



مدیریت اهداف توسعه پایدار و فعالیت بدنی

مرتبط با سلامت از طریق ورزش

علی بسطامی (نویسنده مسئول)^۱، نرجس سریار^۲، مهیار رسولی^۳

^۱ دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه غیردولتی - غیرانتفاعی ایوان کی، ایوان کی Email: bastamialigolf@gmail.cim

^۲ دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه غیردولتی - غیرانتفاعی ایوان کی، ایوان کی Email: narjes.saryar@gmail.cim

^۳ دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی دانشگاه غیردولتی - غیرانتفاعی ایوان کی، ایوان کی Email: r.mahyar1395@gmail.cim

چکیده

ورزش به عنوان یک ابزار ضروری برای اجرای اهداف توسعه پایدار توسط دستور کار ۲۰۳۰ برای توسعه پایدار شناخته شده است. دولت می تواند یک سلامتی راه اندازی کند. دولت می تواند انواع مختلفی از اقدامات را تحت برنامه ایران سالم ۲۰۳۰ برای دستیابی به اهداف توسعه پایدار مرتبط با سلامت از طریق ورزش و فعالیت بدنی معرفی نماید. برنامه ایران سالم با اهداف توسعه پایدار در مورد سلامت، ورزش و فعالیت بدنی سازگار است. پس از معرفی برنامه با مداخله محیطی ساخته شده پایدار برای ورزش و فعالیت بدنی، جمعیت سالمند ایران در ورزش و فعالیت بدنی برای بهبود سطح آمادگی ملی و پیشگیری از بیماری های غیرواگیر شرکت می کنند. ورزش نقش حیاتی در پیشگیری از بیماری های غیرواگیر به شکل افزایش فعالیت بدنی در میان مردم ایران ایفا می کند. ورزش و فعالیت بدنی نقش مهمی در اجرای اهداف توسعه پایدار مرتبط با سلامت و کمک بیشتر به دستیابی به هدف "ایران سالم" ۲۰۳۰ ایفا می کند. سیاست های بومی سازی ایران برای تحقق اهداف توسعه پایدار تأثیری جهانی از طریق جهانی سازی در کشورهای شرکت کننده و حمایت از آنها برای ایمن سازی سیستم سلامت عمومی خود و ترویج حاکمیت بهداشت جهانی دارد.

واژه های کلیدی

مدیریت، اهداف توسعه پایدار، ورزش، فعالیت بدنی، سلامت



۱. متن مقاله

در این مقاله، ما تجزیه و تحلیل می کنیم که چگونه فعالیت بدنی و ورزش در دستیابی به یک جامعه سالم تحت اهداف توسعه پایدار (SDGs) مفید است. اهداف توسعه پایدار یک استراتژی چند بعدی است که بر توسعه اجتماعی-اقتصادی و زیست محیطی به روشی هماهنگ تمرکز دارد. اهداف توسعه پایدار به طور جهانی قابل اجرا هستند و بیشتر زمینه را برای توسعه بهداشت جهانی فراهم می کنند. ۱. سازمان ملل متحد مجموعه جدیدی از اهداف را در سپتامبر ۲۰۱۵ برای هدایت توسعه بهداشت جهانی معرفی کرد. به اهداف توسعه هزاره سازمان ملل ورزش را به عنوان یک مروج و تسهیل کننده حیاتی اهداف توسعه پایدار تایید کرد. دستور کار ۲۰۳۰ برای توسعه پایدار و اجلاس سران اهداف توسعه پایدار سازمان ملل، ورزش را به عنوان یک مشارکت کننده اساسی در هر SDG نشان داد. فعالیت بدنی و ورزش می تواند به پیشگیری و درمان هر بیماری غیرواگیر پیشرو در جهان کمک کند. نتیجه فعالیت بدنی منظم نشان می دهد که افرادی که در ورزش و فعالیت بدنی شرکت می کنند از مزایای رفاه اجتماعی، جسمی و روانی برخوردارند. برنامه توسعه پایدار ۲۰۳۰ ورزش را به عنوان «توانمندساز مهم و مقرون به صرفه» برای دستیابی به اهداف توسعه پایدار در سطح جهانی به رسمیت می شناسد. ورزش "راهی مسالمت آمیز و نرم" را برای اقدامات حیاتی توسعه مانند توسعه پایدار محیط زیست، آموزش و ارتقای سلامت ذکر شده است. توسعه مانند؛

این ورزش می تواند مهارت ها و ابزارهایی را ایجاد کند که نقش مهمی در زندگی مستقل و سالم ایفا می کند و به شیوه های درآمدزایی و مشارکت اقتصادی (هدف ۱) کمک می کند.

- ورزش ممکن است ریشه کنی فقر را تشویق کند و بودجه جمع آوری کند و اتحادها را برای آن هدف تقویت کند (هدف ۱).
- ورزش ممکن است تولید جهانی غذا، حفاظت از غذا، رژیم غذایی متعادل و کشاورزی ارگانیک را تحریک کند. شرکت های ورزشی باید با خرید مواد غذایی از تامین کنندگان مسئول و کاهش اثرات ضایعات مواد غذایی (هدف ۲) یک سابقه ایجاد کنند.
- برنامه های درسی متمرکز بر ورزش به دنبال تغییر رفتار برای یک جامعه پایدار است (هدف ۲). اهداف توسعه پایدار برای سال ۲۰۳۰ بدیهی است که به سرمایه گذاری در سیاست هایی برای ترویج پیاده روی، دوچرخه سواری، ورزش، تفریح در فضای باز و بازی کمک می کند. مداخلات سیاست فعالیت های بدنی مزایای متعددی در زمینه مراقبت های بهداشتی و اجتماعی-اقتصادی دارد. آنها مستقیماً به هدف ۳ (سلامتی و رفاه) و همچنین اهداف دیگر منجر می شوند. از جمله هدف ۲، برای مثال (پایان دادن به سوء تغذیه در تمام جنبه های سلامت). هدف ۴ (آموزش برای کیفیت)؛ هدف ۵ (برابری بین مردان و زنان)؛ هدف ۸ (شغل مناسب و توسعه اقتصادی)؛ هدف ۹ (صنعت، نوآوری و زیرساخت)؛ هدف ۱۰ (کاهش نابرابری).

ورزش و فعالیت بدنی برای سلامت جهانی و توسعه پایدار رویکردهای چند بعدی جدید برای ارتقای سلامت توسعه یافته و به چند دوره گذشته پایان داده است. این روش های جدید باید مبتنی بر مداخلات یکپارچه چند سطحی باشند. از طریق ایجاد محیط های سالم از طریق مشارکت جامعه، جهت گیری مجدد خدمات بهداشتی و سیاست های عمومی تاکید اصلی برای ارتقای سلامت و رفاه است. در حال حاضر، یک راهبرد جامع برای ارتقای سلامت، ایجاد محیط های سالم با مداخلات مختلف اجتماعی و بهداشتی است. ابتکار شهرهای سالم توجه زیادی را به ارتقای سلامت از طریق مداخله در محیط های ساخته شده جلب کرده است. ارتقای سلامت تحت هدف ۱۰ زیرساخت های بهداشتی، که شامل مداخلات محیطی ساخته شده برای فعالیت بدنی و ورزش است، همچنین نقش اساسی در کاهش عدم تحرک فیزیکی و بار جهانی بیماری ایفا می کند. سندرم مرگ کم تحرک یکی از دلایل مهم مرگ زودرس میلیون ها نفر در سراسر جهان در سال است که نتیجه عدم تحرک بدنی است. عامل اصلی مرگ، تغذیه نامناسب و عدم تحرک بدنی است. اکثر بیماری های صعب العلاج توسط پزشکی مبتنی بر شواهد تنظیم می شوند. و در طول عمر به اختلالاتی تبدیل می شود، مانند موارد معمول دیابت و نارسایی ترمینال کلیه. عفونت های باکتریایی حاد، که در زمان های قدیم بر عوارض غالب بودند، معمولاً طی چند هفته با موفقیت درمان می شدند. در مقایسه با این موارد، بیماری های مزمن فشار طولانی مدتی را هم به بیماران و هم برای جامعه وارد کرد. بیماری های بدخیم به ویژه شرایط پزشکی دلهره آوری را با سهم ورزش های متنوع خود در فعالیت های توسعه حیاتی نشان می دهند. رویکردهای درمانی سرطان از نظر میزان بقای پایین، کاهش کیفیت زندگی و توانایی عملکرد، رد پای ماندگاری را برای بیمار به جا می گذارد. حکمرانی خوب، سواد سلامت و شهرهای سالم. دانش، نگرش و باورها نقش حیاتی در مدیریت بیماری های غیرواگیر تحت سواد سلامت دارند. بر اساس هدف



۴، آموزش و یک سیستم آموزشی موثر که شامل سواد سلامت برای یک جامعه سالم حیاتی است. در زمینه سواد سلامت، مطالعه ای در مورد سواد زوال عقل گزارش کرد که برنامه های آموزش بهداشت جامعه نقش مهمی در افزایش آگاهی مردم از بیماری های مختلف ایفا می کند.

۱.۱. ارتباط اهداف توسعه پایدار با ورزش، فعالیت بدنی و سلامت همگانی

گروه شاخص های بین سازمانی و اهداف توسعه پایدار مجموعاً ۲۳۲ شاخص نظارتی برای نظارت و ارزیابی پیشرفت توسط کشورهای عضو و ۵۰ شاخص مربوط به سلامت را اعلام کرد. چندین ابتکار برای ردیابی پیشرفت جهانی در SDG های مرتبط با سلامت آغاز شده است، از جمله نظارت اهداف توسعه پایدار بر سلامت شهرنشینی جهانی و روندهای فناوری پیشرفته، و همچنین تغییرات اجتماعی، سبک زندگی و فرهنگی مرتبط، منجر به کاهش قابل توجهی در فعالیت بدنی شده است. که عمدتاً به بحران سیستم سلامت کمک می کند و نقش ورزش و فعالیت های ورزشی را افزایش می دهد که فواید حیاتی فعالیت بدنی را برای سلامتی به ارمغان می آورد. به عنوان یک چارچوب جهانی برای ورزش، فعالیت بدنی و تربیت بدنی زیر چتر اهداف توسعه پایدار برای دستیابی به مجموعه و اهداف، یک رویکرد چند رشته ای تعریف شده، وابسته به هم مورد نیاز است. بیماری های غیرواگیر نتیجه عدم تحرک فیزیکی است که با ناتوانی های بیشتر همراه است و به بار بیماری کمک می کند. هدف ۳ (هدف ۴) به طور خاص برای پیشگیری و درمان بیماری های غیرواگیر طراحی شده است که به طور قابل توجهی سلامت و رفاه روانی را ارتقا می دهد. فعالیت بدنی یک مداخله پذیرفته شده جهانی، علمی و اقتصادی است که ثابت شده است برای معکوس کردن و پیشگیری از بسیاری از بیماری های غیرواگیر و تشویق طیف کاملی از سلامت و رفاه افراد است.

۲.۱. هدف ۳: تضمین یک زندگی سالم و تقویت برابری برای همه سنین

ورزش در بسیاری از جنبه های توسعه پایدار مانند توسعه گردشگری پایدار از طریق ورزش، ترویج صلح، توسعه سلامت پایدار از طریق محیط ساخته شده پایدار، یک قانون اساسی است. ورزش نقش اساسی در تقویت هشت هدف توسعه هزاره شناخته شده در قطعنامه های مختلف مجمع عمومی سازمان ملل ایفا کرد. قطعنامه با عنوان "تغییر جهان ما: تغییر جهان ما: دستور کار ۲۰۳۰ برای توسعه پایدار"، که در سال ۲۰۱۵ اجرا شد. ورزش بدون هیچ گونه تفاوت جنسیتی، سنی یا قومیتی، سلامت و رفاه را ارتقا می دهد. سیاست گذاران باید چنین اقداماتی را به مردم معرفی کنند. فعالیت بدنی، که به کاهش بیماری های غیرواگیر (هدف ۳،۴) از طریق زیرساخت های ساخته شده که سطح آمادگی جسمانی را بهبود می بخشد، کمک می کند. زیرساخت های ساخته شده باید دسترسی بی طرفانه به دوچرخه سواری و پیاده روی داشته باشند تا تصادفات جاده ای را کاهش دهند، به ویژه برای کسانی که درگیر دوچرخه سواری و عابران پیاده هستند (هدف ۳،۶). علاوه بر این، خلق و خوی فعال در سفر را ترویج دهید و از سفر با خودرو برای بهبود کیفیت هوا جلوگیری کنید (هدف ۳،۹). فعالیت های ورزشی می تواند به انتقال اطلاعات سلامت کمک کند، و سرمایه گذاری های ورزشی می تواند افرادی را جذب کند که آموزش های بهداشتی سنتی را ندیده اند. در درمان و توانبخشی بیماری های واگیر و غیر واگیر از ورزش، فعالیت بدنی و ورزش از دیرباز استفاده می شده است. فعالیت بدنی فردی وسیله ای سالم برای پیشگیری از بیماری و روشی مقرون به صرفه برای کشورها برای ارتقای سلامت در کنار جوامع است.

۳.۱. هدف ۴: تضمین آموزش برابر و مقرون به صرفه برای همه و ترویج یادگیری مادام العمر

بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت، نسبت افراد غیرفعال در کشورهای با درآمد بالا در حال افزایش است (۳۲ درصد در سال ۲۰۰۱ به ۳۷ درصد در سال ۲۰۱۶) در حالی که در کشورهای کم درآمد در ۱۶ درصد ثابت است. مشخص شده است که مردان در شرق و جنوب شرق آسیا بیشتر از زنان فعال هستند. جوانان و کودکان از طریق فعالیت بدنی از مزایای سلامتی برخوردار می شوند. یک سیستم آموزشی جامع ورزش و فعالیت های بدنی را با برنامه درسی مدرسه برای یادگیری سالم ترکیب کرد. مشارکت دانش آموزان در مسابقات دو و میدانی و فیزیکی برای تمرین ایده آل های اجتماعی-حرفه ای مانند عملکرد تیمی، کار گروهی، بازی جوانمردانه، همدلی، انطباق با قوانین و نظم و انضباط (هدف ۴،۱). برای کودکانی که قادر به شرکت در مدرسه نیستند، ورزش مادام العمر و آموزش جایگزین ارائه می شود. دانش آموزان هنگام شرکت در فعالیت های ورزشی و بدنی در کنار مدرسه، در معرض ارزش های اصلی ورزش مانند همکاری، و بردباری قرار می گیرند. این پیش نیازها برای مشارکت آتی در فعالیت های گروهی و حرفه ای و تقویت انسجام اجتماعی در جوامع و جوامع ضروری است.



۴.۱. هدف ۵: برابری جنسیتی و توانمندسازی همه زنان و دختران

زنان و دختران را می توان از طریق ورزش و فعالیت بدنی توانمند کرد که شرایط روانی-اجتماعی و سلامت آنها را بهبود می بخشد. تصمیمات سیاستی با برابری جنسیتی سازگار است، و امکان ورزش بدنی زنان و دختران را با هزینه های معقول در طول زندگی فراهم می کند. در این زمینه، برای پایان دادن به تبعیض در فعالیت بدنی و ورزش، تمرکز خاصی باید بر روی جوامع محروم و به حاشیه رانده باشد (هدف ۵.۱). انتظارات کلیدی ای و اجتماعی که عموماً با زنان مرتبط است، اغلب در مشارکت زنان در ورزش در خطر است. این ورزش با تاکید بر توانمندی ها و توانایی های خود، به زنان و دختران کمک می کند تا استعدادها و دستاوردهای خود را برای جامعه نشان دهند. به نوبه خود، اعتماد به نفس و عزت نفس زنان را بهبود می بخشد. ورزش همچنین تجارب اجتماعی و فرصت های پیوند را ارائه می کند که می تواند دانش نقش های جنسیتی را در میان همکاران مرد افزایش دهد و برای افراد و گروه ها مزایای اجتماعی و روانی فراهم کند. علاوه بر این، مشارکت زنان و دختران در طرح های ورزشی می تواند با سلامت جنسی و باروری، آزار جنسی و رهبری زنان مقابله کند.

۵.۱. هدف ۱۰: کاهش نابرابری

بالقوه از طریق برنامه های مختلف که شامل رویدادهای ورزشی بزرگ برای توانمندسازی بدون توجه به ویژگی های فردی و ترویج شمول است که به ارتقای یکپارچگی اجتماعی-اقتصادی و سیاسی (هدف ۱۰.۲) و دسترسی برابر (هدف ۱۰.۳) کمک می کند. حقوق بین الملل مبتنی بر حق است به برابری و عدم تبعیض نژادی. ورزش می تواند به عنوان بستری برای ترویج برابری برای کاهش نابرابری مورد استفاده قرار گیرد. ایجاد سیاست ها و برنامه های مرتبط با ورزش با هدف کاهش نابرابری های موجود می تواند به ایجاد فرصت های برابر در داخل و از طریق ورزش منجر شود. رواج و نگرش های خوش بینانه نسبت به ورزش، آن را به ابزاری مفید برای حل و فصل نابرابری ها در مناطق و جوامع صعب العبور تبدیل می کند. همچنین می تواند با حمایت از همدلی و رفتارهای اجتماعی طرفدار نژادپرستی و تعصب مقابله کند. قوانین مربوط به قانون، فعالیت بدنی و ورزش را به حداکثر می رساند.

۶.۱. هدف ۱۱: ایجاد جوامع فراگیر، سالم، سازنده و انعطاف پذیر

راه های مختلفی وجود دارد که ورزش و فعالیت بدنی به یک جامعه سالم تر کمک می کند. فعالیت بدنی و ورزش، همراه با عوامل دیگری مانند محیط ساخته شده برای ورزش و فعالیت بدنی، سبک زندگی سالم را ترویج می کند. یک سیستم شهری و اکوسیستم سالم تأثیر بسزایی بر تناسب اندام و مشارکت در فعالیت بدنی دارد. پروژه های شهری در معرض یکسانی از امکانات تفریحی پیاده روی قوی و قابل دسترس خواهند بود و به سفر فعال، دوچرخه سواری، و فضاهای سبز کمک می کنند و این امکان را برای همه در یک محیط خاص (هدف ۱۱.۲) و شهرنشینی تاب آور (هدف ۱۱.۳) ممکن می سازند. سیستم های حمل و نقل پایدار و شهرنشینی تأثیر دوست دار محیط زیست شهرداری ها را کاهش می دهد (هدف ۱۱.۶) و بیشتر منجر به دسترسی جهانی به مکان های عمومی و سبز می شود (هدف ۱۱.۷). اهداف توسعه پایدار همچنین به عنوان «SDG شهری» شناخته می شود، زیرا جنبه های مختلفی را پوشش می دهد. زیرساخت های شهری محیط ساخته شده شامل یک محیط سبز برای ورزش و فعالیت بدنی است که نقشی پویا در شهرهای فعال، سالم تر، ثروتمندتر و ایمن تر ایفا می کند. برنامه های ورزشی به برنامه ریزی پایدار و انعطاف پذیر و مدیریت سکونتگاه های انسانی و ظرفیت مشارکت، ادغام و پایداری کمک می کند. فعالیت های ورزشی همچنین می توانند به عنوان ابزاری برای رشد پایدار شهر عمل کنند، از جمله شبکه های جاده ای و حمل و نقل عمومی بهبود یافته، بنابراین به ایمنی جاده ها کمک می کنند.

۷.۱. هدف ۱۳: تغییر اقلیم برای ترویج

سلامتی خوب از طریق ورزش و فعالیت بدنی که بار بیماری های غیرواگیر را بیشتر کاهش می دهد با عوامل آب و هوایی مانند دما مرتبط است. رفتار ورزش و فعالیت بدنی به شدت تحت تأثیر عوامل اقلیمی است. کاهش تغییرات آب و هوا (هدف ۱۳.۱) مداخلات آموزشی و محیطی را برای حمایت از فعالیت بدنی در قالب زمین، حمل و نقل عمومی، پیاده روی و دوچرخه سواری ترکیب کرد. اقدامات سیاستی آگاهی را از طریق آموزش، ظرفیت نهادی و انسانی در مورد کاهش و سازگاری با تغییرات آب و هوایی بهبود می بخشد (هدف ۱۳.۲). سازمان ملل متحد قویاً از نقش ورزش در توسعه پایدار حمایت می کند و در این زمینه برنامه تغییر آب و هوا سازمان ملل متحد تدوین شده است. برای توانمندسازی و تشویق همه سازمان های ورزشی برای ایفای نقش تعیین کننده در تحقق اهداف جهانی تغییرات آب و هوا سازمان های ورزشی با ایجاد زیرساخت های سبز، ترویج فعالیت بدنی و سبک زندگی سالم، نقشی حیاتی در تغییرات آب و



هوایی ایفا می کنند. از نظر حفظ انرژی و همچنین مدیریت منابع آب، تحرک، تولید غذا، کاهش تاثیر کربن و فعالیت های ورزشی، دنیای ورزش به اجماع جهانی در مورد تغییرات آب و هوا کمک می کند و انجمنی برای پیشنهاد راه حل های پایدار برای تغییرات آب و هوا فراهم می کند.

۸.۱. هدف ۱۵: زمین برای زندگی

سیاست های مربوط به محیط طبیعی دسترسی و استفاده کافی برای ورزش، فعالیت بدنی و تفریح را تضمین می کند. دسترسی و استفاده کافی از منابع طبیعی می تواند به پایداری محیط زیست، حفاظت، احیای زمین و تنوع زیستی کمک کند (هدف ۱۵،۱). پایداری زیست محیطی بیشتر به اکوسیستم آب شیرین داخلی کمک خواهد کرد (هدف ۱۵،۵). ورزش به شدت به دسترسی به منابع طبیعی وابسته است. و اکوسیستم های سالم در زندگی روزمره. دنیای ورزش به افزایش درک نیاز به حفاظت از زندگی در خشکی و زیر آب کمک می کند. آب و هوای طبیعی از طریق مداخلات جاده سبز برای فعالیت بدنی برای بهبود سلامت مردم به طور مداوم در حال بهبود است. مصرف انرژی و انتشار دی اکسید کربن نسبت به سال گذشته به ترتیب ۳،۱ و ۴ درصد در سال ۲۰۱۸ کاهش یافته است. دولت چین همچنین در تنظیم آلودگی زیست محیطی به طور جامع پیشرفت کرده است و سخت ترین برنامه مدیریت منابع آب را معرفی کرده است.

۹.۱. هدف ۱۶: جوامع عادلانه و پایدار، سالم

دستور کار ۲۰۳۰ برای توسعه پایدار، سهم ورزش در تحقق توسعه و صلح را در ارتقای تساهل و احترام و سهمی که در توانمندسازی زنان و جوانان، افراد و جوامع و همچنین در سلامت، آموزش و امور اجتماعی انجام می دهد، به رسمیت شناخت. هدف گنجاندن اقدامات سیاستی تضمین می کند که ورزش ارزش های اجتماعی مثبت را در میان افراد گروه های سنی مختلف، ملیت و باورهای سیاسی پرورش می دهد، که بیشتر به کاهش درگیری ها (هدف ۱۶،۱)، رشوه دهی و فساد (هدف ۱۶،۵) از طریق ترویج ارزش های اجتماعی بدون تبعیض کمک می کند. قوانین تمام اهداف توسعه پایدار در بالا در ارتباط با ورزش، فعالیت بدنی و سلامت جهانی نیز در بیانیه بانکوک اعلام شده است. اینها راه های پایدار و مقرون به صرفه برای ارتقای سلامت از طریق مداخلات ورزشی و فعالیت بدنی هستند.

۲. روش تحقیق

جستجوی رایانه ای در بعضی پایگاه های داده از جمله Sage ، direct Science ،Routledge ، Sport Medicine ، Elsevier ، Medline ، Social Science ، Index ، Research Methods ، sport studies ، با کلید واژه اهداف توسعه پایدار ، فعالیت بدنی، سلامت و ورزش در بین مقالات منتشر شده و با استفاده از کتاب های معتبر و اسناد در دسترس انجام شد.

۳. یافته ها

در کشورهای توسعه یافته، افزایش شیوع سبک زندگی بی تحرک یک چالش مهم است. سبک زندگی بی تحرک عامل اصلی در بروز بیماری های غیرواگیر است. یکی از راه حل های توصیه شده برای جلوگیری از بیماری های غیرواگیر، شرکت در ورزش و فعالیت بدنی است. مشکل عدم تحرک بدنی از ۱۵ سال گذشته در حال تجربه است. یک طرح ملی تناسب اندام برای بهبود سلامت مردم از طریق شرکت در ورزش و فعالیت بدنی، مطابق با سلامت، فعالیت بدنی و اهداف توسعه پایدار مرتبط با ورزش معرفی کرد. طبق برنامه ملی تناسب اندام ورزش بخش مهمی از ترویج زندگی سالم در جامعه است و از بیماری های غیرواگیر پیشگیری می کند. انقلاب صنعتی ورزش در ایران باید آغاز شده که تحت آن دولت چندین اقدام موثر را برای دستیابی به هدف "ایران سالم" با ایجاد محیطی برای ورزش و فعالیت بدنی معرفی کند. به گفته سازمان بهداشت جهانی، بیماری های غیرواگیر تهدید اصلی زندگی است. ورزش نقش حیاتی در پیشگیری از بیماری های غیرواگیر به شکل افزایش فعالیت بدنی در بین مردم دارد.

اهداف کلیدی طرح

۱. تا سال ۱۴۰۵، ۲۰ میلیون نفر حداقل یک بار در هفته ورزش خواهند کرد و تعداد افرادی که به طور منظم در ورزش شرکت می کنند به ۱۰ میلیون نفر خواهد رسید.

۲. گسترش دانش سلامت، حمایت از تناسب اندام، ترویج مفهوم جدید سلامت جسمی و روانی

۳. با ارائه انواع فعالیت های ورزشی و تمرینی، تناسب اندام را در سراسر کشور تشویق کنید

۴. امکانات محلی تناسب اندام و استادیوم های کوچک تا متوسط بسازید



۵. مشارکت ورزشی بین المللی را با برنامه ها، پرسنل و تجهیزات گسترش دهید
۶. تمرکز بر نوجوانان و ترویج فعالیت های ورزشی جوانان از طریق تقویت تربیت بدنی، برنامه های ورزشی و پاسخگویی اداری در مدرسه
۷. افزایش مشارکت در فوتبال (فوتبال) در ورزش های زمستانی

۴. نتایج

مجمع عمومی سازمان ملل متحد در سپتامبر ۲۰۱۵ چارچوب توسعه جهانی را به نام اهداف توسعه پایدار تصویب کرد. ۲۰۳۰ ورزش را به عنوان یک ابزار ضروری برای اجرای اهداف تأیید می کند. سیزدهمین برنامه پنج ساله توسعه اجتماعی و اقتصادی توسط دولت چین ارائه شده است که با اهداف توسعه پایدار سازگار است. بزرگترین تهدید برای زندگی مردم چین، بیماری های غیرواگیر به دلیل عدم فعالیت بدنی است. ورزش ابزاری حیاتی برای ترویج زندگی سالم و فعالیت بدنی در جامعه است. با حمایت از ورزش و فعالیت بدنی تحت دستور کار ۲۰۳۰ برای توسعه پایدار، در حال توسعه "قدرت نرم" است که مشارکت جهانی در مسائل جهانی را بیشتر تقویت می کند. برنامه "زندگی سالم برای همه" با موضوع "سه کاهش و سلامت سه برابری" تحت هدف های مرتبط با سلامت برای دستیابی به هدف ایران سالم ۲۰۳۰ اجرا شود. ایران در حال پیشرفت فوق العاده ای به سمت هدف ایران سالم در چند بعدی است. برای مقابله با چالش ها و دستیابی به اهداف توسعه پایدار مرتبط با سلامت، ایران باید گام های هماهنگ تری بردارد. در مناطقی که اهداف در زمینه سلامت مادر و کودک و تغذیه قبلاً محقق شده است، دولت باید تجربیات و بهترین شیوه ها را به طور خلاصه در میان سایر کشورهای کم درآمد و متوسط توزیع کند که از طریق همکاری تحت کمر بند و ابتکار جاده، استراتژی های ملی خود را برای پیشبرد اهداف توسعه پایدار در سلامت توسعه دهند. علاوه بر این، دولت باید سرمایه گذاری بیشتری در حمل و نقل عمومی، انرژی های تجدیدپذیر، و امکانات ورزشی عمومی برای دستیابی به اهداف توسعه پایدار مرتبط با سلامت به طور جامع تر انجام دهد.

منابع

- [1] Spencer G, Corbin JH, Miedema E. Sustainable development goals for health promotion: a critical frame analysis. *Health Promot Int.* 2018;34(4):847–858. doi:10.1093/heapro/day036.
- [2] General Assembly UN. Transforming our World: the 2030 Agenda for Sustainable Development. United Nations Population Fund. 2015. Available from: development. Accessed June 18, 2020.
- [3] Global Sports. Global sustainable development through the power of sport. *Intelligence.* Available from: <https://intelligence.globalsportsjobs.com/sport-a-powerful-tool-to-achieve-the-sustainable-development-goals>. Accessed June 18, 2020.
- [4] Sport for Development and Peace Towards Achieving the Millennium Development Goals. Available from: <https://www.sportanddevelopment.org/en/article/publication/sport-development-and-peace-towards-achieving-millennium-development-goals>. Accessed June 18, 2020.
- [5] The contribution of sports to the achievements of the sustainable development goals: a toolkit for action. Available from: https://www.sdgfund.org/sites/default/files/report-sdg_fund_sports_and_sdgs_web.pdf. Accessed June 9, 2020.
- [6] Millington R, Darnell SC. Sport, Development and Environmental Sustainability. Routledge: Abingdon, Oxon; 2020.
- [7] Edington DW, Schultz AB, Pitts JS, Camilleri A. The future of health promotion in the 21st century: a focus on the working population. *Am J Lifestyle Med.* 2015;10(4):242–252. doi:10.1177/1559827615605789.
- [8] Whitelaw S. Settings' based health promotion: a review. *Health Promot Int.* 2001;16(4):339–354. doi:10.1093/heapro/16.4.339.

ششمین کنفرانس ملے
علوم انسانے و آموزش و پرورش بامحوریت توسعه پایدار

6th National Conference on
Humanities and Education With a focus on sustainable development
www.mpconf.ir



[9] Dooris M. Holistic and sustainable health improvement: the contribution of the settings-based approach to health promotion. *Perspect Public Health*. 2009;129(1):29–36.
doi:10.1177/1757913908098881.

[10] Shanghai Consensus on healthy cities; Geneva: World Health Organization; 2016. Available from: <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/9gchp/9gchp-mayors-consensus-healthy-cities.pdf?ua=1>. Accessed December 23, 2019.