

فاعلية النشاط الرياضي في تنمية التفاعل الاجتماعي عند السيدات الممارسات

د. سميرة جمعة الطبقى

د. هناء ميلاد ملاطم

تاريخ الاستلام / --/2023

المقدمة :

يشير النشاط البدني إلى أي حركة جسدية تستهلك الطاقة، ويتم تنفيذها كجزء من الأنشطة اليومية، مثل الأعمال المنزلية، والمشي، والقيام بعمل معين، وأنشطة أوقات الفراغ، والألعاب، والرياضة، أو ممارسة نشاط مخطط له. والرياضة من العناصر المهمة للتنمية المستدامة، إضافة إلى دورها في تشجيع التسامح والاحترام، ومساهمتها في تمكين المرأة والشباب والأفراد والمجتمعات، وفي بلوغ الأهداف المنشودة في مجال الصحة. إضافة إلى أن الرياضة تقوى التفاعل الاجتماعي، فالتفاعل الاجتماعي هو عبارة عن عملية تتم بين الأفراد وجهًا لوجه، وتتكون من أفعال وردود أفعال وتكيف متبادل بين فردين أو أكثر داخل المجتمع.

(أحمد، حسن عبد الباسط – 1985)

حيث أنه من شأنها تعمل على إكساب الممارس للرياضة والنشاط البدني الحركي عدداً كبيراً من القيم والخبرات والخصائص الاجتماعية المرغوبة، التي تعمل على تنمية الجوانب الاجتماعية في شخصيته وتساعد على التطبيع والتنشئة الاجتماعية الرياضية، والتكيف مع مقتضيات المجتمع.

كما يدرك الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي الرياضي معاني التماسك والمشاركة والتوحد والانتماء، كما تتيح الأنشطة الرياضية فرصاً لنمو وتطوير العلاقات الاجتماعية الطيبة، مثل: الصداقة، العشرة، الألفة الاجتماعية، حيث تجعله يتقبل دوره في الفريق بكل روح رياضية، تعلمه قواعد اللعب والمنافسات الرياضية، الامتثال، والمسئولية للنظم ومعايير المجتمع الرياضي .
(حليبي، علي , 1984)

وتعتبر الرياضة واحدة من أبرز النشاطات التي يُقبل عليها الناس بكافة فئاتهم العمرية فالرياضة تُعرّف على أنها ذلك المجهود الجسدي الذي يبذله الإنسان لأهداف متعددة من بينها

الأهداف الصحية، والترفيهية، والتنافسية، والاقتصادية وغيرها، ومن هنا فقد برزت الرياضة كقطاع هام، استطاع الارتباط بسائر المجالات الحياتية بشكل ملحوظ. تعود ممارسة الأنشطة، والألعاب الرياضية بالنفع على ممارسيها، وعلى المجتمعات التي ينتمون إليها، ومن هنا يمكن تفسير حرص النخب، والأطباء، والرياضيين، وأصحاب الفكر، وغيرهم في المجتمعات الإنسانية المختلفة على تشجيع الناس على ممارسة الرياضة، وتخصيص جزء من الوقت لها. (عبد العال، عبد الحكيم, 1986)

واعتبر التفاعل الاجتماعي أساس عملية التنشئة الاجتماعية ، حيث يكتسب الفرد من خلاله أنماط السلوك الاجتماعي المقبول ، ويكتسب أيضاً الاتجاهات السائدة في المجتمع ، ومن خلال تفاعل الأفراد مع بعضهم البعض يؤدي ذلك إلى تعديل أفكارهم ومعتقداتهم للتوافق مع الأفكار والمعتقدات السائدة في المجتمع فالتفاعل الاجتماعي مفهوم جوهري واستراتيجي في علم النفس الاجتماعي المعاصر لأنه في حقيقة الأمر هو الذي يشكل جوهر الشخصية الأدمية ، والعلاقات الاجتماعية المتداخلة للفرد مع الآخرين ، فعندما يطلق علي الإنسان أنه كائن اجتماعي ، ليس بسبب طبيعته البيولوجية ولكن بسبب اشتراكه وتقاسمه الحياة في ظل الجماعة الاجتماعية . (عبد العاطي، صلاح, 2005)

إن التفاعل الاجتماعي هو العنصر الثاني من عناصر تكوين السلوك الاجتماعي حيث أن الاحتكاك الدائم بين الأفراد يؤثر في شخصية الفرد، حيث أنه من شأنها ان تعمل على إكساب الفرد الممارس للرياضة والنشاط البدني الحركي عدداً كبيراً من القيم والخبرات والخصائص الاجتماعية المرغوبة، التي تعمل على تنمية الجوانب الاجتماعية في شخصيته وتساعد على التطبيع والتنشئة الاجتماعية الرياضية، والتكيف مع مقتضيات المجتمع ونظمه ومعاييرها الاجتماعية والأخلاقية .

مشكلة البحث :

ان ممارسة النشاط البدني والرياضي يأخذ حيزا كبيرا في حياة الفرد ، فالنشاط البدني والرياضي له فوائد اجتماعية جسمية، ونفسية ، فمن الناحية الجسمية تقوي العضلات وتنشطها كما توفر له التوافق النفسي ، ويتمثل دور النشاط البدني والرياضي من الناحية الاجتماعية لأنه يعطي ويوفر للفرد فرصة الالتقاء بغيره من الأفراد مما يؤدي به إلي توسيع وربط علاقات حميمية كالأخوة والصداقة ، فهو يؤدي به تدريجيا بالاندماج الاجتماعي ، يعتبر الإنسان كائن اجتماعي بطبعه فهو دائماً بحاجة للتواصل والتفاعل مع أفراد مجتمعه بشكل مستمر، فالتفاعل الاجتماعي أهم الوظائف التي يمتلكها الفرد والجماعة

كما يعتبر التفاعل الاجتماعي تسلسلاً ديناميكياً متغيراً من الإجراءات الاجتماعية بين الأفراد أو المجموعات، ومن خلال التفاعل يصمم الناس القواعد والمؤسسات والأنظمة التي يسعون للعيش فيها، تشكل التربية البدنية و الرياضية مظهراً ثقافياً هاماً في المجتمع و محل اهتمام الكثير من الباحثين ، و خاصة علماء النفس و الاجتماع الذين يرون إنها عامل مساعد كبير،

والمشاركة الاجتماعية مهمة للأفراد فهي تساعد في بناء العلاقات. عندما نتفاعل مع الآخرين، يمكن أن يؤدي بناء العلاقات إلى الدعم الاجتماعي والحب والشعور بالانتماء. إن ممارسة الأنشطة الرياضية تؤدي إلى تحقيق التوازن الداخلي للفرد، حيث إن لها تأثيرات إيجابية على صحته، وتقوية الأجهزة العضوية للجسم، وإن تنمية القيم والاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة النشاط البدني تمثل القوة الدافعة نحو الاستمرار في ذلك، والتقليل من الشعور بالتعب والملل كما يدرك الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي معاني التماسك والمشاركة، و للنشاط الرياضي دور مهم، و أبعاد كثيرة في عملية التنشئة الاجتماعية حيث تمكن الفرد من حمل كل جوانب التطور الاجتماعية و الحضارية الصحيحة لمجتمعه.

مما دعا الباحثان الى دراسة فاعلية النشاط الرياضي في تنمية التفاعل الاجتماعي عند السيدات الممارسات.

هدف البحث :

يهدف البحث لمعرفة فاعلية النشاط الرياضي في تنمية التفاعل الاجتماعي عند السيدات الممارسات.

تساؤلات البحث :

- 1- هل للنشاط البدني دور في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى السيدات الممارسات ؟
- 2- ما هو مستوى التفاعل الاجتماعي لدى السيدات الممارسات ؟
- 3- هل هناك دور للنشاط البدني في تنمية التفاعل الاجتماعي ؟

المصطلحات:

التفاعل الاجتماعي : هو تعبئة جهود أفراد المجتمع وجماعته وتنظيمها للعمل مع الأجهزة الرسمية وغير الرسمية لرفع المجتمع اقتصاديا واجتماعيا. (الخطيب، 2006).

النشاط الرياضي : هو ذلك النشاط الذي يمارسه الفرد ممارسة ايجابية في شكل فردي او جماعي تحت قواعد وقوانين معينة بحيث يحدث تغيرات نفسية وجسمانية و انفعالية واجتماعية تمكن الفرد من التكيف مع اقرانه والبيئة المحيطة به.

(يسرية عبدالغني احمد . 1998)

الدراسات السابقة :

1- دراسة عبدالرحيم زغبى (2012)

تهدف لمعرفة " دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية بعض صفات التفاعل الاجتماعي التعاون, روح المنافسة, الروح الرياضية) لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي "

دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية بعض صفات التفاعل الاجتماعي (التعاون روح المنافسة الروح الرياضية) لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي. الهدف من الدراسة : ابراز دور النشاط البدني الرياضي التربوي في تنمية بعض صفات التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي مشكلة الدراسة : هل للنشاط البدني الرياضي التربوي دور في تنمية بعض صفات التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ مستوى الأولى ثانوي؟ فرضيات الدراسة : 1- للنشاط البدني الرياضي التربوي دور في تنمية مبدأ التعاون الاجتماعي لدى تلاميذ مستوى الأولى ثانوي. 2- للنشاط البدني الرياضي التربوي دور في تنمية روح المنافسة لدى تلاميذ مستوى الأولى ثانوي. 3- للنشاط البدني الرياضي التربوي دور في تنمية الروح الرياضية لدى تلاميذ مستوى الأولى ثانوي. المنهج المتبع في الدراسة : المنهج الوصفي. الأدوات المستخدمة في الدراسة : مقياس التفاعل الاجتماعي , من أهم النتائج التي توصلت إليها الباحثة : تبين أن للنشاط البدني الرياضي دور كبير في تنمية بعض التفاعلات الاجتماعية (التعاون , روح المنافسة , الروح الرياضية) توصل الباحث للعديد من التوصيات أهمها : - إبراز أهمية و الدور الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي التربوي . - الاهتمام بالمراهق في هذه المرحلة العمرية الحرجة . - الاهتمام بجانب التوعية لأهمية هذا النشاط في خلق علاقات اجتماعية لدى المراهق.

2- حرشايي ملحه شيماء (2021)

تهدف الدراسة لمعرفة دور النشاط البدني الرياضي في تحسين التفاعل الاجتماعي عند الطفل التوحدى " ولتحقيق ذلك انتهجت الباحثة المنهج شبع تجريبي على عينة شبه قصدية قوامها خمسة أفراد تراوحت أعمارهم من 5-7 سنوات بعيادة العقيد لطفي بحي ريزا نفيل مستغانم. أين تم إخضاع عينة البحث لتأثير المتغير المستقل (النشاط البدني الرياضي) من خلال مجموعة حصص تدريبية مشبعة بألعاب حركية فردية وجماعية هدفت إلى توفير جو من التفاعل

والتواصل بين الأفراد والأدوات والأجهزة والمحيط. ولقياس درجة التوحد والتفاعل الاجتماعي قمنا بإجراء قياس قبلي لمعرفة حالة العينة قبل إدخال المتغير المستقل والذي أمدنا بتباين في درجات التوحد والتي تراوحت بين 33 درجة كأدنى قيمة و37 درجة كأعلى قيمة بينما بعد إخضاع عينة البحث لتأثير الأنشطة البدنية والرياضية وإعادة قياس درجة التوحد لوحظ انخفاض في درجات التوحد لدى عينة البحث والتي تراوحت من 30 درجة كأدنى قيمة و33 درجة كأعلى قيمة هذا ما يبين ان النشاط البدني الرياضي المقترح ساهمة في خلق جو من التفاعل بين الأفراد والأدوات والمحيط كما أفرز مستوى من التواصل فيما بينهم

3- دراسة شمروخ نبيل (2011)

بعنوان " الفوائد الاجتماعية الناتجة عن ممارسة النشاط الرياضي من وجهة نظر طلبة جامعة اليرموك"

هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى الفوائد الاجتماعية الناتجة عن ممارسة النشاط الرياضي لدى طلبة جامعة اليرموك، تم اختيار عينة عشوائية من طلبة جامعة اليرموك تكونت من (986) طالباً وطالبة وقد تم استخدام المنهج الوصفي لملاءمته وطبيعة هذه الدراسة، وقد قام الباحثان بتصميم استبانة مكونة من (٢٢) فقرة لهذا الغرض. وبعد جمع البيانات وتحليلها إحصائياً أظهرت النتائج أن الفوائد الاجتماعية الناتجة عن ممارسة النشاط الرياضي هي : التفاعل الاجتماعي والفوائد الاجتماعية الشخصية، الروابط الاجتماعية والفوائد الاجتماعية الثقافية والانتماء للجامعة مرتبة تنازلياً هذا يدل على أهمية ممارسة النشاط الرياضي الترويحي لدى طلبة الجامعة. وكذلك أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في استجابات الطلبة عند مجالي الانتماء للجامعة ومجال التفاعل الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس ، كما أظهرت وجود فروق دالة إحصائية عند بقية المجالات لصالح الذكور.

4 - دراسة البركات وياسين (2011)

بعنوان :العلاقة بين التفاعل الاجتماعي ومستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظه إربد .

هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين التفاعل الاجتماعي والاخر ومستوى الطموح لدى طلبة

المرحلة الثانوية في محافظة إربد وتألفت عينة الدراسة من 483 طالبا وطالبة ولتحقيق هذا

الغرض تم تطبيق مقياسين احدهما للتفاعل الاجتماعي والآخر لمستوى الطموح وقد استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية (معامل ارتباط بيرسون معادلة سييرمان براون , ومعادلة الفاكرونباخ والاختبار التائي لعينتين مستقلتين) وقد اظهرت نتائج الدراسة ان هناك مستوى عالي من التفاعل الاجتماعي وكذلك دلت الدراسة على ارتفاع مستوى الطموح لدى افراد العينة واطهرت النتائج وجود عالقة دالة احصائيا بين التفاعل الاجتماعي ومتغير الجنس (ذكور- اناث) ولصالح الإناث اما بخصوص النتائج المتعلقة بالعلاقة بين التفاعل الاجتماعي و التخصص (ادبي – علمي) فقد اظهرت وجود عالقة ولصالح الفرع الأدبي .

أولا : إجراءات البحث

• منهج البحث:

انطلاقاً من طبيعة البحث وأهدافه والتساؤلات ، استخدم الباحثان المنهج الوصفي المسحي (المنهج الوصفي طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أهداف محددة إزاء مشكلة اجتماعية ما، ويغير المنهج الوصفي طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كمياً عن طريق جمع معلومات مدققة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها واخضاعها للدراسة) نظراً لملائمته لأهداف الدراسة الحالية.

• مجتمع البحث :

تمثل مجتمع البحث من السيدات الذين يمارسن النشاط البدني في مدينة طرابلس .

• عينة البحث :

تم اختبار عينة البحث بالطريقة العشوائية و بلغ عدد العينة (20) سيدة من مدينة طرابلس الممارسات للنشاط البدني.

• المعالجات الإحصائية :

- المتوسط الحسابي

- الانحراف المعياري
- النسبة المئوية
- معامل الثبات (ألفا كرو نباخ)
- حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss)
- أداة البحث :

وتم الاستعانة بمقياس التفاعل الاجتماعي المعد من قبل النوبي عام (2010م) لغرض التعرف على دور النشاط البدني في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى السيدات في مدينة طرابلس، بحيث تتكون من قسمين على النحو الآتي :

المحور الأول : مجال الدوافع الاجتماعية لممارسة النساء للياقة البدنية باستخدام (13) عبارات ، وتتم الإجابة علي هذه العبارات علي مقياس تدريجي.

المحور الثاني : التفاعل الاجتماعي ، باستخدام (20) عبارات ، وتتم الإجابة علي هذه العبارات علي مقياس تدريجي.

وللخروج بنتائج علمية دقيقة لهذه البحث قام الباحثان باستخدام مقياس ليكرث الثلاثي الأبعاد للإجابة عن الفقرات وهي:

(موافق ، موافق إلى حد ما، غير موافق)، وتترجم هذه التقديرات الوصفية إلي تقديرات رقمية على أساس تخصيص الأرقام (3)،(2)،(1) لكلاً منها، وكان يطلب من المبحوث قراءة كل بند من بنود المقياس بدقة تم يضع (√) أمام واحدة من فئات التقدير الموضوعه أمام كل بند بحيث تعكس العلامات الموضوعه أمام البنود إجابات المبحوثين.

6. استخراج معايير الصدق والثبات للاستبيان :

أ- صدق أداة البحث :

لتحقيق صدق أدوات البحث والتأكد من دقة فقراتها وتناسقها وتوافقها وملاءمتها للبيئة البحثية، وقدرتها على قياس المتغيرات، قامت الباحثتان بإجراء ما يلي:

1- تقدير صدق المحتوى: عرضت استمارة الاستبيان على مجموعة من المحكمين

المتخصصين في المجالات المتصلة بموضوع البحث ، وقد استجاب الباحثان لآراء السادة المحكمين وقام بإجراء ما يلزم من حتى خرجت استمارة الاستبيان في صورتها النهائية، .

2- صدق الاتساق الداخلي: قامت الباحثتان بحساب الاتساق الداخلي لاستمارة الاستبيان على مفردات العينة، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه وكانت نتائج معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المحور والدرجة الكلية لفقراته الذي تنتمي إليه كانت دالة عند مستوى معنوية (0.01) بالغالب، وبذلك تعتبر فقرات الاستبيان صادقة لما وضعت لقياسه، وهذا يؤكد أن استمارة الاستبيان تتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

ب. ثبات أداة البحث (الاستبيان) باستخدام اختبار ألفا للثبات:

من اجل اختبار ثبات الاستبيان وللتأكد من مصداقية المستجوبين في الإجابة عن أسئلة ، ولكل متغير علي حدة ، فقد تم حساب معامل ثبات من خلال استخدام طريقة ألفا من الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) لحساب معامل ألفا كرونباخ (Chronback Alpha) . قيمة ألفا بلغت (0.845) وبذلك فانه يمكن الاعتماد علي المجموعة بأكملها دون حذف أي من المفردات للوصول إلي نتائج مجدية في هذا البحث.

جدول (1) قيم معامل الثبات(ألفا كرونباخ) " لدور النشاط البدني في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى السيدات في مدينة طرابلس

م	المجال	متوسط درجات المقياس	تباين المقياس	مؤشر الثبات	معاملات ألفا
1	الدوافع الاجتماعية لممارسة النساء للياقة البدنية	6.646	0.083	0.609	0.817
2	المشاركة الاجتماعية	2.305	0.214	0.732	0.832
	الدرجة الكلية	0.845			0.845

5: تحليل البيانات:

تم ترميز إجابات أفراد العينة على أسئلة الاستبيان وإدخالها إلى الحاسب الآلي وذلك من خلال أوراق العمل الملحقة بالبرنامج الإحصائي SPSS (حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية) والمعدة خصيصاً لهذا الغرض، بالاستبانة من خلال متوسط إجابات الفقرات وقوة تأثيرها وهي كالاتي:

لعرض نتائج تحليل إجابات المبحوثين فقد تم احتساب المدى لإجابات , و الوصول إلى طول الفئة لكل درجة من درجات الترتيح الثلاثية, وكانت نتيجة ذلك على النحو التالي ⁽¹⁾:

المدى هو الفرق بين اصغر قيمة واكبر قيمة (اكبر قيمة-اصغر قيمة).

$$\text{المدى} = 3 - 1 = 2$$

$$\text{طول الفئة} = \frac{\text{المدى}}{\text{عدد الفئات}} = \text{طول الفئة} = 0.66$$

ويهدف تحديد المدى للمتوسط الحسابي لإجابات المبحوثين إلى التخلص من الاعتماد على القيم المطلقة , و تحديد مستوى يتم من خلاله قبول العبارة ضمن المقياس المحدد لها, و الجدول التالي يعرض نتائج قياس مدى المتوسط الحسابي لإجابات المبحوثين (وحدة القياس)

جدول رقم (2)

متوسط إجابة المبحوثين لدور النشاط البدني في تنمية التفاعل الاجتماعي
لدى السيدات في مدينة طرابلس

المتوسط المرجح	النسبة المئوية	الرأي السائد
من 1.00 إلى 1.66	33.00 % - 55.33 %	يسهم بدرجة ضعيفة
من 1.66 إلى 2.32	55.33 % - 77.33 %	يسهم بدرجة متوسطة
من 2.32 إلى 3.00	77.33 % - 100 %	يسهم بدرجة عالية

لقد تم اعتبار إن كافة الإجابات التي تقع ضمن الفئة الأولى والثانية على أنها مؤشرات لوجود ضعف يتراوح بين "ضعيف جدا" أو "ضعيف" في الاعتبارات المتعلقة في تفعيل النشاط الرياضي بمرحلة التعليم الأساسي, واعتمدا الباحثان على وسط فرضي مقداره (2) وهو الحد الأدنى للدرجة الجيدة والتي يمكن إن يقبل بها لقياس مدى أهمية المعلومات, وبعد ذلك استخدام الأساليب الإحصائية الملائمة وطبيعة البيانات وبما يحقق أهداف البحث واختبار التساؤلات التي جاء بها البحث .

(1) علي عبد السلام ألعماري م علي حسين العجيلي، الإحصاء والاحتمالات النظرية و التطبيق , مالطا، منشورات ألجا، 2000 ، ص -17

ثانيا: عرض ومناقشة تساؤلات البحث.

التساؤل الأول: هل للنشاط البدني دور في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى السيدات الممارسات في مدينة طرابلس ؟.

الجدول رقم (3)

المتوسطات الحسابية والنسبة المئوية للاستجابة لفقرات بُعد الدوافع الاجتماعية لممارسة النساء لللياقة البدنية (ن = 20).

ت	العبارات	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	النسبة المئوية
1	ممارسة اللياقة البدنية تساعد على تكوين العلاقات الاجتماعية للحصول على تقبل اجتماعي لدى الآخرين	3.95	0.33	8.35%	79.00%
2	تأثير الأصدقاء يجعلني أقبل على ممارسة اللياقة البدنية.	3.82	0.77	20.16%	76.40%
3	التغير في العادات والتقاليد التي تسمح للمرأة بممارسة التمارين الرياضية في النوادي.	3.78	0.23	6.08%	75.60%
4	المحيط الاجتماعي يجعلني أقبل على ممارسة اللياقة البدنية	3.73	0.77	20.64%	74.60%
5	ممارسة اللياقة البدنية تزيد من المكانة الاجتماعية لدى المرأة	3.72	0.33	8.87%	74.40%
6	محاولة لتسويق مفهوم المساواة بين الجنسين في المجتمع.	3.72	0.77	20.70%	74.40%
7	أمارس اللياقة البدنية حتى لا أبقى وحيدا.	3.7	0.44	11.89%	74.00%
8	الاهتمام المتنامي من وسائل الإعلام في تغطية الأنشطة الرياضية	3.69	0.75	20.33%	73.80%
9	ممارسة اللياقة البدنية تعكس مظهرا للرفق الاجتماعي .	3.65	0.77	21.10%	73.00%
10	إدامة علاقاتي مع صديقاتي القدامى	3.6	0.61	16.94%	72.00%
11	أمارس اللياقة البدنية من أجل المباشرة الاجتماعية	3.41	0.7	20.53%	68.20%
12	مجاراة لصديقاتي اللواتي يقمن بذلك.	3.38	0.75	22.19%	67.60%
13	اكتساب احترام الآخرين.	3.36	0.86	25.60%	67.20%
	المستوى الكلي لمجال الدوافع الاجتماعية	3.66	0.23	6.28%	73.20%

الجدول (3) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة حول المحور مرتبة تنازلياً، ويلاحظ من خلال النسب المئوية و المتوسط الحسابي أن إجابات المبحوثين كانت تشير إلى (ممارسة اللياقة البدنية تساعد على تكوين العلاقات الاجتماعية للحصول على تقبل اجتماعي لدى الآخرين) يحتل المرتبة الأولى بنسبة 79% , تأتي بعد ذلك (تأثير الأصدقاء يجعلني أقبل على ممارسة اللياقة البدنية) في المرتبة الثانية وبنسبة 95.83%, يليها بالمرتبة الثالثة (اهتم بالتحضير وإدارة المسابقات الرياضية مع الهيئات والمدارس الأخرى) بنسبة 76.40%, يليها بالمرتبة الثالثة (التغير في العادات والتقاليد التي تسمح للمرأة بممارسة التمارين الرياضية في النوادي) بنسبة 75.60%, وقد جاءت العبارة (اكتساب احترام الآخرين) في المرتبة الأخيرة وبنسبة مئوية بلغت 67.20% , وان الرأي السائد للدرجة الكلية لبعد الدوافع الاجتماعية لممارسة النساء للياقة البدنية يشير إلى (يسهم بدرجة كبيرة) أي ان للنشاط البدني دور في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى السيدات الممارسات في مدينة طرابلس.

التساؤل الثاني : ما هو مستوى التفاعل الاجتماعي لدى السيدات الممارسات في مدينة طرابلس ؟

جدول (4)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة في بُعد:
العلاقات والمهارات الاجتماعية (ن = 20).

ت	العبارات	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	النسبة المئوية
1	أتعاون مع أفراد اسرتي لقضاء أعمالهم	2.50	0.61	24.28%	83.33%
2	اتسامح عندما يخطئ الآخرون في حقّي	2.45	0.60	24.69%	81.67%
3	أبادر في النقاش مع الآخرين	2.45	0.51	20.83%	81.60%
4	أهتم بمعرفة المستوى المعيشي لزملائي	2.40	0.60	24.93%	80.00%

5	أحاول حل مشاكل الآخرين ومناقشتها	2.40	0.50	%20.94	%80.00
6	أقتدي بأصحاب العلاقات الاجتماعية المتسعة	2.35	0.67	%28.55	%78.33
7	أهتم بمواعيدي مع الآخرين حتى لا أفقد ثقتهم	2.30	0.57	%24.84	%76.67
8	أتنازل عن بعض حقوقي لسعادة أسرتي	2.20	0.77	%34.90	%73.33
9	أسعى دوماً لبناء علاقات مع الآخرين	2.20	0.62	%27.98	%73.33
10	أفضل الوحدة عند مواجهة المشاكل مع الآخرين	2.10	0.72	%34.20	%70.00
11	أخشى بالمبادرة بالحديث عندما أتواجد وسط جماعة	2.05	0.69	%33.48	%68.33
	العلاقات والمهارات الاجتماعية	2.33	0.27	%11.52	%76.97

الجدول (4) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة حول المحور مرتبة تنازلياً، ويلاحظ من خلال النسب المئوية و المتوسط الحسابي أن إجابات المبحوثين كانت تشير إلى (تعاون مع أفراد اسرتي لقضاء أعمالهم) يحتل المرتبة الأولى بنسبة 83.33% , تأتي بعد ذلك (اتسامح عندما يخطئ الآخرون في حقّي) في المرتبة الثانية وبنسبة 81.67%, يليها بالمرتبة الثالثة أبادر في النقاش مع الآخرين) بنسبة 81.60%, وقد جاءت العبارة أخشى بالمبادرة بالحديث عندما أتواجد وسط جماعة) في المرتبة الأخيرة وبنسبة مئوية بلغت 68.33% , وإن الرأي السائد للدرجة الكلية لبُعد العلاقات والمهارات الاجتماعية كان يشير إلى (يسهم بدرجة كبيرة) في زيادة تنمية التفاعل الاجتماعي لدى السيدات في مدينة طرابلس.

جدول (5)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة في بُعد:

المشاركة في الأعمال التطوعية (ن = 20)

ت	العبارات	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	النسبة المئوية
1	اساهم في جمع التبرعات لمساعدة المحتاجين	2.75	0.44	%16.15	%91.67
2	أرى ان حل المشكلات المجتمعية دور الدولة	2.70	0.47	%17.41	%90.00
3	اعبر للآخرين استعدادي لتقديم الخدمات في حالة احتياجهم	2.50	0.51	%20.52	%83.33

4	أسعى للمشاركة في مشروعات خدمية للمجتمع	2.45	0.51	%20.83	%81.67
5	أقف بجانب اصدقائي في المناسبات الخاصة بهم	2.40	0.60	%24.93	%80.00
6	أبادر بتقديم العون للمتضررين من الأزمات	2.30	0.47	%20.44	%76.67
7	أشارك زميلاتي في نظافة مكان عملي	2.15	0.67	%31.20	%71.67
8	أتعاون مع زملائي لفعل الخير	1.90	0.79	%41.48	%63.33
9	أهتم بمساعدة كبار السن	1.60	0.50	%31.41	%53.33
	المشاركة في الأعمال التطوعية	2.35	0.24	%10.24	%76.85

الجدول (5) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لإجابات عينة الدراسة حول المحور مرتبة تنازلياً، ويلاحظ من خلال النسب المئوية و المتوسط الحسابي أن إجابات المبحوثين كانت تشير إلى (اساهم في جمع التبرعات لمساعدة المحتاجين) يحتل المرتبة الأولى بنسبة 91.67%، تأتي بعد ذلك (أرى ان حل المشكلات المجتمعية دور الدولة) في المرتبة الثانية بنسبة 90.00%، يليها بالمرتبة الثالثة (اعبر للآخرين استعدادي لتقديم الخدمات في حالة احتياجهم) بنسبة 83.33%، وقد جاءت العبارة (أهتم بمساعدة كبار السن) في المرتبة الأخيرة بنسبة مئوية بلغت 53.33%، وان الرأي السائد للدرجة الكلية لبعد المشاركة في الأعمال التطوعية كان يشير إلى (يسهم بدرجة كبيرة) في تأثيرها على زيادة تنمية التفاعل الاجتماعي لدى السيدات في مدينة طرابلس.

التساؤل الثالث : هل هناك دور للنشاط البدني في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى السيدات في مدينة طرابلس ؟

الجدول (6)

مصفوفة الارتباط بين متوسط بُعد ممارسة النشاط البدني في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى السيدات في مدينة طرابلس

مصفوفة الارتباط بين المتغيرات	العلاقات والمهارات الاجتماعية	المشاركة في الأعمال التطوعية	الدوافع الاجتماعية
مصفوفة الارتباط بين المتغيرات	1	-0.118	0.713 **
العلاقات والمهارات الاجتماعية	مستوى الدلالة		

0.000	0.619		معامل الارتباط	
**0.612	1	-0.118	مستوى الدلالة	المشاركة في الأعمال التطوعية
0.004		0.619	معامل الارتباط	
1	**0.612	**0.713	مستوى الدلالة	الدوافع الاجتماعية لممارسة النساء للياقة البدنية
	0.004	0.000	معامل الارتباط	

****** مستوى الدلالة عن مستوى معنوية (0.01)
***** مستوى الدلالة عن مستوى معنوية (0.05)
 20 = N
 20 = N

يبين الجدول (6) علاقات ارتباط طردية موجبة بين أبعاد ممارسة النشاط البدني في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى السيدات في مدينة طرابلس، إذ كانت النتائج كالآتي:

1. اظهر المتغير المستقل بُعد العلاقات والمهارات الاجتماعية علاقة ارتباط معنوية ايجابية مع المتغير المعتمد الدرجة الكلية الدوافع الاجتماعية لممارسة النساء للياقة البدنية، إذ تبين بأنه أقوى علاقة ارتباط طردية معنوية، (****0.713**) ، إذ توفر هذه النتيجة دعماً كافياً لقبول الفرضية والتي تنص على وجود علاقة ذو دلالة إحصائية بين بُعد العلاقات والمهارات الاجتماعية و بين الدرجة الكلية لممارسة النساء للياقة البدنية.

2. اظهر المتغير المستقل بُعد المشاركة في الأعمال التطوعية علاقة ارتباط معنوية ايجابية مع المتغير المعتمد الدرجة الكلية الدوافع الاجتماعية لممارسة النساء للياقة البدنية، إذ تبين ان وجود علاقة ارتباط طردية معنوية بلغت (****0.612**) ، إذ توفر هذه النتيجة دعماً كافياً لقبول الفرضية والتي تنص على وجود علاقة ذو دلالة إحصائية بين بُعد المشاركة في الأعمال التطوعية و بين الدرجة الكلية لممارسة النساء للياقة البدنية.

الاستنتاجات :

- 1- وجود علاقة دالة بين التفاعل الاجتماعي والنشاط الرياضي ، أي ان للنشاط البدني دور في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى السيدات الممارسات في مدينة طرابلس .
- 2- ان الدرجة الكلية لبُعد العلاقات والمهارات الاجتماعية كان تشير إلى زيادة تنمية التفاعل الاجتماعي لدى السيدات في مدينة طرابلس.

- 3- للمشاركة في الأعمال التطوعية علاقة ارتباط معنوية ايجابية مع المتغير المُعتمد الدرجة الكلية الدوافع الاجتماعية لممارسة النساء للياقة البدنية .
- 4- . لبُعد العلاقات والمهارات الاجتماعية علاقة ارتباط معنوية ايجابية مع المتغير المُعتمد الدرجة الكلية الدوافع الاجتماعية لممارسة النساء للياقة البدنية ، إذ تبين بأنه أقوى علاقة ارتباط طردية معنوية .

التوصيات :

- 1- إبراز أهمية الدور الذي يلعبه النشاط البدني الرياضي .
 - 2- العمل على تنمية الأنشطة البدنية والرياضية وهذا ما يساعد على زيادة في التفاعل الاجتماعي
 - 3- الحث على البحث في تطوير أساليب و طرق تعليم الأنشطة البدنية و ذلك لتنمية التفاعل الاجتماعي .
 - 4- أن تكون ممارسة النشاط البدني الرياضي بصفة عامة نوع من النشاط يفتح مجالا خصبا لإشباع الحاجات .
 - 5- ممارسة النشاط البدني الرياضي أهمية في تنمية العلاقات الاجتماعية.
 - 6- من أجل تنمية العالقات الاجتماعية للسيدات ويجب تحفيزهم وتشجيعهم على ممارسة النشاط الرياضي .
- المراجع :

- أحمد، حسن عبد الباسط، التنمية الاجتماعية، ط2 ، مكتبة وجيه، القاهرة، 1-1985
- البركات وياسين (2011) العلاقة بين التفاعل الاجتماعي ومستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظه إربد .
- حسنين، سيد أبو بكر، طريقة الخدمة الاجتماعية في تنظيم المجتمع، مكتبة الانجلو المصرية، 1974
- حلبي، علي، محاضرات في التنمية الاجتماعية، دار المعرفة الجامعية، بيروت، 1984
- زكي، يونس الفاروق، تنمية المجتمع في الدول النامية، مكتبة القاهرة الحديثة، القاهرة، 1964
- سوبريا أكركار(2001) دراسة علاقة المشاركة المجتمعية والتنمية، مركز الابحاث والتدريب حول قضايا التنمية بتمويل متخصص للطباعة والنشر من مركز الموارد التشاركية IDS
- عبد العال، عبد الحكيم رضا وزيتون، أحمد، وفاء، تنظيم المجتمع أسس ومبادئ، نون للدعاية والنشر والاعلام، القاهرة، 1986
- عبد العاطي، صلاح (2005) (حول الحكم المحلي في فلسطين، مركز الميزان لحقوق الانسان، الحوار المتمدن، العدد1315 /تاريخ 2005/9/12

- دراسة منال عبد المعطي صالح قدومي (2008) - دور المشاركة المجتمعية في تنمية وتطوير المجتمع المحلي: حالة دراسية للجبان الأحياء السكنية في مدينة نابلس .
- ملكية (1989) بعنوان بين الايجابية واللامبالاة في مصر وتركزت حول اتجاهات الفرد نحو العمل الجماعي
- ريشتر (2004) Richter, " العلاقات الاجتماعية لدى عينة من طلاب الجامعة المحتاجين للعلاج"
- بركات (2006) " معرفة طبيعة العلاقة الاجتماعية السائدة بين الدارسين والمدرسين في جامعة القدس المفتوحة منطقة طول كرم التعليمية" .فلسطين .
- محمد النوبي محمد علي-(2010) - (دار الصفاء للطباعة والنشر عمان) .
- شمروخ نبيل (2011) " الفوائد الاجتماعية الناتجة عن ممارسة النشاط الرياضي من وجهة نظر طلبة جامعة اليرموك" العراق .
- حرشاوي ملحه شيماء (2021) "دور النشاط البدني الرياضي في تحسين التفاعل الاجتماعي عند الطفل التوحد ي"