

## الثقافة الرياضية وعلاقتها بمحددات ممارسة النشاط البدني الرياضي ببعض مراكز المرأة بطرابلس.

أ.ك.د. لطفية علي الكيب

تاريخ القبول 2023/11/5

تاريخ الاستلام 2023/9/10

## ملخص البحث:

هدف هذا البحث الكشف عن مستوى الثقافة الرياضية لدى المرأة المنتسبة الى المراكز الرياضية والتي تمثلت في مركزي سلطان 1+2 والتعرف على دور تحديد دور أبعاد محدثات الممارسة (الاجتماعي - النفسي - البيئي) في تشكيل وعي المرأة الليبية لممارسة الرياضة والأسباب التي تدفعها نحو ذلك، يليه هدف التعرف على علاقة الثقافة الرياضية بمحددات الممارسة الرياضية، متبعة منهج المسح الاجتماعي بالعينة، دراسة وصفية، وتكونت العينة من (56 منتسبة) من مركزي سلطان 1+2 بواسطة الاستبيان ، معتمدة على العينة العمدية، وتوصل البحث الى عدة نتائج منها: ظهور اختلافات متباينة بين استجابات أفراد العينة حول مستوى الثقافة الرياضية لديهم حيث ظهر ان المتوسط العام، اتجه الى درجة (قليلة)، كما تم التوصل الى وجود فروق في الاستجابات لأفراد العينة بمراكز الرياضة (سلطان 1+سلطان 2) بطرابلس لفقرات مجال محدثات الممارسة الرياضية بأبعاده (الاجتماعي - النفسي - البيئي) تراوحت بين المتوسطة والكبيرة في أبعادها المختلفة، كما بينت الدراسة أن من أكثر الأسباب التي تشجع المرأة الرياضية على الاستمرار هي نظرتها للرياضة كثقافة وأسلوب حياة، كذلك وجود علاقة طردية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) حيث كلما زادت الثقافة الرياضية زاد الاتجاه نحو ممارسة الرياضة، وتعود هذه العلاقة الطردية الى اهتمام المرأة بما يجري حولها من متغيرات وتطورات تكنولوجيا العصر.

## Research Summary

The aim of this research is to reveal the level of sports culture among women affiliated with sports centers, which are represented by the Sultan Centers 1 + 2, and to identify the role of determining the role of the dimensions of the determinants of practice (social – psychological – environmental) in shaping Libyan women's awareness of practicing sports and the reasons that push them towards that. Followed by the goal of identifying the relationship of sports culture with the determinants of sports practice, following the approach of a social survey with a sample, a descriptive study, and the sample consisted of (56 members) from the Sultan Centers 1+2 using a questionnaire, relying on a deliberate sample, and the research reached several results, including: the emergence Various differences between the responses of the sample members regarding their level of sports culture, as it appeared that the general average tended to a (small) degree. It was also found that there were differences in the responses of the sample members in the sports centers (Sultan 1 + Sultan 2) in Tripoli to the items in the field of determinants of sports practice with its dimensions (social– Psychological – Environmental) ranged between medium and large in its various dimensions. The study also showed that one of the most important reasons that encourage women athletes to continue is their view of sports as a culture and a way of life. There is also a statistically significant direct relationship at the significance level (0.01), where the greater the sports culture. The trend towards practicing sports has increased, and this direct relationship is due to women's interest in the changes and developments of modern technology happening around them.

## المقدمة :

إن ممارسة النشاط الرياضي يعد ضرورة من ضروريات الحياة، كما يعتبر ضرورة ملحة لجميع المراحل العمرية، حيث أن الإنسان يعيش عصر التغير النفسي السريع المتطور، وتعتبر الثقافة الرياضية جزءاً " مهماً" من هذا التطور الحاصل.

كما أن الثقافة الرياضية هي مظهر من مظاهر المجتمع وكما تعد الثقافة الرياضية جزءاً " من الثقافة العامة بوجه عام ويعتبر الاهتمام بالثقافة الرياضية من مؤشرات الدالة على ارتفاع المستوى الثقافي والتقدم في المجتمع. (الشافعي، 2008)

وللثقافة الرياضية أثر واضح على الجانب الصحي والاجتماعي والتربوي والثقافي للإنسان وكذلك توجيه وتوحيد عواطف المواطنين ومشاعرهم من خلال المحافل الدولية العالمية وزرع محبة الوطن". (شحادة، 2009).

كما أن للثقافة الرياضية دور مؤثر وفعال في نشر وترسيخ مبادئ الروح الرياضية بين اللاعبين وكذلك نشر الوعي وحجب السلوك الغير مرغوب به من جهة أخرى. (جرمون، 2015)

والثقافة الرياضية في المفهوم الحديث تعدت المفهوم البدني للبحث لتشمل المفاهيم النفسية والأخلاقية والجمالية والترفيهية والثقافية وهي وسيلة مهمة من وسائل تعميق صلة المواطن بوطنه وواقعه. (حمادي، 2007) (رمضان، 2006)

ويعد النشاط البدني الرياضي في صورته الحقيقية، وبألوانه المتعددة، ميداناً هاماً من ميادين التربية الحديثة وعنصرًا قوياً في إعداد المواطنة الصالحة، إذ يزوده بخبرات ومهارات متعددة تمكنه من التكيف مع مجتمعه وتجعله قادراً على أن يشكل فلسفة خاصة به، كما يعتبر ممارسة النشاط البدني الرياضي ضرورة من ضروريات الحياة لجميع المراحل العمرية، لأن الجسم ينمو ويحتاج إلى نشاط بدني يساعده على نمو العضلات والعظام والقلب والرئتين بشكل طبيعي. (Christian.G.,2019)

وأن "ممارسة النشاط الرياضي يساهم بدور فعال في توسيع قاعد التكيف الاجتماعي بين الممارسين للنشاط". (رمضان، 2006)

وتعد دراسة دوافع السلوك الإنساني نحو أي نشاط سواء أكان رياضياً أم ثقافياً أم فنياً أم اجتماعياً من أهم مواضيع علم النفس وأكثرها حيوية وإثارة وتختلف دوافع المشاركة في النشاطات الانسانية المختلفة باختلاف الافراد واهتماماتهم ورغبتهم، كما تعد معرفة دوافع الافراد نحو ممارسة نشاط معين أمراً في غاية الاهمية، إذ يؤدي بالإنسان الى الاستمرار في ذلك نشاط أو التوقف عنه. (جابر، 2009).

وترتبط الدوافع " بقوى داخلية تحرك الفرد الى بذل جهد لتحقيق هدف معين" (قاصدي، 2013) ومصطلح الدافعية يشير إلى العلاقة الدينامية بين الفرد وبيئته وتشمل العديد من العوامل والحالات التي تعمل على بدء السلوك وتوجيه واستمراره حتى يتحقق الهدف المنشود. ( مبارك، 2007) كما أن وظائف الدوافع تتمثل في تحرير الطاقة الانفعالية الكامنة لدى الفرد، ودفع الفرد للاستجابة للمواقف في صورة سلوك، وتوجيه السلوك نحو وجهة معينة. (الشافعي، 2008)

ويعد الترفيه مظهر من مظاهر النشاط الإنساني يتميز بالصحة والالتزان والصحة هنا بمعناها الواسع الذي يشمل الصحة الجسمانية والعقلية والعاطفية وليس فقط خلو الفرد من الضعف والمرض فالنشاط البدني الترفيهي يهدف إلى السعادة التي ينشدها كل فرد مهما اختلف الجنس واللون والعقيدة ( الخولي، عدنان، 1996) ، والترفيه له مكانة مميزة في جعل الحياة المتزنة بين العمل والراحة فتكتمل الحياة في معناها وتزداد في رونقها بالترفيه والترويح وتصبح أكثر إشراقا وأكثر بهجة. (محمود، 2009)

ومن خلال النشاط الترفيهي يعبر الفرد عن مشاعره وأحاسيسه وينمي ملكاته ويبتكر ويتفهم. وينتج وتتطلق طاقاته وتظهر مواهبه وتنمو معلوماته وتتأثر اتجاهاته ويتغير ويتطور سلوكه في اتجاه طيب وهذا في ذاته هدف التربية الترويحية والترفيهية. (الخول، الشافعي، 2008)

وقد عبر الانسان عن نفسه في شكل من الأشكال الترفيهية، فمهما اختلف الزمان والمكان فان طبيعة الإنسان البشرية واحتياجات البشر واحدة لا يميزها اللون أو الجنس أو العقيدة وهناك نزعة طبيعية للإنسان ليمارس أنشطة يعبر فيها عن نفسه وأفكاره، واتجاهاته وآرائه من خلال ما نسميه بالأنشطة الترفيهية والترويحية. (شحادة، 2009)

ويعتبر النشاط البدني الترفيهي أحد أهم النشاطات الترفيهية والترويحية لما له من نتائج ايجابية على حياة الفرد العلمية والعملية فهو يساعده في إعادة بعثه لطاقاته وتجديدها لمواكبة الأعمال الشاقة والابتعاد عن الروتين اليومي للدراسة (محمود، 2009).

وأصبحت مراكز الممارسة الرياضية والبدنية للمرأة في ليبيا تمثل قاعدة أساسية للممارسة وقبلت تتجه إليها المرأة من خلال تفاعل أنشطتها وفعاليتها المختلفة، مع الحياة الاجتماعية، بجانب عنايتها بصحة الفرد، وتنمية مهاراته وقدراته البدنية والحركية .

ولكن الوصول إلى هذه المرحلة يتطلب توفير مجموعة من المحددات تتمثل في مجموعة من العوامل الاجتماعية الممثلة بالدعم المساند من العائلة، الأصدقاء، والمدرسة وغيرها، باعتبار أن الدعم الاجتماعي هو عامل مهم لممارسة الأنشطة الرياضية للذكور والإناث معا. (مبارك ادم، 2007)

كما يعد المحدد النفسي والاجتماعي والبدني من المحددات المهمة لممارسة النشاط الرياضي ممثلة بإدراك الفرد لكفاءته البدنية ومفهوم الذات وان الاستمتاع بالنشاط الرياضي خيار حاسم لأساليب الأنشطة الرياضية مما ينتج عنها مستوى مرتفع من المشاركة في الأنشطة الرياضية المتعددة. (أحمد، 2012)

## 2-1 مشكلة البحث :

أصبح من الضروري على الانسان ممارسة "ومشاهدا" أن يفهم ويستوعب قدرا "ملائما" من الثقافة الرياضية، كما إن هناك ما يمكن أن تطبق عليه الثقافة الرياضية والخاصة والنوعية وهي تلك الثقافة المتصلة بممارسة البدني والرياضي، كما أن للثقافة الرياضية دور مؤثر وفعال في نشر ثقافة الممارسة وكذلك نشر الوعي وحجب السلوك الغير مرغوب به من جهة أخرى.

والثقافة الرياضية في المفهوم الحديث تعدت المفهوم البدني للبحث لتشمل المفاهيم النفسية والأخلاقية والجمالية والترويحية والثقافية وهي وسيلة مهمة من وسائل تعميق صلة المواطن بوطنه وواقعه. (جرمون، 2015)

وترتبط الثقافة بشكل عام بما يمتلكه الفرد من تقدير سليم مظاهر الحياة كافة الذي من شأنه التقدم بفكرة من أجل تمتعه بالأشياء والأفراد والأحداث التي تتكون منها بيئة المحلية والعالمية وأنشطة التربية الرياضية بمختلف صورها إنما هي في الحقيقة ثقافة ، فتقدير الأداء البدني الراقي من قبل الآخرين ثقافة، والتعبير الإبداعي في الرقص الشعبي المعاصر وربط ذلك بالرموز التاريخية والحضارية لمختلف دول العالم ثقافة ، ومفهوم وتقدير الجسم الإنساني من الناحية الجمالية والبيولوجية ثقافة والتربية الرياضية لها ثقافتها الخاصة بها (الشافعي، 2008)

ويتفق الكثير من العلماء أن ممارسة النشاط البدني من أجل الصحة عامل مهم جداً في الحياة اليومية وليس قاصراً على مرحلة عمرية محددة بل لجميع فئات المجتمع، فالمرأة اللببية في جميع مراحلها العمرية تحتاج إلى النشاط البدني لما له من أهمية في المحافظة على مستوى اللياقة البدنية العامة والوقاية من زيادة الوزن والأمراض الناتجة عن السمنة. ( Muniz,R 2014)

من هذا المنطلق ظهرت فكرة إجراء هذه الدراسة كمحاولة من الباحث للتعرف على دور الثقافة الرياضية بمفهومها وأبعادها المختلفة كمحدد لممارسة النشاط البدني والرياضي لدى المنتسبين بمراكز المرأة للرياضة والتي انتشرت بشكل واسع في ليبيا، حيث يعتبر ذلك ذو أهمية بالغة ، خاصة في ظل التغيرات الحضارية والاجتماعية والصحية، حيث تشير معظم الدراسات و الابحاث الى أن الانخراط بالأنشطة الرياضية المنظمة لا سيما في المؤسسات التربوية سواء كانت في المراكز الرياضية أو المدارس أو الجامعات يدفع باتجاه تنظيم السلوك وتهذيب النفسي و الالتزام بالأمور التي تمثل اساساً متيناً في اعداد شخصية الانسان .

### 1-3- مصطلحات البحث:

**الثقافة الرياضية:** هي ثقافة فكرية تخصصية في المجال الرياضي، وهي إحدى مكونات الثقافة العامة للمجتمع ( مولاي، الشريف، 2016).

**الممارسة :** الممارسة ليست مجرد التكرار للمادة التعليمية من غير هدف وإنما المقصود بها التكرار الموجه لغرض تحسين الأداء (الشافعي: 94)

**الممارسة الرياضية:** مزاوله نشاط بدني وفق ميول ورغبات الفرد وقدرته صفة منتظمة لاكتساب قدر من اللياقة البدنية والمحافظة على الصحة العامة. (الخولي، الشافعي، 2008)

**المشاركين:** مجموعة من الافراد والاعضاء المسجلين في مراكز اللياقة البدنية والذين يزاولون انواعاً مختلفة من الانشطة البدنية والرياضية لتنمية اللياقة البدنية.(جرمون، 2015)

**مراكز اللياقة البدنية:** هي المراكز التي يمارس فيها المشاركون تمارين اللياقة البدنية بأشكالها المختلفة كالسباحة، والبالية، والأيروبيكس، والالعاب الرياضية بشتى انواعها من اجل الحفاظ على الصحة والاجهزة العضوية وتقويتها . (جابر، 2009)

### 1-4 الدراسات السابقة :

#### 1- دراسة علي عبدالحسين المنصور (2017)

**عنوانها:** الثقافة الرياضية وعلاقتها بالميول العام لممارسة الانشطة البدنية المختلفة.

هدفت الدراسة الى اعداد وتقنين مقياسي الثقافة الرياضية والميول العامة لممارسة مختلف الانشطة الرياضية المختلفة ومعرفة الدور الذي تلعبه الثقافة الرياضية في توجيه الافراد نحو ميولهم في ممارسة الانشطة الرياضية المختلفة وقد اشتملت عينة البحث على (120 طالب) يمثلون طلاب المرحلة (الثالثة والرابعة) الدراسة الصباحية لكلية بلاد الرافدين الجامعة للعام الدراسي 2016/2017، حيث قام الباحث بإعداد وتقنين مقياسي الثقافة الرياضية والميول العام وتم توزيعها على عينة البحث من اجل جمع البيانات وتحليلها احصائيا ، وظهرت النتائج التي توصل اليها الباحث وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية لصالح قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة بالثقافة الرياضية وميولهم العام لممارسة الانشطة الرياضية المختلفة.

## 2- دراسة : حسن معاش واسامة مرزوقي(2006)

**عنوانها :** دور استاذ التربية البدنية والرياضية في نشر ثقافة الممارسة الرياضية للأنشطة البدنية الترفيهية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي.

يعد أستاذ التربية البدنية والرياضية عنصرا فعالا وهاما وجزئا لا يتجزأ من المنظومة التربوية التعليمية، كونه يساهم بأدوار كبيرة وكثيرة في إعداد وتربية التلاميذ تربية سليمة من الناحية البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية، وقد جاءت هذه الدراسة لتسليط الضوء على الدور الذي يساهم به استاذ التربية البدنية والرياضية في نشر ثقافة الممارسة الرياضية للأنشطة البدنية الترفيهية لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، في حين يجب على أستاذ التربية البدنية والرياضية أن يكون ملما بكل ما يتعلق بالأنشطة البدنية والرياضية التربوية من مهارات وحركات رياضية، وطرق وأساليب حديثة للتدريس كما أن تقدم التلاميذ ومقدار الخبرات التي يتعلمونها يتوقف على مدى مساهمة أستاذ التربية البدنية والرياضية في تحقيق ما ينطبع إليه المجتمع من تنشئة أفراد وفقاً لأغايات وأهداف تربوية، واجتماعية، وإنسانية، وعليه يجب على الأستاذ الحقيقي أن يكون مرشداً وموجهاً وفعالاً وأن يكون ملماً بالجوانب المعرفية المتعلقة بالطفولة ومشاكلها والمراهقة وخصائصها، وكذلك له دراية شاملة ببرامج الارشاد النفسي، من أجل معرفة استعدادات الفرد واهتماماته.

## 3- دراسة: ميساء نديم أحمد ومحمد إسماعيل مهدي (2012)

**عنوانها:** الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الخامسة بمعهد إعداد المعلمين - ديالى  
هدف البحث إلى إعداد مقياسي التوافق النفسي والاجتماعي ومقياس الثقافة الرياضية والتعرف على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي والثقافة الرياضية وإيجاد كذلك علاقة الثقافة الرياضية بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة البحث، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي لملاءمته مشكلة وأهداف البحث. واشتملت عينة البحث على (75) طالباً من طلاب المرحلة الخامسة بمعهد إعداد المعلمين صباحي / ديالى، اختيرت بالطريقة العشوائية ، وتوصل الباحثان إلى أهم الاستنتاجات التي تشير الى وجود علاقة ارتباط معنوية بين الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لصالح طلاب قسم التربية الرياضية بمعهد إعداد المعلمين - ديالى وعدم وجود فروق معنوية بين طلاب أقسام معهد إعداد المعلمين - ديالى في الثقافة الرياضية كما توصلوا الى وجود فروق معنوية بالتوافق الاجتماعي بين طلاب أقسام معهد إعداد المعلمين - ديالى.

## 4- دراسة عثمان محمود شحاذة (2009)

**عنوانها :** " أثر مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة جامعة ديالى "

هدفت الدراسة إلى بناء مقياس الثقافة الرياضية لمشاهدي القنوات الرياضية الفضائية والتعرف على أثر مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة جامعة ديالى، وكذلك معرفة الفرق بين الذكور والإناث المشاهدين للقنوات الرياضية في مستوى الثقافة الرياضية، وتوصل إلى أن مقياس ثقافة الرياضية لمشاهدي القنوات الفضائية الرياضية الذي تم بناؤه يلائم العينة المختارة والتي كانت لفئة طلبة كليات جامعة ديالى إذ حقق هذا المقياس الهدف الذي أعد من أجله وهو تعرف مستوى الثقافة الرياضية لمشاهدي القنوات الفضائية الرياضية وإنَّ للقنوات الفضائية الرياضية أثراً إيجابياً في تزويد المشاهد بالثقافة الرياضية كما أنَّ للقنوات الفضائية الرياضية تأثيراً على النواحي المعرفية والاجتماعية أكثر من النواحي التربوية والصحية.

5- دراسة نايف الجبور ومحمود الاطرش ورأفت الطيبي (2006)

**عنوانها : دوافع ممارسة النشاط البدني لدى المشاركين في مراكز اللياقة البدنية في محافظة اربد**

هدفت الدراسة التعرف الى دوافع ممارسة النشاط البدني لدى المشاركين في مراكز اللياقة البدنية في الاردن، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي وذلك لملائمته لأهداف الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من (50) مشاركا ومشاركة ممن يمارسون اللياقة في مراكز اللياقة البدنية ولقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية، ومن اهم النتائج التي توصل اليها الباحثون ان ترتيب الدوافع لممارسة النشاط البدني لدى المشاركين كانت على النحو التالي : دوافع اجتماعية، دوافع عقلية، دوافع نفسية، دوافع ميول رياضية، دوافع ترويحية، دوافع اللياقة البدنية، ومن أهم التوصيات التي يوصى بها الباحثان ضرورة الاهتمام بالعوامل التي تقيد في تنشيط الدافعية لممارسة النشاط البدني ولدى المشاركين في مراكز اللياقة البدنية منها: ايجاد مشرفين ومدرسين متخصصين، توفير الامكانيات والتسهيلات المادية للمراكز لتواكب دوافع المشاركين في هذه المراكز.

**5-1 أهداف البحث :-**

**يهدف البحث الحالي التعرف على :**

- 1- مستوى الثقافة الرياضية لدى عينة البحث.
- 2- محددات ممارسة النشاط الرياضي لدى المشاركين في مراكز اللياقة البدنية بطرابلس.
- 3- علاقة الثقافة الرياضية بمحددات ممارسة النشاط البدني لدى المشاركين في مراكز اللياقة البدنية بطرابلس.

**6-1 تساؤلات البحث :**

1. ما مستوى الثقافة الرياضية لدى عينة البحث.
2. ما هي محددات ممارسة النشاط الرياضي لدى المشاركين في مراكز اللياقة البدنية بطرابلس.
3. ما علاقة الثقافة الرياضية بمحددات ممارسة النشاط البدني لدى المشاركين في مراكز اللياقة البدنية بطرابلس.

**7-1 مجالات البحث :**

1-5-1 المجال البشري : المنتسبين بمراكز المرأة للياقة البدنية ( صالة سلطان 1 وصالة سلطان 2 بطرابلس للعام 2023.

2-5-1 المجال الزمني : المدة من 2023 /6/5 - 2023 /6/21 .

1-5-3 المجال المكاني : الصالات الرياضية بمراكز المرأة (صالحة سلطان 1 وصالحة سلطان 2 ) للرياضة بطرابلس .

1-8 اجراءات البحث :

1-8-1 منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي وذلك لملائمته لأهداف البحث .

1-8-2 مجتمع البحث :

تم استهداف مركزي سلطان للياقة البدنية (2+1) بمدينة طرابلس والذان يضمن عدد كبير من المنتسبين يبلغ عددهم (200 منسب ) ولكونه من المراكز الأكثر تجهيزا ويضم كفاءات في مجال التدريب والاعداد البدني للمرأة.

جدول رقم (1) مجتمع الدراسة

| ت | اسم المركز   | العدد |
|---|--------------|-------|
| 1 | مركز سلطان 1 | 140   |
| 2 | مركز سلطان 2 | 60    |

1-8-3 عينة البحث:

تكونت عينة البحث من (56) مشاركة ممن يمارسون النشاط الرياضي في مركزي سلطان (2+1) للياقة البدنية بواقع (40 مشاركة) ينتمون الى مركز سلطان (1) ويمثلون نسبة (20 %) وعدد (16 مشاركة) ينتمون الى مركز سلطان (2) ويمثلون نسبة (8 %) ولقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية، والجدول التالي يبين توصيف عينة الدراسة والنسب المئوية.

جدول رقم ( 2 ) توزيع أفراد العينة حسب الجنس

| المركز       | العدد | العدد المستهدف | النسبة  |
|--------------|-------|----------------|---------|
| مركز سلطان 1 | 140   | 20 %           | 57.33 % |
| مركز سلطان 2 | 60    | 8 %            | 42.67 % |

1-9 الدراسة الاستطلاعية: قبل القيام بجمع البيانات الخاصة بالبحث الحالي قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية تسعى من خلالها تحديد الشكل النهائي لمتغيرات الدراسة والتأكد من صلاحية أدوات الدراسة ودقتها في جمع البيانات المطلوبة، كما كان يسعى الى التحقق من الأهداف التالية: التعرف على مدى تقبل المبحوثين لأدوات المستخدمة لجمع بيانات الدراسة.

أ- مدى وضوح درجة المحتوى ووضوح مسمياتها.

ب- التحقق من وضوح فقرات وتعليمات هذه الأدوات .

ت- التدريب على تطبيق الأدوات المستخدمة لجمع البيانات ، وضبط المدى الزمني اللازم لتطبيقها.

ث- التعرف على المعوقات التي قد تواجه الباحثة خلال عملية إجراء الدراسة الأساسية.

استخدمت الباحثة عينة استطلاعية قوامها (10) منتسبين من المجتمع الأصلي تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة وخارج إطار عينة الدراسة.

### 1-10 أدوات البحث :

استخدمت الباحثة مقياسي ( الثقافة الرياضية) الذي أعده ( عثمان محمود شحادة) ويتكون من (25) فقرة وبثلاث بدائل ( موافق جداً، موافق إلى حد ما، لا أوافق)، ومقياس (محددات الممارسة الرياضية) ويشمل المحدد الاجتماعي والنفسي والبيئي ويتكون من (18 عبارة) من اعداد (ثابت اشيتوي 2010) وبثلاث بدائل فيما يتعلق بدرجة المحدد (كبير جداً- كبير - متوسط) .

وقد قامت الباحثة بمراجعة أدبية لاعتماد هذان المقياسان كأداة لجمع البيانات والمعلومات كما تم مراجعة الابحاث والدراسات المتعلقة بموضوع الدوافع، بالإضافة الى مراجعة الادوات المستخدمة في الدراسات والابحاث السابقة مثل دراسة كل من (السوطري،

2010).

### استخراج معايير الصدق والثبات للاستبيان :

#### • صدق الأداة

للتأكد من صدق أداة البحث تم استخدام الصدق البنائي أو صدق التكوين الفرضي، ويعني قدرة الاختبار على قياس تكوين فرضي معين أو سمة معينة، ويحدد من خلاله مدى ارتباط نتائج المقياس بالحقائق ذات العلاقة بموضوعه. ويستدل على صدق التكوين بعدة طرق منها الصدق التمييزي (صدق المقارنة الطرفية)، ففكرة المقياس على التمييز بين المجموعة ذات الأداء العالي على المقياس وبين ذات الأداء المنخفض على المقياس يعد مؤشراً هاماً على الصدق، وقد تم التحقق من صدق أداة البحث بهذه الطريقة وذلك باستخراج الفروق بين متوسط المجموعة العليا (أعلى 27% من الدرجات)، ومتوسط المجموعة السفلى (أدنى 27% من الدرجات) باستخدام معادلات للفروق بين مجموعتين غير متساوية التباين (Equal variances not assumed Independent Samples Test) باعتبار أن هناك فرقاً كبيراً في الانحراف المعياري بين المجموعتين. وأظهرت النتائج كما هو مبين في الجدول رقم ( ) أن هناك فروقاً دالة إحصائية بين المجموعتين عند مستوى معنوية 0.00، مما يدل على قدرة الأداة على التمييز.

جدول (3): معاملات تمييز أبعاد بعد أداة البحث بأسلوب المجموعتين المتطرفتين باستخدام الاختبار التائي

| المجموعة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة (ت) | درجة الحرية | مستوى المعنوية |
|----------|-----------------|-------------------|----------|-------------|----------------|
| العليا   | 26.16           | 0.577             | -30.85   | 22          | 0.000          |
| الدنيا   | 36.33           | 0.984             |          |             |                |

#### ثبات المقياس:

يقصد بثبات المقياس أن نحصل على نفس النتائج إذا تم استخدام أداة القياس أكثر من مرة على نفس العينة وتحت ظروف مماثلة، وفي هذه الدراسة تم استخراج ثبات مقياس السعادة النفسية باستخدام طريقة ألفا كرونباخ (Cronbach's

(Alpha) وذلك بقياس تناسق عبارات المقياس، ويعد الثبات ضعيفا بطريقة ألفا كرو نباخ إذا قل عن (60%)، ومقبولا إذا تراوح ما بين (70%-80%)، وممتازا إذا زاد عن (80%). وبعد استخراج ثبات المقياس بطريقة ألفا كرو نباخ (Cronbach's Alpha) تبين أن قيمته بلغت 0.83 وهي قيمة عالية تشير إلى تمتع المقياس بالثبات. بدائل مقياس:

جدول (4) يبين سلم الاستجابات لفقرات

| غير موافق | أحيانا | موافق |
|-----------|--------|-------|
| 1         | 2      | 3     |

انحصرت إجابات أفراد العينة على عبارات الاستبانة وفقا لمقياس ليكرث الثلاثي في ثلاث بدائل هي: [(غير موافق)، (أحيانا)، (موافق)]، وتم تحديد أوزان الاستجابات للفقرات وفق الجدول التالي:

جدول (51) مستويات الاستجابة لأفراد عينة الدراسة وما يقابلها من درجات الموافقة

| المستوى      | النسبة المئوية       | درجة الموافقة |
|--------------|----------------------|---------------|
| من 1-1.66    | يقابلها أقل من 50%   | غير موافق     |
| من 1.67-2.33 | يقابلها من 50 - 69%  | أحيانا        |
| من 2.34-3    | يقابلها من 70 - 100% | موافق         |

وفقاً للجدول رقم (3) تم تحديد اجابات أفراد العينة وفقا لمقياس ليكرث الثلاثي بحيث أصبح طول الفترة المستخدمة هي (3/2) أي حوالي (0.66)، وقد حسب طول الفترة على أساس أن أوزان الاستجابات الثلاثة (1-2-3) قد حصرت فيما بينها مسافتان.

#### المعالجة الإحصائية:

- 1- التكرارات والنسب المئوية.
  - 2- الوسط المرجح والأهمية النسبية.
  - 3- معادلة (ت) للفروق بين عينتين مستقلتين لاستخراج الصدق البنائي بطريقة المجموعات الطرفية (الصدق التمييزي).
  - 4- معادلة ألفا كرونباخ لاستخراج الثبات.
- عرض النتائج ومناقشتها: -:

لتفسير نتائج الدراسة والحكم على مستوى الاستجابة، اعتمدت الباحثة على ترتيب المتوسطات الحسابية على مستوى المحاور للأداة ككل، ومستوى الفقرات في كل محور، وقد حددت الباحثة درجة الموافقة حسب المحك المعتمد للدراسة.

- الإجابة على التساؤل الأول: ما مستوى الثقافة الرياضية لدى المشاركات في مراكز ( سلطان 1 + سلطان 2 ) للرياضة قيد البحث بطرابلس.

جدول (6) الأوساط المرجحة والأوزان المئوية لعبارات مقياس الثقافة الرياضية

| الوزن   | الوس<br>ط<br>المرج<br>ح | موافق     |    | أحيانا    |        | غير موافق |    | رقم العبارة                                                             |
|---------|-------------------------|-----------|----|-----------|--------|-----------|----|-------------------------------------------------------------------------|
|         |                         | %         | ن  | %         | ن      | %         | ن  |                                                                         |
| 5%<br>7 | 1.7<br>1                | 2%<br>6.8 | 15 | 17%<br>.9 | 1<br>0 | 55%<br>.4 | 31 | تبيين أهمية الأنشطة الرياضية في إشباع حاجات الفرد وميوله                |
| 5%<br>1 | 1.5<br>4                | 1%<br>9.6 | 11 | 14%<br>.3 | 8      | 66%<br>.1 | 37 | تعمل على توطيد العلاقات بين أفراد المجتمع                               |
| 4%<br>6 | 1.3<br>9                | 1%<br>4.3 | 8  | 10%<br>.7 | 6      | 75%<br>.0 | 42 | تسهم الثقافة الرياضية في معرفة تاريخ الألعاب الرياضية                   |
| 4%<br>3 | 1.3                     | 8%<br>9   | 5  | 12%<br>.5 | 7      | 78%<br>.6 | 44 | تبين المعلومات الرياضية المعالم الرياضية في العالم والتعريف بها         |
| 3%<br>9 | 1.1<br>8                | 7%<br>1   | 4  | 3%<br>6   | 2      | 89%<br>.3 | 50 | تدعو إلى تجنب العنف والشغب في البطولات والمنافسات الرياضية              |
| 4%<br>4 | 1.3<br>2                | 0%<br>0   | 0  | 32%<br>.1 | 1<br>8 | 67%<br>.9 | 38 | تساعد في توجيه حياة الفرد نحو أهداف نافعة ومفيدة                        |
| 4%<br>4 | 1.3<br>2                | 7%<br>1   | 4  | 17%<br>.9 | 1<br>0 | 75%<br>.0 | 42 | تزيد الثقافة الرياضية من التشويق في عرض النواحي الفنية للألعاب الرياضية |
| 4%<br>5 | 1.3<br>6                | 7%<br>1   | 4  | 21%<br>.4 | 1<br>2 | 71%<br>.4 | 40 | تعمل على تطبيع العلاقات الثقافية والاجتماعية للفرد                      |
| 4%<br>5 | 1.3<br>6                | 7%<br>1   | 4  | 21%<br>.4 | 1<br>2 | 71%<br>.4 | 40 | تعمل على تنمية القيم الاجتماعية المقبولة                                |
| 4%<br>5 | 1.3<br>6                | 5%<br>4   | 3  | 25%<br>.0 | 1<br>4 | 69%<br>.6 | 39 | تتمي مفهوم الانتماء للجماعة والوطن                                      |

|    |     |   |     |   |    |     |   |                                                                             |
|----|-----|---|-----|---|----|-----|---|-----------------------------------------------------------------------------|
| 48 | 85% | 6 | 10% | 2 | 3% | 1.1 | 3 | تتمي مفهوم التعاون وقيمه الاجتماعية                                         |
| 44 | 78% | 1 | 17% | 2 | 3% | 1.2 | 4 | يجب الإحماء قبل أداء النشاط الرياضية للمحافظة على سلامة العضلات والمفاصل    |
| 36 | 64% | 1 | 32% | 2 | 3% | 1.3 | 6 | تسهم الثقافة الرياضية في التعرف على المهارات الرياضية المختلفة              |
| 52 | 92% | 4 | 7%  | 0 | 0% | 1.0 | 6 | تسهم المعلومات الرياضية في معرفة الشخصيات الرياضية البارزة في كل دول العالم |
| 50 | 89% | 6 | 10% | 0 | 0% | 1.1 | 7 | تساعد الثقافة الرياضية في معرفة المصطلحات والمفاهيم الرياضية                |
| 50 | 89% | 6 | 10% | 0 | 0% | 1.1 | 7 | اللياقة البدنية تكتسب عن طريق مزاوله الأنشطة الرياضية                       |
| 43 | 76% | 1 | 23% | 0 | 0% | 1.1 | 8 | ممارسة الرياضة علمتي احترام الآخرين                                         |
| 42 | 75% | 1 | 25% | 0 | 0% | 1.1 | 8 | تسهم في تجنب العادات الخاطئة أثناء ممارسة النشاط الرياضي                    |
| 46 | 82% | 1 | 17% | 0 | 0% | 1.1 | 8 | أتمتع باللعب عندما أعرف قوانين اللعبة التي أمارسها                          |
| 46 | 82% | 1 | 17% | 0 | 0% | 1.1 | 9 | النشاط الرياضي الترويحي ينمي العلاقات بين الفرد وزملائه ومجتمعه             |
| 49 | 87% | 7 | 12% | 0 | 0% | 1.1 | 9 | تعتبر ممارسة الأنشطة الرياضية جزء هام في تعمق العلاقة بين الرياضة والجمهور  |
| 44 | 78% | 1 | 21% | 0 | 0% | 1.2 | 0 | تشجع الأفراد على الانتماء إلى المؤسسات والأندية الرياضية والشبابية          |
| 44 | 78% | 1 | 21% | 0 | 0% | 1.2 | 0 | تسهم في إيقاظ الحس الجمالي في البشر ودوره الحضاري والأخلاقي                 |
| 48 | 85% | 8 | 14% | 0 | 0% | 1.2 | 1 | الثقافة الرياضية تدعم الصلة بين الرياضة والعلوم الأخرى                      |

|                                                              |    |     |   |     |   |      |     |    |
|--------------------------------------------------------------|----|-----|---|-----|---|------|-----|----|
| تؤدي دوراً مهماً في الكشف عن بعض الانحرافات في الوسط الرياضي | 42 | 75% | 1 | 25% | 0 | 0.0% | 1.2 | 4% |
|                                                              |    | .0  | 4 | .0  |   | 0    | 5   | 2  |

من نتائج الجدول (6) تبين أن عبارتين فقط كان اتجاه إجابات أفراد العينة عليها (أحياناً)، وهما العبارة رقم (13) والتي بلغ الوزن المئوي لها (57%)، والعبارة رقم (15) والتي بلغ الوزن المئوي لها (50%)، عليها أفراد العينة، فيما لم يوافق أفراد العينة على بقية العبارات والتي قلت الإوزان المئوية لها جميعاً عن (46%).

كما تبين من النتائج عدم وجود أي عبارة من عبارات مقياس الثقافة الرياضية تحصلت على موافقة من أفراد العينة. وتعزو الباحثة الى ظهور اختلافات متباينة بين استجابات أفراد العينة حول مستوى الثقافة الرياضية لديهم حيث ظهر ان المتوسط العام اتجه الى درجة (قليلة) يعود الى تباين مستوى الثقافة الرياضية للبعض عن البعض الآخر وهذا يعود إلى الميول المختلفة ووجود اهتمامات أخرى تختلف من شخص لشخص و تبقى الظروف البيئية و الشخصية لكل فرد هي العامل الذي يحدث الاختلاف بين مستويات الثقافة ، ويؤكد أنه لا يجب ان يقتصر دور المرة في المشاركة المحدودة والتي تحكمها كثير من الظروف الاسرية والاجتماعية فتكون قصيرة المدى وربما لا تؤدي اغراضها بصورة جيدة لذا وجب المرأة ان تحافظ على مكتسباتها وتساهم بشكل فعلي كل الانشطة وكذلك تساهم في تواصل هذا النشاط عبر الاجيال المتعاقبة من خلال التوعية ونشر الثقافة الرياضية والدعوة لاستمرارية العطاء وترقية الاداء. ويؤكد (لارسون) أن الثقافة الاجتماعية تقود النشاط البدني في بلاد عديدة حول العالم وخاصة تلك التي تتضمن الرياضة والأنشطة البدنية ويظهر ذلك بوضوح إذ يقود النشاط البدني إلى صحة الفرد ويسمح له بالاستعداد لنتائج مؤثرة وإيجابية لوقت الفراغ إذ يسهم النشاط البدني في قدرة الفرد على الأداء المؤثر الفعال لكل أنواع الحركات البدنية الإنسانية (Larson, Lenard. A 1986) ، كما أن المرأة أصبحت خلافاً عن السابق تتابع الرياضة التنقيفية بمختلف المواضيع وتعزز أفكارها بالنقاش الجاد والاختلاط الذي أوجبه الظروف في الملتقيات الاجتماعية واللقاءات الرسمية، في الندوات والمحاضرات وتحسين مستوى لياقتها عن طريق التدريبات الرياضية في قاعات الأيروبك. (رمضان، 2006)

4- الاجابة على التساؤل الثاني : ما محددات ممارسة النشاط الرياضي لدى المشاركات في مراكز ( سلطان 1 + سلطان 2 ) للرياضة قيد البحث بطرابلس؟

### جدول (7)

الأوساط المرجحة والأوزان المئوية لعبارات مقياس محددات الممارسة الرياضية (الاجتماعي- النفسي- البيئي)

| ت | المحدد           | العبارات                           | المتوسط | الانحراف | النسبة المئوية | درجة  |
|---|------------------|------------------------------------|---------|----------|----------------|-------|
| 1 | المحدد الاجتماعي | أفراد أسرتي ممارسون للنشاط الرياضي | 4.00    | 1.33     | 73.12 %        | كبيرة |
| 2 |                  | تدعم أسرتي ممارسة النشاط الرياضي   | 3.80    | 0.81     | 83.19 %        | كبيرة |

|        |         |      |      |                                                                              |               |   |
|--------|---------|------|------|------------------------------------------------------------------------------|---------------|---|
| متوسطة | 51.21 % | 1.08 | 2.90 | أصدقائي جميعهم من الممارسين للنشاط الرياضي                                   |               | 3 |
| متوسطة | 66.19 % | 1.37 | 2.90 | أحظى بدعم وتشجيع أصدقائي لممارسة النشاط الرياضي                              |               | 4 |
| متوسطة | 52.67 % | 1.34 | 2.60 | أشعر بالاستمتاع والارتياح بعد ممارسة النشاط الرياضي                          | المحدد النفسي | 1 |
| كبيرة  | 75.76 % | 1.13 | 3.80 | تحقيق حاجات شخصية على المستوى الصحي والحركي يدفعني الى ممارسة النشاط الرياضي |               | 2 |
| كبيرة  | 64.25 % | 1.56 | 3.70 | أشعر أنني من المتميزين عندما يتعلق الامر بقدرتي الرياضية                     |               | 3 |
| متوسطة | 49.24 % | 1.17 | 3.40 | ثقتي بنفسي عالية فيما يتعلق بقدرتي على مواجهة معوقات ممارسة النشاط الرياضي   |               | 4 |
| متوسطة | 46.48 % | 1.56 | 3.30 | سهولة الحصول على الاجهزة والادوات الخاصة بالممارسة الرياضية                  | المحدد البيئي | 1 |
| متوسطة | 63.14 % | 1.22 | 3.80 | توفر الفضاءات والمساحات الخضراء للممارسة الرياضية                            |               | 2 |
| متوسطة | 37.37 % | 1.28 | 2.90 | توفر القاعات والمراكز الرياضية الحديثة للممارسة الرياضية                     |               | 3 |
| متوسطة | 63.14 % | 1.31 | 2.80 | توفر الامان والسلامة في أماكن الممارسة الرياضية                              |               | 4 |
| متوسطة | 50.45 % | 1.89 | 2.47 | الدرجة الكلية                                                                |               |   |

يتضح من الجدول (7) والخاص بتحديد الأوساط المرجحة والأوزان المئوية لعبارات مقياس محددات الممارسة الرياضية (الاجتماعي - النفسي - البيئي) وتراوح الوزن النسبي لاستجابات أفراد العينة من (83.19%) الى (50.00%) في الحد الأدنى، كما درجة الموافقة في الدرجة الكلية الى (متوسطة) وفق المحك الفرضي المعتمد في البحث.

يتضح من الجدول (3) أن الفروق في الاستجابات لأفراد العينة بمراكز الرياضة (سلطان1+سلطان2) بطرابلس لفقرات مجال محددات الممارسة الرياضية بأبعاده (الاجتماعي - النفسي - البيئي) تراوحت بين المتوسطة والكبيرة في أبعادها المختلفة حيث يلاحظ ان عبارتي (أفراد أسرتي ممارسون للنشاط الرياضي ) و(تدعم أسرتي ممارسة النشاط الرياضي) قد

تحصلا درجة كبيرة من الاتفاق ويرجع ذلك الى دور الأسرة في تشكيل وعي المرأة نحو الممارسة الرياضية ، اضافة الى دور جماعة الأقران في تشكيل وعي المرأة السعودية لممارسة الرياضة، ويعتبر ذلك من أكثر الأسباب التي تشجع المرأة الرياضية على الاستمرار في نظرتها للرياضة كثقافة وأسلوب حياة.

كما أن البعد الاجتماعي مرتبط بتنشئة الأفراد وتثقيفهم رياضيا وتعليمهم السلوك المقبول اجتماعياً ورياضياً فضلاً عن تلقينهم المعارف والعقائد الرياضية التي تشكل بيئتهم الثقافية والحضارية نحو الرياضة.

ومن هنا يتفق الكثير من العلماء أن ممارسة النشاط البدني من أجل الصحة عامل مهم جداً في الحياة اليومية وليس قاصراً على مرحلة عمرية محددة بل لجميع فئات المجتمع فمرحلة أواسط العمر تحتاج إلى النشاط البدني لما له من أهمية في المحافظة على مستوى اللياقة البدنية العامة والوقاية من زيادة الوزن والأمراض الناتجة عن السمنة ويعد أحد أهم أهداف المجتمعات في شتى دول العالم.

5- الاجابة على التساؤل الثاني : ما علاقة الثقافة الرياضية بمحددات ممارسة النشاط البدني لدى المشاركات في مراكز (سلطان 1+سلطان 2) للرياضة قيد البحث بطرابلس؟

#### جدول رقم (7)

العلاقة بين الثقافة الرياضية ومحددات الممارسة الرياضية لدى المرأة بالمراكز قيد البحث

| SIG *   | قيمة R | محددات الممارسة الرياضية |         | الثقافة الرياضية |         |
|---------|--------|--------------------------|---------|------------------|---------|
|         |        | الانحراف                 | المتوسط | الانحراف         | المتوسط |
| * 0.000 | 0.870  | 4.126                    | 68.23   | 35.313           | 186.90  |

يشير نتائج الجدول (7) الى وجود علاقة طردية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) بين الثقافة الرياضية ومحددات الممارسة الرياضية لدى المنتسبين بمراكز المرأة للرياضة (سلطان 1 + سلطان 2)، حيث كانت قيمة معامل الارتباط (0.870) وهي أعلى من قيمة (ر) الجدولية (0.51) بمستوى دلالة (0.05) وهي ذات دلالة معنوية.

يلاحظ من الجدول الخاص بتحديد العلاقة بين الثقافة الرياضية ومحددات الممارسة الرياضية لدى المرأة بالمراكز قيد البحث الى وجود علاقة طردية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01) حيث كلما زادت الثقافة الرياضية زاد الاتجاه نحو ممارسة رياضة، وتعود هذه العلاقة الطردية الى اهتمام المرأة بما يجري حولها من متغيرات وتطورات تكنولوجيا العصر فهي مخلوق ذو فكر يفرق ويميز بين المنافع والمضار ، بين الإيجابيات و السلبيات.

وتعزو الباحثة سبب ذلك إلى أن المتابعة الرياضية لدى المرأة من خلال البرامج المتنوعة الذي تتناولها وسائل الاعلام المختلفة ساهمت في تعزيز الثقافة الرياضية لديهم وبالمقابل رسخت فكرة الممارسة الرياضية والانخراط في المراكز الخاصة بذلك ، وأصبحت ثقافة المرأة عالية في مفهوم الرياضة، كما أضحت من المفهومات الراسخة للمرأة، وذلك مما جعلها أكثر اطلاعاً على العادات الصحية التي تحسن أسلوب حياتها، فالمرأة تعي تماماً أهمية الرياضة في الارتقاء بصحتها والحفاظ على وزنها الطبيعي، كما أن الرياضة لا تنحصر على التخلص من الوزن الزائد أو الرشاقة، بل تعمل أيضاً على توازن

النفسي والاجتماعي، كما تعتقد الباحثة أن المرأة المثقفة والرياضية المدركة لأهمية دور الرياضة يجب ان تكون المبادرة منها فيكون ذلك عبر اقامة الندوات التثقيفية التي تناقش مشاكل ومعوقات مشاركة المرأة في النشاط الرياضي ويجاد الحلول اللازمة لها كذلك اقامة المحاضرات في المناطق التي تجد فيها اهمال للمرأة لجانب الرياضة ومن خلال ذلك يكون هناك تنوير كامل شامل لأهمية الرياضة في حياة الافراد والجماعات واهمية ممارستها سواء على الصعيد الشخصي والاستفادة منها للمشاركة الاوسع والتمثيل للوطن في المنافسات، ويؤكد (غسان محمد صادق، 1990) إن " الثقافة الرياضية تؤدي دورا بارزا في حياة الأمم والشعوب، لما يتميز بها الفرد من نشاط فسيولوجي يبعده عن الكثير من الأمراض كما أنها تعد مكملة لتربية الشاملة وما تعكسه آثارها على تلك المجتمعات، كما أن الفرد والمجتمع وآثارهم الاجتماعية لا تأتي من فراغ وإنما أتت من خلال ربط ماضيهم المتمثل بحضارتهم القديمة ومستقبلهم وأدراك معنى الرياضة ومردده على ممارستهم اليومية من فعاليات وأنشطة رياضية بدنية وترويحية والتي من خلالها يمكن معرفة الوعي الحقيقي الذي يركز عليها الفرد والمجتمع ومن ثم الوصول إلى ثقافة رياضية شاملة، وتتفق نتائج هذا البحث مع توصلت اليه دراسة ميساء نديم أحمد ومحمد إسماعيل مهدي (2012) والتي أشارت الى وجود علاقة ارتباط معنوية بين الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لصالح طلاب قسم التربية الرياضية بمعهد إعداد المعلمين، كذلك اتفقت معها دراسة نايف الجبور ومحمود الاطرش ورأفت الطيبي (2006) التي توصلت الى أن المشاركين في النشاط الرياضي لهم دوافع اجتماعية، دوافع عقلية، دوافع نفسية، دوافع ميول رياضية، دوافع ترويحية، دوافع اللياقة البدنية.

#### الاستنتاجات والتوصيات:

##### الاستنتاجات:

من خلال نتائج البحث توصلت الباحثة إلى ما يأتي:

1. ظهور اختلافات متباينة بين استجابات أفراد العينة حول مستوى الثقافة الرياضية لديهم حيث ظهر ان المتوسط العام، اتجه الى درجة (قليلة)،
2. وجود فروق في الاستجابات لأفراد العينة بمراكز الرياضة (سلطان1+سلطان2) بطرابلس لفقرات مجال محددات الممارسة الرياضية بأبعاده (الاجتماعي- النفسي- البيئي) تراوحت بين المتوسطة والكبيرة في أبعادها المختلفة
3. وجود علاقة طردية دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01) حيث كلما زادت الثقافة الرياضية زاد الاتجاه نحو ممارسة رياضة،

##### التوصيات:

توصي الباحثة بما يأتي:

- 1- ضرورة الاهتمام بنشر الثقافة الرياضية بين منتسبي المراكز الرياضية من الجنسين كونها تقود الى نشر ثقافة الممارسة الرياضية واكتساب الصحة ويمتد تأثيرها ليشمل النواحي النفسية والسلوكية والفكرية واكتساب المهارات المفيدة للحياة العملية.
- 2- التشجيع على ممارسة النشاط الرياضي والبدني بين المرأة الليبية ومحاولة التغلب على العوامل المؤثرة على الممارسة باعتباره عاملا في تقوية العلاقات الاجتماعية والاستقرار النفسي وتقدير الذات .

- 3- الاهتمام بتوفير الامكانيات اللازمة للممارسة الرياضية لمالكي الصالات الخاصة دعماً للمحدد البيئي لجعل النشاط جذاباً .
- 4 - ضرورة الاهتمام بمراكز النشاط الرياضي والبدني من خلال المالكين ووضع برنامج علمي مقنن للاستفادة أقصى ما يمكن من الممارسة الرياضية.
- 5 إجراء دراسات عن نشر الثقافة الرياضية بين فئات عمرية أخرى من مختلف شرائح المجتمع.

### المراجع :

1. أمين الخولي ، محمود عدنان (1996) الثقافة الرياضية، القاهرة دار الفكر العربي.
2. أمين الخولي، جمال الشافعي(2008) الرياضة والنشاط البدني ، الهيئة العامة للكتاب، القاهرة.
3. حميدة قاصدي(2013) اتجاهات المرأة نحو ممارسة النشاط البدني خارج المنافسة في ولاية الجزائر، أطروحة دكتوراه في نظرية و منهجية التربية البدنية والرياضية، معهد التربية البدنية بسيدي عبد الله، جامعة الجزائر .
4. رمزي رسمي جابر(2009) اتجاهات طلبة المرحلة الثانوية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية في مدارس محافظات قطاع غزة ، مذكرة ماجستير في التربية البدنية والرياضية، جامعة الأقصى غزة.
5. عبد الوهاب حمادي(2017) علاقة الثقافة الرياضية باتجاهات طلبة علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية نحو مهنة التدريس، شهادة ماستر، معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية، جامعة ورقلة.
6. عثمان محمود (2009) أثر مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة جامعة ديالى ، رسالة ماجستير ( غير منشورة ) ، كلية التربية الرياضية- جامعة ديالى.
7. عثمان محمود شحادة(2009) أثر مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة جامعة ديالى، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية -جامعة ديالى.
8. علي جرمون (2015) مستويات الثقافة الرياضية لدى طلبة معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية والرياضية، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 26 .
9. علي محسن رمضان : (2006) مصادر الثقافة الرياضية لتلاميذ المرحلة الإعدادية بمحافظة القليوبية، مؤتمر الرياضة الجامعية في الدول العربية، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
10. محمد ادم مبارك (2007) العوامل المرتبطة بنشاط الطفل البدني، دراسة تتبعيه ، كلية التربية البدنية والرياضية، جامعة حلوان.
11. محمد فرج الله مولاي، الحاج الشريف ( 2016) مستويات الثقافة الرياضية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة سنة ثالثة جامعي بمعهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية ورقلة.
12. ميساء نديم أحمد ( 2012) علاقة الثقافة الرياضية بالتوافق النفسي و الاجتماعي، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد 61.

Christian Gonzalez Fernandez (2019) ,Determinants for cultural and sports -13  
Attendance and practice in the U.S.A.

Muniz,C,Rodriguez,P., and Suarez (2014). Sports and cultural habits by gender: -14  
An application using count data models Economic Modelling (36 ),288-297.