

القضايا المعاصرة في العلوم العابرة للتخصصات

Contemporary Issues in Multidisciplinary Sciences

إشراف وتنسيق:

د. منير بن دريدي-جامعة سوق أهراس-الجزائر

د.حنان طرشان-جامعة باتنة1-الجزائر

د.عصام عيروط-جامعة نابلس للتعليم المهني والتقني-فلسطين

القضايا المعاصرة في العلوم العابرة للتخصصات



المركز الديمقراطي العربي ألمانيا- برلين

&

جامعة سليمان ديميرال - أسبارطة - تركيا

معهد بحوث الحضارات المتوسطة بجامعة أكدينز - أنطاليا - تركيا
مشروع البحث التكويني الجامعي (PRFU) التدخل الاجتماعي في مشكلات
الحياة اليومية للأسرة والشباب في الجزائر بجامعة سوق أهراس - الجزائر



VR . 3383 - 6713 B

DEMOCRATIC ARABIC CENTER
Germany: Berlin

<http://democraticac.de>

TEL. 0049-CODE

030-89005468/030-898999419/030-57348845

MOBILTELEFON: 0049174274278717





المركز الديمقراطي العربي
للدراستات الاستراتيجية، الاقتصادية والسياسية

Democratic Arab Center
for Strategic, Political & Economic Studies

كتاب وقائع المؤتمر الدولي العلمي:

القضايا المعاصرة في العلوم العابرة للتخصصات

Contemporary issues in Multidisciplinary sciences

إشراف وتنسيق:

د. منير بن دريدي-جامعة سوق أهراس-الجزائر

د.حنان طرشان-جامعة باتنة1-الجزائر

د.عصام عيروط-جامعة نابلس للتعليم المهني والتقني-فلسطين



المركز الديمقراطي العربي
للدراستات الاستراتيجية، الاقتصادية والسياسية

Democratic Arab Center
for Strategic, Political & Economic Studies

الناشر

المركز الديمقراطي العربي

للدراستات الإستراتيجية والسياسية والاقتصادية

ألمانيا/برلين

Democratic Arabic Center

Berlin / Germany

لا يسمح بإعادة إصدار هذا الكتاب أو أي جزء منه أو تخزينه

في نطاق استعادة المعلومات أو نقله بأي شكل من الأشكال، دون إذن خطي مسبق من الناشر.

جميع حقوق الطبع محفوظة

All rights reserved

No part of this book may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, without the prior written permission of the publisher

المركز الديمقراطي العربي

للدراستات الإستراتيجية والسياسية والاقتصادية ألمانيا/برلين

Tel: 0049- Germany Code

030-54884375

030-91499898

030-86450098

البريد الإلكتروني

book@democraticac.de

المركز الديمقراطي العربي-برلين-ألمانيا



جامعة سليمان ديميرال-اسبارطة-تركيا



معهد بحوث الحضارات المتوسطية بجامعة أكنير-أنطاليا-تركيا



ينظمون المؤتمر الدولي العلمي الموسوم بـ:

القضايا المعاصرة في العلوم العابرة للتخصصات

Contemporary issues in Multidisciplinary sciences

17 و 18 أيلول/سبتمبر 2022

إقامة المؤتمر بواسطة تقنية التّحاضر المرئي عبر تطبيق Zoom

ملاحظة: المشاركة مجاناً بدون رسوم

لا يتحمل المركز ورئيس المؤتمر واللجان العلمية والتنظيمية مسؤولية ما ورد في هذا الكتاب من آراء، وهي لا تعبر بالضرورة عن قناعاتهم ويبقى أصحاب المداخلات هم وحدهم من يتحملون كامل المسؤولية القانونية عنها

الرئاسة الشرفية:

أ. عمار شرعان، رئيس المركز العربي الديمقراطي-برلين-ألمانيا

Dr. Özlenen Özkan head of Akdeniz University

رئاسة المؤتمر:

د. بن دريدي منير، جامعة سوق أهراس-الجزائر

د. جتين رؤوف البياتي -رئيس مركز (مكين) الأكاديمي -اسبارطة – تركيا

التنسيق العام للمؤتمر:

Prof. Dr. Mustafa Caner, Deputy Director of the Mediterranean Civilisations Research Institute,
Akdeniz University, Antalya, Turkey

التنسيق العلمي للمؤتمر:

Prof. Dr. İlker Özçelik, Deputy Head of English Language and Literature Department, Süleyman
Demirel University, Isparta, Turkey

هيئة المؤتمر:

رئيس اللجنة العلمية: د. طرابلسي عبد الحق، جامعة سوق أهراس، الجزائر.

التنسيق والنشر: د. حنان طرشان – المركز الديمقراطي العربي – ألمانيا – برلين

المنسق العام: د. ربعة تمار – مدير إدارة النشر – المركز الديمقراطي العربي – ألمانيا – برلين

رئيس اللجنة التحضيرية: د. أحمد بوهكو – المركز الديمقراطي العربي-ألمانيا – برلين

رئيس اللجنة التنظيمية: أ. كريم عايش – المدير الإداري – المركز الديمقراطي العربي – ألمانيا – برلين



أعضاء اللجنة العلمية:

أ.د. فريحة محمد كريم-جامعة عنابة-الجزائر	أ.د. حميدة علي البوسيفي-جامعة طرابلس-ليبيا
أ.د. علي يونس بريمة-رئيس جامعة الضعين-السودان	أ.د. الهادي آدم محمد ابراهيم-جامعة النيلين-السودان
أ.د. مناجلية الهذبة-جامعة عنابة-الجزائر	أ.د. حاجي دوران-جامعة أيدن اسطنبول-تركيا
د. بن دريدي منير-جامعة سوق أهراس-الجزائر	د. رؤوف جتين محمود البياتي-جامعة إسبارطة التطبيقية-تركيا.
د. طارق النور هدي حسن-جامعة النيلين-السودان	د. منصور عبد القادر منصور-جامعة الأقصى بغزة-فلسطين
د. محمد جبالة-جامعة معسكر-الجزائر	د. أحمد بن سعيد بن ناصر الحضرمي-جامعة الشرقية-سلطنة عُمان
د. جمال مراد-جامعة سوق أهراس-الجزائر	د. بن وهيبة نورة-جامعة الطارف-الجزائر
د. طرشان حنان-جامعة باتنة-الجزائر	د. ياسين بروك-جامعة سوق أهراس-الجزائر
د. حفصة الطاهر-جامعة تيارت-الجزائر	د. زينب دهيمي-جامعة ورقلة-الجزائر
د. زينب لموشي-جامعة سكيكدة-الجزائر	د. ريماء يونس-لبنان
د. بحري صابر-جامعة سطيف-2-الجزائر	
اللجنة التنظيمية للمؤتمر:	
أ. بونخلة فريد-جامعة تيارت-الجزائر	



ديباجة المؤتمر:

يواجه العالم الحديث تحديات مستمرة ابانت على عديد المشاكل المعقدة وذات الابعاد المتعددة، ما ادى بأصحاب الفكر المعاصر الى الدعوة بضرورة ايجاد حلول تتطلب جهودا مستدامة للتوصل إلى علوم جديدة، وإتباع نهج متعدد التخصصات (عابر للتخصصات) فكل الازمات مهما كان نوعا تحتاج الى تضافر جهود كل الفاعلين من كل التخصصات من اجل التجاوب معها لإيجاد الحلول ومحاولة وضع اسس ومناهج ما بين فرعية متعددة التخصصات (قوى البحث والتطوير)، تضع لصانعي القرار سيناريوهات متعددة تجعلهم مطلعين على كل تفاصيل هذه القضايا الراهنة ومحاولة وضع استراتيجيات حقيقية وواقعية حتى تنجح جهودهم في حلها.

ولا يتم ذلك إلا من خلال فرق عمل مختلطة تضم تخصصات علمية متعددة تبحث في ظاهرة معينة لها أثرها على المجتمع ومستقبله (البطالة، الانحراف، الجريمة، التنمية،)، والتي في الغالب تفيد نتائج هذه الدراسات صانعي القرارات وراسمي السياسات في الدولة.

من هذا المنطلق فقد كشفت كل الأزمات التي عاشتها وتعيشها البشرية أنماط ضعف وتردد في اتخاذ القرارات الصحيحة والسريعة وذلك بسبب نقص المعلومات الكافية عن كل جوانبها وتداعياتها، كل هذه التحديات طرحت عديد الأسئلة حول فعالية وضرورة إيجاد مناهج متعددة التخصصات تساهم بشكل مباشر في ردود أفعال أكثر سرعة وفعالية ولعل أهمها: ماذا تعني الدراسات متعددة التخصصات؟ ما هو التخصص متعدد التخصصات؟ ما مدى فعالية الدراسات العابرة للتخصصات؟ كل هذه الأسئلة وغيرها نرغب بشغف علمي حقيقي الإجابة عنها من خلال مخرجات هذا المؤتمر والاستفادة من مختلف الأطروحات والدراسات التي يشارك بها الأساتذة والخبراء المهتمون بهذا المجال.

أهداف المؤتمر:

يهدف المؤتمر لتحقيق الأهداف التالية:

تجسيد أطر التعاون العلمي بين الباحثين والمؤسسات البحثية. التعرف على أهم التحديات التي تواجه فكرة الدراسات متعددة التخصصات. اقتراح نماذج وأليات وأساليب لتجسيد فكرة تعدد التخصصات في العلوم. فتح نافذة للباحثين من مختلف التخصصات للتعاون ومد جسور المعرفة فيما بينهم. فهم واقع ما تعيشه العلوم من تغيرات خاصة ما تعلق باتجاهات المتعددة التخصصات. محاور المؤتمر:

المحور الأول: العلوم الإنسانية والاجتماعية

علم الاجتماع (البحث الاجتماعي، الارشاد الاجتماعي، التنمية الاجتماعية، المشكلات الاجتماعية، التغير الاجتماعي، الثقافة والمجتمع، الفكر الاجتماعي)،.....

علم النفس (الاضطرابات النفسية والانفعالية، مشكلات الإدمان، المشكلات النفسية.....)

التاريخ والأثار (التاريخ القديم، التاريخ الوسيط، التاريخ المعاصر، علم الأثار القديمة، علم الأثار الإسلامي، صيانة الأثار،.....)

العلوم التربوية (أصول التربية، التربية الخاصة، المناهج وطرق التدريس، القيادة التربوية...)

علوم الاعلام والاتصال (الاعلام الجديد، الصحافة الإلكترونية، وسائل التواصل الاجتماعي، التحرير الإعلامي، الاعلام الرقمي، الوسائط الرقمية).....

الانثروبولوجيا (الانثروبولوجيا الثقافية، أنثروبولوجيا الأجناس البشرية، الأنثروبولوجيا الاجتماعية، الأنثروبولوجيا

(التقنية.....)

الجغرافيا (نظم المعلومات الجغرافية، الجغرافيا البيئية، الجغرافيا السياسية.....)
الفلسفة (علم الأخلاق، الفلسفة الاجتماعية، الفلسفة النظرية، فلسفة الثقافة، فلسفة الدين، فلسفة العلوم، وفلسفة اللغة.....)

المحور الثاني: الاقتصاد

المالية والمحاسبة (نظرية المحاسبة المالية، المراجعة، محاسبة التكاليف، المحاسبة الضريبية.....)
التمويل والمصارف (مبادئ التمويل، مبادئ إدارة العمليات، تمويل الشركات.....)
المصارف الإسلامية والتمويل الإسلامي (اساسيات وتطبيقات الاقتصاد الإسلامي، مبادئ الزكاة والإنفاق، مبادئ ومركزات الاقتصاد الإسلامي.....)

المحور الثالث: إدارة الأعمال

نظم المعلومات الإدارية (الاستخدام التكنولوجي، نظام المعلومات المحاسبية، موارد تكنولوجيا المعلومات.....)
التسويق (إدارة التسويق، إدارة المبيعات، تخطيط وتطوير المنتجات.....)
التخطيط وإدارة المشاريع.
تنمية وتسيير الموارد البشرية (إدارة الموارد البشرية، التدريب والتطوير، التنظيم والمناهج، دراسة العمل.....)
التسيير

المحور الرابع: الدراسات الإسلامية

العلوم الشرعية.
الفقه وأصوله.
أصول الدين.
الدعوة والإعلام.

المحور الخامس: السياسة والقانون

الأنظمة السياسية.
العلاقات الدولية.
المنظمات الدولية والإقليمية.
العلوم الجنائية.
حقوق الإنسان.
فض النزاعات.
التحكيم الدولي.

المحور السادس: العلوم الرياضية والبدنية

الإدارة الرياضية.
العلاج الطبيعى الرياضي
التربية الرياضية والبدنية.
الرياضات الفردية والجماعية
المحور السابع: الآداب واللغات

- اللغة العربية وآدابها.
- اللغات الأجنبية.
- الترجمة.
- المحور الثامن: السياحة والادارة الفندقية
- إدارة الفنادق.
- تسويق الضيافة.
- تسويق المقصد السياحي.
- سياحة وسفر الأعمال.
- التخطيط وتنمية السياحة
- المشاركون المستهدفون من المؤتمر:
- الأساتذة والباحثون والأكاديميون من كل التخصصات
- طلبة الدكتوراه والمهتمين
- الهيئات الرسمية والاعلام
- المنظمات والهيئات والجمعيات المهمة



فهرس المحتويات

الصفحة	عنوان المداخلة	الباحث
12	دراسة عاملية لبناء مقياس صعوبة التعرف على المشاعر (الألكسيثيميا) لطلبة المرحلة الجامعية والتحقق من كفاءته السيكومترية بالبيئة العربية	د. سُليمان عبد الواحد يوسف د. هدى ملوح الفضلي
29	الأخلاق بين المبادئ الثابتة والسلوكيات المتغيرة.	الباحث. محمودي سيف الدين د. محمودي سليم
42	تطوير مناهج العلوم في الجمهورية اليمنية في ضوء معايير الجودة الشاملة	ط.د. عبده محمد صالح أحمد عبد الكريم
65	صحافة المواطن كمصدر للخبر التلفزيوني: إشكالية المصدقية والاحترافية	د. سهام بدبودي
78	أثر الإعجاز القرآني في حفظ الأمة من التغريب	أ.د. عامر صباح أحمد الكبيسي م.د. عبد الرحمن طه بدوي العلواني
90	السوسيولوجيا والآداب: مسارات ضيقة وجسور ممكنة	د. النوري الأديب
106	الرياضة والشباب والتنمية الاجتماعية	د. فاطمة عز الدين
133	دور اليابان في الحرب العالمية الأولى 1914-1918	أ.م.د. وسام هادي عكار
148	اللسانيات وإشكالية المصطلح العابر للتخصصات	د. نصيرة شينة
161	الإيثيقا، الأساس العلمي لكل التخصصات	ط د: رحاب بن أحمد
176	النوازل الفقهية ودورها الإصلاحي في مساجد وزوايا الجزائر	د. مصطفى باديس أوكيل د. أزرار ليلة
185	مساهمة المسؤولية الاجتماعية للأسرة لتنشئة سليمة للأطفال في ظل البيئة الرقمية	د.مرزوقي فريدة
198	التأطير الإعلامي لاستشهاد الصحفية شيرين أبو عاقلة في الصفحات الإسرائيلية الناطقة بالعربية على موقع الفيسبوك	د. سجاد عوايص د. إيهاب أحمد
216	الزهديات في شعر أبي نواس دراسة تحليلية	أ.م.د. عماد محمد فرحان م.م. بهاء أحمد حسين
234	أساليب تدريس الرياضيات، طرقه، واستراتيجياته	د. بيان كمال الدين
246	الذكاء الاجتماعي وعلاقته بالرجوعية لدى أفراد تعرضوا لأحداث صدمية	ط.د. كريمة عزيزي أ.د. سليمان بومدين
266	دور القانون في الحد من خطاب الكراهية	م.د. صابر بن يوسف عبد الله

284	التأثيرات المتبادلة بين فلسفة العقل والذكاء الاصطناعي	أ.د. مليكة مذكور
302	وَحْدَةُ الْمَعَارِفِ الْإِنْسَانِيَّةِ: بَحْثٌ فِي صُورِ التَّعَالُقِ بَيْنَ التَّخَصُّصَاتِ	د. بوجاوي ناصر الدين
315	المقصد السياحي كمقوم أساسي لتحقيق التنمية السياحية في الجزائر "دراسة حالة ولاية تبسة"	أ.د. شريف غياط ط.د. منيرة بوفرح
331	عوامة الإعلام وتأثيرها على علوم المجتمع	د. أحلام صارة مقدم د. مصطفى بن حوى
346	المشكلات السلوكية الإنفعالية وعلاقتها بالانحراف لدى المراهق بالمدارس الثانوية من وجهة نظر معلمهم ببلدية اجدابيا - بدولة ليبيا	د.عمر عبد الحميد مفتاح المغربي د.عبد السلام محمد مصباح بوكنيشة
360	إجراءات التحكيم الدولي	م.د. زينب رياض جبر م.د. رجاء حسين عبد الأمير
372	استخدام مفهوم "العبرمناهجية" في تفسير وإحاطة أزمات وادي الفرات، سوريا	صفوان داؤد
385	مساهمة المرأة في دعم الاقتصاد الإسلامي "العصر الأموي نموذجا"	م.د. بلسم محمد تركي علي
408	Le Mouvement Akal : Un exemple d'une recherche interdisciplinaire	Doctorante : Amajoud Sanaa
419	A Discourse Analysis Study of Emotionality and Expressiveness in Technical and Scientific	Assit.Prof.Eman Jabur Janam



الرياضة والشباب والتنمية الاجتماعية Sports, youth and Social Development

د. فاطمة عز الدين/ الجامعة اللبنانية/ لبنان

Dr. Fatima ezzeddine/ Lebanese University/Lebanon

الملخص:

تشمل التنمية الاجتماعية مجموعة واسعة من القضايا، منها الحد من الفقر والبطالة، وتعزيز دور الأسرة والشباب والمجتمع المدني، وتحقيق الاندماج الاجتماعي. وهي تنصب، من وجهة نظر اجتماعية، على دراسة العلاقات الاجتماعية وتطور البشر في علاقاتهم المشتركة، ولذلك يُنظر إليها على أنها تنمية للعلاقات المتبادلة بين البشر. وبما أنّ الشباب يُشكّلون المورد الأهم للتنمية والتقدم، لا بدّ من الاهتمام بقواهم البدنية وتنميتها، والحفاظ على طاقاتهم الروحية والمهارية والإبداعية، وتفعيل قدراتهم الفكرية وعلاقاتهم الاجتماعية. ويبرز في هذا الإطار الدور الهام الذي تلعبه التربية الرياضية والبدنية في صقل المواهب لدى الشباب ورعايتهم وتهذيب سلوكهم وإصلاح أخلاقياتهم لما تتضمنه من جهد يعود على البدن بالنشاط والحيوية، كما أنّها تُكسبهم العادات الرياضية السليمة مثل التنافس الشريف وروح التعاون والتعاضد وحبّ العمل، وتُؤصّل لديهم ثقافة النظام العام وضرورة احترامه.

يهدف في هذه الورقة البحثية إلى تبيان دور الشباب كمشاركين، وأيضاً كمستفيدين من الرياضة التي تُقوّي المشاركة المجتمعية، وتزيد من وعي الشباب بالقضايا المهمة، ما يساهم في تحقيق التنمية الاجتماعية. وتتضمن ورقتنا توثيقاً ما بين الجانبين النظري والميداني. وتثير العلاقة بين الرياضة والشباب والتنمية الاجتماعية في هذه الورقة الإشكالية التالية: ما هي الفرص التي تُوفّرها ممارسة الشباب للرياضة في تنفيذ خطط التنمية بأبعادها المختلفة؟ وما هو الدور الذي يمكن للرياضة، كواحدة من النظم الاجتماعية، أن تلعبه في تعزيز دور الشباب في بناء المجتمع؟ وقد وضعنا عدداً من الفرضيات حول تأثير ممارسة الرياضة على صحة الأفراد جسدياً ونفسياً، وعلى بثّ الأخلاق الرياضية وتعزيز قيم الانتماء والمواطنة، وكذلك على تحقيق عناصر التكيف والاندماج الاجتماعي وتعزيز التنمية الاجتماعية، وحددنا العينة بـ 600 فرد. كما اتبعنا المنهج الوصفي التحليلي حتى توصلنا إلى تحقيق أهداف الورقة البحثية والتثبت من الفرضيات، واستخلصنا أخيراً النتائج والتوصيات ذات الصلة بالبحث.

الكلمات المفتاحية: الرياضة، التربية البدنية، الأندية الرياضية، الشباب، المشاركة الاجتماعية، التنمية الاجتماعية.

Abstract:

Social development encompasses a wide range of issues, including reducing poverty and unemployment, strengthening the role of the family, youth and the civil society, and achieving social integration. From a social point of view, it focuses on the study of social relations and the development of human beings in their common relations, and for this reason it is viewed as the enhancement of reciprocal relations between human beings. Since youth are the most important resource for development and progress, attention must be paid to developing their physical strength, preserving their spiritual energies, and activating their intellectual abilities, social relations, and skill and creative energies. In this context, the important role, played by physical and sports education, is observed in refining the talents of young people, nurturing them, refining their behavior and reforming their morals, because of the effort it involves that boosts the body energy and vitality, as well as earning healthy sports habits such as honest competition, spirit of cooperation, solidarity and love of work and establishing a culture of public order and the need to respect it.

In this paper, we aim to clarify the role of youth as participants and also as beneficiaries of the sport that strengthens community participation, and increases youth awareness on important issues, thus contributing to social development. Our research paper combines a synthesis of theory and practice. The relationship between sports, youth and social development in our paper raises the following problematic: What opportunities does the practice of sports by youth provide in terms of the

implementation of development plans in their various dimensions? And what role can sport, as one of the social systems, play in enhancing the role of youth in building society? We have developed several hypotheses about the impact of sports on the physical and psychological health of individuals, as well as on spreading sports ethics and promoting the values of belonging and citizenship, and in achieving elements of adaptation and social integration and promoting social development, and we have limited the sample to 600 individuals. We followed the descriptive-analytical approach, until we accomplished the objectives of the research paper and confirmed the hypotheses and finally drew the conclusions and recommendations related to the research .

Keywords: Sports, Physical Education, Sports Clubs, Youth, Social Participation, Social Development.

مقدمة:

شكّلت الرياضة ركيزة أساسية في الكثير من الحضارات إذ تعددت أشكالها وصورها، أما في العصر الحديث فانتشرت بشكل أكبر من خلال الأندية ومراكز الشباب التي تدعم الرياضة والرياضيين بشكل كبير، إذ إنّها تمتلك تأثيراً إيجابياً على الصّحة الجسمانية والنفسية والذهنية، لذا وجب الاهتمام بها وجعلها مجالاً للبحث والدراسة. يُعدّ الشباب القوة العمريّة الهائلة داخل المجتمع التي يجب الاهتمام بها، لذا ينبغي على المجتمع بأجهزته ومؤسساته المختلفة أن يبذل أقصى جهده لتهيئة أنسب الظروف والمقومات لرفع شأنها وتوسيع قاعدة ممارستها. فقد أصبحت دراسة الشباب تُشكّل مجالاً يجتمع حوله عدد من العلوم الاجتماعية المختلفة، منها علم النفس والاجتماع والأنثروبولوجيا، إذ أصبحت هذه الفئة تُمثّل محور اهتمام كبيرٍ لما يمكن أن تنجزه في المجتمع حاضراً ومستقبلاً (سعد، 1989).

والإنسان هو محور التنمية التي تُركّز على توفير حقوقه وصيانة كرامته والوفاء بحاجاته المتعددة، من خلال المشاركة في حركة مجتمعه، ويقتضي ذلك بطبيعة الحال العمل على تنمية مختلف طاقاته البدنية والعقلية والروحية والاجتماعية والمهارية والإبداعية (عمار، 2000).

وهنا، نعرّف بالمساهمة المتعاضمة للرياضة في تحقيق التنمية والسلام بالنظر إلى دورها في تشجيع التسامح والاحترام ومساهمتها في تمكين المرأة والشباب والأفراد والمجتمعات وفي بلوغ الأهداف المنشودة في مجالات الصحة والتعليم والإندماج الاجتماعي. فالرياضة تُقوّي المشاركة المجتمعية وتزيد من مشاركة الشباب ووعيهم بقضايا مجتمعاتهم. ولهذا تُعتبر عنصراً من العناصر التمكينية المهمة للتنمية المستدامة (سايمون، 2021).

وللتربية الرياضية دور هام في صقل المواهب لدى الشباب ورعايتهم وتهذيب سلوكهم وإصلاح أخلاقياتهم لما فيه من جهد يعود على البدن بالنشاط والحيوية. فهناك برامج في الأندية الرياضية تهدف لإشغال أوقات الشباب بما يعود عليهم بالنفع والفائدة، ومن أهم أهدافها إعداد الشباب جسمياً وفكرياً، وإكسابهم العادات الرياضية السليمة مثل التنافس الشريف وروح التعاون وحبّ العمل وتأصيل ثقافة النظام العام واحترامه لديهم، سواء نظام المشاركة العامة أو نظام اللعب من خلال الانضباط أثناء ممارسة اللعبة، وعدم تجاوز هذا النظام، والشباب، من أجل الفوز بنشاطه، يبذل الجهد للوصول إلى الهدف، ويتولّد لديه شعور بالهناء والسعادة من خلال تحقيق الهدف والشعور بنشوة الفوز.

اكتسبت الرياضة أبعادًا مختلفة في المجتمع، من بينها أبعاد سياسية واقتصادية وتجارية. وسنتناول هنا بعدها الاجتماعي الثقافي، فلقد أكدت غالبية التشريعات على أهمية هذا البعد وجعلت منه هدفًا أساسيًا للرياضة، إذ إنها تحمل في طياتها قيمًا ثقافية وأخلاقية تجعل المجتمع متماسكًا وسليمًا، وهي بذلك تقلص أسباب النزاع بين أفراد المجتمع الواحد. لذلك، تُعتبر الرياضة عنصرًا قويًا في إعداد المواطن الصالح، وتزويده بخبرات ومهارات واسعة تُمكنه من التكيف مع مجتمعه، ولذلك نجد أن التربية البدنية والرياضية تحتل مكانة مرموقة في العديد من الدول. وبالتالي، أصبحت الرياضة إحدى أهم الظواهر الاجتماعية وعنصرًا لا مفر منه في السياسة الاجتماعية لدولة تسعى إلى الرقي والتطور (التكريتي، 2005).

وتهتم التنمية الاجتماعية بالفرد والجماعة، فهي تعمل على حماية الفرد وتنشئته وتحريره من المشكلات وتُعينه على تنمية قدراته، كما تُزوده بالاتجاهات الإيجابية التي تُمكنه من الإسهام بفاعلية في شؤون مجتمعه وإشباع احتياجاته الأساسية، المادية والمعنوية والروحية، وهي تُعين الجماعة والمجتمع على إيجاد علاقة بنّاءة، وخلق ظروف ملائمة لتحسين الأحوال الاجتماعية. وتهدف التنمية الاجتماعية أيضًا إلى تحقيق التكامل الاجتماعي وتحريك قوى المجتمع كله لإشباع احتياجاته، من خلال العمل على ضمان تكافؤ الفرص بين مختلف فئات المجتمع، ونبذ كل أشكال الإقصاء والتمييز والحد من الفقر ونشر ثقافة التضامن وتعميمها في كل المجالات (ماعت للسلام والتنمية وحقوق الإنسان، 2021).

المنهجية:

تكمّن أهمية هذه الورقة في البحث حول تأثير ممارسة الرياضة في الشباب ودورهم في المجتمع، خاصة أنهم يُمثّلون أمل المجتمع وأهم أدواته في سبيل تحقيق التقدم والتطور والتنمية. ويتمثل المدخل الأساسي لهذه الورقة في التعرف على:

- ✓ مستوى مشاركة الشباب في ممارسة الرياضة (من خلال عيّنة البحث).
 - ✓ الدور الذي تلعبه الرياضة في تعزيز دور الشباب في بناء المجتمع.
 - ✓ التعرف على الفرص التي تُوفّرها ممارسة الشباب للرياضة في تنفيذ خطط التنمية بأبعادها المتنوعة.
- وسنحاول هنا الإجابة على الإشكالية التالية: ما هو الدور الذي يُمكن للرياضة، كواحدة من النظم الاجتماعية، أن تلعبه في تعزيز دور الشباب في بناء المجتمع؟ هل تُساعد ممارسة النشاط الرياضي في بناء العلاقات الاجتماعية وتحسّنها المستمر؟ ما هو دور أنشطة التربية البدنية في إكساب بعض أبعاد التوافق الاجتماعي لدى الشباب؟ وما هي الفرص التي تُوفّرها ممارسة الشباب للرياضة في تنفيذ خطط التنمية بأبعادها المتنوعة؟

أما فرضيات البحث، فحدّدها كالآتي:

- ✓ تُؤدّي ممارسة الرياضة إلى بثّ الأخلاق الرياضية وتعزيز قيم الانتماء والمواطنة لدى الشباب.
- ✓ لممارسة الرياضة تأثير إيجابي على الصّحة الجسمانيّة والنفسية والذهنيّة.
- ✓ تُؤدّي ممارسة النشاط الرياضي إلى تفعيل العلاقات الاجتماعية وتوطيدها لدى الشباب.

✓ تُساعد ممارسة الرياضة في تحقيق عناصر التكيف والاندماج الاجتماعي وتعزيز التنمية الاجتماعية.

✓ تُنمي ممارسة الرياضة المهارات الشخصية وتغرس القيم الإيجابية في نفوس الأفراد.

ستعتمد الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي بأسلوبه الإحصائي، الذي يُعرّف على أنّه تصوّر دقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات، والتّصور يُقدّم صورة عن الواقع الحيّاتي ويساهم في وضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية، ما يتلاءم مع طبيعة إجراءات البحث. وقد شملت الفئة المُستهدفة في الدّراسة (عينة البحث) أفرادًا (300 من الذكور، 300 من الإناث) من عدد من الأقضية اللبنانيّة شكّلوا عينة غرضية غير عشوائية، يختار بموجها الباحث الأغراض بما يُحقّق غرض دراسته، وقد تمّ فرز 600 استمارة أجاب عنها أشخاص يمارسون الرياضة حاليًا أو كانوا يمارسونها سابقًا، وتضمّنت الإستمارة متغيّرات سوسيوغرافية كالجنس والفئة العمرية والوضع العائلي والمستوى التعليمي وممارسة الرياضة ووتيرتها وأنواعها ومتغيّرات أخرى مُلحقة (من السؤال 1 إلى السؤال 14)، وتأثير الممارسة الرياضيّة على الأفراد وعلاقاتهم وتعزيز التنمية الاجتماعية من خلال متغيّرات محددة (من السؤال 15 حتى السؤال 35).

حدّدنا البحث مكانيًا ضمن محافظات لبنان، وأُجريت الدّراسة الميدانية في وقت سابق لتفشي جائحة كورونا خلال الفترة الواقعة بين كانون الثاني وشباط 2020.

أما البناء النظري للموضوع، فقد اشتمل على تحديد مفاهيم كل من الرياضة والتّربية البدنيّة والأندية الرياضية والشّباب والمشاركة والتنمية الاجتماعية.

الرياضة في اللغة: أصل كلمة رياضة عميق وقديم قديم الحضارات، فكلمة رياضة مشتقة من الكلمة اللاتينية Desport التي تعني "التحويل والتغيير" أي تحويل مشاغل الناس واهتماماتهم بالعمل إلى التّسلية والتّرويح من خلال الرياضة. ويُعرّف "ماتيف" الرياضة اصطلاحًا بأنّها "نشاط ذو شكل خاص جوهره المنافسة المُنظمة من أجل قياس القدرات البدنيّة، وضمان أقصى تحديد لها"، وهي "فن من فنون علم الإبدان، يُقصد به تمرين الجسم وتعوّده على حركات منتظمة تعجز عنها الحركة الفطرية. وهو من أجلّ الفنون التي بها ينال الجسم تمام صحته، ونموّ قوته، ومتانة أعضائه، وسهولة أعماله.

ويُعرّف "لوشن وساج" الرياضة بأنّها نشاط مُفعّم باللّعب، تنافسي، داخلي وخارجي المردود، يتضمّن أفرادًا أو فريقًا تشترك في مسابقة، وتُقرّر النتائج في ضوء التّفوق في المهارة البدنية (الخولي، 2008).

أما التّربية البدنيّة، فقد عرّفها الباحث الفرنسي "روبرت روبين" على أنّها أنشطة بدنيّة مختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنيّة والعقليّة والنفسوحركية بهدف تحقيق النّمو المتكامل للفرد. والتّربية البدنيّة هي الجانب المتكامل من التّربية، الذي يعمل على تنمية الفرد وتكيفه جسمانيًا وعقليًا واجتماعيًا ووجدانيًا عن طريق الأنشطة البدنيّة المُختارة التي تتناسب مع مرحلة النّمو.

وتُعَدُّ الأندية الرياضية الرأعي الرسمي للرياضة، لا سيما الرياضة التنافسية، بالإمكانات المادية التي تمتلكها من من منشآت وملاعب وصالات تدريب وأجهزة وأدوات رياضية، وإمكانات بشرية من لاعبين وإداريين وفنيين وجمهور ومدرّبين، وما تُقدِّمه من خدمات متعدّدة. وتُعَدُّ الأندية الرياضية من أهم المؤسسات التربوية ذات النفع العام، كما أنّها تعمل على تنمية جميع جوانب شخصية الشّاب الرياضي الثقافية والاجتماعية والبدنية (البوري، 2020).

ويُطلَق مصطلح الشّباب على مرحلة عمرية تشهد ذروة القوة والحيوية والنشاط بين جميع مراحل العمر لدى البشر، وتُعَدُّ مرحلة الشّباب من أهم المراحل التي يمرّ بها الفرد، إذ تبدأ شخصية الإنسان بالتّطور. وتكتمل معالم هذه الشخصية من خلال ما يكتسبه الفرد من مهارات ومعارف، ومن خلال التّضج الجسماني والعقلي، والعلاقات الاجتماعية التي يستطيع الفرد صياغتها ضمن اختياره الحرّ. وتختلف المعايير المُعيّنة لموضوع تحديد الفترة العمرية لسن الشّباب بين الدّول والمنظّمات في العالم، فمثلاً: الأمم المتحدة تُحدّد فئة الشّباب بأنهم أولئك الذين تتراوح أعمارهم بين 15 و 24 سنة. أما البنك الدّولي فيحصر مرحلة الشّباب ما بين 15 و 25 سنة (الحبيشي، 2018).

أما المشاركة الاجتماعية، فتُعَرَّف على أنّها إسهامات أو مبادرات سواء من جانب الأفراد أو الجماعة، قد تأخذ شكلاً مادياً أو عينياً، وهي عبارة عن مسؤولية اجتماعية تهدف إلى تعبئة الموارد البشرية غير المُستغلّة، كما تُعَدُّ وسيلة للفهم والتفاعل المُتبادل لكل أطراف المجتمع والتنسيق فيما بينهم (Smith, 2006). وتُعَرَّف بأنها كافة الأعمال التطوعية غير المُلزِمة التي تتيح الفرصة لأكبر عدد من فئات المجتمع ومؤسساته لِيُسهموا في مختلف المشروعات المحليّة بالتنظيم أو التّنفيذ، كلٌّ تبعاً لنوع خبرته واهتمامه وجهده؛ لمواجهة بعض المشكلات ومعالجتها بناء على دعوة من الجهات المسؤولة (جورج، 2004).

وتُعتَبَر المشاركة المجتمعية إحدى الركائز الأساسية التي يقوم عليها بناء وتنمية المجتمعات، ولذلك لم يأتِ اهتمام المسؤولين بالمشاركة المجتمعية في التّعليم من دون مبرّر أو داعٍ، بل نتيجة لوعيهم الكامل بأهميّة المشاركة المجتمعية في تحقيق التنمية بصفة عامة (العوضي، 2018).

والتنمية الاجتماعية هي عملية متكاملة الأبعاد ومتعدّدة الجوانب وتعتمد على إحداث تغييرات جذريّة تشتمل على أساليب التّفكير والعمل، وإثارة الوعي والثّقافة في المجتمع، حتى يتمّ الإسهام في تنفيذ خطط مشروعات التنمية على الوجه المطلوب، وقد ذكر محيي الدين صابر أنّ المفهوم التّكاملي للتنمية الاجتماعية يُبرز عوامل مهمة ومتعدّدة مثل إعداد الموارد البشرية اللازمة للإنتاج وتوفير مطلوبات تأهيلها وتدريبها من أجل استثمارها (صابر، 1987). ومن أهم أهداف التنمية الاجتماعية كونها تنطلق من مبادئ وقيم وأعراف المجتمع المُراد تنميته، وذلك لأنّ التنمية الاجتماعية وسيلتها الإنسان وغايتها الإنسان نفسه، وتسعى إلى حماية الأسرة التي هي نواة المجتمع، وأيضاً إلى رعايتها وتمكينها من القيام بوظائفها.

أولاً: تأثير الرياضة على الشباب

تُعَدّ الرياضة وسيلة ضرورية لإكساب الصّحة والعافية لكلّ إنسان من المهد إلى اللّحد. وتتأثّر كفاءة الإنسان البدنية، وكذلك كفاءة أجهزته الحيويّة، وأبرزها القلب، كلّما تقدّم الإنسان بالعمر؛ لذلك يُخصّص لكلّ عمر الجهد المناسب له حفاظاً على الصّحة العامة وكفاءة البدن والأجهزة الحيويّة؛ لتواصل العمل والعطاء من دون خلل أو إرهاق.

ولكلّ فرد حالة خاصة تميّزُهُ عن غيره من نفس جنسه وعمره، وتتوقّف على ما وهبهُ الله إيّاه من صحّة وعافية وعلى الوراثة وأسلوب الحياة، وهذه أمور يجب أن تؤخذ بالحسبان دائماً عند ممارسة الرياضة. ويجب أن نعرف أنّ حالة الفرد نفسه تتغيّر من عُمر إلى آخر بشكل فردي، وفقاً لمتغيّرات وظروف الحياة من حوله، كما تلعب الوراثة والبيئة والتّعليم والطّقس والتّغذية والعادات والتّقاليد دوراً هاماً في تحديد نوع الممارسة وأسلوبها.

تُوجّه مزاولة الرياضة طاقات المراهقين نحو عمل صحي مفيد، كما تُخلّصهم من مشاكل هذه المرحلة، وأبرزها المشاكل النفسيّة والجنسية والاجتماعية، وبذلك توقّر لهم قدراً كافياً من التّوازن الاجتماعي والنفسي والعاطفي والبدني. إنّ الشّباب يعني القوّة، وتُعتبر الرياضة أفضل الوسائل لإبراز هذه القوّة والحيويّة والمحافظة عليها، ووضعها في الشّكل الملائم للشّباب (الأزمنة، 2020).

وقد أشار الكثيرون من الأطباء النفسيين إلى أهميّة ممارسة الرياضة والقيام بالتمارين الرياضيّة، إذ إنّها تساعد ذوي الأمراض النفسيّة على زيادة ثقتهم بأنفسهم، وتساهم أيضاً في تحفيزهم لتحقيق أهدافهم في حياتهم، وكذلك تُشعر الإنسان بالارتياح النفسي العام، كما تمنحنا ممارسة التمارين الرياضيّة مجالاً للتّعرف على الأصدقاء، وتساهم في بناء علاقات اجتماعيّة جديدة وقويّة مع أشخاص أقوياء، وتُوفّر لياقة بدنية وذكاء عاليين نابعين من تلك الرياضة، فهي مُسلية ومُمتعة، وتُساهم في القضاء على وقت الفراغ لدى أفراد المجتمع من خلال تقديم شيء إيجابي لهم وللمجتمع الذي يحتويهم، وكذلك تلعب دوراً في المساهمة في تنظيم الوقت، فهي تُعلّم الفرد كيفيّة تكوين حياة مُنظّمة ومفيدة (DZ، 2016).

وتخلق ممارسة الشّباب للرياضة في البيت مع أفراد الأسرة، وكذلك في النوادي والملاعب، مناخاً من الألفة والاندماج بين الذين يمارسونها في أوقات وأماكن معينة. والرياضة بهذا المعنى تزيد من روح التّعاون الاجتماعي بين الأفراد، ما يُخلّصهم من الملل والتّوتر، إذ إنّها تُقلّل من وحدة الشخص، ومن الشّعور بالأرق والانطواء الذي يصيبه عادة في وحدته وعزلته، كما تُقلّل من طاقة الجسم الزائدة، التي قد تُشكّل عاملاً نفسياً مُحرّضاً على ارتكاب الأخطاء والجرائم، يزيد حالة الفرد سوءاً.

ثانياً: الرياضة والمشاركة في بناء المجتمع

الإنسان مدني بطبعه، ولا يستطيع أن يعزل في عيشه عن العالم. وتتأثّر العلاقات الاجتماعية، شأنها شأن أيّ علاقة، بعوامل خارجيّة أو داخلية، وتشمل العوامل الخارجيّة كلّ من هو خارج نطاق هذه الجماعة، أما الدّاخليّة فتكون من خلال نطاق هذه الجماعة (الحوشان، 2011).

إنّ المعيار الاجتماعي هو مقياس أو قاعدة أو إطار مرجعي للخبرة والإدراك الاجتماعي، والاتجاهات الاجتماعية. والسلوك الاجتماعي بطبيعة الحال نموذجي أو مثالي، وهو يتكرّر بقبول اجتماعي من دون رفض أو اعتراض أو نقد. والمعايير الاجتماعية تُحدّد السلوك المتوقع في المواقف الاجتماعية، وتتوقّع الجماعة من كل أعضائها الالتزام بمعاييرها. يُجازى الفرد على هذا الالتزام أو عدمه، ثواباً أو عقاباً. ومما لا شكّ فيه أنّ معايير الجماعة في الألعاب الرياضية والأندية هي الانضباط، والالتزام بالمواعيد، والحرص على التدريب، والانتظام في النوم، وتناول الطعام، بالإضافة إلى التحلي بالأخلاق الرياضية، وأهم سماتها الأدب والخلق الرفيع، ثم السلامة البدنية.

كما أنّ مكانة الفرد الاجتماعية، من حيث تقبّل الآخرين أو رفضهم له، تتوقّف، إلى حدّ كبير، على مدى تمسّكه بمعايير الجماعة ومسايرته لها. فلممارسة الألعاب الرياضية والاختلاط بين الشّباب في الأندية الأثر في بناء العلاقات الاجتماعية، وذلك من خلال الاندماج مع الفرقاء في الأندية، وممارسة الأنشطة المختلفة. وبالتالي نكون قد حقّقنا هذا البناء من خلال التّواصل الاجتماعي، إذ إنّ شخصية الشّاب الذي يرتاد الأندية الرياضية ويُمارس الألعاب تندمج مع أقرانه بعيداً عن الانطواء. ويعود التّرويح عن النّفس على الجسم بالنّشاط والحيوية، ويجتمع رأي الإنسان بصفاء فكره وراحة باله. إذ إنّ هذه الأنشطة تُحقّق الهمة الباعثة والدّهن الثّاقب، وتُعوّد الإنسان على الصّبر والجِد.

تُعَدّ الأندية الرياضية أحد المعازل التي يتسلّح فيها الناس بالنّشاط والحيوية والقوة ضدّ الغضب والاستثارة المؤدّيّين إلى العنف والجريمة والإرهاب. وهي من مؤسسات المجتمع التي تمتلك دوراً بارزاً في رعاية أفراد المجتمع وإصلاحهم خلقاً وخلُقاً. وتُمارس فيها أنشطة متنوعة تتراوح بين صحية وثقافية واجتماعية وبدنية. كما يُعَدّ الدّهاب إلى النادي مرحلة انتقال من البيئة الاجتماعية أو غيرها إلى البيئة الرياضية بهدف التّزود بالنّشاط والحيوية والقوة لدفع كفاءة الجسم واستعادة نشاطه وحيويته، والاندماج الاجتماعي بين الشّباب الممارسين للبرامج كافة (الحوشان، 2011).

يمكنث عدد غير قليل من الناس في الأندية مدة طويلة من الوقت، بعضهم من كبار السن، وبعضهم من الشّباب الذين يتدرّبون للمباريات بين الفرق، إضافةً إلى عدد لا بأس به من الأطفال. وللاتنفاع بهذا الوقت واستثماره بما يعود بالفائدة على الشّباب وعلى مجتمعهم، تُجرى الأندية مسابقات ثقافية، لا سيما في المناسبات الدّينية وفي الإجازات السنوية أو المناسبات الوطنية، أو دورات تثقيفية في الإسعافات الأولية أو مكافحة الإدمان والمخدرات أو حملات لمكافحة التدخين وغيرها. تُقوّي كل هذه الحملات الثّقافية التّوعوية الرّوابط بين أعضاء ومنتسبي النادي، وتُنشّط المهارات العقلية والفكرية لدى الأطفال والشّباب، كما تُزوّدهم بالمعلومات الأساسيّة. وتتنوّع الأنشطة الثّقافية تبعاً لأذواق رُوّاد هذه الأندية، وتبعاً للمناسبة التي تجري فيها هذه الأنشطة. لا يقلّ أثر اللّجنة الثّقافية في النادي عن غيرها من الأنشطة الاجتماعية والرياضية في شغل فراغ الشّباب ممّن لديهم ميول ثقافية، وخاصة الموهوبون منهم، وأصحاب الرّوح القيادية، فبرامج هذه اللّجنة في الأندية تتضمّن الأنشطة المدروسة والهادفة لتنمية هذا

الحس لدى الشباب من خلال تنمية المهارات الفكرية والثقافية والعقلية، والعمل على تحفيز المشاركة في بناء المجتمع (الحوشان، 2011).

ثالثاً: دور الشباب في التنمية الاجتماعية

تُعبّر التنمية الاجتماعية عن أحد أهداف التربية البدنية والرياضية، فالأنشطة الرياضية تُوفّر المناخ الاجتماعي الثري بالتفاعلات الاجتماعية التي من شأنها أن تُكسب ممارس الرياضة عدداً من القيم والخبرات والحاصلات الاجتماعية التي تُنمّي شخصيته، وتُساعد في التطبيع والتنشئة الاجتماعية والتكيف مع مقتضيات المجتمع. ويُساعد النشاط الرياضي على التكيف الاجتماعي عبر إتاحة فرص غنية للتعرف على قيم المجتمع ومعاييرهِ ونُظُمِهِ، وذلك ما أكّده عدد من الدراسات في الخارج مثل دراسة "أولسون" و"ليمان وويتي" التي أثبتت أنّ أوجهُ النشاط في الأطفال من سن 7 إلى 19 سنة تُمثّل أسُس التفاعل الاجتماعي لهم (أبو هريرة وآخرون، 2002).

يُقصد بالتنمية العمل الواعي المُوجّه، القائم على المشاركة بين أفراد المجتمع والجماعات، وهي تهدف في المقام الأول إلى إحداث التغيير والتطوير من خلال تنظيم جهود وقدرات الأفراد، وإحداث تغييرات هيكلية وجذرية في المجتمعات، والمساهمة في بناء الأمم، كما أنّها تمتلك عدداً من الأبعاد الاقتصادية والسياسية والاجتماعية. وللشباب دور هام وأساسي في التنمية الاجتماعية، فهم من أبرز مقوماتها، كونهم يُشكّلون الحجر الأساس في النهضة والفكر والتطوير، وهم الثروة الحقيقية لسائر المجتمعات، خاصة أنّهم فئة متحركة غير ثابتة، وهم أمل الغد وعماد المستقبل، والمُطوِّرون الأساسيون للمجتمع، كما يتوجّب عليهم تقديم عدد من الواجبات للمجتمع وللّهوض بالوطن. لذلك، يجب عليهم السعي للتعلم، والتعرف على ثقافات ومعلومات ومهارات جديدة، وتقديم الأفكار والمشروعات والمشاركة في العمل الجماعي والتطوعي لبناء المجتمع وتطويره، والتعرف على قضايا المجتمع والمشكلات التي تواجهه، والمساهمة في حلّها، وعلمهم أيضاً معرفة حقوق الوطن، والدفاع عنه وعن تراثه وثقافته. إذ يُفترض أن تنتج دولٌ قوية عن المجتمعات التي تحظى بنسبة كبيرة من الشباب، وهذا ما يُفسّر دعم الدّول الغربية لرفع نسبة الولادات والزّيادة السكانية.

تُشكّل فئة الشباب القاعدة الكبرى داخل الهرم السكاني لمعظم الدول ومع ذلك، ما زالت هذه الفئة تعاني من مشاكل كثيرة لعدد من الأسباب، على رأسها انعدام الثقة بإمكانياتها، وهو ما يُفسّر تهميشها وإقصاءها من مراكز القرار، وإبعادها عن المشاركة في تدبير الشأن العام بسبب هيمنة النّخب التقليدية على كلّ مناحي الحياة السياسية والاجتماعية والاقتصادية. إنّ التفكير في قضية مشاركة الشباب في الشأن العام لا بدّ أن يتمّ ضمن منظور عام ومتكامل يطرح بداية إصلاح المجتمع، وإيجاد بيئة سليمة لممارسة عمل سياسي ومدني حقيقي، يمنح الفرصة للشباب لإثبات جدارتهم في ترسيخ الديمقراطية وتحقيق التنمية المُستدامة.

لذلك يجب النظر إلى فئة الشباب على أنهم جزء من هذا المجتمع وأساس مستقبله، والعمل على دعم انتمائهم للهيئات السياسية والمدنية، وإشراكهم بشكل حقيقي وفاعل في مراكز اتخاذ القرار. ويجب أيضًا دعم سياسات الإعلام الشبابي، التي من شأنها أن تحت الشباب على الانخراط ومواكبة الشأن السياسي والمحلي، وتنمية شعورهم بالانتماء إلى المجال الاجتماعي والسياسي في بلدانهم. كما يجب أن تصبح التربية السياسية والمدنية والرياضية من أولويات السياسات التربوية وأن يتم إدراجها في المناهج الدراسية سواء في المدارس أو الجامعات، وإتاحة الفرصة للشباب للتعبير عن آرائهم في قضايا مجتمعتهم ورؤيتهم لكيفية التعامل مع مشاكل المجتمع من دون خوف أو مساءلة، في ظلّ مناخ ديمقراطي آمن (عدني، 2021).

رابعاً: الرياضة وأجندة التنمية 2030

هناك علاقة إيجابية بين الرياضة وتحقيق أهداف التنمية للعام 2030، خاصة أن علماء علم الاجتماع الرياضي وعلماء التربية البدنية الحركية أجمعوا على أن الرياضة تُشكّل عنصراً أساسياً من عناصر التنمية المستدامة ضمن إطار النظام التعليمي الشامل، وذلك بعد أن تمّ التثبيت من أن أهداف الرياضة الحقيقية تنطوي في إطار أهداف التربية العامة وأنظمتها وفلسفتها.

في العام 2015، اعتمدت الجمعية العامة للأمم المتحدة خطة التنمية المستدامة للعام 2030، والتي تضمّنت مجموعة من 17 هدفاً للتنمية المستدامة. وقد أثبتت الرياضة مراراً أنها أداة فاعلة للتكلفة ومرنة لتعزيز أهداف السلام والتنمية. وتتعترف الأمم المتحدة بالمساهمة المتعاظمة التي تضطلع بها الرياضة في تحقيق التنمية والسلام بالنظر إلى دورها في التشجيع على التسامح والاحترام، ومساهمتها في تمكين المرأة والشباب والأفراد والمجتمعات من بلوغ الأهداف المنشودة في مجالات الصحة والتعليم والاندماج الاجتماعي (United Nations, 2021).

وجاء هذا الاعتراف المحدد بالرياضة في أعقاب زيادة حدثت خلال السنوات الخمس والعشرين الماضية في الجهود الرامية إلى تنظيم الرياضة وحشدتها لتحقيق أهداف التنمية. فقد تطلّعت مئات المنظمات من مختلف الأنواع، الحكومية منها، وغير الحكومية، والخيرية، والرياضية، والدولية والمحلية، إلى الرياضة، وكذلك إلى النشاط البدني واللعب، ليساهم كلّ منها مساهمة إيجابية في التغلب على التحديات الإنمائية. وكان هذا الاستيعاب في "تسخير الرياضة لأغراض التنمية والسلام" مصححاً ببحوث ذات صلة في مجال العلوم الاجتماعية، بما في ذلك علم الاجتماع، والأنثروبولوجيا، والتاريخ، وعلم النفس الاجتماعي، والإدارة. ونشأت عدّة بحوث بهدف تسخير الرياضة لأغراض التنمية والسلام، ما يشير إلى إمكانيات تحقيق تنمية إيجابية ومستدامة من خلال الرياضة.

فعلى صعيد الوعي الصحي، تُبيّن أن الرياضة تساهم مساهمة إيجابية في إذكاء الوعي وتساعد على الحد من انتشار الأمراض والأوبئة. وقد تبين أيضاً أن الرياضة تدعم التمكين الجنساني، لا سيّما للفتيات والشابات المهتمّشات أو المقيّدات اجتماعياً أو اقتصادياً أو بدنياً. وفي هذه الأنواع من البرامج، قد تُمثّل حداثة مشاركة الفتيات في الرياضة، بل مخالفة تلك المشاركة للعرف، تحدياً للنظام الأبوي، وتساهم في التمكين القائم على نوع الجنس وفي زيادة المساواة بين الرجل والمرأة (Saavedra, 2009). فعلى سبيل المثال، تبين من دراسة أُجريت في

دلهي في الهند أنّ البرامج القائمة على الرياضة تُمكن الفتيات والشابات، وسط الهياكل الاجتماعية ذات الطابع الأبوي الشديد، من اكتساب معرفة هامة تتعلق بالصحة الإنجابية ومن تحسين ثقتهن ومكانتهن الاجتماعية وعلاقاتهن (Kay, 2009).

ووفقاً لأجندة العام 2030، نجد أنّ الرياضة تُسهم في السلامة والصحة بغض النظر عن العمر أو الجنس أو الإثنية. (الهدف 3: ضمان تمتع الجميع بأنماط عيش صحية وبالسلامة في جميع الأعمار). والأنشطة البدنية والرياضية المقترنة بمنهج مدرسي أو جامعي ضرورية أيضاً للتعليم الشامل. وتُوفّر الرياضة تعلماً مدى الحياة وتعليمًا بديلاً للأطفال والشباب الذين لا يمكنهم الانتظام في التعليم العام أو الخاص. ومن خلال الاشتراك في الأنشطة الرياضية والبدنية، إلى جانب الدراسة في المدرسة أو الجامعة، يتعلّم التلاميذ والطلاب القيم الرئيسية للرياضة، ومن بينها روح العمل كفريق، واللعب النظيف، واحترام القواعد والآخرين، والتعاون، والانضباط، والتسامح. وهذه المهارات أساسية للمشاركة المستقبلية في الأنشطة الجماعية وللحياة المهنية، ويمكن أن تُحقّق التماسك الاجتماعي داخل المجتمعات المحلية والمجتمعات الأوسع نطاقاً. (الهدف 4: ضمان التعليم الجيد المنصف والشامل وتعزيز فرص التعليم مدى الحياة للجميع).

وعلاوة على ذلك، تُشجّع الرياضة، بأبسط أشكالها، المشاركة المتوازنة، وتمتلك القدرة على تعزيز المساواة بين الجنسين، ومن خلال الرياضة والنشاط البدني، يتم تمكين النساء والفتيات، ويُمكن أن يستفيدن من الأثر الإيجابي للرياضة على الأحوال الصحية والنفسية الاجتماعية. (الهدف 5: تحقيق المساواة بين الجنسين وتمكين كلّ النساء والفتيات).

من الواضح أنّ عدم المساواة يُمكن أن يُشكّل تهديدًا خطيرًا للاستقرار الاجتماعي والسياسي. ولكن هناك إدراكًا متناميًا بأنه يُمكن له أيضًا تهديد النمو المُستدام، ويُمكن أن تكون الرياضة منبرًا قويًا للدعوة ورفع الوعي من أجل المساواة والقضاء على جميع أشكال التمييز وتحقيق تكافؤ الفرص في الرياضة ومن خلالها. (الهدف 10: الحد من انعدام المساواة داخل البلدان وفيما بينها).

وتساهم الرياضة، من خلال مبادرات وأنشطة بتحقيق أغراض التنمية والسلام وشركائه، في جعل المدن والمجتمعات المحلية أكثر شمولاً للجميع. (الهدف 11: جعل المدن شاملة للجميع وأمنة وقادرة على الصمود ومستدامة).

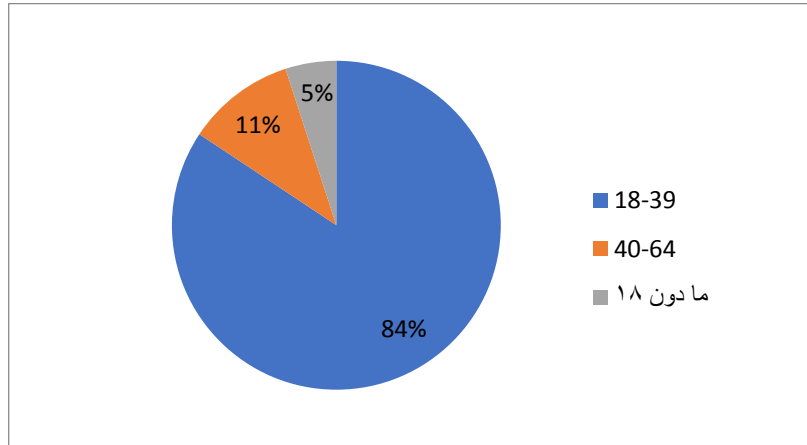
وبالإضافة إلى ذلك، يمكن استخدام الرياضة محليًا ودوليًا كأداة مجدية لمنع النزاع والعمل على تحقيق سلام يدوم طويلاً، فللرياضة وعالميتها القدرة على تخطي حدود الثقافات. وكثيراً ما تُهيئ الرياضة، في مساهمتها في تحقيق السلام، بيئات على المستويين الشعبي والمجتمعي تجمع بين المشاركين في السعي إلى تحقيق أهداف ومصالح مشتركة؛ واكتساب قيم الاحترام والتسامح واللعب النظيف، وتطوير الكفاءات الاجتماعية. (الهدف 16: التشجيع على إقامة مجتمعات عادلة ومسالمة لا يُهمّش فيها أحد).

وقد أصبح العالم اليوم أكثر ترابطاً ممّا كان في أيّ وقت مضى، وإقامة شراكات قويّة ومتماسكة هي أمر أساسي للتّحسين الحقيقي للتّنمية العالمية، ولتحقيق أهداف التّنمية المُستدامة. وللرياضة، كظاهرة عالمية، القدرة على ربط الشّبكات المؤثّرة التي تضمّ شركاء وأصحاب مصلحة متباينين يجمع بينهم التزام بالتّنمية الدّائمة. وفي هذا الصّدد، باستطاعة عالم الرياضة أن يُوقّر شبكات قوية، تضمّ شركاء وأصحاب مصلحة، ملتزمة بتسخير الرياضة لأغراض التّنمية المُستدامة. (الهدف 17: تنشيط الشّراكة العالمية من أجل التّنمية المُستدامة). (ليمكي، 2021).

خامساً: الدّراسة الميدانية

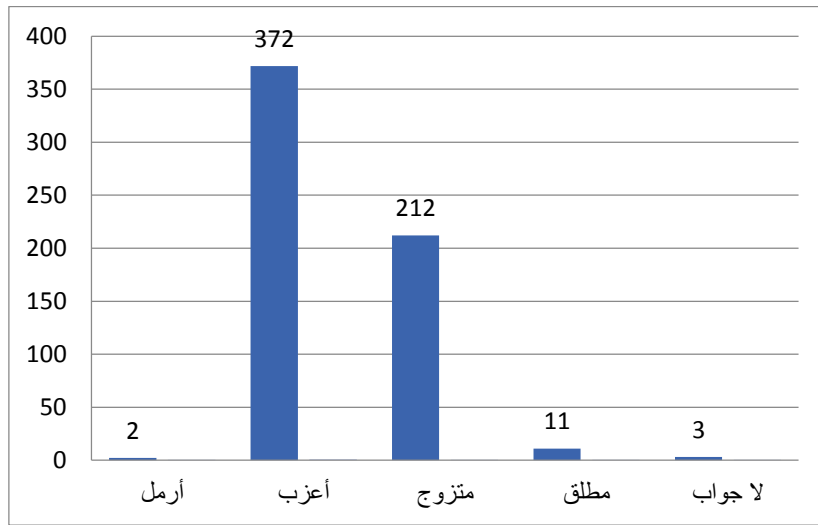
سنتطرق فيما يلي إلى واقع ممارسة النّشاط الرّياضي لدى فئة الشّباب، وتبيان مدى تأثير ممارسة الرياضة على صحة الأفراد الجسدية والنّفسيّة وعلى علاقاتهم الاجتماعيّة ومدى تعزيزها للتّنمية البشريّة. وذلك من خلال عرض أبرز نتائج العمل الميداني، وتحليل البيانات التي حصلنا عليها من أفراد العيّنة سعياً للتحقق من صحة فرضيّات البحث.

الرّسم البياني (1): الفئات العمريّة للمبحوثين



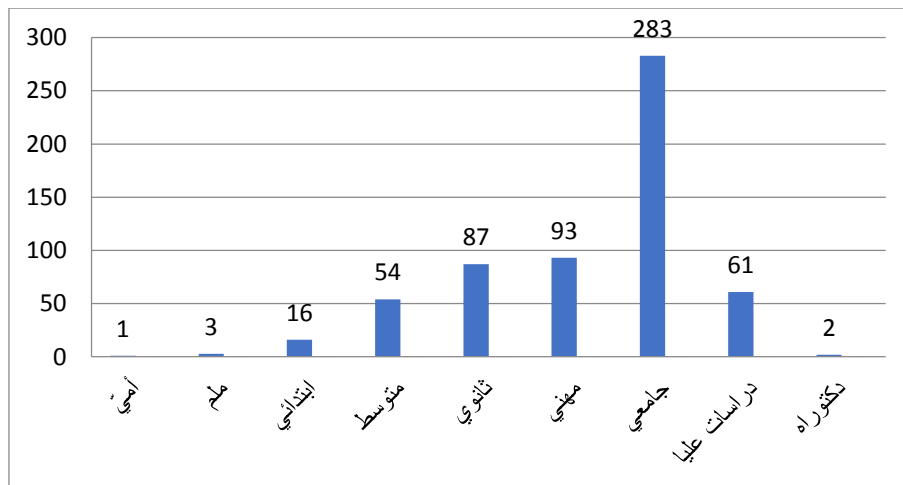
يتضح من خلال الرّسم البياني (1) أن النّسبة الأعلى 84% هي لشباب ينتمون إلى الفئة العمريّة بين الـ 18 و 39 سنة، وتتراوح أعمار 11% من المبحوثين بين 40 و 64 سنة، في حين ينتمي 5% فقط منهم إلى فئة ما دون الـ 18 سنة. ويرجع هذا إلى أنّنا تعمّدنا استجواب فئة الشّباب، خاصّة أن الاستثمار وُجّهت بشكلٍ كبير إلى الطّلاب والموظّفين في الجامعات.

الرسم البياني (2): الوضع العائلي للمبحوثين



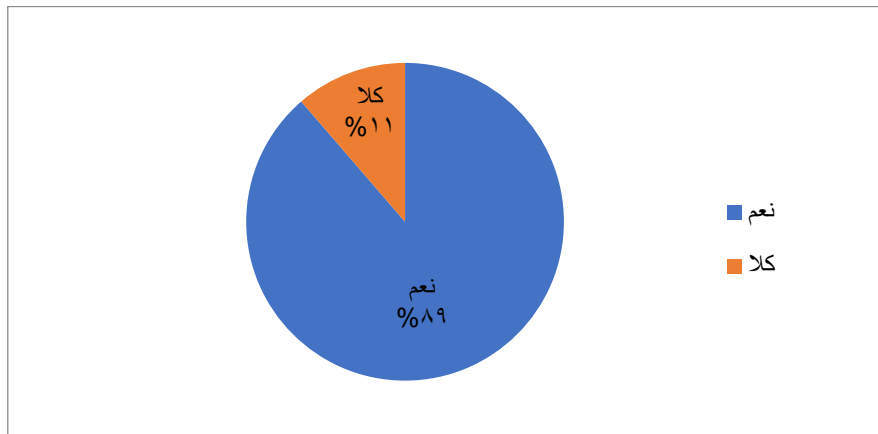
يتضح من الرسم البياني (2) الوضع العائلي للمبحوثين، وبينهم 62% عازبون، و35.3% متزوجون، و1.8% مطلّون و0.3% أرامل.

الرسم البياني (3): المستوى العلمي للمبحوثين



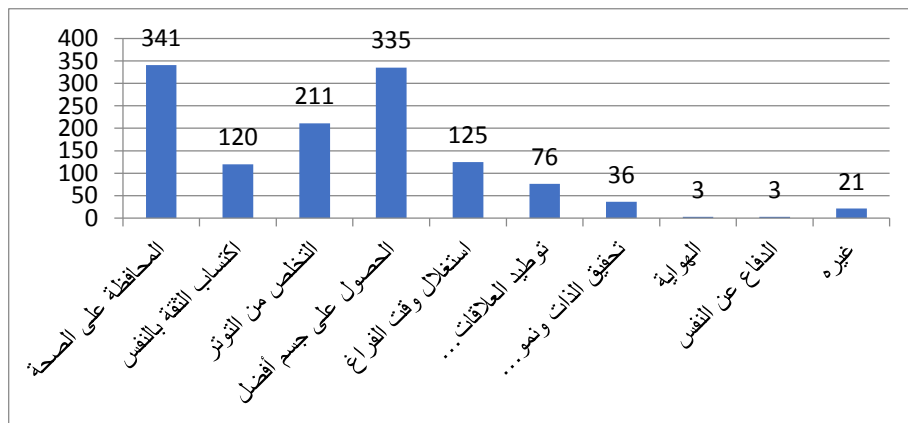
تبيّن معطيات الرسم البياني (3) أنّ 47.2% من المبحوثين طلاب في المرحلة الجامعية، في حين يتابع 15.5% منهم الدراسة المهنية، و14.5% الدراسة الثانوية، و10.5% هم من حملة شهادات الدّراسات العليا والدكتوراه. ونلاحظ أن ممارسي الرّياضة هم من كافة المستويات العلمية، ولكن النّسبة الأكبر بينهم من الطّلاب الجامعيين وحملة شهادات الدّراسات العليا والدكتوراه.

الرسم البياني (4): ممارسة الرياضة



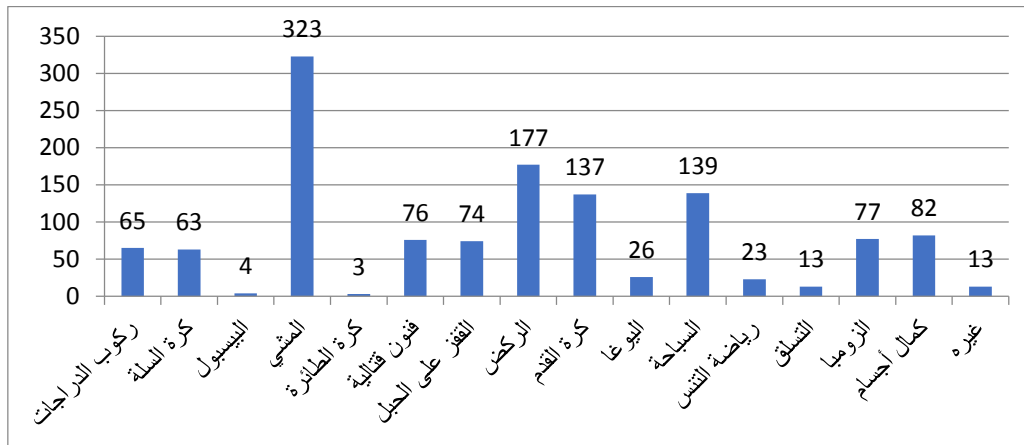
يُظهر الرسم البياني (4) أنَّ 89% من المبحوثين يمارسون الرياضة، في حين أنَّ 11% لا يمارسونها، ولكنهم كانوا يمارسونها في وقت سابق لإجراء هذه الدراسة.

الرسم البياني (5): الأسباب التي تدفع الشباب إلى ممارسة الرياضة



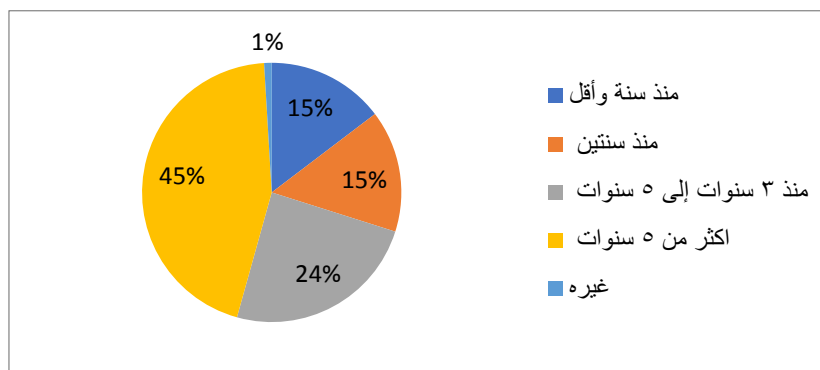
تدلّ معطيات الرسم البياني (5) على أنَّ النسب الأعلى للأسباب التي تدفع الشباب إلى ممارسة الرياضة هي: 26.8% بهدف المحافظة على الصحة، يليها 26.4% للحصول على جسم أفضل، من ثم 16.6% بهدف التخلص من التوتر، و9.8% لاستغلال وقت الفراغ بشكل جيد، و9.4% لاكتساب الثقة بالنفس، و6% لتوطيد العلاقات الاجتماعية، بالإضافة إلى عدد من الأسباب الأخرى كتحقيق الذات ونمو الشخصية وممارسة الهواية المفضلة والدفاع عن النفس وغيره. ومما لا شك فيه أنَّ ممارسة الرياضة تحافظ على الصحة، وهذا الدافع الأكبر لممارستها وفقاً للرسم البياني أعلاه، كما تزيد الشعور بالتحسن والحصول على مزيد من الطاقة وربما حتى العيش أطول.

الرسم البياني (6): أنواع الرياضات التي يمارسها الشباب



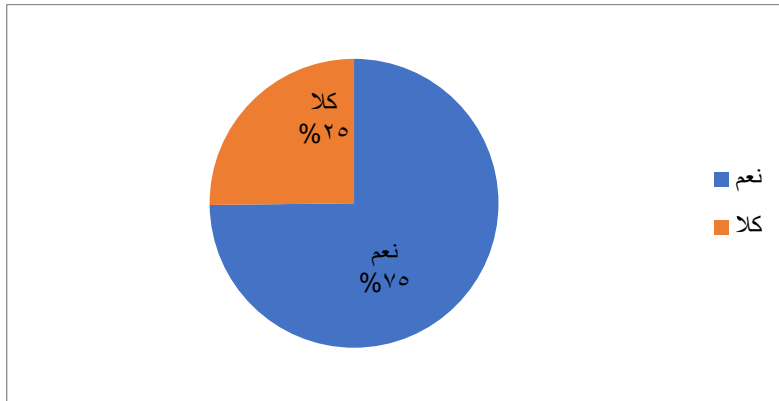
يتضح من الرسم البياني (6) أن النسبة الأعلى من الشباب، والتي بلغت 24.9%، يمارسون رياضة المشي لما لها من مميزات، أولها أنها لا تحتاج إلى تجهيزات كبيرة أو إلى تكلفة مادية عالية، يليها 13.7% يمارسون رياضة الركن، و10.7% يمارسون السباحة، وهي واحدة من أهم الرياضات التي يميل إليها الكثير من الأشخاص من أجل الترويح عن النفس في الأيام الطويلة، ويكثر الإقبال عليها في فصل الصيف؛ لأنها تمنح الجسم حيوية ونشاطاً، و10.6% يمارسون رياضة كرة القدم، وهي من الألعاب التي لها دور كبير في زيادة قوة وكثافة عظام جسم اللاعب من الناحية الجسدية، كما أنها تزيد قدرة الشخص على الانضباط الذاتي وتحسن مهارات التركيز والمثابرة والإصرار كما تزيد ثقة المرء بنفسه واحترامه لذاته من الناحية النفسية، تليها الرياضات الأخرى بنسب أقل، كرياضة كمال الأجسام التي بلغت نسبة ممارستها 6.3%، والزومبا بنسبة 5.9%، والفنون القتالية بنسبة 5.9%، وركوب الدراجات بنسبة 5%، بالإضافة إلى عدد من الرياضات الأخرى.

الرسم البياني (7): تاريخ البدء بممارسة الرياضة



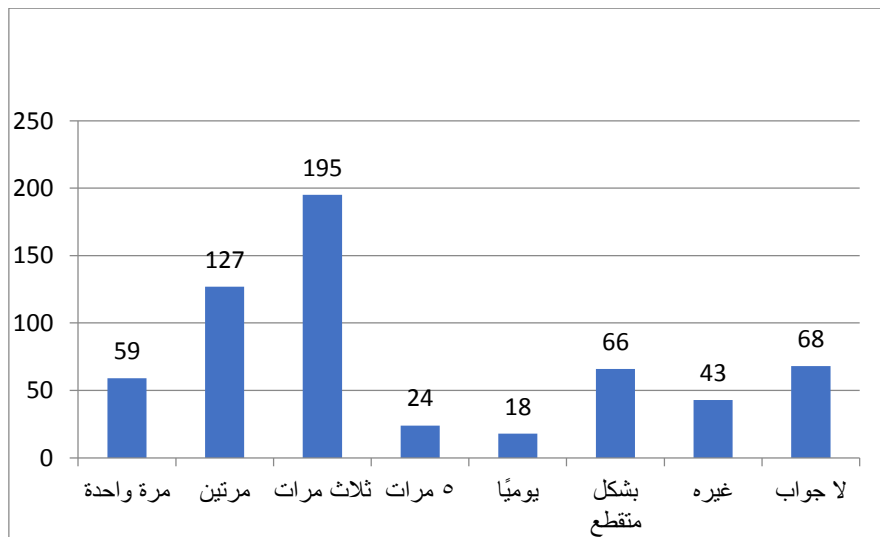
من خلال قراءتنا للرسم البياني (7)، نجد أن 45% من المبحوثين يمارسون الرياضة منذ أكثر من 5 سنوات، و24% منذ 3 إلى 5 سنوات، و15% يمارسونها منذ سنتين، في حين أن 15% يمارسونها منذ سنة وأقل. ويظهر ذلك مدى اهتمام المبحوثين بممارسة الرياضة ووعيم لأهميتها في ما يتعلق بصحتهم الجسدية والنفسية.

الرسم البياني (8): ممارسة الرياضة بشكل مستمر ومنتظم



يُظهر الرسم البياني (8) أنّ 75% من المبحوثين يمارسون الرياضة بشكل مستمر، مقابل 25% يمارسونها بشكل متقطع. من هنا، نلاحظ وجود وعي لدى المبحوثين تجاه ممارسة الرياضة بشكل منتظم لأنه لا يمكن تحقيق الهدف الرئيسي من التمارين الرياضية من دون الالتزام بأدائها بشكل مستمر ومنتظم ليلعب عدد مرات ممارسة التمارين أسبوعيًا 3 مرات كحد أدنى و6 مرات كحد أقصى، ما يمنح الجسم حقه في الهدف الذي يرغب في الحصول عليه. والجدير بالذكر أنّه لا يُنظر إلى أداء هذه التمارين من حيث طول مدة ممارستها بل من حيث عدد مرات أدائها، فممارسة تمرين مُعيّن لمدة نصف ساعة كحدّ أقصى تُعدّ كافية لتحقيق الهدف المطلوب منه، ويساعد أداء التمارين الرياضية بصفة منتظمة ودورية على تحسين صحة الجسم بشكل عام.

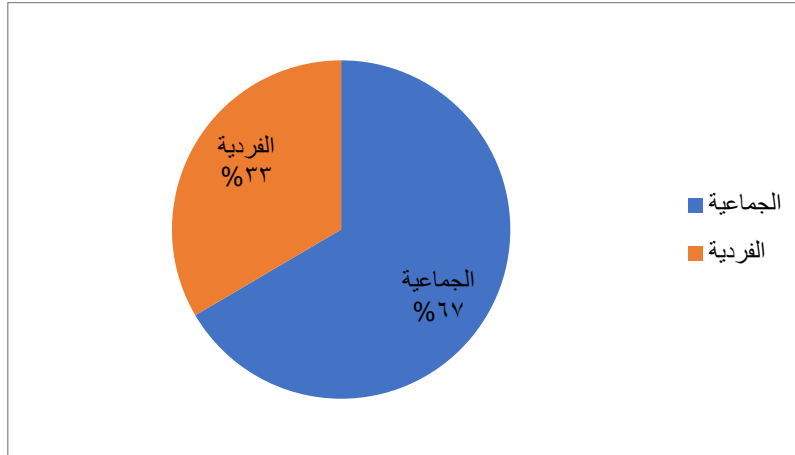
الرسم البياني (9): تكرار ممارسة الرياضة أسبوعيًا



تبيّن معطيات الرسم البياني (9) أن النسبة الأكبر من المبحوثين 32.5% يمارسون الرياضة 3 مرات أسبوعيًا، يليها 21.2% يمارسونها مرتين أسبوعيًا، و9.8% يمارسونها مرة واحدة في الأسبوع على الأقل، و فقط 3% يمارسون الرياضة بشكل يومي، وهم يُشكّلون النسبة الأدنى. وهذا مؤشر جيد على أهميّة الانتظام في ممارسة الرياضة، وإدراك فوائدها

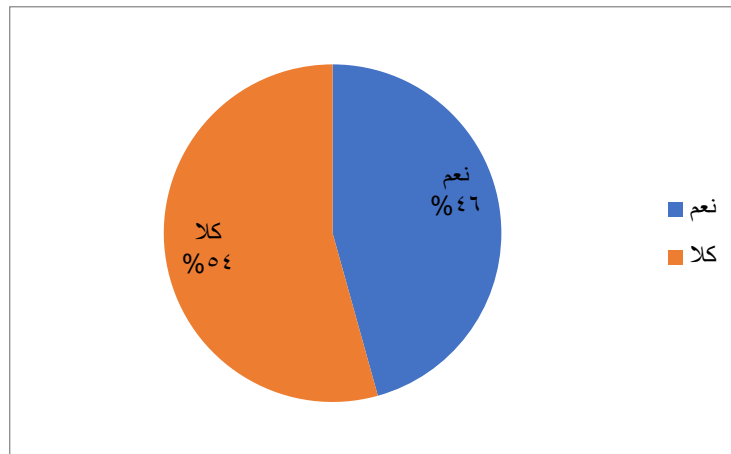
ومن بينها الوقاية من أمراض القلب والسكتة الدماغية، وزيادة كفاءة تدفق الدم والدورة الدموية وتنظيم مستوى الكوليسترول في الدم بشكل صحي، بالإضافة إلى الوقاية من آثار مرض السكري وارتفاع ضغط الدم أو التقليل منها.

الرسم البياني (10): فئة الرياضة المفضلة



وفقاً لمعطيات الرسم البياني (10)، يُفضّل 67% من المبحوثين، وهم النسبة الأكبر، الرياضات الجماعية ككرة القدم وكرة السلة ورياضة الهوكي وغيرها، و33% منهم فقط يُفضّلون الرياضات الفردية. ومقارنة بالرسم البياني (6)، نلاحظ أنّ الأفراد الذين يمارسون الرياضات الجماعية في العينة المدروسة يُمثّلون نسبة متدنية، ولكن نسبة الذين يُفضّلونها مرتفعة، وقد يعود ذلك إلى النقص في البنية التحتية والمرافق اللازمة لممارسة الرياضات الجماعية كالأندية والملاعب والأنشطة الرياضية المشتركة. وهذا ما يُؤكّد وعي المبحوثين لأهمية الألعاب الرياضية الجماعية وفوائدها المتعددة كتنمية روح الجماعة والتماسك الاجتماعي والعمل بروح الفريق لتحقيق الأهداف المشتركة والتخلص من الملل لإنجاز المزيد من الأهداف وتحقيقها، واكتساب الخبرات والمهارات من الآخرين، وتعزيز التعاون والتفاعل والاندماج الاجتماعي.

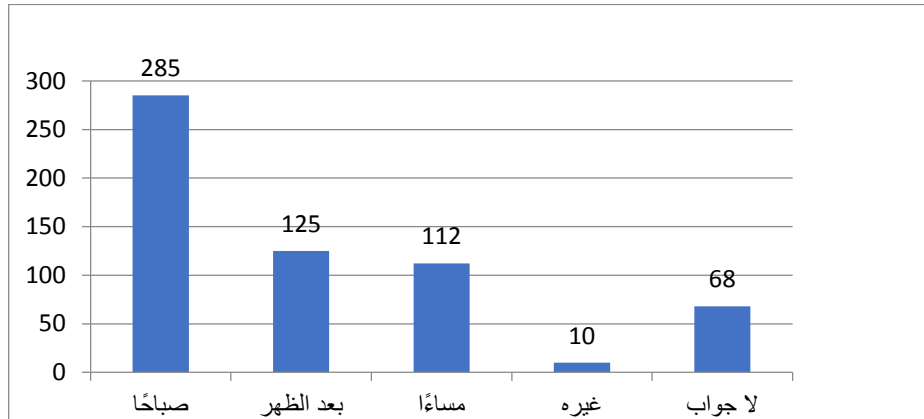
الرسم البياني (11): الانتساب إلى نادٍ رياضي



تُظهر معطيات الرّسم البياني (11) أنّ 46% من المبحوثين ينتسبون إلى نادٍ رياضي، مقابل 54% لا ينتسبون إلى أيّ نادٍ. وقد يعود الإحجام عن الانتماء إلى نادٍ رياضي بسبب عدم القدرة على الالتزام لأسباب عديدة كضيق الوقت أو الكلفة المادية، على الرّغم من أن ممارسة الرياضة في النادي تُتيح للأفراد فرصة التعرّف إلى أشخاص جدد وبناء علاقات اجتماعية وصداقات جديدة.

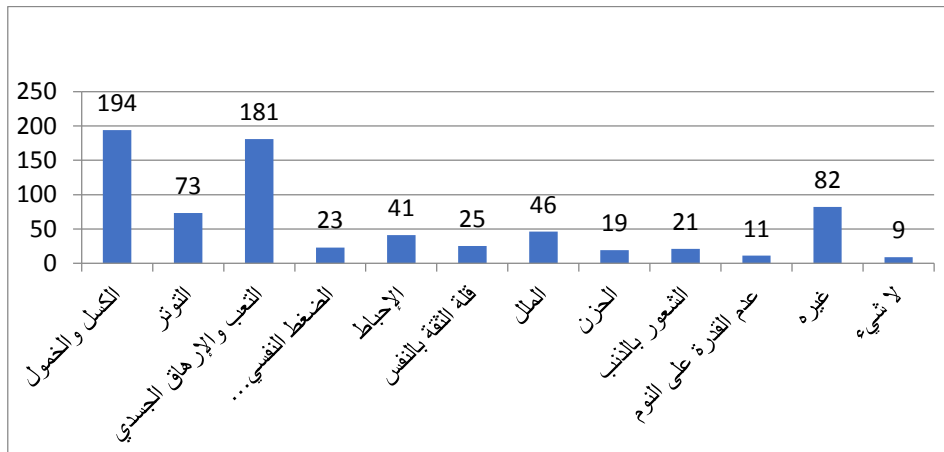
ونشير إلى أنّه في بعض الحالات الصحيّة الخاصة، يُفضّل أن يكون هناك مُدرب خاص للمساعدة على وضع برنامج رياضي مناسب بحسب احتياجات الفرد، إذ يُمكن للمُدرّب المُشرف أن يساعد على التقدّم التدريجي في أداء التمارين الرياضيّة، واكتساب الفوائد المرجوة من الرياضة. كما أن ممارسة الرياضة في النادي تسمح للفرد بتجربة عدد من الرياضات واكتشاف الأنواع المُفضّلة لديه والاستمتاع بها. بالإضافة إلى ذلك، تُعد ممارسة التمارين الرياضيّة بانتظام من أنجح الطرق للتخلّص من الوزن الزائد وأكثرها أماناً، ويساهم الذهاب بشكل دوري إلى النادي الرياضي في الوصول إلى الهدف بثبات وقوة.

الرّسم البياني (12): الوقت المناسب لممارسة الرياضة



تشير معطيات الرّسم البياني (12) إلى أن 47.5% من المبحوثين يُفضّلون ممارسة الرياضة صباحاً، و20.8% منهم يُفضّلون ممارستها في فترة ما بعد الظهر، و18.7% مساءً، وقد تكون أعمار المبحوثين في هذه النّسب، أو ارتباطاتهم الدّراسية أو العملية، السّبب وراء ذلك. وقد أظهر عدد من الأبحاث أنّ الفترة الصّباحية هي الأنسب لممارسة الرياضة، خاصة عندما تكون المعدة فارغة، إذ تعمل الخصائص البيولوجية للجسم في الصباح على تسريع عملية التمثيل الغذائي، وتساعد على فقدان الوزن وتحسين المزاج.

الرسم البياني (13): شعور المبحوثين في حال عدم ممارسة الرياضة



تُظهر معطيات الرسم البياني (13) أنّ 26.8% من المبحوثين يشعرون بالكسل والخمول في حال عدم ممارسة الرياضة، و25% منهم يشعرون بالتعب والإرهاق، في حين يشعر 10.1% منهم بالتوتر. من هنا، يتّضح أنّ مشاعر المبحوثين بشكل عام سلبية في حال عدم ممارسة الرياضة كالشعور بالضغط النفسي، والطاقة السلبية، والإحباط واليأس، والملل، والحزن، والشّعور بالذنب وعدم القدرة على النوم. ونلاحظ هنا التوافق بين معطيات الرسمين البيانيين (5) و(13)، ما يدلّ على الوعي لأهمية ممارسة الرياضة. خاصة أن عدم خضوع الجسم لأيّ تدريبات من شأنه أن يؤدي إلى ضعف العضلات، وإلى أن تصبح العظام أقل مرونة. فضلاً عن ذلك، تتولد بعض المشاكل على مستوى الجسد ككلّ. ويُعدّ الإرهاق البدني والألم من أبرز الآثار الناجمة عن عدم ممارسة أيّ نشاطات رياضية. وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الثانية، ومفادها أن لممارسة الرياضة تأثير إيجابي على الصّحة الجسمانية والنفسية والدّهنية.

الجدول (1) يبيّن تأثير ممارسة الرياضة من وجهة نظر المبحوثين على الأفراد وعلاقاتهم الاجتماعية وتعزيز التنمية البشرية

الرقم	العبارة	أوافق %	لا أوافق %	محايد %	المجموع %
1	ممارسة الرياضة هي غالباً السبيل الأسرع لإزالة التوترات	92.7	2.7	4.7	100%
2	الرياضة تجعلنا أكثر اتصالاً بالآخرين وأكثر تفاعلاً معهم	82.7	6	11.2	100%
3	ممارسة الرياضة بشكل مستمر تُخلّصنا من الطاقة السلبية	92.6	2.6	4.8	100%
4	تعزّز الرياضة الجوانب الإيجابية في نفس من يمارسها كتقدير الذات والثقة بالنفس	89.6	2	8.4	100%
5	ممارسة الرياضة تزيد مهارة تنظيم الوقت	75.3	10.4	14.4	100%
6	يُفرز الإنسان أثناء ممارسته للرياضة هورمونات معيّنة تبعث على الراحة والسعادة	87.8	2	10.2	100%
7	الرياضة تجعلنا أكثر ثقة بأنفسنا واحتراماً لذاتنا	90	3.2	6.9	100%
8	تعدّ الرياضة أسلوباً لخلق العلاقات الاجتماعية البناءة مع الناس وتعزيز معاني المودة والألفة بينهم	76.4	6.9	16.8	100%

9	تُنَمِّي ممارسة الرياضة المهارات القيادية لدى الفرد	76	8.5	15.5	%100
10	تُسهم ممارسة الرياضة في استثمار أوقات الفراغ لدى الأفراد في تطوير شخصياتهم وإمكانياتهم الجسمية والفكرية	93	1.5	5.5	%100
11	يشعر الأفراد بعد ممارسة الرياضة بتحسّن المزاج ويتمكنون من الاستمتاع بنوم عميق وهادئ	91.2	2.3	6.5	%100
12	التربية البدنية تسهم في زيادة التحصيل الدراسي	65.7	13	21.2	%100
13	النشاط الحركي وثيق الصلة بالعمليات العقلية العليا	82.2	5.7	12.1	%100
14	التربية البدنية تسهم في المعرفة المتصلة بالصحة واللياقة	95.1	1	3.9	%100
15	التربية البدنية تُوجّه الفرد نحو أهداف نافعة ومفيدة	84.1	2.7	13.3	%100
16	التربية البدنية تُسهم في الاستهلاك المتعلق للخدمات والخدمات	52.4	12.1	35.5	%100
17	التربية البدنية تُسهم في تنمية عادات إيجابية كالتنافس الشريف وروح التعاون والتعاضد وحب العمل	79.9	5.7	14.4	%100
18	التربية البدنية تُسهم في نشر مفاهيم اللعب الشريف والزوج الرياضية	91.4	0.8	7.7	%100
19	تُعزّز الرياضة لدى الشباب المشاركة في الأعمال التطوعية ومشاريع خدمة المجتمع	60.5	21.5	18	%100
20	تساهم الرياضة في ترسيخ قيم الانتماء والمواطنة لدى الشباب	83.1	5.2	11.7	%100
21	تُعَدّ الرياضة عنصراً من العناصر المهمة لتحقيق التنمية البشرية	60.2	16	23.8	%100

تشيرُ معطيات الجدول (1) إلى تأثير ممارسة الرياضة من وجهة نظر المبحوثين على الأفراد وعلاقاتهم الاجتماعية وتعزيز التنمية البشرية، وقد تبين أنّ 92.7% وافقوا على أن ممارسة الرياضة تُشكّل غالباً السبيل الأسرع لإزالة التوترات، و82.7% وافقوا على أنّ الرياضة تجعلنا أكثر اتصالاً وتفاعلاً مع الآخرين، و92.6% وافقوا على أنّ ممارسة الرياضة بشكل مستمر تُخلّصنا من الطاقة السلبية، و89.6% وافقوا على أنّ الرياضة تُعزّز الجوانب الإيجابية في نفس من يمارسها كتقدير الذات والثقة بالنفس.

وعلى صعيد تأثير الرياضة على الوقت، لكون من يمارسها يصبح أكثر تنظيماً لوقته، أجاب 75.3% بالموافقة، و10.4% بعدم الموافقة في حين كان 14.4% محايدين. ووافق 87.8% على أنّ الإنسان أثناء ممارسته للرياضة يفرز هورمونات معينة تبعث على الراحة والسعادة. كما وافق 90% على أنّ الرياضة تجعلنا أكثر ثقة بأنفسنا واحتراماً لذاتنا. ووافق 76.4% أيضاً على أنّ الرياضة تُعَدّ أسلوباً لتكوين علاقات اجتماعية بناءة مع الناس وتعزيز معاني المودة والألفة بينهم مقابل 16.8% محايدين. وهذا ما يُؤكّد صحة الفرضية الثالثة بأن ممارسة النشاط الرياضي تؤدي إلى تفعيل وتوطيد العلاقات الاجتماعية لدى الشباب.

وفي السؤال عما إذا كانت ممارسة الرياضة تُنمّي المهارات القيادية لدى الفرد، جاءت الإجابات 76% بالموافقة مقابل 15.5% محايدين. والمهارات القيادية هي مجموعة من المهارات التي يستخدمها الفرد كالقدرة على إدارة الذات وكيفية تنظيم العمل مع الآخرين ومهارات اتخاذ القرارات والتّزاهة ومهارة بناء

العلاقات وحل المشكلات والتواصل الفعال مع الآخرين. وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الخامسة بأن ممارسة الرياضة تُنمي المهارات الشخصية وتغرس القيم الإيجابية في نفوس الأفراد. ووافق 93% على أن ممارسة الرياضة تسهم في استثمار أوقات الفراغ لدى الأفراد لتطوير شخصياتهم وإمكانياتهم الجسمية والفكرية، في حين وافق 91.2% على أن الأفراد يشعرون بعد ممارسة الرياضة بتحسّن المزاج ويستمتعون بنوم عميق وهادئ. وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الثانية أيضًا بأن ممارسة الرياضة لها تأثير إيجابي على الصحة الجسدية والنفسية والذهنية.

وفيما يتعلق بكون التربية البدنية تُسهم في زيادة التحصيل الدراسي، وافق 65.7% فقط على هذه الفرضية مقابل 13% كانوا غير موافقين، و21.2% كانوا محايدين. وهذا يدلّ على أن هناك علاقة إيجابية إلى حدّ ما بين ممارسة النشاط البدني والتحصيل الدراسي، خاصة أن ممارسة الأنشطة البدنية والحركية المنتظمة تُسهم بشكل إيجابي في تطوير القدرات العقلية والتحصيل الدراسي للشباب، بالإضافة إلى وقايتهم من الإصابة بالأمراض الناجمة عن قلة الحركة.

وقد وافق 82.2% من المبحوثين على أنّ النشاط الحركي وثيق الصلة بالعمليات العقلية العليا في حين أنّ إجابات 12.1% كانت محايدة. وكانت دراسات سابقة في هذا المجال أكّدت أنّ ممارسة الأنشطة البدنية المنتظمة تُؤدّي إلى تحسين الوظائف المعرفية والعمليات العقلية العليا مثل القدرة على التركيز والتحليل والاستيعاب والحفظ والتذكر والتركيز الذهني والتخطيط واتخاذ القرارات كما تُحسّن الذاكرة والتفكير الإبداعي. وقد وافق 95.1% على أنّ التربية البدنية تُسهم في المعرفة المتصلة بالصحة واللياقة. ووافق 84.1% على أنّ التربية البدنية تُوجّه الفرد نحو أهداف نافعة ومفيدة.

وعلى صعيد آخر، وفيما إذا كانت التربية البدنية تُسهم في الاستهلاك العقلاني للسلع والخدمات، وافق 52.4% فقط على هذه الفرضية في حين كان 12.1% غير موافقين و35.5% محايدين. ووافق 79.9% على أنّ التربية البدنية تُسهم في تنمية عادات إيجابية كالتنافس الشريف وروح التعاون والتعاوض وحب العمل. كما وافق 91.4% على أنّ التربية البدنية تُسهم في نشر مفاهيم اللعب الشريف والروح الرياضية، وهذا ما يُؤكّد صحة الفرضية الأولى بأن ممارسة الرياضة تُؤدّي إلى نشر الأخلاق الرياضية. وفي ما إذا كانت الرياضة تُعزّز لدى الشباب المشاركة في الأعمال التطوعية ومشاريع خدمة المجتمع وتزيد من مشاركتهم ووعيمهم لقضايا مجتمعاتهم، أبدى 60.5% موافقتهم، مقابل 21.5% كانوا غير موافقين و18% محايدين.

وفي ما يتعلق بكون الرياضة تساعد على ترسيخ قيم الانتماء والمواطنة لدى الشباب، وافق 83.1% من المبحوثين، وهذا ما يُؤكّد صحة الفرضية الأولى أيضًا بأن ممارسة الرياضة تُعزّز قيم الانتماء والمواطنة لدى الشباب، وأهمها: التسامح، والتطوع، والتكافل الاجتماعي، والانتماء، والتعاون، ونبذ العنف والتعصب، والحوار وغيرها، وهي من صفات المواطن الصالح تجاه بلده، وهذا ما يقتضي وضع مصلحة الوطن فوق كلّ اعتبار، وتقديمها على المصالح الشخصية الضيقة، فالرياضة تُرسّخ المواطنة الصالحة

وتُعزّز محبة الوطن في نفوس أفراد المجتمع، وتُشجّعهم على الالتزام بالقوانين والواجبات وتستحث مسؤوليتهم تجاه وطنهم.

وأخيرًا، وافق 60.2% فقط على أنّ الرياضة تُعدّ عنصرًا من العناصر المهمة لتحقيق التنمية البشرية والسلام، وذلك نظرًا لدورها في التشجيع على التسامح والاحترام ومساهمتها في تمكين المرأة والشباب والأفراد والمجتمعات، وفي بلوغ الأهداف المنشودة في مجالات الصحة والتعليم والاندماج الاجتماعي. وهذا ما يؤكّد صحّة الفرضية الرابعة بأنّ ممارسة الرياضة تُؤدّي إلى المساعدة على تحقيق عناصر التكيف والاندماج الاجتماعي وتحقيق التنمية الاجتماعية أيضًا.

الخلاصة والتوصيات:

تبين لنا من خلال هذه الورقة البحثية، بعد تحليل المؤشّرات والمتغيّرات المُستخدّمة في الدّراسة، أنّ هناك علاقة وثيقة وإيجابية بين ممارسة الشّباب للرياضة وتعزيز دورهم في المجتمع، وبالتالي دفع عجلة التنمية بأبعادها المتنوعة إلى الأمام. ولذلك تُعدّ رعاية الموارد البشرية من أهمّ المحاور التي تحوز على اهتمام دول العالم بأسره، إذ إنّ الموارد البشرية تُشكّل رأس المال الحقيقي في قضايا التطور والتّقدم وتحقيق التنمية الاجتماعية، وتُؤدّي سلامة الشّباب الرّوحية وقوّتهم البدنية وقدراتهم الفكرية وعلاقاتهم الاجتماعية بمن حولهم إلى مشاركة فاعلة في الخدمات والإنتاج سلبيًا وإيجابيًا. وبالتالي، يُشكّل الشباب أداة الدّولة في تحقيق أهدافها، وذلك من خلال النّظم التربوية الموجودة في المجتمع، ومنها الجامعات المسؤولة عن مواجهة التّحديات التي يعاني منها الشّباب والعمل على إيجاد حلول لها أو تقليص آثارها السّلبية عليهم (عبد الرازق، 2006).

أدركت مجتمعاتنا، منذ القِدَم، أهمية الرياضة، روحيةً كانت أو جسدية، في تقدّم الإنسان ورُقّيه، وسلوكه الطّريق السّوي. ويُدرِك المتابع لحركة هذه المجتمعات في عصرنا الحديث مدى الأهمية التي اكتسبتها الرياضة في العالم على جميع الصّعد، سواء على المستوى الرّسمي أو الشّعبي، وقد ظهر ذلك جليًا من خلال ما يُحقّقه الرّياضيّون من إنجازات في جميع النّشاطات. غير أنّ الرياضة ما زالت تواجه تحدّيات كثيرة تحول دون تحقيق إمكاناتها الفعلية. إذ كثيرًا ما شاهدنا أمثلة على التّعصب والعنصرية والكراهية والشّغب والعنف في فعاليات رياضية. وعلى المنظّمات الرياضية ومديريها وعلى اللّاعبين والمشجعين بذل كل جهودهم لمكافحة هذه العلّل وتسخير القوة الإيجابية التي تتسم بها الرياضة لمواجهتها والتّخلص منها. فالفساد يُؤثّر على الرياضة، كما هو الحال في مجالات أخرى. ويجب مواصلة مكافحة التّجاوزات في الممارسات الرياضية وتشجيع تبني الحوكمة الرّشيدة، والنّزاهة، والشفافية. كما يجب أيضًا السّعي إلى وضع أهداف التنمية المُستدامة في صُلب جميع المنظّمات الرياضية. وعلى الرّغم من هذه التّحديات، ستظلّ القوة الإيجابية الهائلة التي تتسم بها الرياضة، وسيظلّ الشّغف الهائل بها يُوحّدان الناس، بحيث يعملان على جعل العالم أكثر شمولية وأكثر سلمية للجميع، بما يحملانه من قيّم ومبادئ عالمية في طيّاتها.

تاريخيًا، لطالما لعبت الرياضة دورًا هامًا في المجتمعات كلها، وكانت بمثابة منبر قوي للاتصالات يمكن استخدامه للتشجيع على ثقافة السلام. وستظل الرياضة واحدة من أكثر الأدوات فعالية بالنسبة لتكلفتها، وأكثر هذه الأدوات تنوعًا من حيث الترويج لقيم السلام والتنمية. وانطلاقًا من هذه الرؤية، تساند أكبر منظمات العالم الرياضية، ومن بينها الاتحاد الأوروبي لرابطة كرة القدم (الفيفا) واللجنة الأولمبية الدولية والرابطة القومية لكرة السلة في أمريكا الشمالية، أو تُنظَّم، في أيّامنا هذه، برامج تسخير الرياضة لأغراض التنمية والسلام، ما يشير إلى تزايد الصلة بين رياضة النخبة والتنمية المستدامة.

شهد التاريخ علاقة وثيقة بين الرياضة والمواطنة، إذ أولت كافة الحضارات أهمية بالغة للتربية البدنية والرياضية على المسارح وفي حلبات المصارعة، بهدف تأكيد إحساس المواطنة والولاء والفوز والرغبة في نيل الاعتراف والتقدير. وفي عصرنا الحاضر، صارت الرياضة ظاهرة اجتماعية وثقافية واقتصادية وسياسية، تستقطب اهتمام شرائح المجتمع كلها. هناك عدد من الأسباب التي تدعو إلى ربط الرياضة بالمواطنة، أهمها كون الرياضة ضرورة وطنية لتنمية الإحساس بالانتماء وبالهُويّة. خاصة أنّ ممارسة التفاعلات الرياضية المحلية والدولية التي تحدثها الرياضة تُشكّل ثقافة رياضية ذات دور محوري في ترسيخ مفاهيم الانتماء والمواطنة الصالحة، وتتضمن تفصيلاتها ومستوياتها التي تؤكد تعزيز قيم الولاء والانتماء لدى ممارسي الرياضة التي صارت ساحة تتسم بالحراك الاجتماعي، تحقق المساواة التامة بين جميع الرياضيين في الحقوق والواجبات التي تحددها قواعد التنافس الشريف.

توصيات:

بناء على ما سبق، وانطلاقًا من النتائج التي حصلنا عليها عبر تحليل ومناقشة نتائج الاستمارة، نقدم التوصيات التالية:

✓ على أولياء الأمور دمج أولادهم منذ الصغر في الأنشطة الرياضية التي تعكس قيم المشاركة الاجتماعية والمبادرات الوطنية وتنمية العلاقات والمهارات الاجتماعية لديهم.

✓ يجب الاهتمام بالأنشطة الرياضية والبدنية على أنواعها، ومنحها بعدًا حقيقيًا في المنظومة التربوية من جهة، ومكانة خاصة في المجتمع من جهة أخرى، إذ نرى أن الأنشطة البدنية الرياضية هي الوسيلة الناجعة للتخلص من الضغوط الاجتماعية.

✓ على قطاع التربية البدنية والرياضية في الوزارات والجهات الرسمية المختصة، تفعيل الأنشطة الرياضية بشكل أكبر داخل المدارس والجامعات، وتدعيمها بالوسائل الضرورية الملائمة للأطفال والشباب. ويجب كذلك إلزام البلديات بتخصيص أراضٍ ومساحات لإقامة الملاعب والأندية، بحيث يتمكن الأطفال والشباب من ممارسة الأنشطة الرياضية المتنوعة.

✓ على الجامعات والإدارات المسؤولة عن الشباب توعيتهم بأهمية ممارسة الرياضة، والتخطيط أيضًا لنشاطات رياضية دورية وغرس قيم المشاركة الاجتماعية بهدف ترسيخ قيم الانتماء والمواطنة وتعزيز التنمية الاجتماعية. ويجب أيضًا التنسيق بين المؤسسات التعليمية والجمعيات والمنظمات والسلطات المحلية لتنظيم مهرجانات وبطولات رياضية.

✓ من الأهمية بمكان وجود استراتيجية للتطوير المستمر لمعلمي التربية البدنية والرياضية، والتركيز على الأبعاد التربوية للرياضة كوسيط للتربية على المواطنة، والعمل للهوض بالألعاب الشعبية في إطار إبراز الخصوصية الثقافية وتكريس الهوية المحلية أو الوطنية.

قائمة المراجع:

المراجع باللغة العربية:

1. اسماعيل علي سعد. (1989). *الشباب والتنمية في المجتمع السعودي*. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
2. إكرام عدني. (24 6، 2021). أي دور للشباب في التنمية؟ <https://pomed.org/%D8%A3%D9%8A>-.
المغرب.
3. الأزمنا. (21 10، 2020). تأثير الرياضة على الشباب والمراهقين.
https://www.alazmenah.com/?page=show_det.id=258017&category_id=12
4. أمين أنور الخولي. (2008). *أصول التربية البدنية والرياضة: المدخل، التاريخ، الفلسفة...* (الإصدار الطبعة الأولى). القاهرة: دار الفكر العربي.
5. بيت DZ. (3 11، 2016). ما فوائد الرياضة. <https://baytdz.com/%d9%85%d8%a7>-.
بيت DZ.
6. حامد عمار. (2000). *مواجهة العولمة في التعليم والثقافة*. القاهرة: مكتبة الدار العربية للكتاب.
7. دارنيل سايمون. (1 5، 2021). الرياضة كوسيلة لتعزيز التنمية الدولية.
<https://www.un.org/ar/chronicle/article/20150>
8. سالي ابراهيم عبد الجليل العوضي. (2018). *قياس وعي الطلاب الجامعيين تجاه المشاركة المجتمعية: دراسة حالة كلية الاقتصاد والإدارة جامعة القصيم...* (الإصدار الطبعة الأولى). تركيا: الأكاديمية الأمريكية العربية للعلوم والتكنولوجيا (أمارباك).
9. صبري الحبيشي. (20 2، 2018). الشباب والمتغيرات. <https://adengulfnews.net/articles/10553>
10. عبد العزيز بن سلمان الحوشان. (2011). *الرياضة والوقاية من الجريمة* (الإصدار الطبعة الأولى). بيروت: منشورات الحلبي الحقوقية.
11. مارجريت لميان جورج. (2004). *الجنود الاجتماعية للمشاركة المجتمعية* (الإصدار الطبعة الأولى). بيروت: المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع.
12. ماعت للسلام والتنمية وحقوق الإنسان. (8 2، 2021). *التنمية الاجتماعية*. www.maatpeace.org. مصر.
13. محي الدين صابر. (1987). *من قضايا التنمية في المجتمع العربي* (الإصدار الطبعة الأولى). لبنان: المكتبة العصرية للطباعة والنشر.

14. مكارم حلمي أبوهرجة، وآخرون. (2002). *مدخل التربية الرياضية* (الإصدار الطبعة الأولى). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
 15. نانسي البوريني. (13 11، 2020). ما هي أهداف الأندية الرياضية في علم الاجتماع الرياضي؟
-<https://e3arabi.com/sport/%d9%85%d8%a7>.
 16. وديع ياسين التكريتي. (2005). *الثقافة بين القانون والرياضة: مدخل فلسفي ثقافي عام في القانون الرياضي* (الإصدار الطبعة الأولى). الأردن: دار وائل للنشر والتوزيع.
 17. وليد أحمد عبد الرازق. (2006). أثر الممارسة الترويحية في الوعي بالتربية البدنية والرياضة كمهنة لدى الطلاب المرحلة النهائية بجامعة حلوان. تأليف *المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضة* (الإصدار العدد 6، صفحة 55). المنصورة: كلية التربية الرياضي، جامعة المنصورة.
 18. ويلفريد ليمكي. (4 9، 2021). دور الرياضة وتحقيق أهداف التنمية المستدامة.
<https://www.un.org/ar/chronicle/article/20132>.
- المراجع باللغة الأجنبية:**
19. kay, T. (2009). *"Developing through sport: evidencing sport impacts on young people"* (Vol. 12). United Kingdom: Online.
 20. Saavedra, M. (2009). "Dilemmas and opportunities in gender and Sport-in-Development. In A. Beacom, & R. Levermore, *Sport and International Development* (pp. 124-155). New York: Palgrave Macmillan.
 21. Smith, J. D. (2006). *The voluntary tradition an introductions to the voluntary sector*. New york: Rutledge publication.
 22. United Nations. (2021, 4 1). Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development. <https://sdgs.un.org/2030agenda>.

الملاحق

1- ملحق لائحة الرسوم البيانية والجداول

رقم الصفحة	عناوين الرسوم البيانية والجداول
13	الرسم البياني (1): الفئات العمرية للمبحوثين
13	الرسم البياني (2): الوضع العائلي للمبحوثين
14	الرسم البياني (3): المستوى العلمي للمبحوثين
14	الرسم البياني (4): ممارسة الرياضة
15	الرسم البياني (5): الأسباب التي تدفع الشباب إلى ممارسة الرياضة
15	الرسم البياني (6): أنواع الرياضات التي يمارسها الشباب
16	الرسم البياني (7): تاريخ البدء بممارسة الرياضة
16	الرسم البياني (8): ممارسة الرياضة بشكل مستمر ومنتظم
17	الرسم البياني (9): تكرار ممارسة الرياضة أسبوعياً
18	الرسم البياني (10): فئة الرياضة المفضلة
18	الرسم البياني (11): الانتماء إلى نادٍ رياضي
19	الرسم البياني (12): الوقت المناسب لممارسة الرياضة
20	الرسم البياني (13): شعور المبحوثين في حال عدم ممارسة الرياضة
21	الجدول (1) يُبين تأثير ممارسة الرياضة من وجهة نظر المبحوثين على الأفراد وعلاقاتهم الاجتماعية وتعزيز التنمية البشرية

2- ملحق الاستمارة

استمارة حول

"الشباب والنشاط الرياضي"

تهدف هذه الإستمارة إلى التعرف على واقع ممارسة النشاط الرياضي لدى فئة الشباب، وتبيان مدى تأثير ممارسة الرياضة على صحة الأفراد الجسدية والنفسية وعلى علاقاتهم الاجتماعية وتعزيز التنمية البشرية. "تبقى المعلومات الواردة في هذه الإستمارة سرّية، ولن تستخدم إلا بهدف البحث العلمي الذي أعدت من أجله"

رقم الإستمارة: _____

تاريخ تعبئة الإستمارة: _____

1- الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

2- العمر:

3- الوضع العائلي: أعزب ☐ متزوج ☐ مطلق ☐ أرمل ☐ غير ذلك، حدد:

4- المستوى التعليمي: أمّي ☐ ملم ☐ ابتدائي ☐ متوسط ☐

ثانوي ☐ مهني ☐ جامعي ☐ دراسات عليا ☐ دكتوراه ☐

5- هل تقوم بممارسة الرياضة: نعم ☐ كلا ☐ إذا كلا، إنتقل إلى السؤال رقم 15

- 6- إذا نعم، ما هي الأسباب؟ المحافظة على الصحة ☐ اكتساب الثقة بالنفس ☐
التخلص من التوتر ☐ الحصول على جسم أفضل ☐
استغلال أوقات الفراغ ☐ توطيد العلاقات الاجتماعية ☐
تحقيق الذات ونمو الشخصية ☐ هواية ☐
للدفاع عن النفس ☐ غير ذلك، حدد:.....
- 7- ما نوع الرياضة التي تمارسها؟
ركوب الدراجات ☐ كرة السلة ☐ البيسبول ☐
المشي ☐ كرة الطائرة ☐ فنون قتالية ☐
القفز على الحبل ☐ كرة اليد ☐ ركوب الخيل ☐
الركض ☐ كرة القدم ☐ اليوغا ☐
السباحة ☐ رياضة التنس ☐ التسلق ☐
الزومبا ☐ كرة هوي الحقل- الأرض ☐ غير ذلك، حدد:.....
- 8- منذ متى تمارس الرياضة؟ أقل من سنة ☐ منذ سنة ☐ منذ سنتين ☐ منذ 3 سنوات إلى 5 سنوات ☐
أكثر من 5 سنوات ☐ غيره ☐
- 9- هل تقوم بممارسة الرياضة بشكل مستمر ومنتظم؟ نعم ☐ كلا ☐
- 10- كم مرة تمارس الرياضة في الاسبوع؟ مرة واحدة ☐ مرتين ☐
ثلاث مرات ☐ خمس مرات ☐
بشكل متقطع ☐ غير ذلك، حدد:.....
- 11- أي من الرياضات تفضل؟ الجماعية ☐ الفردية ☐
- 12- هل تنسب إلى ناد رياضي معين؟ نعم ☐ كلا ☐
- 13- ما هو الوقت المناسب لممارسة الرياضة؟ صباحاً ☐ بعد الظهر ☐ مساءً ☐ غير ذلك، حدد:.....
- 14- ماذا تشعر إذا لم تمارس الرياضة؟
الكسل والخمول ☐
التوتر ☐
التعب والإرهاق الجسدي ☐
الضغط النفسي والطاقة السلبية ☐
الإحباط واليأس ☐
قلة الثقة بالنفس ☐
الملل ☐
الشعور بالذنب ☐
عدم القدرة على النوم ☐
الحزن ☐
لا شيء ☐

غيره ☐

على صعيد تأثير الممارسة الرياضية على الأفراد وعلاقاتهم الاجتماعية:

- 15- ممارسة الرياضة هي غالبًا السبيل الأسرع لإزالة التوترات؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 16- الرياضة تجعلنا أكثر اتصالًا بالآخرين وأكثر تفاعلًا معهم؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 17- ممارسة الرياضة بشكل مستمر تُخَلِّصنا من الطاقة السلبية؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 18- تعزّز الرياضة الجوانب الإيجابية في نفس من يمارسها كتقدير الذات والثقة بالنفس؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 19- ممارسة الرياضة تزيد مهارة تنظيم الوقت؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 20- يُفرض الإنسان أثناء ممارسته للرياضة هورمونات معينة تبعث على الراحة والسعادة؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 21- الرياضة تجعلنا أكثر ثقة بأنفسنا واحترامًا لذاتنا؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 22- تعدّ الرياضة أسلوبًا لخلق العلاقات الاجتماعية البناءة مع الناس وتعزيز معاني المودة والألفة بينهم؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 23- تُنمّي ممارسة الرياضة المهارات القيادية لدى الفرد؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 24- تُسهم ممارسة الرياضة في استثمار أوقات الفراغ لدى الأفراد في تطوير شخصياتهم وإمكانياتهم الجسمية والفكرية؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 25- يشعر الأفراد بعد ممارسة الرياضة بتحسّن المزاج ويتمكنون من الاستمتاع بنوم عميق وهادئ؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 26- التربية البدنية تسهم في زيادة التحصيل الدراسي؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 27- النشاط الحركي وثيق الصلة بالعمليات العقلية العليا؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 28- التربية البدنية تسهم في المعرفة المتصلة بالصحة واللياقة؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 29- التربية البدنية تُوجّه الفرد نحو أهداف نافعة ومفيدة؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 30- التربية البدنية تُسهم في الاستهلاك المتعقل للبضائع والخدمات؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 31- التربية البدنية تُسهم في تنمية عادات إيجابية كالتنافس الشريف وروح التعاون والتعاضد وحب العمل؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 32- التربية البدنية تُسهم في نشر مفاهيم اللعب الشريف والروح الرياضية؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 33- تُعزّز الرياضة لدى الشباب المشاركة في الأعمال التطوعية ومشاريع خدمة المجتمع؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 34- تساهم الرياضة في ترسيخ قيم الانتماء والمواطنة لدى الشباب؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐
- 35- تُعدّ الرياضة عنصرًا من العناصر المهمة لتحقيق التنمية البشرية؟ أوافق ☐ لا أوافق ☐ محايد ☐

شكرًا لتعاونكم...