

**درخواست براي ارائه پيشنهاد پژوهشی [[1]](#footnote-1) (RFP)**

عنوان طرح پژوهشی:

بررسي راهکارهاي گسترش ورزش کودکان با محوريت سلامت خانواده در استان لرستان

**دستگاه اجرایی کارفرمای طرح پژوهشی: اداره کل ورزش و جوانان لرستان**

**نام و نام خانوادگی کارشناس پژوهش برای پاسخ گویی به سئوالات: علی کرمی**

**شماره تماس کارشناس پژوهش: 09165533487**

تاریخ تهیه: 21/04/1404

**1-عنوان اولویت پژوهشی:** توسعه ورزش همگاني در رده های سنی پایه با هدف سلامت خانواده و جامعه

**2-عنوان طرح پژوهشی:** بررسي راهکارهاي گسترش ورزش کودکان با محوريت سلامت خانواده در استان لرستان

**3-شرح مختصری از مسئله**

در دهه‌های اخیر، سبک زندگی کم‌تحرک موجب شده است که جمعیت کودکان و نوجوانان آسیب‌پذیر رو به افزایش باشد. ورزش و فعالیت بدنی نقش مهمی در سلامت و رشد جسمانی، روانی و اجتماعی کودکان دارد. ورزش از نظر جسمانی، می­تواند قدرت عضلانی، استقامت و سلامت قلب و عروق و تراکم استخوانی را بهبود بخشد. علاوه بر این، ورزش و فعالیت بدنی به کنترل وزن و پیشگیری از چاقی کمک می­کند. در همین راستا تحقیقات نشان می‌دهند که ورزش به لحاظ رشد ذهنی و روانی، علائم اضطراب و افسردگی را کاهش داده و خلق و خوی کودکان را بهبود می­بخشد. از دیدگاه اجتماعی نیز، ورزش و فعالیت بدنی موجب ارتقاء مهارت­های ارتباطی و تعامل اجتماعی کودکان عمل می­کند. طبق دستورالعمل‌های سازمان بهداشت جهانی،کودکان و نوجوانان 5 تا 17 سال باید حداقل 60 دقیقه در روز فعالیت بدنی متوسط تا شدید داشته باشند تا از سلامت جسمی و روانی خود حمایت کنند. تغییرات اجتماعی ناشی از فناوری، که با همه‌گیری کرونا نیز تسریع شد، منجر به کاهش فعالیت بدنی شده است. به‌گونه‌ای که بسیاری از کودکان نمی‌توانند توصیه‌های رفتاری حرکتی جهانی را برآورده کنند. محیط‌های خانوادگی و مدرسه تأثیر مهمی بر رفتارهای حرکتی کودکان دارند. والدین نقش مهمی در الگوبرداری رفتارهای فعال و ترویج حمل و نقل فعال داشته، که به طور قابل توجهی سطح فعالیت بدنی کودکان را افزایش می‌دهد. لذا استفاده از فرصت‌های فعالیت بدنی مبتنی بر خانه، مهدکودک و مدرسه حائز اهمیت است. تحقیقات نشان می‌دهند که نابرابری‌های اقتصادی- اجتماعی می‌تواند بر سطح فعالیت بدنی کودکان در ساعات مدرسه تأثیرگذار باشد. برنامه‌های جامع فعالیت بدنی در مدارس می‌توانند سطح فعالیت کودکان را افزایش دهند. علاوه بر این، تعامل بین والدین و مدارس در این زمینه بسیار مهم است. با این وجود بیشتر مطالعات تمایل دارند این دو حوزه را به طور جداگانه بررسی کنند که درک از چگونگی تأثیر عوامل خانوادگی و مدرسه به طور جمعی بر الگوهای فعالیت بدنی کودکان را محدود می‌سازد.

با توجه به نقش ورزش و فعالیت‌های بدنی در سلامت و رشد کودکان و تأثیر آن بر سلامت جسم و روان در بزرگسالی، و از طرفی آمار نگران‌کننده شیوع آسیب‌های ناشی از کم‌تحرکی در میان کودکان، ضروری است که رویکردی جامع و چندوجهی برای ترویج فعالیت بدنی در استان لرستان اتخاذ شده و حداکثر استراتژی‌ها برای ترویج فعالیت بدنی در جمعیت کودکان به کار گرفته شود. بنابراین باید بر افزایش آگاهی و دسترسی به فضاهای ورزشی تمرکز شود. همچنین با بهره‌گیری از پتانسیل خانواده‌ها به عنوان هسته اصلی سلامت اجتماعی، و همچنین حمایت‌های دولتی و رسانه‌ای، به طور مؤثر زمینه را برای نهادینه شدن فرهنگ فعالیت بدنی در تمامی ابعاد زندگی کودکان و نوجوانان فراهم گردد. تنها از این طریق می‌توانیم نسلی سالم‌تر، شاداب‌تر و مقاوم‌تر در برابر چالش‌های روانی و جسمی پرورش دهیم در همین راستا هدف از پژوهش حاضر بررسي راهکارهاي گسترش ورزش و فعاليت بدني کودکان با محوريت سلامت خانواده در استان لرستان می­باشد.

**4- اهداف انجام طرح پژوهشی به صورت تیتر وار درج گردد**

- شناسایی و دسته‌بندی موانع و تسهیل‌کننده‌های فعالیت بدنی کودکان در محیط خانواده.

- ارزیابی اثربخشی برنامه‌های آموزشی خانواده‌محور در افزایش دانش، نگرش و رفتار والدین نسبت به اهمیت فعالیت بدنی کودکان.

- تدوین راهکارهای عملی و قابل اجرا برای والدین به منظور افزایش فعالیت بدنی کودکان در بستر خانواده، با در نظر گرفتن شرایط فرهنگی و اقتصادی جامعه.

- بررسی نقش رسانه‌ها و فناوری‌های نوین در ترغیب یا بازداری فعالیت بدنی کودکان و ارائه راهکارهایی برای استفاده بهینه از آن‌ها در جهت ارتقای سلامت.

- بررسی رابطه بین آگاهی خانواده­ها از اهمیت فعالیت بدنی با میزان مشارکت فعالیت بدنی کودکان.

- تعیین رابطه بین سطح فعالیت بدنی والدین و سطح فعالیت بدنی کودکان.

**5-نتایج مورد انتظار به صورت تیتر وار درج گردد**

- ارائه گزارش و اطلاعات لازم در خصوص وضعیت فعالیت‌های بدنی و ورزش کودکان و تأثیر آن بر سلامت جسمی و روانی کودکان.

- ارائه مدل آموزشی مناسب با هدف ارتقاء دانش خانواده‌ها در مورد فواید ورزش برای سلامت جسمی و روانی کودکان.

- تدوین برنامه‌های اجرایی با تمرکز بر ترویج ورزش و فعالیت بدنی در بین کودکان استان لرستان. کاهش میزان چاقی اجرای و.

- تدوین و اجرای برنامه‌های ورزشی متنوع و جذاب در مدارس و ایجاد انگیزه برای مشارکت دانش‌آموزان در فعالیت‌های ورزشی.

- ایجاد شبکه‌ای از همکاری بین بخش‌های مختلف جامعه برای حمایت از کودکان فعال با مشارکت مراکز بهداشتی، مدارس، نهادهای دولتی و سازمان‌های مردم‌نهاد.

- ارائه مدل آموزشی و فرهنگی مناسب جهت افزایش آگاهی خانواده‌ها در زمینه اهمیت سبک زندگی سالم و فعال در بین جوانان استان لرستان.

- کاهش میزان اختلالات روانی و ناهنجاری‌های اسکلتی- عضلانی کودکان در استان لرستان با تمرکز بر اجرای برنامه‌های آموزشی و ترویج فعالیت بدنی.

- ارائه راهکارهای همکاری بین ادارات کل ورزش و جوانان و آموزش و پرورش برای راهبری انجام طرح پژوهشی و بکارگیری نتایج.

**6- محدودیت های پیش رو**

- عدم تأمین اعتبار به موقع می‌تواند موجب تأخیردر اجرای پژوهش شود.

**7- شرح خدمات مورد نظر کارفرما برای انجام طرح به صورت تیتر وار درج گردد**

**-** تأمین اعتبار پژوهشی جهت پرداخت هزینه های اجرای طرح.

**-** همکاری سایر دستگاه‌های اجرایی مرتبط با اجرای طرح پژوهشی.

**-** انجام مکاتبات مورد نیاز به دستگاههای اجرای و سازمانهای مرتبط در خصوص همکاری و ارائه اطلاعات و آمار مورد نیاز اجرای طرح پژوهشی.

**8- مدت زمان اجرای طرح** : **12ماه**

**9- گستره پژوهش** ملی 🗆 منطقه ای 🗆 استانی × شهرستانی🗆

**10-تخصص­های عمده مورد نیاز برای انجام پژوهش** (ترکیب تیم پژوهشی به دقت درج گردد)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **تخصص های مورد نیاز** | **رده همکاری** | **شرح دقیق نوع همکاری در طرح**  |
| اصلی | فرعی  |
| دانش آموخته رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی | × |  | مجری اصلی طرح فارغ التحصیل مقطع دکتری از دانشگاه معتبر(ترجیحاً دانشگاه دولتی) و دارای سوابق پژوهشی و رزومه کاری مناسب باشد. |
| کارشناس تجزیه و تحلیل اطلاعات و داده های آماری |  | × | کارشناس مسلط به روش تخقیق و تجزیه و تحلیل داده های آماری به عنوان همکار  |
| کارشناس ورزش |  | × | کارشناسان ورزش دارای سابقه کار اجرایی به عنوان همکار |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

1. 1.Request for Proposal [↑](#footnote-ref-1)