



مشارکت سالمندان در فعالیتهای بین نسلی فراغتی - ورزشی

رها برهمند^۱، علی محمد صفانیا^{۲*}، معصومه حسینی

- ۱- دانشجوی دکتری رشته مدیریت ورزشی، گروه علوم ورزشی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.
- ۲- استاد گروه علوم ورزشی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران (نویسنده مسئول)
- ۳- استادیار گروه مدیریت ورزشی دانشگاه پیام نور تهران ایران

تاریخ ارسال: ۱۴۰۲/۰۳/۰۷ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۶/۰۳

چکیده

زندگی مدرن همراه با تحول دیجیتال موجب ایجاد شکاف عمیقی بین نسلها خصوصا گروه سنی سالمندان شده است. انزوا و کناره گیری سالمندان در فعالیتهای ورزشی-فراغتی پدیده‌ای، نگران کننده است. هدف از انجام این تحقیق، ارزیابی مشارکت سالمندان در فعالیتهای فراغتی فعال و بین نسلی بود. این مطالعه از نوع مطالعات ثانویه و روش اجرای آن، مرور بهترین شواهد بود. منابع شامل، مقالات و درگاه‌های اینترنتی معتبر بود. به منظور مطالعه دقیق، منابع در بازه زمانی سال ۱۳۹۳ تا ۱۴۰۱ مورد بررسی قرار گرفت. فعالیتهای بین نسلی برای سالمندان فواید زیادی دارند از جمله بهبود شرایط فیزیکی، ذهنی، اجتماعی و شناختی در گروه سنی هدف. فناوری اطلاعات و شاخص‌های محیطی نیز جز عواملی هستند که موجب مشارکت بیشتر افراد سالمند در این فعالیت‌ها می‌گردند. پیشنهاد می‌گردد با بهره‌گیری از فعالیتهای بین نسلی در فراغت فعال سالمندان، محیطی برای بهبود شرایط این گروه سنی ایجاد گردد.

واژه‌های کلیدی: فعالیت بین نسلی، فراغت سالمندان، ورزش سالمندان

مقدمه

شکاف بین نسلی در جامعه امروزی منجر به کناره گیری بخش وسیعی از جامعه سالمندی در فعالیت های اجتماعی خود شده است. از سوی دیگر تغییر سبک زندگی به واسطه پیشرفت تکنولوژی نیز، منجر به عمیق تر شدن شکاف بین نسلی شده است. نابرابری بین نسلی در حوزه سلامت یکی از دلایل کاهش سطح سلامت در طول زندگی به شمار می آید. به منظور توسعه سیاست ها و مداخلات برای اطمینان از برابری فرصت ها، درک علل و اثرات شکاف بین نسلی و چگونگی کاهش آن، امری بسیار مهم است (Brown, Eibich, & Biosca, 2022). سرمایه گذاری های مناسب برای ساخت امکاناتی که تمامی افراد جامعه بتوانند از آن بهره ببرند می تواند عدالت اجتماعی و تعدیل شکاف بین نسلی را به همراه داشته باشد (Amiri-Paryan, Doroudian, Honari, & Safania, 2022). با توجه به اهمیت دو عامل ورزش و اوقات فراغت در سنین کودکی و سالمندی، شکاف بین نسلی در سبک زندگی مرتبط با ورزش، رویکرد مناسبی برای توضیح تفاوت های اجتماعی در مشارکت فعالیت های فراغتی- ورزشی ایجاد می کند. اهمیت سبک زندگی ورزشی در خانواده و مشارکت ورزشی والدین در دوران کودکی اثری مثبت و معنادار در ورزش نوجوانان و جوانان در بزرگسالی دارد (Hayoz, Klostermann, Schmid, Schlesinger, & Nagel, 2019). همچنین حمایت بین نسلی، از جمله حمایت عاطفی و مالی، در بهبود وضعیت سلامت والدین سالمند، از نظر جسمی و روانی و عملکرد آنها در فعالیت های روزمره زندگی بسیار موثر است (Li & Guo, 2022). با توجه به شرایط ایجاد شده توسط کرونا و پیشرفت تکنولوژی، گروه های سنی کودک و نوجوان و سالمندان بیشترین آسیب را از کم تحرکی، دریافت می کنند. مدیریت صحیح سازمان های ورزشی برای دوران پسا کرونا و در نظر گرفتن استراتژی هایی برای افزایش مشارکت ضروری است (Safania & Barahmand, 2020). شکاف عمیقی در ارتباطات سالمندان و کودکان و نوجوانان ایجاد شده است. این شکاف ناشی از تغییر سبک زندگی و عقاید و باورهای نسل ها است. بررسی سبک زندگی افراد در گروه های سنی مختلف نشان می دهد که تمایلات، گرایش ها و رفتارهای این گروه ها، با هم متفاوت است (shalchi & ziachi, 2014). می توان از فناوری اطلاعات و داده کاوی در ورزش بهره برد و فعالیت های ورزشی را توسعه داد (Kordavani, Safania, Naderian Jahromi, Farahani, & Honari, 2022). از سوی دیگر، مطالعاتی نشان می دهند که فعالیت های فراغتی سالمندان و گروه سنی کودکان می تواند موجب بهبود کیفیت زندگی هر دو گروه سنی شود. انجام فعالیت های فراغتی در خانواده، تأثیرات آموزشی مناسبی بر نگرش کودکان و توسعه ی فرهنگ اوقات فراغت، می گذارد. تفریح در محیط خانواده به رشد شخصیت، دانش و درک کودک کمک می کند و در عین حال به آنها فرصت تجربه اشکال مختلف فرهنگ سنتی را در کنار سالمندان می دهد و گفت و گوی بین نسلی را برقرار می کند (Pluta, Bronikowska, Tomczak, Laudańska-Krzemińska, & Bronikowski, 2017). تحقیقات بسیاری نشان داده اند که رابطه میان افراد سالمند به خصوص پدربزرگ و مادر بزرگ در رشد صحیح کودکان تأثیر گذار است. برقراری ارتباط مناسب سالمندان و کودکان و اجرای فعالیت های مشترک برای این دو گروه سنی، به سالمندان کمک می کند تا بر حس تنهایی و افسردگی غلبه کنند. همچنین برای کودکان نیز فضایی را ایجاد می کند که در آن دوستان وفاداری را، بیابند که می توانند به آنها اعتماد کنند، از آنها مشاوره بگیرند و همچنین فعالیت های مشترکی مثل، آواز خواندن، ورزش کردن، کتاب خواندن و پیاده روی را، با هم تجربه کنند. فعالیت های مشترک سالمندان و کودکان در سه گروه فعالیت های مبتنی بر زبان، تکنولوژی و فعالیت های فیزیکی تقسیم می شوند (Denkova, 2019). مطالعات نشان می دهند که افسردگی سالمندان چینی تحت تأثیر مراقبت از نوه ها کاهش می یابد و این تأثیر در زنان و مردان مسن تر که همسر ندارند، بارزتر است. جامعه باید از سالمندان توانمند، برای مشارکت در مراقبت از نوه ها حمایت کند و کودکان نیز باید در رفتار با سالمندان مورد آموزش قرار گیرند (Tang et al., 2022). از این رو ایجاد نوآوری در فعالیت های مربوطه به سالمندان می تواند موجب فعال تر شدن آنها گردد (Barahmand, 2022). سالمندان شرکت در فعالیت بدنی بین نسلی می تواند انگیزه ای مناسب برای فعال تر شدن سالمندان باشد. در تحقیقات صورت گرفته، ۴۴ درصد از سالمندان فعالیت بدنی را لذت بخش ارزیابی کردند، ولی با بررسی مشارکت در فعالیت های فراغتی- ورزشی بین نسلی و مشارکت در این فعالیت ها به همراه کودکان، ۸۱ درصد سالمندان، ورزش را لذت بخش ارزیابی کردند (Buonsenso et al., 2021). در همین راستا، در تحقیقی بیان شده است که فعالیت ورزشی سالمندان به همراه کودکان، موجب افزایش قدرت اندام فوقانی هر دو گروه شده است (Mouton, Renier,)

(Cloes, 2015). نتایج مطالعه دیگری نشان داد برنامه های بین نسلی در فعالیتهای ورزشی سالمندان موجب افزایش مشارکت و خودکارآمدی آنها در این فعالیتها شده است و مهم ترین عوامل، برگزاری کارگاههای آموزشی، کنفرانسهای ماهانه بین نسلی و حمایت جامعه ارزیابی شد (Sowle, 2015). مطالعه دیگری نشان میدهد که سالمندان بازنشسته اغلب زمان خود را در خانههایشان یا خانه سالمندان میگذرانند و به ندرت با کودکان ارتباط برقرار میکنند، که موجب میشود در کسب دانش جدید و انتقال تجربیات خود ناکام بمانند. از این رو فناوریهای نوین در شکل واقعیت مجازی میتواند موجب بهبود تعامل سالمندان با گروههای سنی دیگر به خصوص کودکان گردد. انتخاب موضوعات بازی در واقعیت مجازی برای سالمندان در فرآیند تعامل بین نسلی آنها را تشویق به تجربه فناوری در اوقات فراغت میکند (Wang, Shao, & Han, 2022). در مطالعه ای دیگر نیز نتایج نشان داد حمایت پدربزرگ و مادر بزرگها از نوههایشان، در مشارکت ورزشی آنها اثر دارد (Xie, Besnilian, & Boyns, 2021). نتایج این مطالعات نشان میدهد ارتباطات بین نسلی و بهبود تعامل سالمندان و کودکان و نوجوانان میتواند موجب مشارکت فعال افراد در فعالیتهای فراغتی-ورزشی گردد. کم تحرکی در دوره سنی سالمندی و کودکان به خصوص با شیوع ویروس کرونا، بیش از پیش دیده میشود و مطالعه دقیق بر روی شکاف بین نسلی در حوزه ورزش و فراغت فعال میتواند زوایای مهم این موضوع را مشخص کند. تعاملات بین نسلی و حمایتهای اجتماعی به خصوص در دوران سالمندی میتواند به حضور بیشتر افراد سالمند، در جامعه کمک کند (Zhong, Lee, & Lee, 2022). از عوامل مؤثر در مشارکت در فعالیتهای تفریحی-ورزشی، میتوان به بعد رفتاری و عوامل ساختاری نام برد که شامل؛ بعد سازمانی، سازماندهی، بعد محیطی و اقتصادی میباشد (Abdollahifar, Safania, Namazi Zadeh, & Azad Fada, 2022). از میان این عوامل به ترتیب سازماندهی، امکانات و زیرساخت، منابع مالی، فناوری و رسانه و برنامه ریزی، مهمترین عوامل در مشارکتهای تفریحی ورزشی به شمار میآیند (Abdollahi far, safania, Namazi Zadeh, & azadfada, 2021). طیف وسیعی از مزایای بالقوه مشارکت بین نسلی به ویژه در مورد کنترل اضطراب، مولد بودن، نگرشهای سنی متقابل و فعالیت بدنی وجود دارد. با این حال، ناهمگونی در زمینه برنامه، طراحی نمونه و مدت زمان نشان میدهد که تحقیقات بیشتری برای امکان اجرای گسترده تر برنامه های بین نسلی لازم است. دقت علمی در تحقیقات کمی و کیفی نیز باید تا آنجا که ممکن است به کار گرفته شود تا شواهد، با بالاترین کیفیت ارائه شود (Krzechkowska et al., 2021). تحقیق دیگری نیز نشان داده است که حضور جوانان در کنار سالمندان موجب ایجاد حس ارزشمندی در آنها میشود و همچنین کیفیت زندگی هر دو گروه سنی را بهبود میدهد. استفاده از فعالیتهای ورزشی در برنامه های بین نسلی نیز میتواند در کسب حمایت و توانمندی هر دو گروه سنی اثرگذار باشد (Ebrahimi, Esmailzadeh Ghandehari, & Veisi, 2020). در ایران خلاء تحقیقاتی در خصوص شکاف بین نسلی و فراغت-ورزشی افراد سالمند دیده میشود. بیشتر تحقیقات داخلی انجام شده، در زمینه جهانی شدن و فاصله نسلی، مطالعه بین نسلی سبک زندگی و تفاوت های سبک زندگی صورت گرفته است و تحقیقاتی زمینه ای در خصوص فعالیتهای فراغتی-ورزشی بین نسلی و اثر آنها بر سالمندان دیده نمیشود. از این رو هدف از انجام این تحقیق، ارزیابی تأثیر مشارکت سالمندان در فعالیتهای فراغتی-ورزشی بین نسلی است.

روش شناسی تحقیق

این مطالعه از نوع مطالعات ثانویه و روش اجرای آن، مرور بهترین شواهد بود. منابع شامل، مقالات و درگاههای اینترنتی معتبر بود. به منظور مطالعه دقیق، منابع در بازه زمانی سال ۱۳۹۳ تا ۱۴۰۱ مورد بررسی قرار گرفت. به دلیل محدود بودن تحقیقات در خصوص فعالیتهای بین نسلی در ایران، در انتخاب متون از منابع انگلیسی و فارسی زبان استفاده شد. موضوعات مورد استفاده در جستجو عبارت بودند از: فعالیت ورزشی بین نسلی، فعالیتهای فراغتی-ورزشی بین نسلی، بازی و ورزش سالمندان، بازی و ورزش کودک و نوجوان، تعامل سالمند با کودک و نوجوان در اوقات فراغت. جمع آوری منابع با استفاده از موتورهای Google Scholar, SID, Magiran, Science direct, PubMed, Research Gate صورت گرفت. انتخاب مقالات با توجه به متن مقاله ها و نظر نویسندگان انجام شد. ابتدا ۶۵ مقاله با موضوعات فعالیت های بین نسلی یافت شد. با بررسی مجدد، ۴۲ مقاله که زمینه مرتبط تر با فعالیت بین نسلی سالمندان و کودکان و نوجوانان داشتند برگزیده شد و در نهایت ۲۴

مقاله که مرتبطترین مقالات و متون با مشارکت کودکان و نوجوانان به همراه سالمندان در فعالیتهای فراغتی- ورزشی بین نسلی بود، انتخاب شد و یافته‌های متون، بر اساس نتایج کسب شده در این تحقیقات مورد بررسی و تحلیل قرار گرفتند.

نتایج

فعالیت بدنی و اوقات فراغت دو عامل مهم در کودکی و سالمندی است. سالمندان و کودکان وقت بیشتری در اختیار دارند و ورزش و فعالیت بدنی می‌تواند به عنوان محرکه ای برای زندگی بهتر آن‌ها مطرح گردد. از سوی دیگر تغییر سبک زندگی موجب کمرنگ شدن ارتباطات نسل‌ها و فاصله گرفتن آن‌ها از یکدیگر شده است. در ادامه به بررسی فعالیتهای فراغتی- ورزشی بین نسلی، بر اساس مرور بهترین شواهد متون می‌پردازیم.

بر اساس تحقیقات صورت گرفته، در مورد اوقات فراغت، ۳۲/۴ درصد از کودکان با پدربزرگ و مادربزرگ خود به انجام فعالیتهای اوقات فراغت فعال پرداختند و محققان اشتراک‌گذاری اوقات فراغت پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها را، در بهبود روانی و جسمانی کودکان، مؤثر دانستند. سیاست‌های مداخله اجتماعی و خانواده باید در جهت ارتقای محیط‌های بین نسلی برای فعالیت بدنی خانواده باشد. زیرا به تبعیت از ورزش‌های بدنی به بهبود وضعیت جسمی و روانی کودکان و سالمندان در کنار هم کمک می‌کند (Ocón, Alonso-Ruiz, & Ponce-de-León-Elizondo).

در تحقیقی که بر روی حرکات موزون و برنامه ای بین نسلی برای افزایش مشارکت در فعالیت بدنی صورت گرفت، نتایج نشان دادند که شرکت کنندگان در این مطالعه که سن آن‌ها بین ۲ تا ۷۹ سال بود، این فعالیت را لذت بخش ارزیابی کردند. همچنین به اهدافی مانند افزایش ضربان قلب رسیدند ولی در خصوص اثرات چاقی و کاهش وزن ارتباط معناداری یافت نشد. طراحی و اصلاح صحیح برنامه‌های فعالیت بدنی بین نسلی، به بهبود ارتباط سنین مختلف و مشارکت ورزشی کمک می‌کند. حرکات موزون، یک روش لذت بخش، مناسب و کم هزینه برای افزایش دسترسی کودکان و خانواده‌ها به فعالیت بدنی است (Schroeder et al., 2017). برنامه‌های بین نسلی به عنوان تسهیل کننده ارتباطات اجتماعی شناخته شده است. مردم نگاری ویدیویی، برای بررسی محیط بین نسلی و مشاهده الگوهای تعامل بین افراد سالمند و کودکان نشان می‌دهد که نوع فعالیت، ساختار گروهی و طول فعالیت، برای افزایش مشارکت افراد سالمند و کودکان در یک برنامه فراغتی اثرگذار است (Kirsnan, Kosiol, Golenko, Radford, & Fitzgerald, 2022). در تحقیقی برنامه‌ای بین نسلی برای افزایش مشارکت سالمندان در ورزش تکواندو، مورد بررسی قرار گرفته است. تکواندو یک هنر رزمی مدرن است که شامل ترکیب‌های مختلفی از تکنیک‌های دست و پا می‌باشد. ارزش‌های اصلی فلسفه تکواندو ادب، احترام متقابل و کنترل نفس است. برای توسعه برنامه تکواندو بین نسلی، مربیان باید (۱) اهداف مشترک را تعیین کنند، (۲) تفاوت‌های توانایی‌های فیزیکی و ذهنی را تشخیص دهند، (۳) مشوق‌هایی را برای شرکت کنندگان در برنامه‌های فعالیت بدنی ارائه دهند (Y. Kim et al., 2022). در این میان با توجه به شیوع ویروس کرونا و قرنطینه‌های ایجاد شده، فناوری اطلاعات یکی از عواملی است که می‌تواند در بهبود ارتباطات بین نسلی اثرگذار باشد (Alonso Ruiz, Sáenz de Jubera Ocón, Valdemoros San Emeterio, & Ponce de León, 2022). شیوع کرونا در کنار معایب بی شماری که ایجاد کرد، مزایایی هم در بر داشت مانند توسعه ورزش در خانه، که محیطی را ایجاد می‌کرد تا افراد خانواده در کنار هم به فعالیت ورزشی بپردازند (Safania & Barahmand, 2020). برخی از مطالعات نشان می‌دهند که در طول پاندمی کرونا، اجرایی سازی برنامه‌های فعالیت سالمندان در مهد کودک‌ها بسیار بازخورد مناسبی داشته است ولی موانعی برای گسترش این فعالیت‌ها به چشم می‌خورد و لازم است با دیدگاهی متفاوت به این امر توجه گردد (Oropilla, Ødegaard, & Quinones, 2022). کودکان و سالمندانی که در یک برنامه بین نسلی مشارکت کرده‌اند نشان دادند که پس از این برنامه، قدرت دست کودکان در گرفتن اشیاء، افزایش یافته است و سالمندان نیز در مواردی مانند سرعت راه رفتن و پارامترهای روانی-اجتماعی بهبود یافته‌اند (Minghetti, Donath, Zahner, Hanssen, & Faude, 2021). از سوی دیگر عاملی که در مشارکت بین نسلی در فعالیتهای فراغتی فعال برای سالمندان و کودکان اثر گذار است، سطوح اجتماعی-اقتصادی است. هرچه سطح اجتماعی-اقتصادی جامعه بهتر باشد، میزان مشارکت این دو گروه سنی در فعالیتهای فراغتی فعال افزایش می‌یابد (Elhakeem et al., 2017). اغلب دستورالعمل‌های جهانی برای توسعه فعالیت بدنی توسط

اکثر جوانان، بزرگسالان و سالمندان جهان رعایت نمی شود. فعالیت بدنی بین نسلی در جامعه دشوار است، زیرا نسلها از هم دور هستند و سبک زندگی پرمشغلهای دارند. بازیهای ورزشی از راه دور، می توانند خانواده و دوستان و کودکان را برای فعالیت بدنی بین نسلی به هم متصل کنند. همچنین به لذت بردن از فعالیت بدنی کمک می کند و تأثیر فاصله را بر وقت گذراندن با خانواده و دوستان از بین می برد (Kooiman & Sheehan, 2014). روابط مناسب، می تواند حوزه فعالیت سالمندان را توسعه دهد. ترویج همبستگی ساختاری-اجتماعی و نزدیکی عاطفی میان کودک و سالمند باعث کاهش انزوای اجتماعی در میان افراد سالمند می شود (Fu, Chen, & Community, 2022). به عنوان مثال اغلب سالمندانی با بیماری های خاص، مثل زوال عقل دچار انزوای اجتماعی می شوند ولی برنامه های بین نسلی می تواند در مشارکت فعال آن ها در فعالیت های ورزشی-فراغتی اثرگذار باشد (Gerritzen, Hull, Verbeek, Smith, & de Boer, 2020). قرنطینه های طولانی مدت موجب شده تا ارتباط بین نسلی با کمک فناوری بهبود پیدا کند به عنوان مثال بازسازی عکس ها در شبکه اجتماعی TiK Tok و آپلود فیلم در Youtube و مشارکت بین نسلی افزایش داشته است (de Guzman et al., 2022). برنامه های بین نسلی در جوامع، برای رسیدگی به انواع مسائل اجتماعی ناشی از پیری جمعیت، ایجاد می شوند. این برنامه ها بر ارتقای تماس اجتماعی بین نسلی، حمایت از برنامه های آموزشی و تسهیل فعالیت های فکری و فیزیکی در سالمندان تمرکز دارند. دنبال کردن این برنامه ها، حافظه سالمند را بهبود می بخشد. تعامل اجتماعی بین سالمندان و نسل جوان را تسهیل می کند. نگرش و ادراک نسبت به نسل جوان را بهبود می بخشد. رابطه ای که بین این دو نسل شکل می گیرد، مستلزم همراهی، مراقبت متقابل، اعتماد و محبت است (Leong, Klainin-Yobas, Fong, Wu, & Community, 2022). حفظ روابط اجتماعی یک نیاز اساسی انسان است و به ویژه در دوران سالمندی، از جمله زندگی در خانه سالمندان ضروری است. بازی های ویدیویی چند نفره می توانند در حین بازی، تعاملات اجتماعی مثبت را بین بازیکنان نسل های مختلف ترویج دهد. با این حال، چنین تسهیلی در تعاملات اجتماعی مثبت به طراحی بازی های خاص بستگی دارد. این مطالعه با هدف مقایسه تأثیر ۳ حالت بازی مختلف (رقابتی، مشارکتی و خلاق) بر تعاملات اجتماعی (ارتباطات کلامی و غیرکلامی) بین سالمندان و همبازی های جوان تر آنها، انجام شد. نتایج نشان می دهد که حالت بازی می تواند عامل مهمی برای شکل دادن به تعاملات اجتماعی بازیکنانی باشد که با هم بازی می کنند. در مقایسه با سایر حالت ها، حالت های بازی خلاقانه می توانند ارتباط کلامی را افزایش دهند. فرهنگ سازی در خصوص مشارکت سالمندان در بازی های فعال باید به صورت زمینه ای انجام گیرد (Barahmand, Safania, Baqerian, Farahabadi, & Honari, 2021). چرا که این بازی ها موجب توانبخشی سالمندان می گردند، میزان استرس سالمندان را کاهش می دهند و اعتماد به نفس آن ها را افزایش می دهند (Barahmand, 2021). طراحی بازی و استفاده از بازی های رایانه ای برای ارتقای تعامل اجتماعی بین سالمندان و همبازی های آنها از اهمیت ویژه ای برخوردار است (Zahn et al., 2022). بسیار مهم است که طراحی بازی ها به گونه ای باشد که تعامل، بین بازیکن سالمند و جوان اتفاق بیفتد (Loos, Hera, Simons, & Gevers, 2019). بیشتر برنامه های بین نسلی موجب بهبود وضعیت شناختی، سلامتی و اجتماعی سالمندان و کودکان می گردد. ولی نتیجه گیری قطعی در این خصوص نیاز به تحقیقات بیشتری دارد (Peters et al., 2021). عامل مهم دیگری که در فعالیت های بین نسلی سالمندان اثر گذار است و موجب بهبود مشارکت سالمندان می گردد، محیط فیزیکی و فعالیت های محیط محور است. توجه به عوامل فیزیکی محیطی موجب حمایت بیشتری از افراد سالمند برای مشارکت در فعالیت های ورزشی-فراغتی خواهد شد (Zhong, Lee, Foster, & Bian, 2020). مهم ترین عامل در توسعه اماکن ورزشی ویژه سالمندان، ایمنی و امنیت محیطی به حساب می آید سپس در مراتب بعدی ساختار چیدمان داخلی، اصول پایه در طراحی، عوامل فیزیکی و کاربری بنا قرار می گیرد (Barahmand, Bagherian Farahabadi, & Naghshbandi, 2018b). در صورت توسعه فضاهای ورزشی با تأکید بر اقتصاد مقاومتی، فضاهای ورزشی با هزینه کمتری توسعه خواهند یافت و در کنار تدوین قوانین شامل توانمندسازی نیروی متخصص، مبارزه با فساد در ورزش، حمایت دولت از حضور بخش خصوصی، به روز رسانی و تقویت مهندسی ورزش و جذب سرمایه می تواند باعث توسعه فضاهای ورزشی با رویکرد اقتصاد مقاومتی شود (Rezaei, Farahani, Doroudian, & Safania, 2021). سرمایه گذاری های صحیح برای ساخت اماکن ورزشی و تفریحی، امکان برخورداری تمامی اقشار جامعه از فعالیت های فراغتی ورزشی را فراهم می آورد و پیوند با نهادهای اقتصادی، اجتماعی، سلامت

و بهداشت اهمیت‌ی دوچندان می‌یابد (Amiri-Paryan, et al, 2022). می‌توان با نوآوری در طراحی فضاها، امکانات، تجهیزات مناسب ورزشی و بهره‌وری مناسب از تکنولوژی در اوقات فراغت فعال سالمندان، در جهت بهبود شرایط و عملکرد آن‌ها در جامعه گام برداشت (Barahmand, 2022). تأمین نیاز افراد دارای محدودیت مانند سالمندان، در مشارکت ورزشی اثری مثبت و معنادار دارد (Samienia, Nikbaksh, & Safania, 2022).

جدول ۱. خلاصه یافته‌ها

نویسنده	موضوع	نتیجه
برهمنده (۲۰۲۲)	نوآوری در فعالیت‌های ورزشی ویژه سالمندان با رویکرد فراغت فعال	طراحی فضای ورزشی، امکانات و تجهیزات مناسب و بهره‌وری از تکنولوژی به مشارکت سالمندان در فعالیت‌های فراغتی فعال کمک می‌کند.
صمیعی نیا و همکاران (۲۰۲۲)	کمال‌گرایی، فرسودگی و مشارکت در ورزشکاران نخبه معلول جسمی: نقش میانجی تئوری خودمختاری	تأمین نیاز بر مشارکت ورزشی اثر مثبت دارد.
امیری پریان و همکاران (۲۰۲۲)	تدوین الگوی عوامل مؤثر بر گسترش وقف و ورود خیران به ورزش با رویکرد توسعه عدالت ورزشی و ارتقای سلامت جامعه	سرمایه‌گذاری مناسب برای ساخت اماکن ورزشی و در دسترس همگان قرار گرفتن این اماکن بسیار ضروری است.
کیرسنان ^۱ و همکاران (۲۰۲۲)	موانع و توانمندسازهای دستیابی به برنامه‌های بین‌نسلی در استرالیا	نوع فعالیت، ساختار گروهی و طول فعالیت، برای افزایش مشارکت در برنامه‌های بین‌نسلی اثرگذار است.
آلونسو ^۲ و همکاران (۲۰۲۲)	فراغت دیجیتال: فرصتی برای بهبود بین‌نسلی در پاندمی کرونا	فناوری‌های دیجیتال با بهبود ارتباطات بین‌نسلی ارتباط مثبت و معناداری دارند.
تانگ ^۳ و همکاران (۲۰۲۲)	تحقیق در مورد مراقبت از نوه و افسردگی سالمندان چینی بر اساس نقش میانجی حمایت بین‌نسلی از کودکان	مراقبت از نوه‌ها در رفع افسردگی سالمندان اثرگذار است.
اوروفیلیا ^۴ و همکاران (۲۰۲۲)	دیدگاه مربیان مهدکودک در مورد برنامه‌های بین‌نسلی در مهدکودک‌های نروژی در طول همه‌گیری کووید-۱۹	اجرای برنامه‌های فعالیت بازخورد بسیار مناسبی داشته است ولی باید موانع را شناسایی و تعدیل کرد.
چن و فو ^۵ (۲۰۲۲)	کیفیت روابط بین‌نسلی و پروفایل‌های فعالیت در میان افراد مسن در چین	همبستگی روابط میان کودکان و سالمندان موجب مشارکت بیشتر سالمندان در فعالیت‌های فراغتی می‌گردد.
گوزمن ^۶ و همکاران (۲۰۲۲)	بررسی فعالیت‌های خلاقانه اعضای خانواده بین‌نسلی در طول قرنطینه COVID-19 از طریق تجزیه و تحلیل محتوای ویدیوهای TikTok و YouTube	مشارکت بین‌نسلی در قرنطینه‌ها با استفاده از فناوری اطلاعات افزایش پیدا کرده است.
لونگ ^۷ و همکاران (۲۰۲۲)	دیدگاه سالمندان از برنامه بین‌نسلی در مرکز مراقبت روزانه سالمندان در سنگاپور: یک مطالعه کیفی توصیفی	این برنامه کمک می‌کند تا ارتباطات بین سالمندان و نسل جوان بهبود پیدا کند.
ژان ^۸ و همکاران (۲۰۲۲)	اثرات حالت بازی در بازی‌های ویدئویی چند نفره بر تعامل اجتماعی بین‌نسلی: مطالعه میدانی تصادفی	طراحی بازی‌ها در مشارکت سالمندان در فعالیت‌های ورزشی و بازی‌های جدی اثرگذار است.
فی ^۹ و همکاران (۲۰۲۲)	سلامتی از طریق مشارکت اجتماعی بین	بهبود شرایط شناختی، سلامتی و کیفیت

¹ Kirsnan² Alonso³ Tang⁴ Oropilla⁵ Fu & Chen⁶ Guzman⁷ Leong⁸ Zhan⁹ Feyh

زندگی کودکان و سالمندان از طریق مشارکت در فعالیت‌های بین نسلی	نسلی: یک برنامه تابستانی بین نسلی برای کودکان و ساکنان خانه‌های سالمندان	
بهبود وضعیت شناختی، اجتماعی و سلامتی کودکان و سالمندان	برنامه‌های بین نسلی که افراد مسن و کودکان جامعه را گرد هم می‌آورد: مروری سیستماتیک	پیترز ^۱ و همکاران (۲۰۲۱)
فرهنگ سازی در خصوص مشارکت سالمندان در بازی و ورزش، مهم‌ترین عامل به حساب می‌آید.	شناسایی و اولویت بندی عوامل مؤثر در توسعه بازی و ورزش ویژه سالمندان	برهمنده و همکاران (۲۰۲۱)
بازی و ورزش موجب توانبخشی افراد سالمند می‌گردد.	بازی و ورزش ویژه سالمندان (مقاله مروری)	برهمنده (۲۰۲۱)
تعامل سالمندان و کودکان باعث بهبود وضعیت آن‌ها شده است.	اثرات مفید یک مداخله ورزشی بین نسلی بر پیامدهای جسمی و روانی اجتماعی مرتبط با سلامت در کودکان پیش دبستانی و سالمندان سوئیس: یک کارآزمایی بالینی	مینقتی ^۲ و همکاران (۲۰۲۱)
فعالیت‌های بین نسلی موجب رفاه زندگی سالمندان می‌گردد. توجه به محیط فیزیکی و عوامل محیطی در مشارکت سالمندان مهم است.	جوامع بین نسلی: مروری بر ادبیات سیستماتیک تعاملات بین نسلی و پیامدهای مرتبط با سلامتی سالمندان	ژانگ ^۳ و همکاران (۲۰۲۰)
از جمله اثرات مثبت کرونا، می‌توان به توسعه ی ورزش در خانه، با توجه به فراغت پیش آمده برای افراد اشاره کرد.	ارزیابی اثرات ویروس کرونا در صنعت ورزش	صفانیا و برهمنده (۲۰۲۰)
با رویکرد اقتصاد مقاومتی فضاهای ورزشی یا هزینه کمتر، حمایت دولت از حضور بخش خصوصی، به روز رسانی و تقویت مهندسی ورزش و جذب سرمایه، توسعه پیدا می‌کنند.	طراحی مدل توسعه فضای ورزشی شهر تهران با رویکرد اقتصاد مقاومتی	رضایی و همکاران (۲۰۲۰)
وجود شبکه‌های دوستی، آموزش در خصوص زوال عقل، همدلی و طراحی برنامه‌های بین نسلی مناسب می‌تواند موجب بهبود مشارکت سالمندان در این فعالیت‌ها گردد.	عوامل مؤثر در برنامه‌های بین نسلی در زوال عقل سالمندان	گریتز ^۴ و همکاران (۲۰۲۰)
نامالیقات اجتماعی - اقتصادی در مشارکت سالمندان در فعالیت‌های فراغتی فعال اثر گذار است.	تحرك اجتماعی بین نسلی و فعالیت بدنی اوقات فراغت در بزرگسالی: مروری سیستماتیک	الحکیم ^۵ و همکاران (۲۰۱۹)
طراحی بازی برای تعامل میان سالمندان و کودک و جوانان لازم است.	راه اندازی و اجرای طراحی مشترک یک بازی دیجیتال بین نسلی	لوس ^۶ و همکاران (۲۰۱۹)
ایمنی و امنیت محیطی مهم‌ترین عامل در طراحی فضاهای ورزشی برای سالمندان است.	الزامات طراحی داخلی اماکن و تجهیزات ورزشی ویژه سالمندان	برهمنده و همکاران (۲۰۱۸)
بازی‌های ورزشی آنلاین موجب دلبند شدن مشارکت در فعالیت‌های فراغتی - ورزشی می‌گردد.	ورزش از راه دور بین نسلی به همراه خانواده و دوستان برای سلامتی و اوقات فراغت	کویمن ^۷ و همکاران (۲۰۱۴)

¹ Peters

² Mingheti

³ Zhong

⁴ Gerritzen

⁵ Elhakeem

⁶ Loos

⁷ Kooiman

بحث و نتیجه‌گیری

روابط بین نسلی در خانواده و جامعه به موضوعی برجسته در تحقیقات علمی تبدیل شده است. از دلایل عمده تغییرات جمعیتی در قرن بیستم می‌توان از افزایش امید به زندگی، کاهش باروری و پیامدهای آن بر جامعه و تغییر سبک زندگی نام برد. با این حال روند ارتباطی گروه سنی سالمندی و کودکان چندان روشن نیست و به طور دقیق مورد بررسی قرار نگرفته است (Nauck & Steinbach, 2009). ورزش بین نسلی پتانسیل تبدیل شدن به یک استراتژی نوآورانه برای ترویج فعالیت بدنی در سالمندان و کودکان را دارد. اگرچه این رویکرد در دهه گذشته جذابیت زیادی پیدا کرده است، اما آزمایشات کنترل شده بر روی اثرات فیزیکی و روانی اجتماعی هنوز به سرانجام نرسیده است. برنامه‌های بین نسلی فرصت بسیار خوبی را برای افراد مسن فراهم می‌کند تا با دیگر نسل‌ها ارتباط برقرار کنند. مطالعات بسیاری از اثرات مفید این برنامه‌ها، در بهبود سلامت روحی و جسمی سالمندان و کمک به شکل‌گیری مهارت‌های اجتماعی بهتر در کودکان نام برده‌اند. بررسی مزایا، رضایت و محدودیت‌های تعاملات بین نسلی ناشی از انجام فعالیت‌های حضوری، مانند فعالیت‌های روزانه، فعالیت‌های آموزشی، فرهنگی و اوقات فراغت و فعالیت‌های فیزیکی یا ورزشی می‌تواند در توسعه فعالیت‌های فراغتی-ورزشی بین نسلی اثرگذار باشد. اکثر شرکت‌کنندگانی که در فعالیت‌های رو در رو بین نسلی شرکت کردند، از فواید آن برای سلامت جسمی و روانی، بهبود روابط، خودکارآمدی، مشارکت اجتماعی و کسب مهارت گزارش داده‌اند. شرکت‌کنندگان از این که فعالیت‌ها را به همراه شخصی از رده‌ی سنی کودکان که این نوع فعالیت‌ها را با او انجام می‌دادند کاملاً راضی بودند، به‌خصوص اگر این فرد دوست یا یکی از اقوام نزدیک آن‌ها باشد. اغلب برنامه‌های بین نسلی موجب بهبود تعاملات بین افراد و بهبود افسردگی در افراد سالمند و کودکان مشارکت‌کننده در فعالیت‌ها می‌شود. همچنین مزایای شناختی، سلامتی و بهبود کیفیت زندگی برای افراد جامعه به خصوص سالمندان را در بر دارد (Feyh, Clutter, & Krok-Schoen, 2022). برخی دیگر از نتایج تحقیقات نشان می‌دهند که مشارکت بین نسلی سالمندان در فعالیت‌های ورزشی تا حد زیادی موجب افزایش مشارکت‌ها می‌شود. به عنوان مثال در بسیاری از سالمندان مسئولیت‌پذیری برای مشارکت ورزشی و لذت بردن از فعالیت ورزشی و فراغتی افزایش پیدا کرده است. از سوی دیگر عدم حضور افراد جوان در فعالیت‌ها نیز موجب کاهش فعالیت سالمندان و غیبت در جلسات ورزشی شده است. همچنین فعالیت‌های بازی‌گونه نیز برای افراد سالمند در کنار کودکان و نوه‌ها لذت بخش‌تر بوده است. ترکیب بازی و ورزش برای سالمندان می‌تواند موجب افزایش مشارکت سالمندان در فعالیت‌های فراغتی-ورزشی گردد (Barahmand et al., 2021). طراحی بازی‌های ورزشی که افراد سالمند و جوان با هم تعامل داشته باشند و از طریق بازی فعالیت‌های ورزشی را دنبال کنند، می‌تواند در افزایش تحرک آن‌ها تأثیرگذار باشد. همچنین استفاده از تکنولوژی و دنبال کردن حرکات سالمندان و کودکان می‌تواند در سنجش حرکات و کمک به ارائه تمرینات حرکتی کمک بیشتری کند. همچنین کارگاه‌های طراحی بازی و ورزش نیز می‌تواند با طوفان فکری، منجر به طراحی بازی‌های فراغتی-ورزشی مؤثری گردد. نقش‌های نامتقارن در بازی‌ها کمک می‌کند تا سالمند و کودک با پاسخ‌های متقابل لحظات لذت‌بخشی را تجربه کنند (Kaisar, Qiu, Yuan, & Han, 2022; E. H. Kim, Chee, DeStefano, Broome, & Bell, 2021; Loos et al., 2019; Makri & Tsolaki, 2022; Pais, 2022). در تحقیقات صورت گرفته به اهمیت محیط فیزیکی اشاره شد و نتایج نشان دادند که حضور سالمندان در مهدکودک‌ها و فعالیت در کنار کودکان موجب علاقه بیشتر آن‌ها به فعالیت می‌گردد. ایمنی محیط فیزیکی و طراحی این محیط متناسب با نیاز سالمندان از دیگر عوامل مؤثر برای مشارکت به حساب می‌آید و این فضاهای ورزشی و فراغتی باید توسعه یابند (S Amiri-Paryan, Doroudian, Honarii, & Safania, 2022; barahmand, Bagherian Farahabadi, & Naghshbandi, 2018; Hashemi Motlagh, Aslankhani, & Safania, 2018; rezaei, earahani, doroudian, & safaniya, 2021; safania, 2001; A. safania). از جمله عواملی که می‌تواند برای مشارکت سالمندان در فعالیت‌های بین نسلی مؤثر ارزیابی گردد عبارتند از:

- توسعه شبکه‌های دوستی برای تقویت و ایجاد رابطه،
- افزایش دانش، نگرش‌های مثبت و همدلی در میان شرکت‌کنندگان سالمند، کودک و جوانان

- طراحی صحیح و اصولی برنامه های فراغتی-ورزشی
 - بهره گیری از برنامه های خاطره گویی به خصوص برای سالمندانی که آرایمر دارند
 - توجه به هزینه های مشارکت در فعالیت ها (mohseni , bahrami, safania , & honari 2021).
- در شرایط فعلی، جامعه ی سالمندی با مشکلات اجتماعی و بهداشتی متعددی مواجه هستند. یکی از راهکارهای مقابله با این عوامل، درگیر ساختن سالمندان در فعالیتهای بین نسلی است. مهم ترین این فعالیت ها، فعالیتهای فراغتی-ورزشی هستند که موقعیت مناسبی را برای سالمندان فراهم می کنند تا بیشتر در فعالیتهای مناسب سن خود شرکت کنند و تعاملات اجتماعی خود را نیز افزایش دهند. از سوی دیگر، ایجاد فرهنگی برای گذران اوقات با رده های سنی می تواند کیفیت زندگی افراد سالمند را بهبود بخشد. از محدودیت های اساسی در این پژوهش می توان به عدم دسترسی به تمامی منابع و همچنین محدود بودن و مرتبط نبودن منابع داخلی با مطالعه حاضر، اشاره کرد. خلا تحقیقاتی موجود در خصوص شکاف بین نسلی در فعالیتهای فراغتی-ورزشی سالمندان باعث ایجاد زمینه هایی برای تحقیقات آتی می گردد که عبارتند از:
- تدوین برنامه بین نسلی فراغتی-ورزشی در ایران
 - ارزیابی برنامه های بین نسلی فراغتی-ورزشی در ایران
 - ارزیابی تجربه سالمندان از مشارکت در برنامه های فراغتی-ورزشی بین نسلی

منابع:

- Abdollahi far, H., safania, A. m., Namazi Zadeh, M., & azadfada, S. (2021). Identify the organizational factors involving in increasing students' participation in recreational sport activities at the university. *Research on Educational Sport*, 9(24), 187-212. doi:10.22089/res.2021.9782.2001
- Abdollahifar, H., Safania, A. M., Namazi Zadeh, M., & Azad Fada, S. (2022). Designing a model of recreational sport activities for students. *New Trends in Sport Management*, 9(35), 9-27.
- Alonso Ruiz, R. A., Sáenz de Jubera Ocón, M., Valdemoros San Emeterio, M. Á., & Ponce de León Elizondo, A. J. J. o. N. A. i. E. R. (2022). Digital Leisure: An Opportunity for Intergenerational Well-Being in Times of Pandemic? , *11*(1), 31-48.
- Amiri-Paryan, S., Doroudian, A., Honarii, H., & Safania, A. (2022). Developing a Model of the Factors Affecting the Expansion of Endowments and the Entry of Donors into Sports Based on Developing Justice in Sports and Promoting Community Health. *Research on Religion & Health*, 8(2), 20-35. doi:10.22037/jrrh.v8i2.33967
- Barahmand, R. (2022). Innovation in Sports Activities for The Elderly With an Active Leisure Approach %J Knowledge Management in Sport Journal. 2(2), 11-23. doi:10.30495/kmsj.2022.688005
- Barahmand, R. (2021). Games and sports for the elderly (review article). *The 7th National Conference of Sports Sciences and Physical Education of Iran*.
- Barahmand, R., Bagherian Farahabadi, M., & Naghshbandi, S. (2018b). Interior design's requirements of sport equipment and facilities for aged people %J Journal of Gerontology. 3(2), 14-26. doi:10.29252/joge.3.1.14
- Barahmand, R., Safania, A. M., Baqerian Farahabadi, M., & Honari, H. (2021). Identifying and prioritizing the effective factors in the development of games and sports for elderly %J Journal of Gerontology. 6(3), 6-18.
- Brown, H., Eibich, P., & Biosca, O. J. F. i. P. H. (2022). Intergenerational Health Inequalities. *10*.
- Buonsenso, A., Fiorilli, G., Mosca, C., Centorbi, M., Notarstefano, C. C., Di Martino, G., . . . di Cagno, A. (2021). Exploring the Enjoyment of the Intergenerational Physical Activity. *6*(2), 51.
- de Guzman, A. B., Mesana, J. C. B., Manuel, M. E., Arcega, K. C. A., Yumang, R. L. T., & Miranda, K. N. V. (2022). Examining intergenerational family members' creative activities during COVID-19 lockdown via manifest content analysis of YouTube and TikTok videos. *Educational Gerontology*, 1-14. doi:10.1080/03601277.2022.2046372
- Denkova, J. J. T., International Journal of Education. (2019). Relationship grandparents-grandchildren in literature for children. *17*, 63-72.
- Ebrahimi, Z., Esmailzadeh Ghandehari, M. R., & Veisi, K. (2020). The Effect of Physical Activity Based on Intergenerational Programs on the Quality of Life of Older Adults %J Salmand: Iranian Journal of Ageing. *14*(4), 406-421. doi:10.32598/sija.13.10.440
- Elhakeem, A., Hardy, R., Bann, D., Caleyachetty, R., Cosco, T. D., Hayhoe, R. P., . . . Cooper, R. J. J. E. C. H. (2017). Intergenerational social mobility and leisure-time physical activity in adulthood: a systematic review. *71*(7), 673-680.
- Feyh, L., Clutter, J. E., & Krok-Schoen, J. L. (2022). Get WISE (Wellness through Intergenerational Social Engagement): An Intergenerational Summer Program for Children and Long-term Care Residents. *Journal of Intergenerational Relationships*, 20(3), 293-311. doi:10.1080/15350770.2021.1879706

- Fu, Y., Chen, M. J. H., & Community, S. C. i. t. (2022). Intergenerational relationship quality and activity profiles among older adults in China. *30*(5), e1885-e1897.
- Gerritzen, E. V., Hull, M. J., Verbeek, H., Smith, A. E., & de Boer, B. (2020). Successful Elements of Intergenerational Dementia Programs: A Scoping Review. *Journal of Intergenerational Relationships*, *18*(2), 214-245. doi:10.1080/15350770.2019.1670770
- Hashemi Motlagh, S., Aslankhani, M. A., & Safania, A. M. (2018). The Effect of Perceived Environment and Social Support on Participation in Leisure-Time Physical Activity of Staff in Islamic Azad University (District 13). *New Trends in Sport Management*, *6*(21), 95-104.
- Hayoz, C., Klostermann, C., Schmid, J., Schlesinger, T., & Nagel, S. J. I. R. f. t. S. o. S. (2019). Intergenerational transfer of a sports-related lifestyle within the family. *54*(2), 182-198.
- Kaisar, E., Qiu, S., Yuan, R., & Han, T. (2022). *Designing Social Exergame to Enhance Intergenerational Interaction and Exercise*. Paper presented at the International Conference on Human-Computer Interaction.
- Kim, E. H., Chee, K. H., DeStefano, C., Broome, A., & Bell, B. (2021). Retention in intergenerational exercise classes for older adults: a mixed-method research study. *Educational Gerontology*, *47*(6), 269-284. doi:10.1080/03601277.2021.1923132
- Kim, Y., Kim, J., Lee, J.-M., Seo, D.-C., Jung, H. C. J. I. J. o. E. R., & Health, P. (2022). Intergenerational Taekwondo Program: A Narrative Review and Practical Intervention Proposal. *19*(9), 5247.
- Kirsnan, L., Kosiol, J., Golenko, X., Radford, K., & Fitzgerald, J. A. (2022). Barriers and Enablers for Enhancing Engagement of Older People in Intergenerational Programs in Australia. *Journal of Intergenerational Relationships*, 1-20. doi:10.1080/15350770.2022.2065400
- Kooiman, B. J., & Sheehan, D. P. (2014). Intergenerational Remote Exergaming with Family and Friends for Health and Leisure. *Journal of Intergenerational Relationships*, *12*(4), 413-424. doi:10.1080/15350770.2014.962442
- Kordavani, L., Safania, A. M., Naderian Jahromi, M., Farahani, A., & Honari, H. (2022). Providing a Framework of Effective Components in Iranian Championship Sports with a Data Mining Approach. *Journal of New Studies in Sport Management*, *3*(2), 474-485. doi:10.22103/jnssm.2022.18475.1038
- Krzeczkowska, A., Spalding, D. M., McGeown, W. J., Gow, A. J., Carlson, M. C., & Nicholls, L. A. B. (2021). A systematic review of the impacts of intergenerational engagement on older adults' cognitive, social, and health outcomes. *Ageing Research Reviews*, *71*, 101400. doi:<https://doi.org/10.1016/j.arr.2021.101400>
- Leong, K. S., Klainin-Yobas, P., Fong, S. D., Wu, X. V. J. H., & Community, S. C. i. t. (2022). Older adults' perspective of intergenerational programme at senior day care centre in Singapore: A descriptive qualitative study. *30*(1), e222-e233.
- Li, Y., & Guo, M. J. S.-P. H. (2022). Filial piety matters: A study of intergenerational supports and parental health. *18*, 101096.
- Loos, E., Hera, T. d. l., Simons, M., & Gevers, D. (2019). *Setting up and conducting the co-design of an intergenerational digital game: a state-of-the-art literature review*. Paper presented at the International Conference on Human-Computer Interaction.
- Makri, M., & Tsolaki, M. (2022). *Innovative Serious Games for People with Dementia developed through intergenerational interventions.: The "Bridge" project: A European Innovative Approach*. Paper presented at the Proceedings of the 15th International Conference on Pervasive Technologies Related to Assistive Environments, Corfu, Greece. <https://doi.org/10.1145/3529190.3534712>
- Minghetti, A., Donath, L., Zahner, L., Hanssen, H., & Faude, O. (2021). Beneficial effects of an intergenerational exercise intervention on health-related physical and psychosocial outcomes in Swiss preschool children and residential seniors: a clinical trial. *PeerJ*, *9*, e11292.
- Mohseni, M., Bahrami, S., Safania, A.M & Honari,H, (2021). effect of communication skills on how to spend leisure time with the mediating role of social interaction among female students in Saveh *Communication Management in Sport Media*, *8*(3), 73-82. doi:10.30473/jsm.2020.47823.1343
- Mouton, A., Renier, T., & Cloes, M. J. R. E. d. E. F. y. D. (2015). Intergenerational physical activity: effects of a three-month intervention bringing together older adults and elementary school children. *410*.
- Nauck, B., & Steinbach, A. (2009). Intergenerational Relationships. *German Council for Social and Economic Data (RatSWD), Working Paper Series of the German Council for Social and Economic Data*. doi:10.2139/ssrn.1462084
- Ocón, M., Alonso-Ruiz, R., & Ponce-de-León-Elizondo, A. INTERGENERATIONAL PHYSICAL ACTIVITIES AND WELL-BEING IN CHILDHOOD ACTIVIDAD FÍSICA INTERGENERACIONAL Y BIENESTAR EN LA INFANCIA.
- Oropilla, C. T., Ødegaard, E. E., & Quinones, G. J. E. E. C. E. R. J. (2022). Kindergarten practitioners' perspectives on intergenerational programs in Norwegian kindergartens during the COVID-19 pandemic: exploring transitions and transformations in institutional practices. 1-16.
- Pais, P. G. L. (2022). *Asymmetric Roles in Intergenerational Games*.
- Peters, R., Ee, N., Ward, S. A., Kenning, G., Radford, K., Goldwater, M., . . . Rockwood, K. (2021). Intergenerational Programmes bringing together community dwelling non-familial older adults and children: A Systematic Review. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, *94*, 104356. doi:<https://doi.org/10.1016/j.archger.2021.104356>
- Pluta, B., Bronikowska, M., Tomczak, M., Laudańska-Krzemińska, I., & Bronikowski, M. (2017). Family leisure-time physical activities—results of the “Juniors for Seniors” 15-week intervention programme. *Biomedical Human Kinetics*, *9*(1), 165-174.
- Rezaei, S., Earahani, A., Doroudian, A., & Aafaniya, A.M. (2021). Identifying and ranking the factors affecting the development of Tehran's sports space and explaining appropriate strategies with a Resistance Economy approach. *Sport Sciences Quarterly*, -.

- Rezaei, S., Farahani, A., Doroudian, A. a., & Safania, A. M. (2021). Designing a Model of Tehran Sport Space Development with Resistance Economics Approach %J Applied Research in Sport Management. 9(3), 57-68. doi:10.30473/arsm.2021.7385
- Safania, A.M., (2001). How female students of Islamic Azad universities spend their free time with an emphasis on sports activities. *Harakat*, 9(9), -.
- Safania, A. M., & Barahmand, R. (2020). Assessing the effects of corona virus in the sports industry %J Educational Psychology. 16(55), 123-135. doi:10.22054/jep.2020.52492.3003
- Samienia, M., Nikbaksh, R., & Safania, A. M. (2022). Perfectionism, burnout and engagement model in physically disabled elite athletes: The mediating role of the self-determination theory %J Sport Management Journal. 13(4), 1381-1399. doi:10.22059/jsm.2020.307839.2551
- Schroeder, K., Ratcliffe, S. J., Perez, A., Earley, D., Bowman, C., & Lipman, T. H. (2017). Dance for Health: An Intergenerational Program to Increase Access to Physical Activity. *Journal of Pediatric Nursing*, 37, 29-34. doi:<https://doi.org/10.1016/j.pedn.2017.07.004>
- shalchi, & ziachi. (2014). Generational Differences in Lifestyle: A Case Study in 1st Zone of Tehran. *sabz-scads*, 3(1), 69-91.
- Sowle, A. J. (2015). *Intergenerational physical activity programming for rural-residing older adults*. Iowa State University,
- Tang, S., Yang, T., Ye, C., Liu, M., Gong, Y., Yao, L., . . . Bai, Y. J. B. P. H. (2022). Research on grandchild care and depression of chinese older adults based on CHARLS2018: the mediating role of intergenerational support from children. 22(1), 1-14.
- Wang, C.-M., Shao, C.-H., & Han, C.-E. (2022). Construction of a Tangible VR-Based Interactive System for Intergenerational Learning. 14(10), 6067.
- Xie, H., Besnilian, A., & Boyns, D. (2021). Latinx Mothers' Perception of Grandparents' Involvement in Children's Physical Activity. *Journal of Intergenerational Relationships*, 1-18. doi:10.1080/15350770.2021.1897726
- Zahn, C., Leisner, D., Niederhauser, M., Roos, A.-L., Iseli, T., & Soldati, M. J. J. f. r. (2022). Effects of Game Mode in Multiplayer Video Games on Intergenerational Social Interaction: Randomized Field Study. 6(2), e29179.
- Zhong, S., Lee, C., Foster, M. J., & Bian, J. (2020). Intergenerational communities: A systematic literature review of intergenerational interactions and older adults' health-related outcomes. *Social Science & Medicine*, 264, 113374. doi:<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113374>
- Zhong, S., Lee, C., & Lee, H. (2022). The role of community environments in older adults' intergenerational and peer social interactions. *Cities*, 129, 103785. doi:<https://doi.org/10.1016/j.cities.2022.103785>

Elderly Participation in intergenerational leisure-sports activities

Raha Barahmand¹, Ali Mohammad Safania^{2*}, Masoome Hosseini

1- Ph.D. Student of Sport Management, Department of Sport Sciences, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

2- Professor in Sport Management, Department of Sport Sciences, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

3- Assistant professor of sport management, Payam Noor University, Tehran, Iran

A.m.safania@gmail.com@yahoo.com

Received: 2023-08-25

Accepted: 2023-08-25

Abstract

Modern life along with digital transformation has created a deep gap between generations, especially the elderly age group. Isolation and withdrawal of the elderly in sports-leisure activities is a worrying phenomenon. The purpose of this research was to evaluate the participation of the elderly in active and intergenerational leisure activities. This study was a type of secondary studies and its implementation method is to review the best evidence. The sources included, articles and websites were valid. For the purpose of detailed study, the sources were examined in the period from 2014 to 2022. Intergenerational activities have many benefits for the elderly, including improving physical, mental, social and cognitive conditions in the target age group. Information technology and environmental indicators are also among the factors that cause more participation of elderly people in these activities. It is suggested to create an environment to improve the conditions of this age group by taking advantage of intergenerational activities in the active leisure of the elderly.

Keywords: intergenerational activity, elderly leisure, elderly sports