی ورزشی، مدیریتی و اپیدمولوژی داشتند

انتخاب شدند و در تحقیق حاضر محقق تا پایان مصاحبه ۱۴ به اشباع نظری رسید و برای اطمینان، مصاحبه‌ها تا ۱۶ مصاحبه ادامه یافت که مقوله جدیدی از ۲ مصاحبه آخر به دست نیامد. معیارهای اصلی در انتخاب مشارکت کنندگان به شرح زیر است:

- افراد انتخابی حتماً تجربه فعالیت علمی یا عملی در مورد تأثیرات ورزش سلامت محور بر مدیریت و مقابله با بیماری‌های واگیر را داشتند.
- افراد حداکثر تمایز، از نظر حوزه فعالیت، نوع فعالیت و حضور در حوزه‌ها در سطوح مختلف اجتماعی را دارا باشند.
- تجربیات متفاوت و متنوعی از موضوع مورد نظر داشتند.

شیوه جمع‌آوری اطلاعات برای نگارش مبانی نظری و جستجوی ادبیات پیشینه مرتبط و نیز استخراج سؤال‌های مصاحبه نیمه ساختاریافته به صورت کتابخانه‌ای و استفاده از پایگاه‌های اطلاعاتی و وبگاه نشریات بوده است. محقق بدون تلاش برای جهت دادن به گفت‌وگو، سعی می‌کند به دنیای تجربیات افراد دست یابد. در انجام مصاحبه‌ها، محقق با مشارکت کنندگان منتخب وارد گفت‌وگوی هدفمند شده تا تصویر واضحی از موضوع مورد نظر را ترسیم کند. مصاحبه‌ها طی هماهنگی قبلی با افراد منتخب، در محیطی آرام و امن به مدت ۴۵ الی ۱۵۰ دقیقه به طور کامل ضبط و پیاده‌سازی شده است. در تحلیل داده‌ها با استفاده از خلاصه‌سازی و کدگذاری در دو مرحله اولیه و متمرکز با استفاده از تحلیل محتوای پنهان حاصل از مصاحبه خبرگان با بهره‌گیری از نرم‌افزار مکس کیودا انجام گرفته است. برای تحلیل داده‌ها، از روش تحلیل محتوا و شیوه کدگذاری استفاده شده است تا اطلاعات به دقت تجزیه و تحلیل شوند. در راستای ارزیابی اعتبار پژوهش، مقبولیت، انتقال‌پذیری و تأییدپذیری مورد بررسی قرار گرفتند. برای اطمینان از مقبولیت پژوهش، از سه نفر با مدرک دکتری در رشته‌های مرتبط با تحقیق برای انجام تحلیل و کدگذاری استفاده شده است. همچنین، انتخاب متنوع مصاحبه‌شوندگان و بهره‌گیری از روش‌های مختلف جمع‌آوری اطلاعات، نظیر مصاحبه، منابع کتابخانه‌ای و مطالعه اسناد بالادستی، به طور مؤثری به افزایش مقبولیت پژوهش کمک کرده است. بررسی مکرر مصاحبه‌ها و استخراج مطالب به طور کامل و بدون تکرار، نشان دهنده انتقال‌پذیری اطلاعات در پژوهش است؛ به علاوه، ثبت تمامی مراحل فرایند تحقیق و استفاده از گروه

پژوهش در تمام مراحل، تأکید بر تأییدپذیری پژوهش دارد. برای ارزیابی اعتبار پژوهش، به صورت هم‌زمان از دو پژوهشگر در حین کدگذاری استفاده شد. با مقایسه کدهای اولیه استخراج شده از این مصاحبه‌ها با کدگذاری‌های انجام شده توسط کدگذار دیگر، مشخص شد که کدگذاری مصاحبه‌ها از دقت و اعتبار لازم برخوردار است.

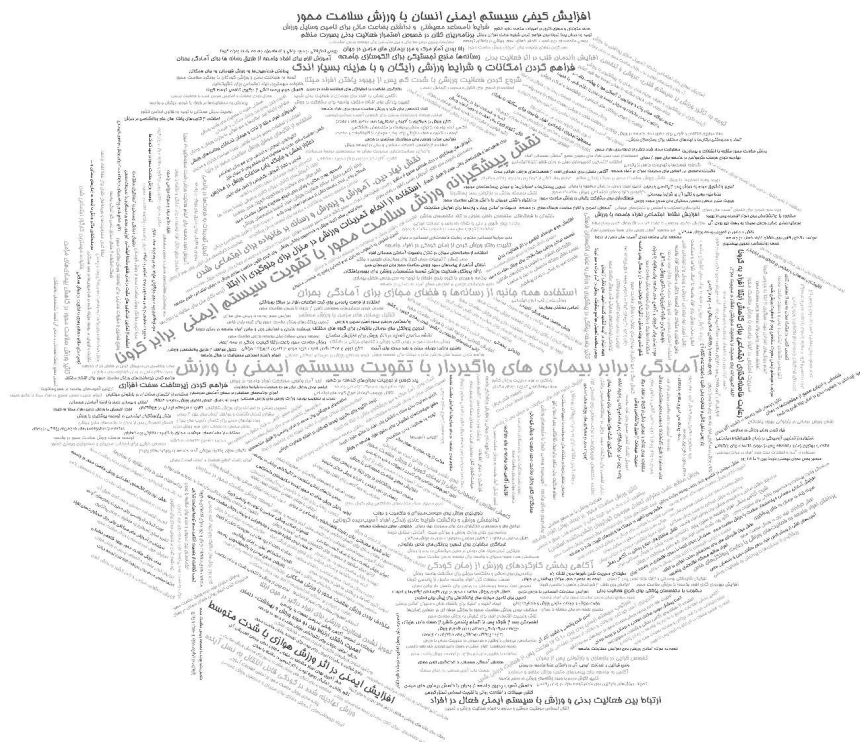
یافته‌ها

در تحقیق حاضر محقق تا پایان مصاحبه ۱۶ به اشباع نظری رسید که مطابق جدول زیر ویژگی‌های مشارکت‌کنندگان آمده است.

جدول ۲: ویژگی مشارکت‌کنندگان پژوهش

جنسیت		تحصیلات		سن			
آقا	خانم	کارشناسی ارشد	دکتری	۴۰-۳۰	۵۰-۴۰	۶۰-۵۰	۶۰ و بالاتر
۱۲	۴	۱	۱۵	۱	۴	۹	۲

محقق برای اینکه مخاطبان به اطلاعات تکمیلی دست یابند و بتوانند بر اساس این داده‌ها بخشی از کیفیت کار خود را ارزیابی کنند، به تحلیل و بررسی کدهای اولیه از طریق نمودار ابری می‌پردازد. این روش به مخاطبان این امکان را می‌دهد که اهمیت کدها را از نظر میزان فراوانی درک کرده و نقش آن‌ها را در تحلیل بهتر و دقیق‌تر کار مورد نظر ارزیابی کنند که به خوبی می‌توان آن را در نمودار ابری کدهای اولیه به شرح زیر مشاهده نمود.



شکل ۵: نمودار ابری نمایش گرافیکی کدهای اولیه بر اساس فراوانی

کدگذاری محوری در حقیقت به معنای ارتباط بین مقولات اصلی و فرعی در قالب یک مفهوم با بیشترین درجه انتزاع است. محقق ابتدا مقولاتی که با یکدیگر ارتباط مفهومی دارند طبقه‌بندی کرده و در جدول ۲ این طبقه‌بندی‌ها و رسیدن به بلوک یا واحد معنایی مشاهده می‌شود.

جدول ۳: کد اولیه، مقوله فرعی، مقوله اصلی، کد محوری

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری
مجزا کردن ساختار ورزش سلامت محور از ورزش قهرمانی	توسعه ساختاری	توسعه	پیشگیری قبل از رویداد بحران	پیشگیری قبل از رویداد بحران

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری
	اولویت قراردادن ورزش و زیرساخت در دستگاه بهداشت و درمان			
	ایجاد انگیزه و امتیاز برای باشگاه داران و مدیران اماکن ورزشی			
	نظارت و ارزیابی شهرسازی با تأیید وزارت ورزش و جوانان			
	وجود متولیان و موازی کاری در امورات متعدد اداره کشور			
	خصوصی سازی بهداشت جامعه			
	تفاوت قائل بودن بین ورزش همگانی و قهرمانی			
	استفاده از مدیران از بطن جامعه ورزش در تمامی سطوح از ورزش			
	وزارت ورزش و جوانان متولی ورزش و فعالیت بدنی			
	آفت جزیره ای مدیریت کردن ورزش در کشور			
	نظارت و ارزیابی بر عملکرد فدراسیون ها از نظر بعد ورزش همگانی			
	خودداری از شعارهای توسعه ورزش با وعده های واهی			
	پرداختن فدراسیون ها به ورزش قهرمانی به جای همگانی			
	وجود موانع اجرای ورزش سلامت محور برای افراد جامعه			
	اهمیت داشتن مدال در ورزش نسبت به مشارکت افراد			
	بازنگری در هرم مدیریت ورزش کشور			
	اصلاح معیار ارزشیابی مدیران و مربیان ورزشی			
	نقش مجلس در انتخاب رأس هرم ورزش ایران			
	نقش مجلس در نظارت از قانون اساسی با اولویت دادن به ورزش			
	استفاده از کارکردهای ملی گرایی برای عبور از بحران	توسعه هم افزایی		
	اهمیت داشتن ارتباط بین دو حوزه ورزش و بهداشت - درمان			
	برقراری ارتباط بین ارگان ها و هم افزایی با وزارت ورزش و جوانان			
	هماهنگی وزارت بهداشت با فدراسیون پزشکی برای مدیریت بحران			

کد محوری	مقوله اصلی	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله فرعی مرتبه اول	کد اولیه
			همبستگی همه سویه مدیران و جامعه برای توسعه ورزش	
			مشارکت پذیری درونی و بین سازمانی برای توسعه ورزش سلامت	
			اتحاد و همبستگی ارگان ها و نهادهای مختلف برای بستر سازی ورزش	
		سیاست گذاری کلان	کار بر روی ارزش های مشترک برای ایجاد اتحاد عمومی	
			ورود مسئولین حاکمیتی برای کاهش آسیب های بحران	
			تعیین اهداف و راهبردهای حاکمیتی در مدیریت بحران	
			هدف گذاری کلان ورزش سلامت محور نسبت به ورزش قهرمانی	
			سیاست گذاری کلان برای داشتن افراد فعال در جامعه	
			برنامه ریزی ملی ورزش رایگان پس از اتمام پاندمی و ایجاد نشاط	
			گرایش مسئولین سیاسی و رأس کشور به ورزش کردن	
		برنامه ریزی	اجرای راهکار اصلاح شناخت و ادراک افراد از بحران	
			تغییر سطح ناهوشیار به هوشیار در زمان پیشگیری	
			ورود نهادهای مدنی برای کاهش آسیب های بحران	
			تعیین اهداف میان مدت	
			توجه به ضمانت اجراء در برنامه ها	
			تأثیر عوامل اقتصادی، اجتماعی و روانی بر وضعیت سلامت جامعه	
			برنامه راهبردی با گروه بندی اقشار سن، جنس، شغل، بیماری	
			آینده نگری در پیشگیری و صرف هزینه های درمان با ورزش	
			برنامه ریزی شهری و ملی با نقشه راه واحد و ضمانت اجرایی	
			داشتن برنامه کوتاه، میان و بلندمدت برای آینده	
			تفکر تخصصی برای شهر و ورزش سلامت محور برای افراد جامعه	

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری
	برنامه ریزی برای اماکن و باشگاه ها ورزشی برای مشارکت جامعه			
	اجرای مانورهای تمرینی برای افزایش سطح آمادگی در مقابل بحران	آینده نگری ملی برای مقابله با بحران ها		
	تدوین پروتکل های ورزش سلامت محور برای گروه بندی خاص	توسعه ورزش اقشار مختلف		
	نقش آفرینی نهاد اجتماعی آموزش و پرورش برای اجتماعی شدن	توسعه ورزش تربیتی		

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری	
	پرداختن به ورزش کودکان به صرف ورزش همگانی تأثیرپذیری کودکان، نوجوانان و جوانان از مسائل اجتماعی شدن آگاهی بخشی کارکردهای ورزش از زمان کودکی ورزش نهادینه شده در کودکی قابل انتقال به نسل آینده تثبیت رفتار ورزش کردن از زمان کودکی در افراد جامعه فراهم کردن محیط های ورزشی مادر و کودک برای توسعه ورزش توسعه ورزش سلامت محور در مدارس توسعه ورزش سلامت محور در مهدکودک ها شروع آگاهی بخشی افراد جامعه در سنین پایه				
	اولویت دادن بودجه ورزش سلامت در ردیف های بودجه کشور سرمایه گذاری بیمه برای جایگزینی هزینه درمان به ایجاد سخت افزار تمرکز بر تصویب بودجه وزارت ورزش برای ورزش همگانی نقش وضعیت اقتصادی افراد برای گرایش به ورزش سلامت محور مدیریت صحیح اقتصادی در کشور جذب سرمایه از طریق کارخانه ها و مجموعه های صنعتی تأثیر چند شغله بودن افراد برای کم بودن مشارکت در ورزش نظارت و ارزیابی بودجه هزینه شده در فدراسیون ها در بُعد همگانی تأثیر تورم بر کاهش قدرت خرید مردم در تأمین تجهیزات ورزشی نداشتن بضاعت مالی برای تأمین وسایل ورزش تحت پوشش نبودن حرکات اصلاحی و درمانی در بیمه درمان اختصاص بودجه بیشتر به ورزش همگانی ایران اجرای برنامه ها با پشتوانه اقتصادی مطلوب	توسعه زیرساخت اقتصادی			

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری			
	نامحدود بودن مکان و زمان برای انجام فعالیت ورزشی سلامت محور	استفاده از فضای مدارس در خارج وقت مدرسه برای ورزش جامعه	توسعه اماکن ورزشی ویژه بانوان برای ورزش سلامت محور	فراهم کردن اماکن روباز برای توسعه ورزش سلامت محور	در اختیار داشتن اماکن و سالن های ورزشی برای ورزش افراد جامعه	فراهم کردن امکانات ورزشی رایگان و با هزینه بسیار اندک	
	تمرین و تکرار آموزش دگرخواهی از نسل های پایین	انجام راهکار احساس مسئولیت در قبال جامعه	داشتن جامعه مضطرب و آسیب پذیر در ایران	فرهنگ سازی برای مشارکت بانوان در ورزش سلامت محور	تغییر نگرش آحاد جامعه به ورزش سلامت محور	باورپذیری ورزش برای سیاستمداران و حاکمیت و دولت	دشوار بودن تغییر در فرهنگ ها و باورهای تثبیت شده در جامعه
ایجاد انگیزه برای والدین توسط کودکان در انجام فعالیت ورزشی	همراهی والدین با فرزندان برای ورزش در راستای تبدیل عادت شدن	خلاقیت در ساخت وسایل ورزشی برای اهدا به خانواده ها	خانواده مهم ترین کارگزار اجتماعی شدن				

زیر ساخت های فرهنگ ساز

کد محوری	مقوله اصلی	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله فرعی مرتبه اول	کداولیه
			رصدکردن اعضای خانواده برای آموزش ورزش سلامت محور	
			خانواده مهم ترین نهاد اجتماعی برای تأثیرگذاری	
		مدیریت رسانه	استفاده از رسانه برای آگاهی بخشی و شناخت مسئولیت ها	
			فراهم کردن شبکه تلویزیونی مختص ورزش همگانی	
			استفاده از شیوه غیرمستقیم در رسانه برای تبلیغ ورزش	
			رسانه ها منبع لجستیکی برای الگوسازی جامعه	
		استفاده از عنصر دین	استفاده از مباحث دینی برای ایجاد همدلی در عبور از بحران	
			استفاده از احادیث و روایات برای توسعه ورزش سلامت محور	
			حفظ موازین اعتقادی و شرعی برای حضور آحاد جامعه در ورزش	
			نقش کارگزاران نهاد دین در ورزش سلامت محور	
			بررسی نقش جایگاه تندرستی در دین و مذهب	
			بررسی متخصصان دین نسبت فعالیت های ورزشی برای توسعه	
			نقش دین برای الگوسازی اجتماعی ورزش سلامت محور در جامعه	
			استفاده از پتانسیل تجمعات مذهبی و دینی در توسعه ورزش	
			استفاده از عنصر اجتهاد در دین برای توسعه ورزش سلامت محور	
		الگوسازی فرهنگی	پرداختن به مسئولیت ها در رابطه با خودم، دیگران و جامعه	
			لحاظ ارتباطات فرد با خود، دیگران و جامعه به صورت همه جانبه	
			لحاظ ارتباطات فرد با خود، دیگران و جامعه به صورت هماهنگ	
حرکت به سمت همدلی توسط افراد جامعه برای عبور از بحران				
نهادینه کردن فرهنگ دگرخواهی در جامعه برای عبور از بحران				
آموزش، تمرین و تکرار مباحث فرهنگ سازی در جامعه				

کداولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری
	توصیه های مقام معظم رهبری به اولویت در ورزش همگانی			
	توجه به جنبش انسان افزاری ورزش با ایجاد کنشگر			
	الگوسازی از طرف قهرمانان بدون ریاکاری و تظاهر			
	تأثیر قهرمانان ورزشی بر افزایش سطح امید به زندگی در جامعه			
	تعریف الگوهای انگیزشی با بهره گیری از نام آوران و قهرمانان			
	تأثیر قهرمانان ورزشی بر افزایش ورزشکاران جامعه			
	دشواری تأثیر اجتماعی بر روی افراد میان سال و سالخورده			
	نقش دین، آموزش و پرورش و رسانه بر خانواده و اجتماعی شدن			
	ارتباطی منسجم ورزشکاران و جامعه برای توسعه ورزش پیشگیرانه			
	وارد کردن الگوی مناسب رفتار ورزش در اجتماعی شدن جامعه			
	تأثیر پزشکان در پیشگیری با ورزش به عنوان الگوسازان فرهنگی			
	تأثیر افراد مشهور و محبوب برای الگوسازی فرهنگی توسعه ورزش			
	افزایش سطح آگاهی در قبال حقوق و مسئولیت ها	آگاهی بخشی		
	آموزش اطمینان بخشی برای عبور از بحران ها			
	فعالیت ورزشی با هر سطح سلامتی			
	بار روانی منفی ناشی از فعالیت بدنی شدید و ذهنیت عدم تکرار آن			
	آموزش فن تنفس صحیح برای افراد جامعه			
	سرکوب دستگاه ایمنی به صورت مقطعی پس از فعالیت ورزشی شدید			
	سرکوب دستگاه ایمنی بدن ۱۰ تا ۱۲ ساعت پس از فعالیت شدید			
	توجه به شدت مناسب فعالیت بدنی برای ورزش سلامت محور			

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری
	جایگزین کردن هزینه های درمان در سنین میان سالی به بعد با ورزش			
	انتقال آگاهی از پیامدهای ورزش سلامت محور برای گروه های سنی			
	تغییر نگرش مردم با وجود رشته های ورزشی در سطح جامعه			
	استفاده از دستورالعمل های فدراسیون پزشکی در بحران			
	خستگی مفرط با فعالیت های شدید ورزشی			
	آگاهی بخشی به افراد برای خودداری از فعالیت بدنی شدید			
	آگاهی بخشی برای خودداری از فعالیت های ورزشی طولانی مدت			
	آموزش افراد جامعه برای انجام فعالیت شدت متوسط (زیر ۳۰ دقیقه)			
	فرهنگ استفاده از فضای مجازی عامل کم تحرکی جامعه			
	آگاهی به جامعه برای پیامدهای مثبت ورزش منظم و مستمر			
	افزایش آگاهی افراد جامعه در برابر بحران ها			
	مشاوره های تخصصی مردم برای ورزش سلامت محور			
	تدوین بروشورهای میزان کالری مصرفی توسط متخصصان ورزشی			
	ارائه آگاهی بخشی میزان فعالیت ورزشی توسط متخصصان ورزشی			
	استفاده از سامانه های مجازی در کنترل آمادگی جسمانی افراد			
	اطلاع رسانی ورزش برای افراد جامعه با اسناد، شواهد و مستندات			
	ایجاد زیرساخت های آموزش مجازی برای مربیان و مدرسین ورزش			
	استفاده از آموزش های همگانی برای درک مسئولیت های افراد	توسعه دانش		
	آموزش های پیشگیری در درک شناختی صحیح از منابع			
	بررسی بازه های زمانی متفاوت در تأثیرگذاری ورزش در جامعه			

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری
	استفاده از الگوهای موفق ورزش سلامت محور در دنیا			
	توجه به آموزش در بعد سلامتی ورزش برای فرد			
	ارائه آموزش های کنترل میزان کالری مصرفی توسط رسانه ها			
	نقش پژوهشگران اجتماعی در توسعه پیشگیری با ورزش			
	آسیب های ناشی از ورزش کردن افراد بدون داشتن مربی و راهنمایی			
	مطالعه بر روی کارکردهای ورزش سلامت محور برای سنجش ورزش			
	نگرش اساتید ورزشی برای تأثیرگذاری ورزش در جامعه			
	ورزش سلامت محور در دروس و کلاس های ورزشی در دانشگاه			
	آگاهی جامعه از تولید دانش بر خواسته از متخصصان دانشگاهی			
	تولید دانش ورزش سلامت محور توسط متخصصان دانشگاهی			
	اهرم محوری دانش متخصصان دانشگاهی برای نگرش سازی			
	پرورش مربیان دوره دیده ورزش سلامت محور			
	بالا بردن سطح دانش افراد جامعه در برابر آمادگی و مقابله با بحران			
	در اختیار داشتن مربیان با دانش ورزش سلامت محور			
	آموزش لازم برای افراد جامعه از طریق رسانه ها برای آمادگی بحران			
	هدف روان شناسی تمرین پیشگیری	معیار سنجش ورزش سلامت محور		زیر ساخت های تسهیل کننده
	ماهیت هوازی ورزش سلامت محور			
	مخالف بودن برخی از ورزش سلامت محور با ورزش حرفه ای			
	استفاده از معیارهای جهانی برای توسعه ورزش سلامت محور			
	تعریف ارکان ورزش سلامت محور برای عموم جامعه			
	افزایش آمادگی جسمانی و عامل های سلامت با ورزش			

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری	
	تجویز دارو و درمان مبتلایان توسط افراد متخصص	تخصص گرایی		زیر ساخت سلامت بخش	
					تخصص گرایی با علم روز دنیا در طبابت بیماران غیر واگیر
					تخصص گرایی برای انتخاب مدیران و مسئولین ورزشی کشور
					استفاده از متخصصان، فیزیولوژیست و حرکات اصلاحی
	افزایش انتقال ویروس باشگاه سرپوشیده و تجهیزات مشترک	کارکردهای سلامتی	سالم سازی جامعه		نقشه مکملی تغذیه در کنار ورزش
					ورزش سلامت محور ورزش تفریحی
					افزایش طول عمر جامعه با ورزش سلامت محور
					اجرای ورزش باهدف کسب سلامتی
					پیامدهای فعالیت های ورزشی در سنین میان سالی
					لذت بردن با انتخاب شدت و زمان مناسب
					کیفیت زندگی
	نقش ورزش سلامت محور بر سبک زندگی سالم				
	کارکردهای اقتصادی				دریافت سبک زندگی ناسالم با دوری از ورزش
					هزینه زیاد در درمان به جای پیشگیری
					سرمایه گذاری ورزش نسبت به وقت گیر بودن آن
					سرمایه گذاری مالی با توجه به زمان های بیماری

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری
افراد سالم محرکه اقتصادی جامعه	کارکردهای روانی			
کاهش هزینه های درمانی با پیشگیری از بیماری ها				
تقویت استحکام ذهنی در زمان پیشگیری				
افزایش تاب آوری شناختی و مقاومت ایمنی بدن				
حفظ بنیه روانی و تأثیر آن بر شرایط جسمانی				
تقویت امید به زندگی در زمان پیشگیری				
تمرین برای تأمین مهارت های روان شناختی برای پیش بینی فشار روانی				
درک ظرفیت ها و قابلیت های روانی فردی از طریق آموزش				
روان شناسی ورزشی محور اصلی تمرین و ورزش				
استفاده از کاربردهای علم روان شناسی در ورزش				
دارا بودن کارکردهای روانی ورزش سلامت محور				
مدیریت فشار روانی در افراد جامعه با ورزش				
تأثیر ورزش بر افزایش روحیه تیمی و کارگروهی در مقابله با بحران				
افزایش شادابی و روحیه افراد با ورزش				
تأثیر ورزش سلامت محور بر ابعاد روانی افراد				

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری
تأثیرات مستقیم و غیرمستقیم روانی ورزش بر جامعه	کارکردهای اجتماعی			
دسته‌بندی رشته‌های ورزشی مختلف از نظر خطرپذیری	کاهش آسیب‌پذیری جامعه از بحران با کاهش بیماری‌های مزمن	حداقل سازی خطرپذیری جامعه		
تأثیر ورزش سلامت محور در کاهش بیماری‌های مزمن	کاهش آسیب‌پذیری جامعه از بحران با کاهش بیماری‌های مزمن	حداقل سازی خطرپذیری جامعه		
کاهش آمادگی آمادگی آمادگی آمادگی	کاهش آمادگی آمادگی آمادگی آمادگی	حداقل سازی خطرپذیری جامعه		
کاهش آمادگی آمادگی آمادگی آمادگی	کاهش آمادگی آمادگی آمادگی آمادگی	حداقل سازی خطرپذیری جامعه		

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری
	کاهش اثرات زیان بار بحران های بیماری زا با ورزش سلامت محور			
	اختلال و بیماری کمتر با ارتقا آمادگی جسمانی			
	افزایش توان عضلانی و انعطاف پذیری با ورزش هوازی			
	جذب ویتامین دی با ورزش کردن در فضای باز از خورشید			
	افزایش سطح سلامت جسمانی با ورزش			
	کاهش کبد چرب با توسعه ورزش سلامت محور			
	کنترل بیماری های مزمن با ورزش مستمر			
	پیشگیری از بیماری ها با پرداختن به فعالیت ورزشی			
	آمادگی در برابر بیماری های واگیردار با تقویت دستگاه ایمنی با ورزش			
	ارتباط بین فعالیت بدنی و ورزش با دستگاه ایمنی فعال در افراد			
	تقویت دستگاه ایمنی در ورزشکاران			
	نقش پیشگیرانه ورزش سلامت محور با تقویت دستگاه ایمنی			
	تأثیر ورزش برای جلوگیری از کوچک شدن عضلات			
	تأثیر ورزش بر جلوگیری از دست دادن بافت عضله			
	توجه به تأثیر ورزش بر دستگاه اسکلتی عضلانی			
	توجه به تأثیر ورزش بر دستگاه قلبی، عروقی و تنفسی			
	فعال کردن عضلات و افزایش ضربان قلب با فعالیت ورزشی			
	اثر معجزه آسای ورزش برای حفظ تندرستی افراد			
	افزایش بازده قلب در اثر فعالیت بدنی			
	افزایش حجم دستگاه تنفسی در اثر فعالیت بدنی			
	افزایش حجم ریه مبتلایان با تمرینات تنفسی			
	بالارفتن سطح ایمنی با واکسیناسیون جامعه			
	افزایش ایمنی در اثر ورزش هوازی با شدت متوسط			
	کاهش بیماری تنفسی با انجام ورزش هوازی متوسط			

ایمن سازی بدن

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری
	بهبودی راحت تر کرونا با انجام ورزش سلامت محور			
	افزایش حجم ریه ها با ورزش های هوازی			
	افزایش کیفی دستگاه ایمنی انسان با ورزش سلامت محور			
	ورزش سلامت محور عامل تعادل هورمون های بدن			
	ورزش منظم عامل تشدیدکننده فشار روانی			
مقابله در حین رویداد بحران	شکل گیری شبکه های اجتماعی برای مدیریت بحران	ملا حظات روان درمانی پروتکل اجرایی برای ورزش		
	برقراری تعادل شناخت و عواطف انسان برای عبور از بحران			
	استفاده از تمرین آرامیدگی در زمان قطع ارتباط اجتماعی			
	استفاده از تمرین خودگویی های مثبت در زمان قطع ارتباط اجتماعی			
	استفاده از تمرین تصویرسازی ذهنی در زمان قطع ارتباط اجتماعی			
	تقویت تاب آوری شناختی در زمان مقابله			
	وجود افکار منفی در زمان قرنطینه برای مبتلایان			
	تبدیل فشار روانی به اضطراب به دلیل عدم توانایی پاسخ به خواست محیطی			
	وجود فشار روانی از طریق منابع محیطی			
	رعایت پروتکل بهداشتی برای مبتلایان به ویروس			
	هدف روان شناسی تمرین درمان مکمل			
	استانداردسازی اماکن ورزشی از نظریه تهویه برای جلوگیری از ابتلا			
	گروه بندی رشته ها و اماکن ورزشی برای قطع نشدن ورزش افراد			
	ورزش به صورت انفرادی در فضاهای روباز برای جلوگیری از ابتلا			
	تعریف ورزش های جایگزین برای انجام توسط افراد در زمان پاندمی			
	موظف کردن باشگاه داران به رعایت پروتکل بهداشتی			
	نظارت بر اجرای پروتکل های کرونایی در باشگاه ها و اماکن ورزشی			
	لحاظ کردن محدودیت ها و جریمه های نقدی برای حفظ افراد جامعه			
	انتقال ویروس کرونا از طریق گروه های اجتماعی			
	تعطیلی اماکن ورزشی عمومی باتوجه به پاندمی کرونا			
	رعایت فاصله گذاری اجتماعی برای کاهش ابتلا افراد به کرونا			

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری
	واگذاری سیاست گذاری مدیریت بحران به متخصصین توسط حکمرانان	تخصص گرایی در مقابله بحران به دوراز سیاسی کاری		
		استفاده از فرصت پاندمی برای ثبت اطلاعات افراد در مراکز بهداشتی		
		غافلگیرشدن سرتاسر جهان توسط بیماری کووید ۱۹		
		حیاتی بودن اقدام به موقع در مقابل بحران		
		توجه به تصمیم گیری در مقابله با بحران با داشتن سناریوهای سازگار		
		پندگرفتن از تجربیات بحران های گذشته در کشور		
		برنامه ریزی معیشتی برای مردم در زمان پاندمی از طریق متخصصان		
		برنامه ریزی ملی در برابر مقابله با بحران ها		
		برنامه ریزی کلان جهت مقابله با بحران توسط سه قوه کشور		
		برنامه ریزی کلان وزارت ورزش و جوانان جهت آمادگی مقابل کرونا		
		برنامه ریزی راهبردی برای نظام آموزشی رسمی کشور در زمان بحران		
		داشتن برنامه کلان برای مقابله با بحران در وزارتخانه ها		
	ازبین رفتن کارکرد عادی فرد در زمان ابتلا	آسیب پذیری بیشتر گروه های با دستگاه ایمنی ضعیف در برابر کرونا	تأثیرات جسمی	
		متغیر بودن دوران نهفتگی کرونا بین ۲ تا ۱۴ روز		
		بیشترین آمار مرگ و میر کرونا ناشی از دستگاه قلب عروق و تنفسی		
		متفاوت بودن علائم و عوارض ناشی از کرونا در افراد مبتلا		
		افزایش وزن ناشی از کم تحرکی حاصل از پاندمی کرونا		
	استفاده صحیح از فضای مجازی برای کاهش فشار روانی جامعه	آموزش راهبردهای اجرایی برای ورزش سلامت محور در زمان بحران	آگاهی بخشی	
		مدیریت کردن ابعاد روانی فضای مجازی در بحران		
		خطر آفرین بودن اخبار منتشره در فضای مجازی بدون بررسی اطمینان آن		
		تبلیغات در خصوص آگاهی بخشی عمومی نسبت به پاندمی		
		کسب شناخت از وضعیت آگاهی مردم توسط سیاست گذاران		
		صرف زمان برای آموزش و آگاهی دادن جامعه برای مقابله با بحران		

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری
		استفاده همه جانبه از رسانه ها و فضای مجازی برای آمادگی بحران		
		استفاده از سامانه های هوشمند مجازی با قابلیت نظارتی بر مخاطبان		
		آگاهی بخشی اطلاعات صحیح و به روز به جامعه در زمان پاندمی		
	قوانین و مقررات	منسجم بودن سیاست گذاری و حکمرانی برای مشروعیت داشتن دستورالعمل ها		
		وضع قوانین و ضمانت اجرایی آن در راستای حفظ جامعه در بحران		
		تأثیر قوانین و مقررات بر تشدید شیوع بیماری در بحران		
	تأثیرات اجتماعی	تشویق افراد توسط ورزشکاران به ورزش برای کاهش بار روانی بحران		
		تأثیر شرایط اجتماعی حاکم بر رعایت فاصله گذاری اجتماعی در بحران		
		مسئولیت پذیری اجتماعی افراد جامعه برای مقابله با بحران		
	تأثیرات ورزش کردن	تأثیر آشکار کرونا برای افراد با و بدون انجام ورزش		
		تجویز نشدن فعالیت بدنی برای مبتلایان دارای تب		
		انجام فن تنفس صحیح در افراد مبتلا با علائم خفیف		
		قطع نشدن فعالیت ورزشی تحت هر شرایطی		
		افزایش التهاب در بیماران مبتلا در اثر ورزش کردن		
		افزایش درگیری ویروسی با عضله قلب در اثر ورزش کردن بیمار مبتلا		
		متفاوت بودن برگشت به ورزش توسط بیماران با علائم شدید یا خفیف		
		تجویز نشدن فعالیت ورزشی برای افراد درگیر در حین ابتلا		
		توصیه نپرداختن به فعالیت بدنی در زمان ابتلا شدن به کرونا		
		امیدواری افراد مبتلا از لذت و هیجان تماشای برنامه های ورزشی		
		انجام فعالیت بدنی سبک و کششی برای افراد با علائم خفیف کرونا		
کاهش اکسیژن با ورزش کردن افراد مبتلا به کرونا				
درمان نبودن ورزشکاران در برابر ابتلا به ویروس کرونا				
اندک بودن آمار مرگ و میر ورزشکاران ناشی از ابتلا به کرونا				
تأثیرات اقتصادی	ورود امور خیرین برای کاهش آسیب های بحران			
	تأثیر تحریم های سیاسی برای تأمین تجهیزات و دارو در پاندمی			
	اتخاذ تمهیدات برای حمایت از وضعیت معیشتی اقشار در مدیریت بحران			

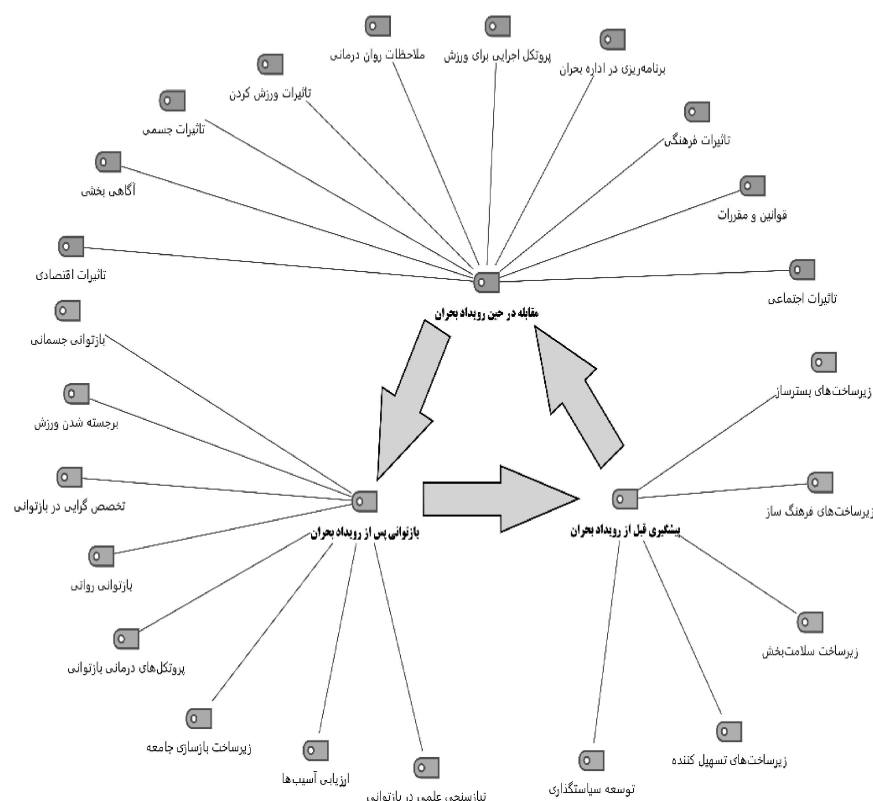
کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری
بازتوانی پس از رویداد بحران	پروتکل های درمانی بازتوانی	مضاعف شدن مشکلات در اثر وجود بحران اقتصادی و کرونا		
		تأثیر تحریم های اقتصادی بر تشدید شدن بیماری کووید در کشور		
		تأثیر شرایط معیشتی برای رعایت فاصله گذاری اجتماعی در بحران		
		هم زمانی بحران کرونا با بحران اقتصادی در جامعه ایران		
	تخصص گرای در بازتوانی	تأثیر باورهای غلط جامعه در تشدید آثار بحران		فناوری
		تغییر سبک زندگی در زمان مواجهه با بحران		
		هدف روان شناسی تمرین مقابله با اختلالات		
		انتخاب بهترین زمان بلافاصله پس از دوران نقاهت برای بازتوانی		
		استفاده از الگوهای استاندارد در بازتوانی مبتلایان		
		غریبالگری مبتلایان برای تدوین پروتکل های خاص بازتوانی		
بازتوانی جسمانی	پروتکل های درمانی بازتوانی	طراحی حرکات و تمرینات ورزشی برای بازتوانی آسیب دیدگان کرونایی		
		تدوین پروتکل های درمانی بازتوانی برای گروه های مختلف		
		مشورت با متخصصان پزشکی برای شروع فعالیت بدنی		
		برنامه ریزی درمان جامعه آسیب دیده جسمی کرونا با متخصصان ورزشی		
	تخصص گرای در بازتوانی	تشکیل گروه مجهز آسیب شناسی و حرکات اصلاحی برای آسیب دیدگان کرونایی		
		ارزیابی تخصصی برای بازگشت مجدد ورزش در ایستگاه فدراسیون پزشکی		
		تخصص گرایی در بازسازی و بازتوانی پس از بحران		
		بازتوانی با قرارگرفتن متخصص داخلی عفونی در کنار متخصصان ورزشی		
		ارائه پروتکل فعالیت ورزشی توسط متخصصان ورزشی برای بهبود یافتگان		
بازتوانی جسمانی	شرایط جسمانی پس از پاندمی	قطع شدن چرخه ورزش و تأثیرگذاری طولانی مدت فعال بودن		
		تأثیر قطع شدن چرخه ورزش در کوتاه مدت برای ورزش حرفه ای		
		قرنطینه خانگی و افزایش وزن و چاقی افراد جامعه در زمان کرونا		
		معلولیت ایجاد شده ناشی از کرونا برای افراد مسن		
		مشکلات قلبی و عروقی ایجاد شدن ناشی از درگیری با کرونا		

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری	
	لقای احساس موفقیت موقتی و مداوم با انجام فعالیت ورزشی افزایش شایستگی جسمانی و ارتقای عزت نفس پس از بحران کسب رضایت مندی درونی با فعالیت بدنی منظم پس از بحران تلخ انجام فعالیت بدنی منظم و کسب لذت پس از بحران تلخ انجام فعالیت بدنی منظم برای ایجاد شادکامی پس از بحران تلخ	کارکردهای روانی فعالیت بدنی			
	کاهش حجم ریه ها ناشی از درگیری تنفسی توسط کرونا ارزیابی و درمان دستگاه تنفسی بهبودیافتگان بازتوانی تنفسی افراد جامعه پس از بهبود	بازتوانی تنفسی			
	ویزیت قلبی عروقی تنفسی مبتلایان برای شروع مجدد ورزش ارزیابی و درمان عضلانی مبتلایان بهبودیافته توجه به ضعف عضلات در اثر ابتلا به کرونا پس از بهبود ضعف عضلات کل افراد جامعه حاصل از پاندمی کرونا	بازتوانی عضلانی پس از بهبود			
	کنترل هیجانات و اختلالات روانی با تقویت احساس تعلق گروهی کنترل هیجانات و اختلالات روانی با حمایت اجتماعی انجام تمرینات اختلال درمانی روانی در شرایط بحران دستیابی به خودآگاهی برای کنترل بهتر عوامل تأثیرگذاری اضطراب و فشار روانی در برهم زدگی اجتماعی تأثیرگذاری اضطراب و فشار روانی بر کارکردهای ارتباطی تأثیرگذاری اضطراب و فشار روانی بر کارکردهای جسمانی تأثیرگذاری اضطراب و فشار روانی بر کارکردهای هیجانی تأثیرگذاری اضطراب و فشار روانی بر کارکردهای شناختی مدیریت هیجانات از طریق روان شناسی ورزشی مدیریت فشار روانی در زمان هم خوان بودن فشار روانی با ادراک کنترل عواطف از طریق روان شناسی ورزشی	بازتوانی روانی			

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری
	مدیریت افکار از طریق روان‌شناسی ورزشی	ورزش سلامت محور مقابله با اختلالات و بیماری‌ها		
		افزایش روحیه اجتماعی پس از بحران با ورزش		
		کاهش افسردگی پس از بحران با برنامه‌های مفرح ورزشی		
		افسردگی بعد از شوک پس از اتمام پاندمی ناشی از دست دادن عزیزان		
		روحیه نامناسب افراد ناشی از دست دادن عزیزان خود بعد پاندمی		
		خستگی روحی افراد جامعه ناشی از محدودیت‌های ایجاد شده		
		کاهش فشار روانی و اضطراب ناشی از بیماری کووید با ورزش سلامت محور		
		تعدیل کردن بیماری‌های وسواس ناشی از کرونا با ورزش سلامت محور		
		برنامه‌ریزی درمان بیماری‌های روان‌پریشی و روان‌نژندی ناشی از کرونا		
		تعیین سطح ریسک افسردگی و درمان آن توسط متخصصان روان‌پزشکی		
		مشاوره با روان‌شناسان برای افراد افسرده پس از بهبود		
	تعیین جامعه هدف برای افراد آسیب‌دیده جسمی ناشی از کرونا	عوارض ناشی از کرونا پس از بهبود یافتن مبتلایان	ارزیابی آسیب‌ها	
		ارزیابی آسیب‌های جامعه در عصر پساکرونا		
	برجسته‌شدن ورزش	برگشت فرد به جامعه پس از اتمام پاندمی		
		بازسازی جامعه با بازگشایی اماکن ورزشی و... پس از پاندمی		
		ورزش کمک‌کننده برای برگشت به وضعیت عادی زندگی پس از پاندمی		
		شروع کردن فعالیت ورزشی با شدت کم پس از بهبود یافتن افراد مبتلا		
		ترویج و تشویق مردم به ورزش پس از پاندمی و بحران		
		توان بخشی ورزش و بازگشت شرایط عادی زندگی افراد آسیب‌دیده کرونایی		
		افزایش انگیزه افراد برای مشارکت در ورزش پس از پاندمی		
		نقش برجسته ورزش در بازتوانی عصر پساکرونا		
		نقش ورزش درمانی در بازتوانی بهبود یافتگان		

کد اولیه	مقوله فرعی مرتبه اول	مقوله فرعی مرتبه دوم	مقوله اصلی	کد محوری
	نیازسنجی علمی در یان توانی	تغییر دیدگاه هوای پاک و جلوگیری از آلودگی هوا با پیشامد پاندمی		
		استفاده از تحقیقات وسیع جامعه شناسی توسط سیاست گذاران و مدیران		
		مطالعه برای برطرف کردن آسیب های ناشی از کرونا		
		بررسی مطالعه تطبیقی جوامع پیشرفته ورزش در آمار مرگ و میر کرونا		
		بررسی تحقیقاتی در مورد چاقی و اضافه وزن جامعه در زمان بحران کرونا		
	زیر ساخت باز سازی جامعه	وجود ابهام در آینده تشدید کننده آسیب های ناشی از بحران		
		درس گرفتن از تجربیات دوران کرونا برای بحران های طبیعی و جنگی		
		درس و عبرت از بیماری کرونا در خصوص فراهم سازی زیر ساخت ها		
		توجه به دوران پساکرونا برای فراهم کردن شرایط سخت افزاری ورزش		
		توجه به عصر پساکرونا برای تجهیز مراکز پیشگیری و درمان		
		حمایت دولت از بچه های بی سرپرست ناشی از کرونا		

محقق نزدیک به ۸ ماه درگیر جمع آوری ادبیات و مشخص کردن خلأهای تحقیقاتی در این حوزه بوده است و با درگیری مداوم و مطالعه منظم ابعاد مختلف نیز به زوایای مختلف تحلیل های خود و مفاهیم بدست آمده اشرافیت پیدا نمود و اکنون محقق بر اساس درک و شهود کسب شده با یک مشاوره و بحث همه جانبه با خبرگان این حوزه در نهایت الگوی خود را مطابق شکل زیر ارائه می کند.



شکل ۶: الگوی مدیریت بحران ویروس های همه گیر با نقش ورزش سلامت محور

بحث و نتیجه

مدیریت بحران ورزش سلامت محور در مقابل ویروس های همه گیر شامل پیشگیری قبل از رویداد بحران متشکل از زیرساخت های بستر ساز، زیرساخت های فرهنگ ساز، زیرساخت سلامت بخش، زیرساخت های تسهیل کننده و توسعه سیاست گذاری است و مقابله در حین رویداد بحران متشکل از تأثیرات اجتماعی، قوانین و مقررات، تأثیرات فرهنگی، برنامه ریزی در اداره بحران، پروتکل اجرایی برای ورزش، ملاحظات روان درمانی، تأثیرات ورزش کردن، تأثیرات جسمی، آگاهی بخشی و تأثیرات اقتصادی است و بازتوانی پس از رویداد بحران متشکل از بازتوانی جسمانی، برجسته شدن ورزش، تخصص گرایی در

بازتوانی، بازتوانی روانی، پروتکل‌های درمانی بازتوانی، زیرساخت بازسازی جامعه، ارزیابی آسیب‌ها و نیازسنجی علمی در بازتوانی است.

پیشنهادهای اجرایی شدن پیشگیری قبل از رویداد بحران شامل: ۱- سرمایه‌گذاری در ورزش سلامت محور توسط شرکت‌های صنعتی با اصلاح قانون و معاف مالیاتی برای آنان، هماهنگی بین مجلس شورای اسلامی و دولت در تصویب بودجه مطلوب حوزه ورزش سلامت محور، ترغیب و ایجاد انگیزه برای خیرین ورزش‌یار در راستای تأمین بخشی از اعتبارات مورد نیاز، ایجاد وحدت رویه و برنامه‌ریزی راهبردی در خصوص در اختیار گذاردن اماکن و تأسیسات و تجهیزات در اختیار ارگان‌ها و سازمان‌ها، استفاده از نیروهای داوطلب و نظام‌های داوطلبی و ایجاد انگیزه برای آنان به منظور صرفه‌جویی در منابع مالی، عدم توزیع نابه‌جای اعتبارات ویژه ورزش سلامت محور در سایر بخش‌ها و جلوگیری از تخلفات مالی در راستای نهادینه کردن ورزش سلامت محور ۲- اختصاص شبکه‌ای خاص در رادیو و تلویزیون به ورزش سلامت محور در راستای افزایش مشارکت عامه مردم در ورزش سلامت محور، وجود تحصیل‌کرده‌های مدیران رسانه ورزشی در صداوسیما در راستای برنامه‌سازی علمی و دادن دانش و آگاهی صحیح به عموم در خصوص ورزش سلامت محور، برنامه‌ریزی در خصوص عجلین کردن ورزش سلامت محور در فیلم‌نامه‌های تدوین سریال‌ها و فیلم‌های سینمایی در کشور، استفاده از پیام‌های تبلیغاتی کوتاه در راستای آگاهی بخشی و ایجاد نگرش مثبت به ورزش سلامت محور در راستای نهادینه کردن ورزش سلامت محور در کشور ۳- وحدت رویه در بین نهادها و ارگان‌های دولتی و خصوصی با وجود مدیریت واحد و یکپارچه ورزش سلامت محور در کشور و همچنین مشخص کردن ساختار کلان در ورزش سلامت محور کشور ۴- تربیت، آماده‌سازی، حفظ و نگهداری نیروهای متخصص و توانمند برای ورزش سلامت محور ایران با وجود نقشه راه و مدیریت واحد و یکپارچه در ورزش سلامت محور، انتصاب افراد باصلاحیت علمی و عملی در جایگاه‌های مختلف ورزش سلامت محور با وجود مدیریت واحد و یکپارچه در ورزش سلامت محور، آموزش نیروهای داوطلب با سازمان‌دهی صحیح توسط مدیریت واحد و یکپارچه در راستای نهادینه کردن ورزش سلامت محور کشور ۵- فراهم کردن شرایط ورود همه‌جانبه اقبال به ورزش سلامت محور به‌دوراز سیاسی‌کاری و

همچنین توزیع عادلانه سرانه و فراهم کردن امکانات و زیرساخت های حقوقی و قانونی و همچنین بستر سازهای اماکن و تأسیسات، استفاده از جمعیت بالقوه و پتانسیل جمعیت قابل توجه جوان در کشور، سهولت دسترسی امکانات با استفاده از ظرفیت های موجود کشور در راستای ورود همه جانبه اقشار و نهادهای کردن ورزش سلامت محور ۶- توجه و اهتمام به ورزش بانوان به عنوان محور خانواده در راستای نهادهای کردن ورزش سلامت محور در خانواده ها و کشور، فراهم کردن شرایط حضور بانوان در ورزش سلامت محور و برقراری امنیت خاطر بانوان در خصوص ورزش کردن در فضاها و محیط های باز به عنوان محوریت خانواده ها، احداث باشگاه های مختص بانوان و همچنین احداث باشگاه های کودک و مادر در راستای استفاده بهینه از جایگاه اجتماعی خانواده ها، مشارکت دادن خانواده ها با طرح های جامع ترغیب کننده خانواده ها و گرایش آنان به ورزش سلامت محور در راستای ترویج الگوی مناسب فعالیت بدنی برای سایر اعضای خانواده ۷- آموزش و آگاهی دادن والدین در خصوص تأثیرات ورزش سلامت محور برای کسب توفیقات فردی و اجتماعی فرزندان با همراه کردن فرزندان در ورزش سلامت محور با والدین ۸- برنامه ریزی جامع و دقیق در خصوص برجسته سازی و محبوبیت ورزشکاران شاخص و الگو در راستای ترغیب عموم مردم و نهادهای کردن ورزش سلامت محور کشور با تغییر نگرش سیاستمداران کشور در این خصوص است.

پیشنهادهای مقابله در حین رویداد بحران شامل: ۱- برنامه ریزی در خصوص ورزش سلامت محور در فضاها و باز با رعایت پروتکل های بهداشتی در راستای جلوگیری از آسیب های اجتماعی و روانی افراد جامعه ۲- برنامه ریزی در خصوص اطلاع رسانی و آگاهی بخشی به جامعه از طریق رسانه های جمعی در راستای چگونگی حفظ تناسب اندام در خانه ۳- فراهم کردن زیرساخت ها و بسترهای هوشمندسازی در جامعه در راستای سهولت در ارائه خدمات آموزشی و فرهنگ سازی ۴- وضع قوانین ترغیب کننده برای عموم جامعه در راستای سوق دادن افراد جامعه به ورزش سلامت محور در راستای حفظ تناسب اندام و همچنین تقویت سیستم ایمنی بدن ۵- تدوین دستورالعمل ها و هشدارها برای آگاهی بخشی افراد جامعه در خصوص چگونگی انجام ورزش سلامت محور در زمان ابتلا و پس از بهبود طی بازه های زمانی متفاوت ۶- آگاهی جامعه

از رعایت پروتکل های بهداشتی در اماکن ورزشی و استفاده از تجهیزات ورزشی، ترغیب افراد جامعه با استفاده از فضاهای باز ورزشی ۷- ورود متخصصین روان شناسی، جامعه شناسی، پزشکی، مدیریتی، فیزیوتراپیست ها، اپیدمیولوژیست ها در راستای تدوین دستورالعمل ها و پروتکل های اجرایی ورزش در جامعه ۸- اتخاذ تمهیدات برای حمایت از وضعیت معیشتی افشار آسیب پذیر متأثر از بحران و ترغیب خیرین برای مساعدت افراد آسیب پذیر در راستای کاهش خسارات محتمل ۹- آگاهی دادن و برنامه ریزی ملی در راستای استفاده از پزشکان ورزشی به منظور اطلاع رسانی از طریق رسانه های ملی و شبکه های اجتماعی در راستای برگشت افراد مبتلا به ورزش با توجه به نوع علائم و شدت درگیری افراد به ویروس ۱۰- استفاده از افراد برجسته ورزشکار در راستای ورود آنان به افکار عمومی با استفاده از رسانه ملی و شبکه های اجتماعی در راستای ارتقای امید به زندگی و مسئولیت پذیری اجتماعی ۱۱- شفاف سازی در خصوص ادعاهای بی اساس و شایعات منتشر شده در راستای بحران پیشامد از طریق رسانه های مختلف ۱۲- سازماندهی نیروهای داوطلب و خودجوش در راستای کاهش آسیب های فرهنگی و اجتماعی ناشی از بحران با ارائه خدمات ورزش سلامت محور به آحاد جامعه ۱۳- استفاده از تخصص های متفاوت و متناسب با ورزش سلامت محور در مقابله با تأثیرات بحران ویروس کرونا در جامعه ۱۴- جایگزین نمودن فعالیت ورزشی فیزیکی با فعالیت های ذهنی و فکری شاد در راستای کاهش بار روانی ناشی از بحران پیشامد است.

پیشنهاد های بازتوانی پس از رویداد بحران شامل: ۱- ثبت تجربیات بحران ویروس کرونا برای کنترل بحران های مشابه در آینده و فراهم سازی زیرساخت های نرم افزاری و سخت افزاری ۲- توسعه پژوهش های جامعه شناسی در راستای درست عمل کردن در برخورد با بحران های آتی ۳- بازگشایی اماکن ورزشی و سهولت دسترسی تجهیزات ورزشی برای استفاده همگان در جهت بازگشت شرایط عادی ۴- توانبخشی افراد آسیب دیده کرونا از نظر بُعد روانی و جسمی با پیش بینی برنامه های ورزش درمانی و ترغیب افراد جامعه به ورزش سلامت محور ۵- ارزیابی آسیب های وارد شده بر جامعه و عوارض ناشی از مبتلایان در راستای برنامه ریزی در جهت کاهش آسیب ها ۶- مدیریت افکار، هیجانات و عواطف با بهره گیری از متخصصان روان شناسی ورزشی در راستای رفع خستگی های

ناشی از محدودیت‌ها و آسیب‌های روحی وارد شده بر جامعه و افراد و درمان روان‌پریشی و روان‌نژندی ناشی از بحران ۷- درمان معلولیت‌های جسمی ناشی از ابتلا به کرونا با بهره‌گیری از متخصصان پزشکی ورزشی و بازتوانی عضلانی پس از رهایی از کرونا یا پس از اتمام بحران ۸- استفاده از الگوهای موفق و استاندارد برای بازتوانی مبتلایان پس از دوران نقاهت و با غربالگری مبتلایان برای تدوین پروتکل‌های خاص بازتوانی ۹- تشکیل تیم‌های مددجویی آسیب‌شناسی و حرکات اصلاحی برای آسیب‌دیدگان ناشی از ویروس کرونا با بهره‌گیری از متخصصان پزشکی ورزشی و روان‌شناسی ورزشی ۱۰- ارائه پروتکل‌های ویژه و به صورت کاملاً منحصر به فرد با توجه به عوارض و سطح درگیری فرد با برنامه‌ریزی مدون فعالیت ورزشی توسط متخصصان ورزشی برای بهبودیافتگان است.

فهرست منابع

الف- منابع فارسی

- احمدی زاد، سجاد، باسامی، مینو. (۱۳۹۹). نقش ورزش در بهبود سیستم ایمنی و بیماری همه گیر و ارائه دستورالعمل های ورزشی مرتبط. نشریه فیزیولوژی ورزش و فعالیت بدنی، ۱۳(۱): ۱-۱۵.
- جعفری، علی، زرگر، طیبیه سادات. (۱۴۰۲). نقش صداوسیما در توسعه فرهنگ ورزش در دوران کرونا (مورد مطالعه: شهروندان تهرانی)، ۳(۱۱۵): ۱۵۱-۱۳۱.
- رضایی، شمس الدین. (۱۴۰۲). تأثیرات شیوع کووید - ۱۹ بر ورزش همگانی در ایران. مطالعات راهبردی ورزش و جوانان، ۵۹: ۴۱۰-۳۹۷.
- سلیمی، اکبر (۱۳۹۳)، شناسایی مؤلفه ها و شاخص های مدیریت بحران های اجتماعی و ارائه الگوی کاربردی انتظامی، فصلنامه مطالعات مدیریت انتظامی، سال نهم، شماره ۳.
- شکاری، رضا، کشاورز، لقمان، رضایی صوفی، مرتضی. (۱۴۰۲). طراحی مدل پس آیندهای رفتاری مردم در حوزه ورزش، پس از پایان بیماری کرونا. مطالعات مدیریت رفتار سازمانی در ورزش، دوره ۱۱، شماره ۳، پیاپی ۴۳، مهر ۱۴۰۳.
- صفاری، مرجان، قره، محمدعلی. (۱۳۹۵). شناسایی و رتبه بندی عوامل محیطی مؤثر بر همگانی شدن ورزش های تفریحی ایران. مدیریت ورزشی، ۱۸(۱)، ۶۸-۵۱.
- کاشانی، سعیده، میرزازاده، زهرا سادات، دارابی، مسعود. (۱۴۰۰). مروری بر وضعیت ورزش همگانی در دوران پاندمی کووید ۱۹. هفتمین همایش ملی دانشجویی علوم ورزشی دانشگاه شهید بهشتی.
- نصر اصفهانی، داود، رهبری، سمیه، جعفری، سعید، صابری، ابوالحسن. (۱۴۰۱). ارائه مدل زمینه ای اثرات شیوع کرونا بر وضعیت ورزش ایران: شرایط، کنش ها و پیامدها. مطالعات مدیریت ورزشی، ۲۷: ۲۴۲-۲۱۵.
- ودادی، احمد، صیاد شیرکش، سعید وشفیع زاده برمی، مریم (۱۳۸۹)، هوش سازمانی و مدیریت بحران، فصلنامه مدیریت کسب وکار، سال دوم، شماره ۵.

ب- منابع انگلیسی

- Aman, M. S., Mohamed, M., and Omar-Fauzee, 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): 659-668.
- Canadian Sport for Life. (2007). Canadian Sport for Life: Long-term athlete development. Canadian Sport for Life.
- Chen, Q, Liu, T. (2020). The Effectiveness of Community Sports Provision on Social Inclusion and Public Health in Rural China. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(2), 597.1-13.
- Chong, J. K. (2004). Six steps to better crisis management. Journal of Business Strategy. 25(2): 43-46.

- COMMUNITY SPORTS COMMITTEE. 2009. Study on Sport for All – the Participation Patterns of Hong Kong People in Physical Activities Follow Up Action Plan. CSC Paper 2/09 (for discussion on 3 June 2009), https://www.lcsd.gov.hk/en/cscommittee/common/form/paper_csc_0209_e.pdf
- Cui, R. (2012). Research Status on Equalization of Public Sports Service for Nationwide Fitness in Hebei. Physics Procedia, 25, 2298-2303.
- D Svenssona, A Radmannb. (2023). Keeping distance? Adaptation strategies to the Covid-19 pandemic among sport event organizers in sweden. Journal of Global Sport Management, 8(3): 594-611.
- Faulkner, B. (2001). Towards a framework for tourism disaster management. Tourism Management, 22(2), 135-147. [https://doi.org/10.1016/S0261-5177\(00\)00048-2](https://doi.org/10.1016/S0261-5177(00)00048-2)
- Halabchi, F., Ahmadijrad, Z., & Selk-Ghaffari, M. (2020). COVID-19 Epidemic: Exercise or Not to Exercise; That is the Question!. Asian Journal of Sports Medicine, 11(1), 1.
- K Kaplanidou, A Apostolopoulou. (2023). Sport consumption intentions during a crisis: The COVID-19 pandemic. Journal of Global Sport Management, 8(4): 1-19.
- K W Lange, Yukiko Nakamura, Andreas Reissmann. (2023). Sport and physical exercise in sustainable mental health care of common mental disorders: Lessons from the COVID-19 pandemic. Sports Medicine and Health Science, 5: 151–155.
- Long, N. J. (2020). From social distancing to social containment: reimagining sociality for the coronavirus pandemic. Medicine Anthropology Theory.
- Luan, X., Tian, X., Zhang, H., Huang, R., Li, N., Chen, P., & Wang, R. (2019). Exercise as a prescription for patients with various diseases. Journal of sport and health science, 8(5), 422-441.
- Mull. Richard. F, Bayless, Kathryn.G, Jamieson.Lynn. M (2005). Recreational Sport Management, 3rd ed, Australia, Human Kinetics.
- Nieman, D. C., & Wentz, L. M. (2019). The compelling link between physical activity and the body's defense system. Journal of sport and health science, 8(3), 201-217.
- Perlman, S. (2020). Another decade, another coronavirus. In: Mass Medical Soc.
- 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.
- Woods, Ronald B. (2006). Social Issues in Sport, Human Kinetics www.websters-online-dictionary.org