



Empowering Women Through Sport: Steps Towards Promoting Social Inclusion

Alireza Zare ^{1*}, Ali Naghi Gholami ²

1. Department of Physical Education, Farhangian University, Tehran, Iran

2. Assistant professor, Sports Management department, Payame-Noor University, Tehran, Iran

Abstract

This research aims to empower women through sports: Steps towards promoting social inclusion. The research method was qualitative research with a thematic analysis approach. The statistical population of the research included all elite female athletes in sports in the country. The sample selection was carried out in the required number to reach theoretical saturation and was carried out using the snowball sampling method (16 people). The research tool was an exploratory interview. The validity of the research results was confirmed based on the professional competence of the interviewed sample, the content validity of the interview framework, and the level of agreement of the coding correctors (2 expert researchers: 0.73). Data analysis was carried out using three-stage coding in accordance with the research method. The results showed that 251 codes were identified and therefore 25 sub-themes were coded within the framework of 8 main themes: competitions and competitions, development of sports infrastructure, financial support and economic resources, education and empowerment, social acceptance and participation, media and social coverage, management and leadership, and culture and general education.

Promoting social inclusion in women's sport can lead to increased self-confidence and self-esteem among women, expanded career and social opportunities, and strengthened local and global communities.

Article information

Received: 01 May 2025

Revised: 08 June 2025

Accepted: 07 July 2025

Published: 03 September 2025



Keywords:

Social inclusion, promotion, education and empowerment

How to Cite This Article:

Zare, A. and Gholami, A. N. (2025). Empowering Women Through Sport: Steps Towards Promoting Social Inclusion. *Journal of Sport Management Knowledge*, 3(1), 100-117. <https://doi.org/10.22034/jsmk.2025.67071.1109>

* Corresponding author: zare.a@cfu.ac.ir

EXTENDED ABSTRACT

INTRODUCTION

Achieving social inclusion and developing education through sport for female athletes requires effective policymaking and careful planning. Governments and responsible institutions should actively support gender equality in sport and establish policies to facilitate women's access to sports facilities. These policies should include promoting sports education programs for women, providing financial support for sports projects, and creating safe environments for their participation in sports activities. In addition, training teachers, coaches, and other sports officials on social inclusion and gender equality can help facilitate women's participation in sports and improve the quality of sports education for them. Education programs should be tailored to the specific needs of women, paying particular attention to issues such as motivation, self-confidence, and stress management. Therefore, social inclusion and education through sport for female athletes are crucial issues that not only affect women's personal development, but can also play a key role in the social and cultural development of societies. However, to achieve these goals, it is necessary to eliminate the various social, cultural, economic, and physical barriers that women face in participating in sports and provide equal opportunities for women's participation in sports. In general, sports can be an effective tool for achieving social inclusion, gender equality, and promoting education for women. To achieve these goals, it is necessary to strengthen appropriate policies, effective planning, and social and economic support for female athletes. Therefore, this study aims to examine the factors affecting women's empowerment through sports: steps towards promoting social inclusion.

Methodology

The research method of the present study was qualitative research with a thematic analysis approach. The research participants included elite female athletes in the country's sports, who were selected purposefully for qualitative interviews on the research topic (16 interviews with 16 people and continued until theoretical saturation). The selection criteria for the research samples were the presence of three years of continuous participation as athletes in national teams and also having at least a master's degree. After analyzing the literature and to complete the promotion of social inclusion in women's sports, 16 participants were interviewed to complete the list of indicators of the indigenous model of promoting social inclusion in women's sports. The extraction of findings involved an inductive approach (part to whole) based on exploratory interviews and a systematic library study to complete it. The validity of this section was based on the individual competence of the interviewed sample, the content validity of the interview framework, and the level of agreement of the coding correctors (2 expert researchers in the sociology of sport: 0.73). The interviews were conducted based on a previously designed analytical framework. In the interview section, internal validity was increased by providing feedback to the interviewees and placing them in the research process in a way that did not affect their responses. In addition, after each interview, the model obtained up to that point was presented and, if the interviewee had any points regarding the model, it was discussed. This was done after the interview was conducted so that the interview was free from any assumptions and orientations. Since the reliability component refers to the extent of repeatability of the research findings, and in conducting qualitative studies, the researcher interprets the subject under study. Data collection continued until the researcher ensured that continuing the work did not add anything new to his knowledge. After conducting 16 interviews over a period of six months, data analysis showed that new data was not added to the previous data, because a high percentage of the data extracted from the last interviews was repetitive. Therefore, upon reaching theoretical saturation, the interviews were terminated. Qualitative researchers use the terms acceptability, transferability, and verifiability instead of the terms validity and reliability. The validity of the library study transcript and interview tool was first assessed using expert opinion. Then, it was examined through valid coding methods and reviewer agreement. Three coding stages were used to analyze the data to categorize the identified components. Coding was done using previous studies and expert opinion. The research model was also drawn up as a conceptual system framework based on the identified relationships.

Results

The results showed that 251 codes were identified and therefore 25 sub-themes were coded within the framework of 8 main themes: competitions and competitions, development of sports infrastructure, financial support and economic resources, education and empowerment, social acceptance and participation, media and social coverage, management and leadership, and culture and general education.

Discussion and Conclusion

It is recommended that governments and sports organizations, especially in developing countries, develop policies specifically to promote women's participation in sport. These policies should include financial support, strengthening infrastructure, allocating special budgets for women's sport, and promoting an equal and transparent culture in the sports community. In addition, broader public and media education should be carried out to change attitudes and strengthen social acceptance of women in sport. On the other hand, in order to reduce social barriers, cultural and social programs should be carried out to promote a positive view of women athletes and break social stereotypes. Also, creating more opportunities for women at the management and executive levels of sport, especially in key decision-making, can help redefine the position of women in sport. Promoting social inclusion in women's sport can ultimately lead to increased self-confidence and self-esteem among women, expanding career and social opportunities, and strengthening local and global communities.

توانمندسازی زنان از طریق ورزش: گام‌هایی به سوی ترویج شمول اجتماعی

علیرضا زارع^{۱*}، علی نقی غلامی^۲

۱. گروه آموزش تربیت بدنی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران

۲. استادیار، گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

اطلاعات مقاله

دریافت شده: ۱۴۰۴/۰۲/۱۱

بازنگری شده: ۱۴۰۴/۰۳/۱۸

پذیرش شده: ۱۴۰۴/۰۴/۱۶

انتشار: ۱۴۰۴/۰۶/۱۲



کلمات کلیدی:

شمول اجتماعی، ترویج، آموزش و توانمندسازی

چکیده

این پژوهش با هدف الگوی ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان می‌باشد. روش تحقیق از نوع تحقیقات کیفی با رویکرد تحلیل مضمون بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه ورزشکاران نخبه زن در ورزش ایران بود. انتخاب نمونه به روش گلوله برفی و تا رسیدن به اشباع نظری انجام شد. (۱۶ نفر). ابزار پژوهش مصاحبه اکتشافی بود. روایی نتایج پژوهش براساس شایستگی حرفه‌ای نمونه مصاحبه شده، روایی محتوایی چارچوب مصاحبه، میزان توافق مصححان کدگذاری (۲ پژوهشگر خبره: ۰/۷۳) تأیید شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از کدگذاری سه مرحله‌ای متناسب با روش تحقیق انجام شد. براساس نتایج تعداد ۲۵۱ کد شناسایی شد و از این رو ۲۵ مضمون فرعی در چارچوب ۸ مضمون اصلی مسابقات و رقابت‌ها، توسعه زیرساخت‌های ورزشی، حمایت مالی و منابع اقتصادی، آموزش و توانمندسازی، پذیرش اجتماعی و مشارکت، رسانه‌ها و پوشش اجتماعی، مدیریت و رهبری و فرهنگ‌سازی و آموزش عمومی کدگذاری گردید. ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان می‌تواند به افزایش اعتماد به نفس و خودباوری در میان زنان، گسترش فرصت‌های شغلی و اجتماعی، و تقویت جوامع محلی و جهانی منجر شود.

نحوه استناد به این مقاله

زارع، ع.ر.، غلامی، ع.ن. (۱۴۰۴). توانمندسازی زنان از طریق ورزش: گام‌هایی به سوی ترویج شمول اجتماعی. دانش مدیریت ورزش، ۳(۱)، ۱۰۰-۱۱۷. <https://doi.org/10.22034/jsmk.2025.67071.1109>

* Email: zare.a@cfu.ac.ir

مقدمه

ورزش تنها یک فعالیت جسمانی یا فیزیکی نیست؛ بلکه بستری چندوجهی برای توسعه اجتماعی، ارتقاء سلامت روان، آموزش و ترویج برابری جنسیتی به‌شمار می‌آید (Mickelsson, 2023). در جوامعی که با محدودیت‌های فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی مواجه‌اند، ورزش می‌تواند به‌عنوان ابزاری کارآمد برای توانمندسازی زنان و تقویت شمول اجتماعی ایفای نقش کند (Moustakas, 2023). با این حال، در بسیاری از کشورهای در حال توسعه، به‌ویژه در جوامعی که ارزش‌های سنتی بر نقش‌های جنسیتی تأکید دارند، زنان ورزشکار همچنان با چالش‌هایی جدی در مسیر مشارکت، آموزش و پذیرش اجتماعی روبه‌رو هستند (Jose, 2024). شمول اجتماعی مفهومی است که بر رفع تبعیض، فراهم‌سازی فرصت‌های برابر، و مشارکت فعال تمام اقشار جامعه در فرایندهای اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی تأکید دارد (Moustakas, 2023). در حوزه ورزش، این مفهوم زمانی تحقق می‌یابد که زنان، در تمام سطوح از آماتور تا حرفه‌ای، بتوانند بدون تبعیض به امکانات ورزشی، آموزش، و فرصت‌های مدیریتی و رقابتی دست یابند (Nmae, 2024). دسترسی برابر به ورزش نه تنها منجر به افزایش اعتمادبه‌نفس، هویت فردی و رضایت اجتماعی زنان می‌شود، بلکه نقش مهمی در توسعه پایدار جوامع ایفا می‌کند (Hayday, 2020). با این حال، موانع متعددی مانند نگرش‌های سنتی، کمبود زیرساخت‌های ورزشی ویژه زنان، نبود آموزش‌های تخصصی، محدودیت‌های اقتصادی، و نبود رسانه‌های حمایتی، همچنان مانع از تحقق کامل شمول اجتماعی در ورزش زنان هستند (Mohammadi, 2022). این عوامل نه تنها مشارکت زنان در ورزش را محدود می‌کنند، بلکه از تحقق ظرفیت‌های آموزشی، روانی و اجتماعی ورزش نیز جلوگیری می‌نمایند. در چنین شرایطی، بررسی ابعاد مختلف شمول اجتماعی در ورزش زنان و شناسایی سازوکارهایی برای ارتقای مشارکت و آموزش برابر، ضرورتی اجتناب‌ناپذیر است. پژوهش حاضر بر آن است تا با نگاهی بومی و مبتنی بر تجربه زنان ورزشکار نخبه، به تبیین مؤلفه‌های کلیدی شمول اجتماعی در ورزش زنان ایران بپردازد و مدلی برای ترویج مشارکت برابر و پایدار ارائه دهد (Adhikary, 2020). همچنین آموزش از طریق ورزش به‌عنوان یک رویکرد مبتنی بر فعالیت‌های فیزیکی، نقش مهمی در ارتقاء مهارت‌های فردی، اجتماعی و حتی شغلی در زنان ورزشکار دارد (Saran, 2023). ورزش به‌عنوان یک ابزار آموزشی، می‌تواند به زنان در تقویت ویژگی‌هایی مانند کار تیمی، رهبری، تصمیم‌گیری، مهارت‌های اجتماعی، انضباط فردی، و مدیریت استرس کمک کند. این مهارت‌ها نه تنها در محیط‌های ورزشی بلکه در سایر بخش‌های زندگی فردی و اجتماعی زنان نیز قابل استفاده است (Karstensen, 2024). در سال‌های اخیر، پژوهش‌های متعددی به بررسی نقش ورزش در ارتقای شمول اجتماعی، کاهش تبعیض، و تقویت حس تعلق در میان گروه‌های مختلف اجتماعی پرداخته‌اند. Marivoet (۲۰۱۴) در پژوهشی با عنوان چالش ورزش در راستای شمول اجتماعی و افزایش آگاهی در برابر تبعیض، نشان داد که ورزش به‌مثابه یک پدیده اجتماعی می‌تواند زمینه‌ساز افزایش شمول اجتماعی و ارتقای ارزش‌هایی مانند مدارا، احترام، همکاری، وفاداری و دوستی باشد. با این حال، او نیز تأکید می‌کند که در صورت وجود نابرابری‌های اجتماعی، قومی، مذهبی، جنسیتی یا مرتبط با ناتوانی، ورزش می‌تواند بازتاب‌دهنده طرد و تعصب نیز باشد. Carter-Francique (۲۰۱۸) در پژوهشی با عنوان آیا تعالی فراگیر است؟ مزایای پرورش حس تعلق در میان زنان ورزشکار سیاه‌پوست بیان می‌کند که بخش‌های ورزشی باید متعهد به تغییرات سازمانی در راستای تنوع و شمول باشند. این امر می‌تواند فرهنگ تعالی فراگیر را در میان دانشجویان، کارکنان، اساتید و مربیان تقویت کند و حس تعلق را به‌ویژه در میان زنان ورزشکار سیاه‌پوست ارتقاء دهد. Mohammadi (۲۰۲۲) نیز در مطالعه‌ای درباره گنجاندن اجتماعی زنان پناهجو از طریق ورزش اجتماعی نشان داد که برای تقویت مشارکت جسمی زنان تازه‌وارد، طراحی برنامه‌هایی مبتنی بر نیاز، غیررسمی و میان‌فرهنگی بسیار مؤثر است. در این راستا، حضور داوطلبانه و مستمر در برنامه‌های ورزشی برای دستیابی به شمول اجتماعی پایدار، اهمیت بالایی دارد. Lleixà (۲۰۲۰) در تحقیقی پیرامون شمول اجتماعی دختران مهاجر در تربیت‌بدنی، به نگرش معلمان تربیت‌بدنی نسبت به موضوعاتی چون آموزش بین‌فرهنگی، مشارکت دانش‌آموزان دختر مهاجر، تعامل خانواده‌ها و تصمیم‌گیری در مورد ترکیب گروه‌های مختلط پرداخت. نتایج

نشان داد که برای افزایش مشارکت، باید آموزش معلمان در زمینه تنوع فرهنگی، مهارت‌های ارتباط بین‌فرهنگی، و حساسیت نسبت به تبعیض‌های پنهان در محیط کلاس تقویت شود. Hayday (۲۰۲۰) با بررسی شمول اجتماعی و جنسیتی در فضای ورزش‌های الکترونیکی، به این نکته اشاره کرد که اگرچه در ظاهر شمولیت به‌عنوان ارزش غالب مطرح می‌شود، اما در عمل با پدیده‌هایی مانند نابرابری جنسیتی و تبعیض مواجه هستیم که مانعی بر سر راه مشارکت گسترده‌تر هستند. Namae (۲۰۲۴) در پژوهش خود با عنوان شمول و تعلق از طریق ورزش: زنان مهاجر در فنلاند، سه نوع مانع اصلی بر سر راه مشارکت زنان مهاجر را شناسایی کرد: موانع ساختاری (مانند شرایط آب‌وهوایی و دور بودن امکانات ورزشی)، موانع فرهنگی-اجتماعی (مانند تبعیض و هنجارهای فرهنگی)، و موانع فردی (مانند نقش‌های خانوادگی و نبود اطلاعات کافی درباره ورزش). Zhong (۲۰۲۴) در مطالعه‌ای با هدف بررسی میزان مشارکت زنان در ورزش و حساسیت جنسیتی، به حمایت جامعه از ورزشکاران زن، تشویق به رفتار برابر و رد کلیشه‌های جنسیتی اشاره کرد و تأکید نمود که ترویج این نگرش‌ها می‌تواند به افزایش فرصت‌های برابر برای زنان ورزشکار بینجامد. Karstensen (۲۰۲۴) با رویکرد تحلیل موضوعی به بررسی نقش ورزش در ارتقای شمول اجتماعی و سلامت در جوامع حاشیه‌نشین پرداخت و سه محور اصلی را شناسایی کرد: شمول اجتماعی، سلامت و رشد فردی. نتایج نشان دادند که مشارکت ورزشی سبب تقویت شبکه‌های اجتماعی، حس تعلق، سلامت روان و جسم و همچنین مهارت‌های فردی مانند رهبری و کار تیمی می‌شود. McConkey (۲۰۱۳) در پژوهشی تطبیقی در پنج کشور با عنوان ترویج شمول اجتماعی از طریق ورزش یکپارچه برای جوانان دارای معلولیت ذهنی، چهار فرآیند کلیدی را شناسایی کرد: توسعه فردی ورزشکاران، ایجاد پیوندهای فراگیر، ارتقای نگرش مثبت به ورزشکاران و تقویت همبستگی در جامعه محلی. این مطالعه نشان داد که ورزش یکپارچه می‌تواند زمینه‌ساز شمول اجتماعی در مقیاس گسترده‌تر باشد. در مجموع، پیشینه پژوهش‌ها نشان می‌دهد که شمول اجتماعی در ورزش یکی از ارکان کلیدی برابری جنسیتی، توسعه اجتماعی، و ارتقای سلامت جسمی و روانی است. با وجود موانع ساختاری، فرهنگی و فردی، اتخاذ سیاست‌های حمایتی، فراهم کردن فرصت‌های برابر، و تغییر نگرش‌ها می‌تواند زمینه‌ساز تحقق شمول اجتماعی برای همه اقشار، به‌ویژه زنان و اقلیت‌ها، شود. از این رو، همکاری دولت‌ها، نهادها و سازمان‌های ورزشی برای ترویج شمول و برابری جنسیتی در ورزش ضروری به نظر می‌رسد (Gholi Poor, 2025). ورزش به‌ویژه برای زنان می‌تواند ابزاری باشد که توانمندی‌های آنها را در زمینه‌های مختلف، از جمله آگاهی اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی، تقویت می‌کند. ورزش نه تنها به زنان اجازه می‌دهد تا با چالش‌های جسمانی روبه‌رو شوند، بلکه فرصتی برای آموزش مهارت‌های مهم اجتماعی و حرفه‌ای را فراهم می‌کند. علاوه بر این، برنامه‌های آموزشی مبتنی بر ورزش می‌توانند به زنان کمک کنند تا اعتماد به نفس خود را افزایش دهند، نگرش‌های مثبت به بدن خود پیدا کنند، و از بهبود سلامت جسمانی و روانی خود بهره‌مند شوند (Alhumaid et al, 2024). یکی از جنبه‌های مهم آموزش از طریق ورزش، ترویج برابری جنسیتی در حوزه ورزش است. با آموزش ورزش و گنجاندن آن در برنامه‌های آموزشی برای زنان، می‌توان زمینه را برای شکستن الگوهای سنتی و نقش‌های جنسیتی فراهم کرد و به زنان این امکان را داد تا در عرصه‌های مختلف اجتماعی و اقتصادی به‌طور برابر و مستقل حضور داشته باشند. همچنین، آموزش‌های ورزشی می‌تواند به زنان کمک کند تا از تبعیض‌های اجتماعی و اقتصادی فراتر رفته و در برنامه‌های آموزشی و اجتماعی شرکت کنند (Morgan, 2024). علی‌رغم اهمیت شمول اجتماعی و آموزش از طریق ورزش، زنان در بسیاری از نقاط جهان با چالش‌ها و موانع مختلفی در این زمینه مواجه هستند. این چالش‌ها می‌توانند در سطوح مختلف، از جمله اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و جسمانی، بروز کنند. یکی از اصلی‌ترین موانع، نگرش‌های فرهنگی منفی نسبت به مشارکت زنان در ورزش است. در بسیاری از جوامع، ورزش به‌عنوان یک فعالیت مردانه شناخته می‌شود و حضور زنان در این فضاها اغلب با چالش‌هایی از جمله نابرابری‌های جنسیتی و محدودیت‌های فرهنگی روبه‌رو است (Shevchuk, 2024). موانع اقتصادی نیز تأثیر بسزایی در محدود کردن مشارکت زنان در ورزش دارند. هزینه‌های بالای تجهیزات ورزشی، ثبت‌نام در برنامه‌های ورزشی و فقدان حمایت مالی برای زنان ورزشکار از جمله چالش‌هایی است که زنان در این حوزه با آن مواجه‌اند. همچنین، نبود امکانات ورزشی مناسب برای زنان، به‌ویژه در مناطق دورافتاده، یکی دیگر از مشکلات

مهم است که مانع از دسترسی آنها به فرصت‌های ورزشی می‌شود (Ocete Calvo, 2024). مسائل مربوط به ایمنی نیز می‌تواند برای زنان ورزشکار چالش‌برانگیز باشد. عدم وجود محیط‌های ایمن برای ورزش زنان و احتمال آزار و اذیت جنسی یا خشونت در محیط‌های ورزشی یکی دیگر از موانعی است که باید در نظر گرفته شود (Qaxxorovich, 2024). بنابراین برای تحقق شمول اجتماعی و توسعه آموزش از طریق ورزش در زنان ورزشکار، نیاز به سیاست‌گذاری‌های مؤثر و برنامه‌ریزی دقیق است. دولت‌ها و نهادهای مسئول باید به‌طور فعال از برابری جنسیتی در ورزش حمایت کنند و سیاست‌هایی را برای تسهیل دسترسی زنان به امکانات ورزشی وضع کنند. این سیاست‌ها باید شامل ترویج برنامه‌های آموزشی ورزشی برای زنان، حمایت مالی از پروژه‌های ورزشی، و ایجاد محیط‌های امن برای مشارکت آنها در فعالیت‌های ورزشی باشد. علاوه بر این، آموزش معلمان، مربیان و دیگر مسئولان ورزشی در زمینه شمول اجتماعی و برابری جنسیتی می‌تواند به تسهیل حضور زنان در ورزش و ارتقاء کیفیت آموزش ورزشی برای آنها کمک کند. برنامه‌های آموزشی باید بر اساس نیازهای خاص زنان تنظیم شوند و به‌طور خاص به موضوعاتی مانند انگیزش، اعتماد به نفس، و مدیریت استرس توجه داشته باشند. بنابراین شمول اجتماعی و آموزش از طریق ورزش در زنان ورزشکار موضوعاتی حیاتی هستند که نه تنها بر توسعه فردی زنان تأثیر می‌گذارند، بلکه می‌توانند در توسعه اجتماعی و فرهنگی جوامع نیز نقشی کلیدی ایفا کنند. با این حال، برای دستیابی به این اهداف، لازم است که موانع مختلف اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و جسمانی که زنان در مسیر مشارکت در ورزش با آن مواجه هستند، از بین بروند و فرصت‌های برابر برای مشارکت زنان در ورزش فراهم گردد. ورزش به عنوان یک پدیده اجتماعی، فرهنگی و تربیتی نقش مهمی در شکل‌گیری هویت، تعلق اجتماعی و تقویت سرمایه اجتماعی در جوامع ایفا می‌کند. با این حال، همه گروه‌های اجتماعی از فرصت‌های برابر برای مشارکت در ورزش برخوردار نیستند. یکی از گروه‌هایی که همواره با موانع ساختاری، فرهنگی و جنسیتی مواجه بوده‌اند، زنان هستند. به‌ویژه زنان در جوامع سنتی، مهاجر، دارای ناتوانی یا اقلیت‌های قومی، بیشتر در معرض طرد اجتماعی، نابرابری جنسیتی و تبعیض قرار دارند. در سال‌های اخیر، مفهوم شمول اجتماعی در ادبیات توسعه ورزش مورد توجه فزاینده‌ای قرار گرفته است. این مفهوم بر ایجاد فرصت‌های برابر برای همه اقشار جامعه در زمینه ورزش، بدون تبعیض بر اساس جنسیت، نژاد، طبقه اجتماعی یا توانایی‌های فیزیکی تأکید دارد. اگرچه پژوهش‌های متعددی به بررسی نقش ورزش در ارتقای شمول اجتماعی پرداخته‌اند، اما اغلب این مطالعات به بررسی عمومی این مفهوم محدود بوده و کمتر به‌طور خاص به طراحی الگوهای عملیاتی برای ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان پرداخته‌اند. گپ تحقیقاتی موجود در این حوزه، نبود چارچوبی منسجم و بومی‌شده برای ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان است؛ الگویی که بر اساس شواهد تجربی، نظرات متخصصان، و شرایط فرهنگی-اجتماعی کشور طراحی شده باشد. با توجه به این شکاف، سؤال اصلی پژوهش حاضر عبارت است از: الگوی ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان چگونه است؟ بنابراین اهمیت این مطالعه در آن است که با شناسایی مؤلفه‌ها، راهبردها و موانع شمول اجتماعی زنان در ورزش، می‌تواند به تدوین سیاست‌ها و برنامه‌هایی کمک کند که ضمن کاهش نابرابری‌های جنسیتی، مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی را افزایش دهد. این الگو می‌تواند راهنمایی برای نهادهای ورزشی، سیاست‌گذاران، و مربیان در طراحی برنامه‌های فراگیر و جنسیت‌محور باشد.

روش تحقیق

پژوهش حاضر در پارادایم تفسیری و با رویکرد کیفی انجام شده و از نوع اکتشافی-کاربردی است. استراتژی پژوهش، تحلیل مضمون می‌باشد. ابزار گردآوری داده‌ها، مصاحبه نیمه‌ساختاریافته با ورزشکاران نخبه زن بود. نمونه‌گیری به‌صورت هدفمند و از نوع معیاری انجام شد. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل عضویت حداقل سه ساله در تیم ملی و دارا بودن حداقل مدرک تحصیلی کارشناسی ارشد بود. در مجموع ۱۶ مصاحبه تا رسیدن به اشباع نظری انجام شد. روایی سؤالات مصاحبه با نظر ۳ متخصص جامعه‌شناسی ورزش بررسی و تأیید شد. همچنین چارچوب سؤالات پس از مطالعه ادبیات موضوعی طراحی و از طریق بازبینی مشارکت‌کنندگان پس از



انجام مصاحبه، اصلاح شد. ملاحظات اخلاقی شامل رضایت آگاهانه کتبی از مشارکت‌کنندگان، حفظ محرمانگی اطلاعات، ناشناس‌سازی هویت‌ها، و اختیار کامل در انصراف از مصاحبه بود. تحلیل داده‌ها طی سه مرحله کدگذاری و با استفاده از مقایسه مداوم انجام شد. پایایی کدگذاری‌ها با استفاده از توافق دو کدگذار خبره (ضریب توافق ۰,۷۳) بررسی شد. در نهایت، مدل مفهومی بومی برای ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان تدوین گردید.

یافته‌های تحقیق

جدول یک مشخصات نمونه آماری را نشان داد

جدول ۱. مشخصات ورزشکاران

Table 1. Athletes' Profile

تحصیلات	فوق لیانس	۷ نفر	۴۳/۷۵ درصد
	دکتری	۹ نفر	۵۶/۲۵ درصد
سابقه عضویت در تیم ملی	کمتر از سه سال	۱۰ نفر	۶۲/۵ درصد
	بیشتر از سه سال	۶ نفر	۳۷/۵ درصد
نوع ورزش (گروهی یا انفرادی)	گروهی	۸ نفر	۵۰ درصد
	انفرادی	۸ نفر	۵۰ درصد

نتایج جدول توصیفی نشان می‌دهد که ۷ نفر فوق لیانس و ۹ نفر مدرک دکتری بودند. همچنین ۸ نفر در ورزش گروهی مشغول به فعالیت بودند و ۸ نفر هم در ورزش انفرادی بودند. نتایج نشان داد که صاحب‌نظران در مصاحبه‌های انجام شده گزاره‌های کلّامی زیادی را در ارتباط با مؤلفه‌های ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان بیان نموده‌اند. به منظور جمع‌بندی و شناسایی مؤلفه‌های اصلی ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان، کدها (مفاهیم) شناسایی شده تعداد ۲۵۱ کد شناسایی شد.

جدول ۲. نمونه‌ای از یکی از مصاحبه‌های پژوهش

Table 2. Example of one of the research interviews

نمونه‌ای از یکی از مصاحبه‌های پژوهش
پژوهشگر: ممنونم که وقت گذاشتید. لطفاً ابتدا درباره وضعیت فعلی زنان در ورزش ایران نظرتون رو بفرمایید. مشارکت‌کننده: واقعیت آینه که زنان ورزشکار در ایران پیشرفت زیادی داشتن، ولی همچنان در زمینه‌هایی مثل آموزش حقوق و برابری جنسیتی به مربیان و آگاهی از حقوق ورزشی زنان کمبود داریم. خیلی از مربیان حتی نمی‌دونن چطور باید با نگاه برابر به زن و مرد رفتار کنن. پژوهشگر: فکر می‌کنید چه اقداماتی برای بهبود این شرایط باید انجام بشه؟ مشارکت‌کننده: قطعاً باید دوره‌های آموزشی برای مربیان زن برگزار بشه؛ همچنین کارگاه‌هایی برای توسعه مهارت‌های فنی و رهبری زنان ضروریه. ما نیاز داریم که زنان یاد بگیرن چطور در فضای ورزشی، مدیریت کنن، برنامه‌ریزی کنن و در پست‌های مدیریتی حضور پیدا کنن. پژوهشگر: رسانه‌ها چقدر نقش دارن؟ مشارکت‌کننده: رسانه‌ها خیلی اثرگذارند. باید زنان موفق ورزشی به جامعه معرفی بشن و از رسانه‌های اجتماعی برای تغییر نگرش عمومی استفاده بشه. متأسفانه هنوز هم پوشش رسانه‌ای برای ورزش زنان ضعیفه و باید کمپین‌هایی برای ترویج شمول اجتماعی راه‌اندازی بشه. پژوهشگر: درباره حمایت مالی چه نظری دارید؟ مشارکت‌کننده: حمایت مالی خیلی کمه. باید حامیان مالی برای رقابت‌های زنان جذب بشن، تسهیلات مالی برای ورزشکاران زن فراهم بشه و حتی قوانین حمایتی برای دسترسی به بودجه‌های دولتی وضع بشه. ما به مشوق‌های مالی برای تیم‌های زنان نیاز داریم. پژوهشگر: چه راهکارهایی برای تربیت نسل آینده پیشنهاد می‌کنید؟

مشارکت کننده: باید از مدارس و دانشگاه‌ها شروع کنیم. با ایجاد برنامه‌های آموزشی در مورد برابری جنسیتی، طراحی برنامه‌های ورزشی ویژه برای زنان، و تخصیص فضای ورزشی مناسب، می‌تونیم به شمول اجتماعی برسیم. حتی آموزش خانواده‌ها هم مهمه که بدون ورزش برای دخترشون فرصته، نه تهدید.

پژوهشگر: آیا مشاوره روان‌شناختی هم نیاز هست؟

مشارکت کننده: بله حتماً. ما به مراکز مشاوره ویژه ورزشکاران زن، آموزش مهارت‌های مدیریت استرس، و حتی خدمات روان‌شناسی در باشگاه‌ها نیاز داریم. دختران ورزشکار تحت فشار اجتماعی و رسانه‌ای زیادی هستن.

پژوهشگر: و در پایان، چه تغییراتی رو آرزو دارید؟

مشارکت کننده: من آرزو دارم که برابری فرصت‌ها برای زنان در ورزش نهادینه بشه. ترویج ورزش‌های گروهی، رزمی و استقامتی برای زنان عادی بشه، و جامعه بدون به ورزش فقط مخصوص مردها نیست. ما باید برای نسل بعد آکادمی‌های ورزشی دختران و محیط‌های ایمن و استاندارد بسازیم.

پس از مرحله اول کدگذاری، تمامی کدها برای تحلیل مرتب گردید. در این مرحله تمامی کدهایی که به وسیله یک مصاحبه‌شونده کلیدی تشخیص داده شده است به صورت منظم مرتب و در یک ردیف ارائه گردید. در فاز بعدی تحلیل، ابتدا مجموعه تم‌های ایجاد شده به منظور اطمینان از کدگذاری صورت گرفته مورد بازبینی مجدد قرار گرفت و سپس از منظر تجانس درونی و تباین بیرونی تمامی کدهای مرتبط که از نظر موضوعی نیز دارای تشابه بودند در یک طبقه قرار گرفت. با توجه به نتایج جدول ۱، میزان فراوانی مفاهیم شناسایی شده و پیشینه پژوهش، مقوله‌های اصلی و زیر مقوله‌ها زیر به عنوان ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان شناسایی و گزارش گردیده است.

بر اساس یافته‌های جدول ۳ مهم‌ترین الگوی ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان شامل ۲۵ مضمون فرعی می‌باشد به دست آمد.

جدول ۳. چارچوب‌بندی کدهای اولیه به به مضامین فرعی

Table 3. Framing of initial codes into sub-themes

مضامین اصلی	مضمون فرعی	مؤلفه محوری
آموزش و توانمندسازی	آموزش مربیان و برنامه‌های تخصصی	آموزش حقوق و برابری جنسیتی به مربیان
		ایجاد دوره‌های آموزشی برای مربیان زن
		طراحی برنامه‌های آموزشی برای بهبود مهارت‌های فنی زنان
		توسعه کارگاه‌های آموزشی برای مربیان ورزشی زن
		آموزش مهارت‌های رهبری به زنان ورزشکار
		افزایش آگاهی در مورد رفتارهای تبعیض‌آمیز
		آموزش سیستم‌های مدیریتی و اجرایی به مربیان زن
		توسعه مهارت‌های مدیریت ورزشی برای زنان
		افزایش آگاهی در مورد حقوق ورزشی زنان
		برگزاری همایش‌ها و سمینارهای آموزشی برای ترویج شمول اجتماعی در ورزش
آموزش و توانمندسازی	آموزش آگاهی‌بخشی در جامعه	تشویق رسانه‌ها به پوشش ورزشی زنان
		معرفی زنان موفق در عرصه‌های ورزشی به جامعه
		استفاده از رسانه‌های اجتماعی برای تغییر نگرش‌ها
		آموزش به خانواده‌ها در زمینه شمول اجتماعی زنان در ورزش
		راه‌اندازی کمپین‌های عمومی برای ارتقای مشارکت زنان در ورزش
		ترویج برابری جنسیتی در جوامع ورزشی
		ارائه برنامه‌های آموزشی برای تقویت مهارت‌های فنی زنان
		ایجاد دوره‌های ویژه برای آموزش مهارت‌های جدید به زنان
		ارائه برنامه‌های تمرینی برای ورزش‌های گروهی
		آموزش ورزش‌های استقامتی به زنان
آموزش و توانمندسازی	آموزش و توسعه مهارت‌های ورزشی برای زنان	توسعه برنامه‌های خاص برای زنان در ورزش‌های فردی
		تشویق به مشارکت زنان در ورزش
		ترویج ورزش‌های رزمی و فیزیکی برای زنان
		آموزش مدیریت زمان برای زنان ورزشکار
		آموزش مربیان در زمینه برابری جنسیتی در ورزش



آموزش در زمینه برابری جنسیتی در محیط‌های ورزشی	گنجاندن دوره‌های آموزشی برابری جنسیتی در برنامه‌های ورزشی
	آگاهی‌بخشی به ورزشکاران در مورد حقوق و برابری جنسیتی
	طراحی کمپین‌های آموزشی برای ترویج برابری جنسیتی در ورزش
	برگزاری سمینارها و کارگاه‌های آموزشی در زمینه برابری جنسیتی
	تشویق به پذیرش نقش‌های رهبری و مدیریتی برای زنان در ورزش
آموزش و توسعه فرهنگ شمول اجتماعی	معرفی نمونه‌های موفق از برابری جنسیتی در ورزش
	طراحی برنامه‌های آموزشی برای مقابله با تبعیض جنسیتی در ورزش
	گسترش فرهنگ شمول اجتماعی در ورزش زنان
	توسعه برنامه‌های آموزشی در زمینه برابری و شمول اجتماعی
	فرهنگ‌سازی در جوامع برای پذیرش ورزش زنان
حمایت مالی از ورزش زنان	تقویت شمول اجتماعی در مدارس و دانشگاه‌ها
	ترویج برابری جنسیتی در محیط‌های ورزشی
	آموزش در زمینه برابری فرصت‌ها برای زنان
	ارتقای مشارکت زنان در ورزش‌های رقابتی و حرفه‌ای
	تقویت آگاهی جامعه در مورد حقوق ورزشکاران زن
تقویت اشتغال و فرصت‌های شغلی برای زنان در ورزش	پشتیبانی مالی از تیم‌های ورزشی زنان
	تخصیص جوایز ویژه برای ورزشکاران زن
	جذب حامیان مالی برای رقابت‌های زنان
	اعطای کمک‌های مالی به باشگاه‌های ورزشی زنان
	ارائه تسهیلات مالی برای ورزشکاران زن
حمایت مالی و منابع اقتصادی	حمایت از بودجه‌های دولتی برای پروژه‌های ورزشی زنان
	مشوق‌های مالی برای تیم‌های ورزشی زنان
	ایجاد سیستم‌های حمایتی مالی برای ورزشکاران زن در مسابقات جهانی
	ایجاد فرصت‌های شغلی برای زنان در باشگاه‌ها و فدراسیون‌ها
	پشتیبانی از کارآفرینی زنان در صنعت ورزش
حمایت از سیاست‌ها و قوانین حمایتی برای ورزش زنان	حمایت از زنان در مدیریت و راه‌اندازی باشگاه‌های ورزشی
	ایجاد موقعیت‌های شغلی برای زنان در زمینه‌های مختلف ورزشی
	توسعه فرصت‌های شغلی در مربیگری و آموزش ورزش
	ایجاد مشاغل مرتبط با رسانه‌های ورزشی برای زنان
	تقویت حضور زنان در حوزه‌های تجاری ورزش
ارائه خدمات روان‌شناختی و بهداشت روانی برای زنان ورزشکار	ارائه برنامه‌های کارآموزی و اشتغال در رشته‌های ورزشی
	وضع قوانین حمایتی برای کاهش تبعیض جنسیتی در ورزش
	تقویت قوانین در زمینه پرداخت برابر برای ورزشکاران زن
	اجرای سیاست‌های مناسب برای ترویج شمول اجتماعی در ورزش
	نظارت و بررسی قوانین و مقررات برای حفظ حقوق ورزشکاران زن
توسعه زیرساخت‌های ورزشی	ایجاد مشوق‌های قانونی برای سرمایه‌گذاری در ورزش زنان
	ترویج قوانین حمایتی برای دسترسی به امکانات ورزشی برای زنان
	توسعه سیاست‌های حمایت از ورزشکاران زن در زمینه‌های مالی و حرفه‌ای
	پیگیری حقوق قانونی ورزشکاران زن در مسابقات داخلی و بین‌المللی
	راه‌اندازی برنامه‌های مشاوره روان‌شناختی برای زنان ورزشکار
زیرساخت‌ها و امکانات ورزشی	ایجاد مراکز روان‌شناسی ویژه ورزشکاران زن
	آموزش مهارت‌های مدیریت استرس برای زنان ورزشکار
	تقویت برنامه‌های مشاوره‌ای در باشگاه‌ها برای زنان ورزشکار
	حمایت از زنان ورزشکار در مراحل بحرانی مانند آسیب‌دیدگی
	آموزش سلامت روان در بین ورزشکاران زن
	ترویج رویکردهای مثبت‌نگر در ورزش زنان
	ارائه خدمات روان‌شناختی برای مقابله با فشارهای اجتماعی و رسانه‌ای
	ایجاد فضاهای ورزشی مختص زنان
	گسترش مراکز ورزشی در مناطق دورافتاده
	طراحی فضای ورزشی امن و بدون تبعیض برای زنان
	افزایش تعداد زمین‌ها و تجهیزات ورزشی برای زنان
	توسعه سالن‌های ورزشی مخصوص ورزش‌های زنان
	ایجاد آکادمی‌های ورزشی برای دختران
	ایجاد محیط‌های ورزشی با استانداردهای جهانی
	تخصیص فضاهای ورزشی در مدارس و دانشگاه‌ها برای زنان
	طراحی برنامه‌های ورزشی متنوع برای زنان در سطح مدارس و دانشگاه‌ها

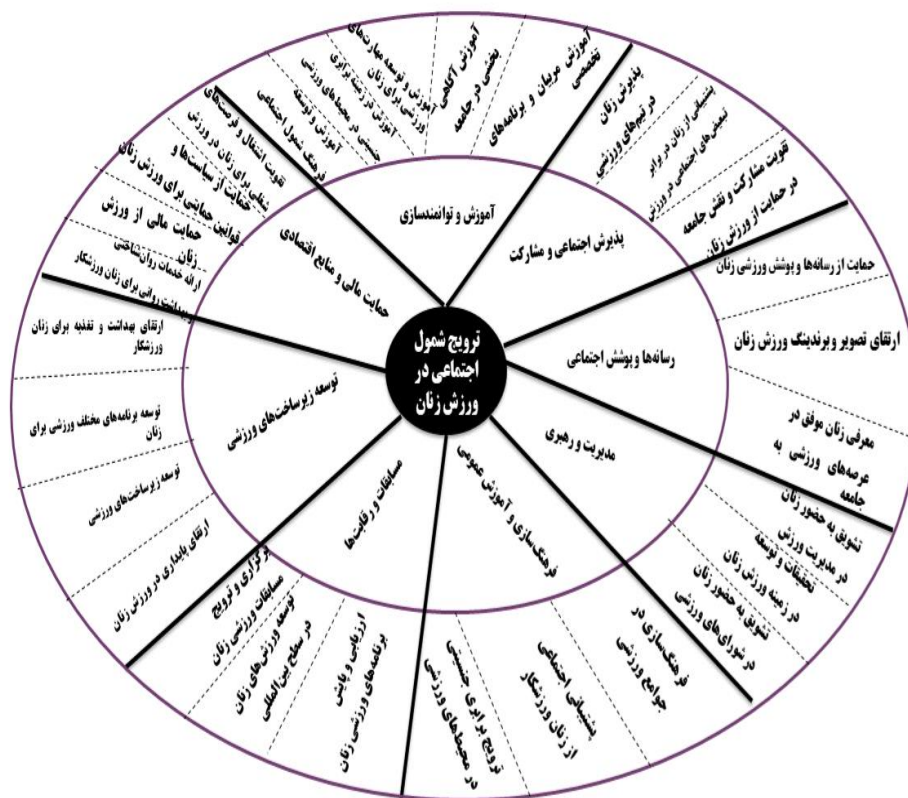
توسعه برنامه‌های مختلف ورزشی برای زنان	ارائه دوره‌های مختلف ورزشی برای زنان در رده‌های سنی مختلف	
	تشویق زنان به مشارکت در ورزش‌های نوآورانه	
	طراحی برنامه‌های ورزشی ویژه برای زنان در زمینه‌هایی مانند یوگا، پیلاتس، و تمرینات فیزیکی	
	برنامه‌ریزی برای برگزاری مسابقات ورزشی زنانه در رشته‌های مختلف	
	ترویج فعالیت‌های ورزشی گروهی برای زنان	
	ایجاد رقابت‌های ورزشی دسته‌بندی شده برای زنان با سطوح مختلف	
	راه‌اندازی کارگاه‌های آموزشی برای تقویت مهارت‌های ورزشی زنان	
	توسعه برنامه‌های بهداشت عمومی برای ورزشکاران زن	
	آموزش تغذیه مناسب برای ورزشکاران زن	
	مشاوره به ورزشکاران زن در زمینه رژیم‌های غذایی ورزشی	
ارتقای بهداشت و تغذیه برای زنان ورزشکار	ارتقای آگاهی در مورد تأثیرات تغذیه بر عملکرد ورزشی زنان	
	طراحی برنامه‌های تغذیه‌ای مخصوص ورزشکاران زن	
	تشویق به مصرف مکمل‌های غذایی به صورت ایمن برای زنان ورزشکار	
	افزایش دسترسی زنان به تغذیه متعادل و مناسب	
	ارتقای سطح آگاهی زنان ورزشکار در زمینه مراقبت از بدن و بهداشت	
	طراحی برنامه‌های بلندمدت برای توسعه و پایداری ورزش زنان	
	ارتقای توانمندی‌های اقتصادی و اجتماعی زنان ورزشکار	
	افزایش دسترسی به فرصت‌های شغلی در ورزش برای زنان	
	حمایت از پایداری مالی در لیگ‌ها و مسابقات ورزشی زنان	
	تقویت ساختارهای مالی و اقتصادی برای ورزش زنان	
ارتقای پایداری در ورزش زنان	توسعه زیرساخت‌های پایدار برای ورزش زنان	
	ایجاد منابع پایدار برای توسعه ورزش زنان در سطح جهانی	
	طراحی استراتژی‌های بلندمدت برای گسترش ورزش زنان در سطح بین‌المللی	
	برگزاری مسابقات ملی و بین‌المللی ویژه زنان	
	ترویج رقابت‌های ورزشی برای زنان در سطوح مختلف	
	افزایش مشارکت زنان در مسابقات جهانی	
	ایجاد لیگ‌های ورزشی خاص برای زنان	
	توسعه برنامه‌های رقابتی برای ورزشکاران زن در سطوح ابتدایی	
	پشتیبانی از زنان در مسابقات بین‌المللی	
	معرفی مسابقات ورزش زنان در رسانه‌ها	
برگزاری و ترویج مسابقات ورزشی زنان	برگزاری مسابقات عمومی و محلی برای زنان	
	همکاری با سازمان‌های بین‌المللی برای ترویج ورزش زنان	
	گسترش مسابقات ورزشی زنان در سطح جهانی	
	حمایت از ورزشکاران زن در رویدادهای بین‌المللی	
	تقویت مشارکت ورزشکاران زن در رقابت‌های جهانی	
	برگزاری کارگاه‌های آموزشی بین‌المللی برای ورزش زنان	
	همکاری با فدراسیون‌های بین‌المللی برای توسعه ورزش زنان	
	تشویق به حضور زنان در مسابقات جهانی و المپیک	
	تقویت زیرساخت‌ها برای حضور زنان در ورزش‌های بین‌المللی	
	طراحی سیستم‌های پایش برای ارزیابی مشارکت زنان در ورزش	
توسعه ورزش‌های زنان در سطح بین‌المللی	سنجش تأثیر برنامه‌های آموزشی و ورزشی در توسعه شمول اجتماعی زنان	
	ارزیابی نیازهای خاص ورزشکاران زن در رشته‌های مختلف	
	بررسی تأثیرات اجتماعی و فرهنگی حضور زنان در ورزش	
	انجام مطالعات میدانی برای ارزیابی میزان موفقیت برنامه‌ها در حوزه ورزش زنان	
	جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها برای بهبود کیفیت برنامه‌های ورزشی برای زنان	
	نظارت مستمر بر توسعه زیرساخت‌ها برای زنان در ورزش	
	استفاده از داده‌های آماری برای برنامه‌ریزی بهینه در ورزش زنان	
	حضور زنان در لیگ‌های ورزشی حرفه‌ای	
	ایجاد فرصت‌های شغلی برای زنان در تیم‌های حرفه‌ای	
	تسهیل مشارکت زنان در ورزش‌های تیمی	
ارزیابی و پایش برنامه‌های ورزشی زنان	تشویق به حضور زنان در تیم‌های ملی	
	افزایش تعداد ورزشکاران زن در لیگ‌های داخلی و بین‌المللی	
	ایجاد تیم‌های ورزشی مختص زنان در تمامی رشته‌ها	
	تقویت تیم‌های ورزشی زنان در رقابت‌های بین‌المللی	
	حضور زنان در لیگ‌های ورزشی حرفه‌ای	
پذیرش اجتماعی و مشارکت پذیرش زنان در تیم‌های ورزشی	تشویق به حضور زنان در تیم‌های ملی	
	افزایش تعداد ورزشکاران زن در لیگ‌های داخلی و بین‌المللی	
	ایجاد تیم‌های ورزشی مختص زنان در تمامی رشته‌ها	
	تقویت تیم‌های ورزشی زنان در رقابت‌های بین‌المللی	
	حضور زنان در لیگ‌های ورزشی حرفه‌ای	
	تشویق به حضور زنان در تیم‌های ملی	
	افزایش تعداد ورزشکاران زن در لیگ‌های داخلی و بین‌المللی	
	ایجاد تیم‌های ورزشی مختص زنان در تمامی رشته‌ها	
	تقویت تیم‌های ورزشی زنان در رقابت‌های بین‌المللی	
	حضور زنان در لیگ‌های ورزشی حرفه‌ای	

تبعیض‌های اجتماعی در ورزش	پشتیبانی از زنان در برابر تبعیض‌های اجتماعی در ورزش	ایجاد برنامه‌های حمایتی برای مقابله با تبعیض‌های اجتماعی علیه زنان ورزشکار
		مقابل به رفتارهای تبعیض‌آمیز در محیط‌های ورزشی
		ارائه مشاوره حقوقی به ورزشکاران زن برای مبارزه با تبعیض‌های اجتماعی
		آموزش به ورزشکاران و کارکنان ورزشی در خصوص قوانین ضد تبعیض
		ترویج فرهنگ احترام و برابری در محیط‌های ورزشی
		استفاده از رسانه‌ها برای حساس‌سازی جامعه نسبت به تبعیض‌های اجتماعی در ورزش زنان
		تشویق به همکاری بین ورزشکاران زن و مرد برای مقابله با تبعیض
		حمایت از زنان در برابر فشارهای اجتماعی و فرهنگی در ورزش
		تشویق جامعه به مشارکت فعال در حمایت از ورزش زنان
		ایجاد کارگاه‌های آموزشی برای خانواده‌ها به منظور ترویج حمایت از ورزش زنان
تقویت مشارکت و نقش جامعه در حمایت از ورزش زنان		برگزاری رویدادهای اجتماعی برای ارتقای آگاهی جامعه در مورد ورزش زنان
		ایجاد فضاهای گفت‌وگو در جامعه در مورد اهمیت ورزش زنان
		همکاری با سازمان‌های غیر دولتی برای تقویت حمایت از ورزش زنان
		جذب سرمایه‌های اجتماعی برای توسعه ورزش زنان
		تشویق به برگزاری رویدادهای فرهنگی به منظور ترویج ورزش زنان در جامعه
		تقویت مشارکت زنان در تصمیم‌گیری‌های اجتماعی و فرهنگی در زمینه ورزش
		پوشش رسانه‌ای برابر برای ورزش زنان
		افزایش ساعت پخش مسابقات ورزشی زنان در تلویزیون
		معرفی الگوهای موفق ورزشی زنان در رسانه‌ها
		حمایت از پخش زنده رویدادهای ورزشی زنان
حمایت از رسانه‌ها و پوشش ورزشی زنان		استفاده از شبکه‌های اجتماعی برای ترویج ورزش زنان
		همکاری با رسانه‌ها برای تبلیغ موفقیت‌های ورزشی زنان
		تقویت توجه رسانه‌ها به برنامه‌ها و مسابقات زنان
		ایجاد محتواهای تصویری و ویدیویی برای معرفی ورزش زنان
		تقویت برندینگ ورزش زنان در رسانه‌ها
		معرفی ورزشکاران زن به عنوان الگوهای موفق اجتماعی
		تبلیغ مسابقات و تیم‌های ورزشی زنان در سطح جهانی
		استفاده از شبکه‌های اجتماعی برای افزایش شناخت از ورزش زنان
		ایجاد کمپین‌های تبلیغاتی برای جذب حامیان مالی و تماشاگران به ورزش زنان
		توسعه برند ورزش زنان در رسانه‌های جهانی
رسانه‌ها و پوشش اجتماعی	ارتقای تصویر و برندینگ ورزش زنان	طراحی برنامه‌های برندینگ برای تشویق حضور بیشتر تماشاگران زن
		افزایش حضور ورزش زنان در برنامه‌های تلویزیونی و پلتفرم‌های دیجیتال
		برگزاری مراسم تجلیل از زنان ورزشکار موفق
		انتشار داستان‌های موفقیت زنان ورزشکار در رسانه‌ها
		معرفی زنان ورزشکار در کمپین‌های تبلیغاتی
		استفاده از زنان ورزشکار به‌عنوان الگو در مدارس
		نشر مصاحبه‌های مفصل با ورزشکاران زن
		حمایت از زنان ورزشکار در حضور در رویدادهای عمومی
		پشتیبانی از زنان ورزشکار برای ایفای نقش در آموزش و مشاوره
		تسهیل دسترسی به رسانه‌های اجتماعی برای معرفی زنان ورزشکار
معرفی زنان موفق در عرصه‌های ورزشی به جامعه		افزایش تعداد زنان در موقعیت‌های مدیریتی ورزشی
		آموزش مهارت‌های مدیریتی به زنان ورزشکار
		گنجاندن زنان در کمیته‌های اجرایی و مدیریتی
		راه‌اندازی دوره‌های آموزشی برای زنان در مدیریت ورزشی
		پشتیبانی از زنان در سطوح مدیریتی ورزش
		تشویق به حضور زنان در شورای‌های ورزشی
		ایجاد فرصت‌های مدیریتی برای زنان در بخش‌های دولتی و خصوصی
		گسترش نقش زنان در تصمیم‌گیری‌های ورزشی
		پشتیبانی از تحقیقات علمی در زمینه ورزش زنان
		حمایت از پروژه‌های پژوهشی در زمینه شمول اجتماعی زنان
تقویت مشارکت و توسعه در زمینه ورزش زنان		توسعه برنامه‌های تحقیقاتی برای شناسایی موانع شمول اجتماعی در ورزش زنان
		ایجاد فرصت‌های تحقیقاتی برای زنان در حوزه‌های ورزشی
		برگزاری همایش‌های علمی در زمینه ورزش زنان
		حمایت از نوآوری در تحقیقات ورزشی زنان
		مطالعه بر روی تأثیرات اجتماعی ورزش زنان
		تحقیق در مورد حقوق زنان ورزشکار در سطوح مختلف
مدیریت و رهبری		

توسعه برنامه‌های آموزشی برای زنان در حوزه مدیریت ورزشی	تشویق به حضور زنان در شوراهای ورزشی	
حمایت از زنان برای شرکت در انتخاب‌ها و انتخابات ورزشی		
ایجاد بسترهای قانونی برای افزایش سهم زنان در شوراهای ورزشی		
برگزاری همایش‌ها و نشست‌های تخصصی برای معرفی زنان به شوراهای ورزشی		
تشویق به حضور زنان در کمیته‌های تخصصی و مشورتی ورزش		
توسعه برنامه‌های ارزیابی و شناخت ظرفیت‌های زنان در مدیریت ورزشی	فرهنگ‌سازی در جوامع ورزشی	
ایجاد شبکه‌های حمایتی و هم‌اندیشی برای زنان در مدیریت ورزشی		
ایجاد الگوهای موفق از زنان در شوراهای ورزشی		
تقویت آگاهی عمومی در مورد حقوق ورزشی زنان		
فرهنگ‌سازی در باشگاه‌های ورزشی برای پذیرش زنان		
تشویق به رقابت‌های برابر در تیم‌های ورزشی	فرهنگ‌سازی و آموزش عمومی	
آموزش در زمینه تفاوت‌های جنسیتی و نیازهای زنان		
ایجاد فرصت‌های آموزشی برای جوانان در زمینه ورزش زنان		
تقویت روابط اجتماعی بین ورزشکاران زن و مرد		
ترویج فرهنگ همکاری بین زنان و مردان در ورزش		
توسعه شبکه‌های اجتماعی ورزشی برای زنان	پشتیبانی اجتماعی از زنان ورزشکار	
ایجاد شبکه‌های حمایتی برای زنان ورزشکار		
حمایت از زنان ورزشکار در برابر تبعیض‌های اجتماعی		
پشتیبانی از زنان در برابر خشونت‌های ورزشی		
حمایت از ورزشکاران زن در شرایط خانوادگی و اجتماعی		
ارائه مشاوره‌های روانی و اجتماعی به ورزشکاران زن	ترویج برابری جنسیتی در محیط‌های ورزشی	
ایجاد گروه‌های حمایتی برای زنان ورزشکار در جوامع مختلف		
پشتیبانی از زنان ورزشکار در برابر استرس و فشارهای اجتماعی		
ایجاد فضاهای امن برای ورزش زنان		
آموزش و آگاهی‌بخشی درباره برابری جنسیتی		
ایجاد قوانین و سیاست‌های حمایتی در برابر تبعیض جنسیتی		
تعیین سهمیه‌های جنسیتی در برنامه‌های ورزشی		
ایجاد فرصت‌های مساوی برای زنان در فعالیتهای ورزشی		
ترویج و معرفی الگوهای موفق زنانه در ورزش		
تقویت حضور زنان در سطوح مدیریتی و رهبری ورزشی		
ارتقای پوشش رسانه‌ای برابر برای زنان در ورزش		
ایجاد فضاهای آموزشی و ورزشی امن و بدون تبعیض		

براساس مراحل کدگذاری فوق، مدل مفهومی پژوهش به صورت شکل زیر ترسیم گردید. ترتیب و روابط کلی بین سازه‌ها براساس مبانی نظری و پیشینه پژوهش به همراه نظرات گروه کانونی و مصححان کدگذاری انجام شد.

در کدگذاری سوم به شکل‌دهی مضامین اصلی از تم‌های فرعی اقدام شد. از این رو ۲۵ مضمون فرعی در چارچوب ۸ مضمون اصلی کدگذاری گردید. سپس به دلیل تعداد بالای مضامین فرعی به کدگذاری چهارم که کدگذاری نظری است اقدام شد.



شکل ۱. مؤلفه‌های ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان

Figure 1. Components of promoting social inclusion in women's sport

بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش از این رو ۲۵ مضمون فرعی در چارچوب ۸ مضمون اصلی مسابقات و رقابت‌ها، توسعه زیرساخت‌های ورزشی، حمایت مالی و منابع اقتصادی، آموزش و توانمندسازی، پذیرش اجتماعی و مشارکت، رسانه‌ها و پوشش اجتماعی، مدیریت و رهبری و فرهنگ‌سازی و آموزش عمومی کدگذاری گردید. شمول اجتماعی در ورزش زنان یکی از مولفه‌های مهم در جوامع معاصر است که به عنوان یک عامل کلیدی برای تقویت حضور و مشارکت زنان در عرصه‌های مختلف اجتماعی و ورزشی شناخته می‌شود. شمول اجتماعی به معنای ایجاد فرصت‌ها و فضایی است که در آن زنان به‌طور برابر و بدون تبعیض قادر به دسترسی به منابع و امکانات ورزشی باشند. این مفهوم نه تنها برای بهبود وضعیت ورزش زنان اهمیت دارد بلکه به‌طور کلی به ارتقای وضعیت اجتماعی و اقتصادی زنان نیز کمک می‌کند. در نتیجه، ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان نه تنها زمینه‌ساز بهبود عملکرد ورزشی آنهاست بلکه موجب رشد فردی و اجتماعی زنان نیز می‌شود.

ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان دارای ابعاد مختلفی است که در پژوهش‌های مختلف به آن پرداخته شده است. یکی از مهم‌ترین عوامل در این راستا، آموزش و آگاهی‌بخشی است. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که افزایش آگاهی در مورد حقوق زنان و فراهم کردن فرصت‌های برابر برای آنها در محیط‌های ورزشی، تأثیر زیادی بر مشارکت زنان در این حوزه دارد. به‌طور مثال، تحقیقاتی که توسط Hayday (۲۰۲۰) نشان داد که برنامه‌های آموزشی در سطح مدارس و دانشگاه‌ها می‌تواند به کاهش تبعیض‌های جنسیتی و افزایش مشارکت زنان در ورزش کمک کند. این نتایج به وضوح نشان می‌دهند که آموزش نه تنها به تغییر نگرش‌های اجتماعی منجر می‌شود بلکه زنان را قادر می‌سازد تا در ورزش و سایر عرصه‌های اجتماعی نقش موثری ایفا کنند.

در کنار آموزش، حمایت‌های مالی و زیرساختی نیز از جمله مهم‌ترین عوامل برای ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان به شمار می‌آید. تحقیقی که توسط Farmer (2012) صورت گرفته است، نشان می‌دهد که تخصیص منابع مالی به ورزش زنان می‌تواند نقش مهمی در افزایش دسترسی و فراهم آوردن امکانات ورزشی برای زنان ایفا کند. این پژوهش تأکید دارد که با وجود اهمیت زیاد ورزش زنان، به دلیل محدودیت‌های مالی و زیرساختی، بسیاری از زنان نتوانسته‌اند از امکانات ورزشی به‌طور مناسب بهره‌برداری کنند.

سیاست‌های حمایتی و قانونی نیز یکی دیگر از ابعاد مهم شمول اجتماعی در ورزش زنان هستند. شواهد نشان می‌دهند که وضع قوانین و سیاست‌های حمایتی برای زنان می‌تواند به کاهش تبعیض‌ها و ایجاد فرصت‌های برابر در ورزش منجر شود. به‌عنوان نمونه، Zhong (2024) بر این باورند که با اعمال این قوانین، می‌توان از مشارکت برابر زنان در تمامی سطوح ورزشی اطمینان حاصل کرد. برندینگ و تبلیغات ورزش زنان نیز یکی دیگر از استراتژی‌های مؤثر در ترویج شمول اجتماعی است. تحقیقات نشان می‌دهند که حضور ورزش زنان در رسانه‌ها و ایجاد برندهای ورزشی مخصوص به این قشر می‌تواند به‌طور چشمگیری باعث افزایش علاقه‌مندی به ورزش زنان شود. پژوهشی که توسط Mickelsson (2023) نشان می‌دهد که تبلیغات در رسانه‌ها، به‌ویژه از طریق شبکه‌های اجتماعی، می‌تواند به جذب تماشاگران و حامیان مالی کمک کند. همچنین، برندینگ ورزش زنان می‌تواند به تغییر نگرش جامعه نسبت به آن‌ها و تشویق بیشتر به مشارکت در ورزش منجر شود.

مدیریت و رهبری در ورزش زنان نیز یکی دیگر از عواملی است که به شمول اجتماعی در این حوزه کمک می‌کند. پژوهش‌ها حاکی از آن هستند که رهبری مؤثر و مدیریت صحیح می‌تواند فضای مناسبی برای توسعه ورزش زنان فراهم آورد. Alhumaid (۲۰۲۴) در مطالعه خود به این نکته اشاره کردند که باشگاه‌ها و سازمان‌های ورزشی که مدیریت زنان را در سطوح بالای رهبری قرار می‌دهند، معمولاً با افزایش موفقیت در جذب ورزشکاران زن و نیز حمایت از آن‌ها در برابر مشکلات روبه‌رو هستند.

فرهنگ همکاری و مشارکت در ورزش نیز یکی از اصول شمول اجتماعی است که می‌تواند به کاهش تبعیض‌های موجود کمک کند. در این زمینه، Marivoet (۲۰۱۴) اشاره می‌کنند که هنگامی که فضاهای ورزشی به‌طور مشترک برای زنان و مردان فراهم شود، تعامل بیشتر و تبادل تجربه‌ها می‌تواند به رشد اجتماعی و ورزشی زنان منجر شود. این پژوهش تأکید می‌کند که همکاری بین جنسیت‌ها نه تنها به کاهش تبعیض‌های موجود کمک می‌کند بلکه به‌طور کلی به بهبود تعاملات اجتماعی و بهره‌مندی از توانمندی‌های متقابل می‌انجامد.

در مجموع، شمول اجتماعی در ورزش زنان، به‌ویژه با توجه به مولفه‌هایی همچون آموزش، حمایت مالی، سیاست‌های حمایتی، برندینگ، مدیریت و فرهنگ همکاری، می‌تواند به بهبود وضعیت ورزش زنان و مشارکت بیشتر آن‌ها در این عرصه‌ها منجر شود. به‌طور کلی، پژوهش‌ها حاکی از این است که برای رسیدن به یک شمول اجتماعی پایدار در ورزش زنان، نیاز است تا استراتژی‌های جامع و چندجانبه طراحی و اجرایی شوند.

همچنین برخی از چالش‌های موجود مانع از ترویج این شمول در جامعه ورزش می‌شود. این چالش‌ها می‌توانند در قالب موانع فرهنگی، ساختاری و اجتماعی در ورزش زنان نمایان شوند.

یکی از موانع فرهنگی عمده در ورزش زنان، نگرش‌های سنتی و جنسیتی است که هنوز در بسیاری از جوامع وجود دارد. به‌طور مثال، در برخی فرهنگ‌ها، تصور می‌شود که ورزش برای مردان مناسب‌تر است و این تصور موجب کاهش انگیزه در زنان برای مشارکت در ورزش می‌شود. "جونز و همکاران" (۲۰۱۸) در پژوهش خود نشان داده‌اند که یکی از مهم‌ترین دلایل عدم مشارکت زنان در ورزش، عدم پذیرش فرهنگی آن‌ها به‌عنوان ورزشکار است. این نظرات و نگرش‌ها می‌توانند تا حد زیادی باعث کاهش شمول اجتماعی در ورزش زنان شوند و مانع از ایجاد فضای برابر برای مشارکت این قشر در ورزش شوند.

موانع ساختاری نیز از دیگر چالش‌های مهم در ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان هستند. در بسیاری از کشورهای جهان، علی‌رغم پیشرفت‌هایی که در زمینه ورزش زنان صورت گرفته است، هنوز بسیاری از زیرساخت‌های ورزشی مانند استادیوم‌ها، سالن‌های ورزشی و امکانات ورزشی برای زنان به اندازه مردان توسعه نیافته‌اند. پژوهش‌های مختلف نشان می‌دهند که نبود امکانات کافی، عدم دسترسی

به منابع مالی و حمایت‌های لازم از سوی سازمان‌های ورزشی، از جمله موانعی هستند که رشد ورزش زنان را در بسیاری از کشورها محدود کرده‌اند. به‌عنوان نمونه، پژوهش‌هایی که Morgan (2024) صورت گرفته است، نشان می‌دهند که بسیاری از باشگاه‌ها و سازمان‌های ورزشی نمی‌توانند به‌طور مؤثر به ورزش زنان توجه کنند و این ناتوانی در تأمین منابع و امکانات، عاملی برای ایجاد شکاف‌های موجود در ورزش زنان است.

از طرفی، موانع اجتماعی نیز در این زمینه مؤثر هستند. این موانع معمولاً به فشارهای اجتماعی و انتظاراتی اشاره دارند که از سوی خانواده‌ها، دوستان و جامعه به زنان وارد می‌شود و آن‌ها را از مشارکت فعال در ورزش باز می‌دارد. به‌طور مثال، در بسیاری از جوامع، زنانی که در ورزش‌های رقابتی فعالیت می‌کنند، ممکن است با قضاوت‌های اجتماعی منفی روبرو شوند. Adhikary (۲۰۲۰) در پژوهش خود به این نکته اشاره دارند که نگرش‌های اجتماعی منفی نسبت به زنان ورزشکار، موجب کاهش انگیزه و مشارکت زنان در فعالیت‌های ورزشی می‌شود.

برای مقابله با این چالش‌ها و ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان، چندین راهبرد عملیاتی و مدیریتی وجود دارد که می‌تواند به تغییر شرایط کمک کند. اولین و مهم‌ترین راهبرد، تغییر نگرش‌های اجتماعی و فرهنگی است. برای این منظور، نیاز است تا از طریق رسانه‌ها، سازمان‌های ورزشی و آموزش‌های عمومی، تصویر مثبت و حمایتی از ورزش زنان ارائه شود. به‌ویژه از آنجا که رسانه‌ها در شکل‌دهی به نگرش‌ها و باورهای عمومی نقش بسیار مهمی دارند، باید تمرکز بیشتری بر روی پوشش اخبار و دستاوردهای زنان در ورزش داشته باشیم. این فعالیت‌ها می‌تواند به تغییر نگرش‌ها و کاهش تبعیض‌ها در سطح جامعه کمک کند.

راهبرد بعدی، افزایش سرمایه‌گذاری در زیرساخت‌های ورزشی زنان است. همان‌طور که اشاره شد، بسیاری از زنان به دلیل محدودیت‌های زیرساختی و مالی نمی‌توانند از فرصت‌های ورزشی بهره‌مند شوند. بنابراین، سرمایه‌گذاری در توسعه و بهبود زیرساخت‌های ورزشی مخصوص به زنان، از جمله تأسیس سالن‌های ورزشی و استادیوم‌های مدرن، می‌تواند یکی از راه‌های مؤثر برای ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان باشد. همچنین، تخصیص بودجه و حمایت‌های مالی بیشتر از سوی دولت‌ها و سازمان‌های ورزشی در این راستا ضروری است.

ایجاد و تقویت برنامه‌های حمایتی و آموزشی نیز از دیگر اقداماتی است که می‌تواند به تقویت شمول اجتماعی در ورزش زنان کمک کند. این برنامه‌ها باید به‌طور ویژه به آموزش خانواده‌ها، مربیان و ورزشکاران جوان پرداخته و بر اهمیت حضور زنان در ورزش تأکید کنند. به‌ویژه در مدارس و دانشگاه‌ها، باید برنامه‌های آموزشی ویژه‌ای برای دختران و زنان جوان برگزار شود تا آن‌ها تشویق شوند به‌طور فعال در ورزش شرکت کنند و از مزایای جسمی و اجتماعی آن بهره‌مند شوند.

قوانین حمایتی و سیاست‌های دولتی نیز از دیگر ابزارهای ضروری برای ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان هستند. در این راستا، وضع قوانینی که بر اساس آن حقوق و فرصت‌های برابر برای زنان ورزشکار در تمامی سطوح فراهم شود، می‌تواند تأثیرات بسیار مثبتی بر مشارکت زنان در ورزش داشته باشد. به‌عنوان مثال، ایجاد قوانین و سیاست‌های حمایتی برای زنان در سطوح مختلف مدیریتی و اجرایی در سازمان‌های ورزشی، می‌تواند به تغییرات اساسی در ساختارهای موجود منجر شود.

فرهنگ‌سازی و ترویج رفتارهای مثبت نیز می‌تواند یکی دیگر از استراتژی‌های مؤثر در تقویت شمول اجتماعی باشد. این اقدامات باید بر اساس تقویت احترام متقابل، همکاری‌های جنسیتی و هم‌افزایی میان ورزشکاران و مدیران ورزشی طراحی شوند تا محیطی ایجاد شود که در آن زنان و مردان بتوانند به‌طور مشترک در ورزش به رقابت بپردازند.

در نهایت، در راستای ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان، همکاری‌های بین‌المللی و تبادل تجربیات بین کشورها نیز می‌تواند به تقویت این روند کمک کند. بسیاری از کشورها در زمینه ترویج ورزش زنان تجربیات موفقی داشته‌اند که می‌توان از آن‌ها در کشورهای دیگر استفاده کرد. همکاری‌های بین‌المللی و برنامه‌های مشترک می‌تواند به توسعه ورزش زنان در سطوح جهانی کمک کند.

بنابراین ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان نه تنها به‌عنوان یک موضوع اجتماعی و فرهنگی مهم شناخته می‌شود، بلکه می‌تواند تأثیرات گسترده‌ای در بهبود وضعیت زنان در جامعه و افزایش مشارکت آن‌ها در عرصه‌های مختلف داشته باشد. بر اساس مباحث

مطرح شده، مشاهده می شود که موانع فرهنگی، ساختاری و اجتماعی همچنان به عنوان بزرگ ترین چالش ها در مسیر ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان عمل می کنند. برای رفع این چالش ها، لازم است که رویکردهایی جامع و چندبعدی در پیش گرفته شود که شامل تغییر نگرش های اجتماعی، افزایش سرمایه گذاری در زیرساخت ها، ایجاد قوانین حمایتی و تقویت برنامه های آموزشی و حمایتی برای زنان باشد. به منظور دستیابی به این اهداف، پیشنهاد می شود که دولت ها و سازمان های ورزشی به ویژه در کشورهای در حال توسعه، سیاست هایی را به طور مشخص برای ارتقاء حضور زنان در ورزش ایجاد کنند. این سیاست ها باید شامل حمایت های مالی، تقویت زیرساخت ها، تخصیص بودجه های ویژه برای ورزش زنان و ترویج فرهنگ برابر و شفاف در جامعه ورزشی باشد. علاوه بر این، باید آموزش های عمومی و رسانه ای گسترده تری برای تغییر نگرش ها و تقویت پذیرش اجتماعی زنان در ورزش انجام شود. از سوی دیگر، به منظور کاهش موانع اجتماعی، برنامه های فرهنگی و اجتماعی باید برای ترویج نگاه مثبت به زنان ورزشکار و شکستن کلیشه ها اجتماعی انجام شود. همچنین، ایجاد فرصت های بیشتر برای زنان در سطوح مدیریتی و اجرایی ورزش، به ویژه در تصمیم گیری های کلیدی می تواند به بازتعریف جایگاه زنان در ورزش کمک کند. ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان در نهایت می تواند به افزایش اعتماد به نفس و خودباوری در میان زنان، گسترش فرصت های شغلی و اجتماعی، و تقویت جوامع محلی و جهانی منجر شود. با وجود تلاش برای ارائه مدلی بومی در زمینه ترویج شمول اجتماعی در ورزش زنان، این پژوهش با چند محدودیت مواجه بود. یکی از محدودیت های اصلی، تمرکز بر تجربه ها و دیدگاه های ورزشکاران نخبه زن بود که ممکن است نتواند به طور کامل وضعیت عمومی زنان در سطوح پایه یا آماتور را بازتاب دهد. همچنین، به دلیل محدودیت زمانی و دسترسی، مشارکت کنندگان تنها از برخی رشته های خاص انتخاب شدند که می تواند تعمیم پذیری نتایج را کاهش دهد. از دیگر محدودیت ها می توان به کمبود اطلاعات دقیق و مستند در زمینه سیاست ها و بودجه های مرتبط با ورزش زنان اشاره کرد که تحلیل دقیق تری از زمینه های ساختاری و قانونی را با چالش مواجه ساخت. در نهایت، محدود بودن پژوهش به یک منطقه جغرافیایی خاص نیز می تواند بر گستره کاربرد نتایج تأثیرگذار باشد. بر اساس نتایج و مضمون های استخراج شده، پیشنهاد می شود که پژوهش های آتی با تمرکز بر گروه های مختلف ذی نفع (از جمله خانواده ها، مربیان مرد، مسئولان فدراسیون ها و سیاست گذاران) انجام شود تا تصویر جامع تری از موانع و راهکارهای شمول اجتماعی در ورزش زنان به دست آید. همچنین، انجام مطالعات تطبیقی میان کشورهای مختلف می تواند در تبیین الگوهای موفق و بومی سازی سیاست ها مؤثر باشد. پژوهشگران آینده می توانند با تمرکز بر تأثیر برنامه های آموزشی، رسانه ای و حمایتی بر تغییر نگرش عمومی نسبت به ورزش زنان، مطالعات میان مدتی طراحی کنند. انجام مطالعات طولی برای بررسی تأثیر سیاست های حمایتی و آموزشی در ارتقای مشارکت زنان در ورزش های رقابتی نیز پیشنهاد می شود. علاوه بر این، بررسی نقش فناوری های نوین و شبکه های اجتماعی در ترویج فرهنگ شمول اجتماعی می تواند از دیگر زمینه های پژوهشی آینده باشد.

منابع

1. [Adhikary, D., Brahmachary, A., Kar, A., Musaddi, D., & Moulik, S. \(2020\). Sports and Social Capital: A Qualitative Study on Women Athletes with Disabilities. *discourse*, 8, 9.](#)
2. [Alhumaid, M. M., Adnan, Y., Said, M. A., Alobaid, M. A., & Khoo, S. \(2024\). Empowerment and social inclusion through Para sports: a qualitative study on women with physical impairments in Saudi Arabia. *Frontiers in Psychology*, 15, 1366694.](#)
3. [Carter-Francique, A. R. \(2018\). Is excellence inclusive? The benefits of fostering Black female college athlete's sense of belonging. *Journal of Higher Education Athletics & Innovation*, 1\(3\), 48.](#)
4. [Farmer, A., & Pecorino, P. \(2012\). Title IX and the Allocation of Resources to Women's and Men's Sports. *American law and economics review*, 14\(1\), 141-164.](#)
5. [Gholi Poor, M., GHAFOURI, F., Shahlaei Bagheri, J., Shabani Bahar, G., & Preuss, H. \(2025\). Multilevel factors affecting the social inclusion of women in sports. *Quarterly Journal of Woman and Society*, 15\(60\).](#)
6. [Grandisson, M., Chrétien-Vincent, M., Ouellet, B., Marcotte, J., Lamontagne, M. E., & Milot,  . \(2021\). Survey on strategies to promote social inclusion through sports. *Inclusion*, 9\(2\), 104-117.](#)

7. [Harada, C. M., Siperstein, G. N., Parker, R. C., & Lenox, D. \(2013\). Promoting social inclusion for people with intellectual disabilities through sport: Special Olympics International, global sport initiatives and strategies. In Disability in the global sport arena \(pp. 63-80\). Routledge.](#)
8. [Hayday, E. J., & Collison, H. \(2020\). Exploring the contested notion of social inclusion and gender inclusivity within esports spaces. Social Inclusion, 8\(3\), 197-208.](#)
9. [Jose, J., & Singh, J. \(2024\). THE ROLE OF SPORTS IN PROMOTING SOCIAL INTEGRATION AND INCLUSION. Kristu Jayanti Journal of Management Sciences \(KJMS\), 36-43.](#)
10. [Karstensen, V., Piskorz-Ryń, O., Karna, W., Lee, A., Neo, X. S., & Gottschlich, D. \(2024\). The Role of Sports in Promoting Social Inclusion and Health in Marginalized Communities. International Journal of Sport Studies for Health, 7\(3\).](#)
11. [Kluch, Y., & Wilson, A. S. \(2020\). #NCAAInclusion: Using social media to engage NCAA student-athletes in strategic efforts to promote diversity and inclusion. Case Studies in Sport Management, 9\(S1\), S35-S43.](#)
12. [Lleixà, T., & Nieva, C. \(2020\). The social inclusion of immigrant girls in and through physical education. Perceptions and decisions of physical education teachers. Sport, Education and Society.](#)
- 13.
14. [McConkey, R., Dowling, S., Hassan, D., & Menke, S. \(2013\). Promoting social inclusion through unified sports for youth with intellectual disabilities: a five-nation study. Journal of intellectual disability research, 57\(10\), 923-935.](#)
15. [Mirzayev, A., & Imomov, A. \(2024\). INCREASING THE INCLUSION OF WOMEN IN THE FIELD OF SPORTS. Science and innovation, 3\(B2\), 428-430.](#)
16. [Marivoet, S. \(2014\). Challenge of sport towards social inclusion and awareness-raising against any discrimination. Physical culture and sport. studies and research, 63\(1\), 3-11.](#)
17. [Mohammadi, S. \(2022\). Social inclusion of newly arrived female asylum seekers and refugees through a community sport initiative: the case of Bike Bridge. In The Potential of Community Sport for Social Inclusion \(pp. 205-222\). Routledge.](#)
18. [Mickelsson, T. B. \(2023\). A morphogenetic approach to sport and social inclusion: a case study of good will's reproductive power. Sport in Society, 26\(5\), 837-853.](#)
19. [Moustakas, L., & Robrade, D. \(2023\). Sport for social cohesion: from scoping review to new research directions. Sport in Society, 26\(8\), 1301-1318.](#)
20. [Moustakas, L. \(2023\). Sport and social cohesion within European policy: A critical discourse analysis. European Journal for Sport and Society, 20\(1\), 1-18.](#)
21. [Morgan, T., Henne, K., Blacklock, J., & Starre, K. \(2024\). Counting women: Indicator culture and gender inclusion in sports leadership. International Review for the Sociology of Sport, 10126902241297882.](#)
22. [Nesse, L., Borg, M., & Karlsson, B. \(2025\). There Are No Thresholds Here: Social Inclusion Among the Participants of a Community Sports Initiative. Social Inclusion, 13.](#)
23. [Nmae, C. \(2024\). Integration, Inclusion and Belonging through Sports: migrant women in Finland. https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2024051512369](#)
24. [Ogoura, K. \(2022\). The Olympics, Paralympics, and gender participation of female athletes and the principle of an inclusive society. Journal of Paralympic Research Group, 17, 115-136.](#)
25. [Qaxxorovich, S. G. \(2024\). THE EVOLUTION OF WOMEN'S PARTICIPATION IN SPORTS. AMERICAN JOURNAL OF EDUCATION AND LEARNING, 2\(5\), 237-242.](#)
26. [Ocete Calvo, C., Pérez-Calzado, E., Berástegui, A., & Franco Álvarez, E. \(2024\). The role of motivation in shaping social inclusion of people with intellectual disabilities in physical-sports activity contexts. European Journal of Sport Science, 24\(8\), 1152-1161.](#)
27. [Pape, M. \(2020\). Gender segregation and trajectories of organizational change: The underrepresentation of women in sports leadership. Gender & Society, 34\(1\), 81-105.](#)
28. [Pečnikar Oblak, V., Campos, M. J., Lemos, S., Rocha, M., Ljubotina, P., Poteko, K., ... & Doupona, M. \(2023, August\). Narrowing the definition of social inclusion in sport for people with disabilities through a scoping review. In Healthcare \(Vol. 11, No. 16, p. 2292\). MDPI.](#)
29. [Saran, A., Hunt, X., White, H., & Kuper, H. \(2023\). Effectiveness of interventions for improving social inclusion outcomes for people with disabilities in low-and middle-income countries: A systematic review. Campbell systematic reviews, 19\(1\), e1316.](#)
30. [Shevchuk, O., Lorenzetti, S., Kohut, I., Marynych, V., & Mytko, A. \(2024\). LEAVING NO ONE BEHIND: A BIBLIOMETRIC REVIEW OF INCLUSION IN SPORTS. Science, 2, 27-40.](#)
31. [Zhong, Z. \(2024\). Women Sports Participation and Gender Sensitivity Towards Enhanced Sports' Program. Journal of Education and Educational Research, 7\(3\), 102-105.](#)