

دور ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية الحرة في التنشئة الاجتماعية

(اقليم تونس الكبرى)

د/بوبكر بن عبدالكريم المعهد العالي للرياضة والتربية البدنية تونس

المقدمة ومشكلة الدراسة:

نتيجة للتقدم العلمي والتكنولوجي والثورة المعرفية والمعلوماتية الهائلة التي شملت جميع مجالات الحياة المختلفة، أصبح الإنسان في هذا العصر يتصف بالخمول والكسل وقلة الحركة فقد ساهم التقدم العلمي والتكنولوجي بشكل كبير في مثل هذا الخمول والكسل، حيث أصبح الاعتماد على الآلة بدلاً من الحركة، من هنا نجد أن أكثر من 30% من البالغين الذكور و40% من الإناث يعانون من مشكلة البدانة والسمنة والتي يترتب عليها أكثر من 26 مرضاً معروفاً في البحث العلمي وهذه الأمراض يطلق عليها أمراض قلة الحركة والتي منها أمراض القلب والشرايين والرئتين وارتفاع ضغط الدم وداء السكري وارتفاع نسبة الكوليسترول غير الحميد وهشاشة العظام وغيرها من الأمراض النفسية والاجتماعية (ملحم ، 1999).

وتعد ممارسة النشاط الرياضي ضرورة لكل فرد وفي جميع مراحل العمر لأنها وسيلة للمحافظة على الصحة العامة، ولها دور أساسي في تطوير كفاءة الفرد البدنية والوظيفية وصقل شخصيته وإشباع حاجاته وزيادة ثقته بنفسه وتنمية مواهبه وقضاء وقت فراغه والترويح عن نفسه، وأيضاً تعد ممارسة النشاط الرياضي مطلباً أساسياً وضرورة ملحة لإنسان العصر الحديث عصر التكنولوجيا.

فلقد أصبحت التربية الرياضية في المدرسة جزءاً بالغ الأهمية في العملية التربوية الشاملة. ومادة أساسية في النظام التعليمي ومن عناصر نجاح المنهاج المدرسي، وتعتبر المدرسة هي المؤسسة الأوسع لممارسة الأنشطة الرياضية الداخلية والخارجية. كما تلعب المدرسة دوراً كبيراً في التطوير الشامل المتزن لشخصية التلاميذ في النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية والنفسية. وتوضيح أهمية التربية الرياضية من خلال توفير الفرص الكافية للممارسة الرياضية وتحقيق اللياقة البدنية والمهارات الحركية لتلاميذها. وهي تعمل على نمو الفرد بديناً وصحياً وجسماً واجتماعياً وعاطفياً وسلوكياً وأخلاقياً، وتنمية العلاقات الاجتماعية وحسن قضاء وقت الفراغ.

ان النتائج السلبية للحياة العصرية والمتمثلة في :

- قلة الحركة - المشكلات الصحية- الاكتظاظ السكاني، الضغط النفسي، انتشار ظاهرة الانتحار والاكئاب

أدت إلى تطور الدراسات في العلوم والصحة واللياقة البدنية التي أكدت في نتائجها على ضرورة إتاحة الفرصة لكل شرائح المجتمع بمختلف أعمارهم وأوساطهم الاجتماعية وأجناسهم من ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية نظرا لمردودها الايجابي على جميع المستويات من ذلك :

1966- مقترحات مجلس الدول الأوروبية حول تعميم الرياضة للجميع وضرورة ممارسة النشاط البدني لكافة الفئات العمرية ولكلا الجنسين ووضع حلول لمعوقات حركة الرياضة للجميع.

1975- تم وضع الميثاق الاوروبي للرياضة للجميع في بلجيكا الذي أكد على مبدأ ”حق كل فرد في ممارسة الرياضة لفوائدها المتعددة

1976- تأكيد مجلس الوزراء الاوروبي على اهمية ترسيخ فلسفة الرياضة للجميع في المجتمعات الأوروبية - أكد مولت شفلييه MOLLET على ان مفهوم الرياضة للجميع هو بمثابة امتداد لعامل

التنمية الثقافية في النظام الاجتماعي ويجب ان يصل مفهومه للجميع لما يتضمنه من ركائز ايجابية لأكبر شريحة من الناس لرفع مستواهم البدني من خلال برامج موجهة ومنظمة

1976- الدستور الاوروبي للرياضة للجميع اشار الى الانجازات التي يمكن تحقيقها من مزايا الرياضة للجميع وجهودها في زيادة مجالات التنمية الاجتماعية، البدنية، الصحية، النفسية، الثقافية والتواصل الاجتماعي الاوروبي.

1978- الميثاق الدولي للتربية البدنية والرياضة الصادر عن منظمة اليونسكو خلال الدورة 20 في باريس، نقطة تحول على الصعيد العالمي تجاه مفهوم الرياضة للجميع المادة الاولى ”ممارسة الرياضة للجميع حق اساسي لجميع الافراد وفق برامج تتلاءم واحتياجات كل واحد منهم”

1988- سمارانش SAMARANCH يشير على دعم اللجنة الاولمبية الدولية لحركة الرياضة للجميع وتنمية مفهومها العالمي الشامل لانها اصبحت حقيقة ملموسة من حيث انشطتها غير المحددة على فئة معينة، بل هي حاجة لجميع فئات الشعب، ومن مختلف الاعمار، لقيمها الانسانية، الصحية، والحاجة الفردية والجماعية لممارسة الرياضة.

1990- حلت الجمعية الدولية للرياضة للجميع (TAFLSA) دوافع الافراد لممارسة الرياضة

والمتمثلة في :

-الحصول على المتعة،القوام الجميل،التخلص من الضغط النفسي،.....فكانت الرياضة ردة فعل للتخلص من امراض العصر والحمول والكسل

1990- اسس سامارانش SAMARANCH لجنة الرياضة للجميع والتي تهدف الى :

- تطبيق المبادئ والاسس الاولمبية

- تشجيع ودعم جهود المنظمات الاخرى المعنية بالرياضة للجميع وتشجيع جهودها خاصة في

الدول النامية

- دعم الرياضة للجميع من خلال رعاية المجالس العالمية لها

وانطلاقا من ذلك لم تعد الرياضة اليوم من الكماليات أو شكلا من أشكال الترفيه فقط بل أصبح القيام بأنشطة رياضية والمشاركة فيها حقًا من حقوق الإنسان وممارسة ضرورية حتى يحى الإنسان حياة صحية وسليمة.

في هذا الإطار عملت تونس على النهوض بالرياضة لتتخذ أبعادا تنموية مختلفة تعنى أولا بالفرد صحيا وفكريا وتربويا وترفيهيا وتبعاً لذلك بالمجتمع لتصبح رافدا من روافد التنمية الاقتصادية والاجتماعية والثقافية والرياضية من خلال التشجيع على ممارسة النشاط البدني والرياضي ودعمه في المجتمع من خلال خيارات الرياضة للجميع مواكبة لتطور الرياضة الحديثة وأبعادها ومضامينها التنموية، باعتبارها :

- - رهان هام على جميع المستويات وانشات لها المؤسسات والهيئات والهياكل رغبة في نشرها وتعميمها
- - رهان اقتصادي

• - رهان اجتماعي ولأنها وسيلة تمكن من تقارب الشعوب وفرص التواصل والتعارف

• - وهي رهان تنموي أيضا لان الممارسة الرياضية أصبحت جزءا من نمط حياة الفرد مثلما أصبحت عنصر استقطاب سياحي للمجتمعات والدول حيث تستعملها لإبراز عاداتها وتقاليدها وطبيعة مجتمعتها كما تمثل وتحتل مكانة هامة في مجال التربية والصحة والترفيه وفي سياسات التنمية الاجتماعية.

أصبحت الرياضة تلعب دورا هاما في حياة المجتمعات على جميع المستويات وأولتها الدول اهتماما خاصا إيمانا منها أنها عنصر من عناصر التنمية الاجتماعية في العالم ،ورهان هام على جميع المستويات وانشات لها المؤسسات والهيئات والهياكل رغبة في نشرها وتعميمها باعتبارها رهان اقتصادي واجتماعي ولأنها وسيلة تمكن من تقارب الشعوب وفرص التواصل والتعارف ،وهي رهان تنموي أيضا لان الممارسة الرياضية أصبحت جزءا من نمط حياة الفرد مثلما أصبحت عنصر استقطاب سياحي للمجتمعات

والدول حيث تستعملها لإبراز عاداتها وتقاليدها وطبيعتها مجتمعا كما تمثل وتحتل مكانة هامة في مجال التربية والصحة والترفيه وفي سياسات التنمية الاجتماعية.

في هذا الإطار عملت تونس على النهوض بالرياضة لتتخذ أبعادا تنموية مختلفة تعنى أولا بالفرد صحيا وفكريا وتربويا وترفيها وتبعاً لذلك بالمجتمع لتصبح رافدا من روافد التنمية الاقتصادية والاجتماعية والثقافية والرياضية من خلال التشجيع على ممارسة النشاط البدني والرياضي ودعمه في المجتمع من خلال خيارات الرياضة للجميع مواكبة لتطور الرياضة الحديثة وأبعادها ومضامينها التنموية.

إن مفهوم الرياضة للجميع يعمل ضد فكرة اقتصار الممارسة الرياضية على أصحاب القدرات البدنية والمهارية رفيعة المستوى خاصة في ظل المخترعات والأجهزة التي يسرت علي الإنسان الكثير من الجهد البدني الذي كان يبذله ، فصار الإنسان قليل الجهد مما انعكس سلبيا علي صحته ونشاطه وكفاءة أعضائه وأجهزته الحيوية ، إضافة إلى بعض الفئات المحرومة من الممارسة الرياضية وهم ذوي المهارات والقدرات المتواضعة وذوي الاحتياجات الخاصة والمرأة بشكل عام في المجتمعات العربية وكبار السن .

انطلاقا من الرهانات السياسية والاقتصادية والاجتماعية للرياضة والرياضة للجميع في العالم بصفة عامة وفي تونس بصفة خاصة فإننا نتساءل عن مكانة الرياضة للجميع في السياسة الرياضية التونسية ومدى ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية للجميع في تونس ومدى التطابق والتلاؤم بين أهداف السياسة الرياضية المنشودة والنتائج المحققة ميدانيا في تونس وما يقابلها في الهياكل الرياضية لخيار الرياضة للجميع وفي هذا الصدد نطمح من خلال هذا البحث الإجابة على التساؤلات التالية:

1. واقع وآفاق الممارسة الرياضية من خلال الرياضة للجميع في تونس ؟
2. مدى انخراط التونسيين في الرياضة للجميع ؟
3. ما هي أهداف السياسة الرياضية في تونس وما هي مجالاتها ؟

تساؤلات الدراسة:

بناء على مخططات التنمية و البرامج والتوجيهات الرسمية ومساهمة الهياكل الرياضية في المجال الرياضي بصفة عامة وفي مجال الرياضة للجميع بصفة خاصة لفائدة دفع ممارسة النشاط البدني والرياضي للجميع في المجتمع التونسي فإننا نفترض وجود تطابق ذي دلالة إحصائية بين الأهداف الواردة في السياسة الرياضية للدولة والنتائج المحققة فعلا وميدانيا من خلال هياكل الرياضة للجميع من حيث الرهان السياسي والاجتماعي للرياضة للجميع .

الفرضية الفرعية: الرهان الحقيقي للرياضة للجميع هو تنمية أشكال جديدة من التنشئة الاجتماعية مختلفة عن تلك التي أنتجتها رياضة المنافسات ؟ ولاختبار هذه الفرضية فإننا نتصور أن المتغيرات التالية:

- ✓ على مستوى الفرد
- ✓ على مستوى المجموعة
- ✓ على مستوى الممارسة الرياضية
- ✓ على مستوى التنشئة الاجتماعية الرياضية
- ✓ 1 - المستوى الشخصي
- ✓ 2 - المستوى الاجتماعي
- ✓ 3 - المستوى الثقافي والتربوي
- ✓ 4 - مستوى الصحي
- ✓ 5 - المستوى الاقتصادي
- ✓ 6 - المستوى النفسي

تؤثر في ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية الحرة لدى التونسيين

أهداف وأهمية الدراسة:

- نشر ثقافة ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية لدى التونسيين والتعريف بفوائدها
- معرفة مدى تطابق الأهداف الواردة في السياسة الرياضية للدولة مع النتائج المحققة ميدانيا .
- دور الفضاءات الرياضية في تعاطي النشاط البدني والرياضي
- ترشيد استغلال وصيانة الفضاءات والمنشآت والتجهيزات الرياضية
- التعرف على الوضع الراهن للرياضة للجميع في تونس من وجهة نظر الممارسين (المواطنين) والمنفذين (منشطي الرياضة للجميع) والمشرفين (المسؤولين في الهياكل الرياضية) تبعا لمتغيرات البرامج والأهداف العامة والأهداف الإجرائية
- تكمن أهمية هذه الدراسة في التعرف على واقع وآفاق الرياضة للجميع في المجتمع التونسي من منطلق أن الرياضة ظاهرة اجتماعية وتربوية وثقافية وحضارية تجسد طبيعة النظام الاجتماعي والثقافي للمجتمعات الإنسانية لفوائدها التي لا يمكن حصرها وهذا ما أفرزته الدراسات الاستقصائية المعمقة حول الدور الريادي النهضوي للرياضة للجميع.

لذلك ومن منطلق هذا الدور أولت بعض الدول ومنها تونس أهمية وجود خطط للرياضة للجميع تقوم على مرتكزات حيوية يمكن تحقيقها من خلال الرياضة، ممثلة في مستويات ركزت عليها منظمة الصحة العالمية والأكاديميات الطبية ومنظمة اليونسكو والجهود الدولية والمؤتمرات العالمية حول الرياضة للجميع والمنظمات الدولية للمحافظة على البيئة، وتتلخص هذه المستويات في الجوانب التالية:

صحيًا:

- تحسين صحة الأفراد لمواجهة التغيرات التي نجمت عن مخاطر التكنولوجيا الحديثة وانعدام حركة الأفراد.
- تحقيق رضى صحي متقدم للنظام الاجتماعي من حيث خلو المجتمع من تفاقم المتلازمات المرضية الناتجة عن انعدام الحركة.

اقتصاديًا:

- الحد من استنزاف القدرات المادية الفردية التي ينفقها على المشكلات الصحية الناتجة عن الخمول والكسل وقلة الحركة.
- ترشيد حجم النفقات المادية التي تصرفها القطاعات الصحية على أمراض قلة الحركة.

تعليميًا:

- تكوين مفاهيم ومعتقدات حول مزايا الرياضة للجميع عن صحة الأفراد.
- عدم المفاضلة بين صعيد وآخر في كافة الحقول المعرفية.

ثقافيًا:

- حث الأفراد على المتابعة الفردية المكتسبة عن السمات الايجابية للرياضة للجميع.
- حكم مجسي على ثقافة الأفراد المعلوماتية التي يمكن الحصول عليها من مصادر متنوعة.

إنتاجيا:

- زيادة عطاء الأفراد في النظام المؤسسي الذي تتكون منه الدولة.
- زيادة حجم استقطاب الأفراد لممارسة الأنشطة البدنية والترويحية. (أحمامي، 1997)

بيئيًا:

- الحاجة إلى أماكن بيئية نظيفة.
- زيادة حجم استقطاب الأفراد لممارسة الأنشطة البدنية والترويحية في الفضاءات الرياضية المعدة والمجهزة والموظفة للغرض

مفاهيم الدراسة:

السياسة والسياسة الرياضية:

يعرف رالف ديفز السياسات بأنها : " هي مجموعة من المبادئ والقواعد التي وضعتها القيادة التنفيذية لتسترشد بها المنظمة لضبط الفكر والعمل التنظيمي من أجل الوصول إلى الهدف أو الغاية ، فالهدف يوضح لنا ما نريد أن نحققه والسياسة توضح لنا كيفية التنفيذ ". ومن جهة أخرى يعرف كيلبي على أنها: " مجموعة من القواعد الموضوعية على مستوى عال من السلطة لتوجه القرارات التي تتخذ على مستوى أقل ". ويعرفها كل من السيد شلتوت وحسن معوض بأنها : " القواعد والمبادئ والأسس التي توضح طريقة العمل لتنفيذ المشروع ".

ومن خلال ما سبق يتضح أن السياسات بمثابة قواعد يصفها المديرين لضبط وتوجيه العمل وتعمل بمثابة خرائط يسترشد بها المرؤسين عند أدائهم لعملهم وبالتالي تقلل من كثرة توقف العمل للسؤال والاستفسار.

لقد استفاد القطاع العمومي وطنيا او محليا خلال القرن العشرين بالدعم المكثف في المجال الرياضي سواء على مستوى الممارسة الجماهيرية او رياضة الاحتراف، ولئن مثلت المصاريف الرياضية للممارسين للأنشطة البدنية والرياضية 50 % من مجموع المصاريف منذ عشرات السنين فان السيولة المالية العمومية المتأتية من الجماعات المحلية تمثل عنصرا مهيكلا للنظام الرياضي بنسبة 30 % من المصاريف، وتنخرط سيطرة القطاع العام في اطار يتسم بالخصوصية المتنامية لجزء من العرض الرياضي وبحرفية المنظمات التي تسير الرياضة. ويمكن التطرق للسياسات الرياضية المحلية بطرق عديدة من طرف الملاحظين ، حيث ان البعض حللوا تطور التوجهات السياسية والأنشطة المنجزة ، والبعض الاخر قاموا بابرار أهمية المضامين المحلية، واخيرا الدراسات الاقتصادية التي مكنت من تحديد المصاريف الرياضية بصفة دائمة من قبل الجماعات المحلية

النشاط البدني الرياضي:

- النشاط البدني AP: يقصد به كل ألوان النشاط البدني والحركي التي يقوم بها الإنسان والتي يستخدم فيها بدنه بشكل عام والتي تؤدي إلى صرف طاقة تتجاوز الطاقة المصروفة أثناء فترة الراحة (Jackson, Morrow, & Hill, 2004).

"هو ميدان من ميادين التربية عموما والتربية البدنية خصوصا ويعد عنصرا فعالا في اعداد الفرد من خلال تزويده بخبرات ومهارات حركية تؤدي الى توجيه نموه البدني والنفسي والاجتماعي والخلقي للوجهة الايجابية لخدمة الفرد نفسه، ومن خلاله خدمة المجتمع" و "يعرف النشاط البدني بانه كل حركة جسدية ناتجة عن عمل عضلات الهيكل العظمي والتي تؤدي الى زيادة صرف الطاقة اكثر من صرفها اثناء الراحة" ويتعلق الامر بسلوك يتميز بالعديد من المؤشرات القابلة للقياس بواسطة مختلف الطرق .

ان النشاط البدني له مقدار حراري من الطاقة يترجم الى صرف طاقي كمي (LaMonte et coll., 2001 ; Schutz et coll., 2001)، وتمكن طرق قياس صرف الطاقة من ان تقيس مباشرة النسبة الحرارية الكلية للنشاط البدني لفرد ما، والتي ترتبط بعوامل مثل الكتلة الجسدية، مردود و جدوى الحركة، مما يؤدي الى صعوبة المقارنة بين الافراد (Schutz et coll., 2001).

ان النشاط البدني هو ظاهرة معقدة تتميز بنوعها أي نشاط (أي نشاط بدني)، مدته (فترته الزمنية)، تكراره (انتظامه وانقطاعه)، كثافته (ما هو استثماره البدني وتصرفه للطاقة)، اطاره (في أي محيط)، وكذلك ظروفه الاجتماعية التي يمارس فيها لها اهميتها (Montoye, 2000)، التغيرات الموسمية للانشطة البدنية لا تسهل قياس النشاط البدني ورغم ذلك لا بد من اخذها بعين الاعتبار (Uitenbroek, 1993 ; Matthews et coll., 2001a, b et 2002)

الانشطة البدنية والرياضية

تعني "الانشطة البدنية والرياضية" كل اشكال الحركة التي تصاحب بصرف حراري : الرياضات المؤطرة وغير المؤطرة ، الالعاب، الترفيه، الانتقال النشط، حصص التربية البدنية، المهام والانشطة اليومية، الخ... ومصطلح رياضة يرجع الى التدريب والتمرين الرياضي، الى اوقات الراحة و المنافسات التي هي دون او تحت اشراف منظمين معترف بهم (voir annexe I)

النشاط البدني هو كل شكل من اشكال الحركة الجسدية التي تستعمل البدن كمصدر لها للقيام بالحركات، مما يدمج بداهة كل الرياضات

حجم الممارسة: تعرف اجرائياً بأنها احد اشكال الممارسة الأتية ممارسة للرياضة بصفه دائمه وممارسه احيانا ولم يمارس الرياضة

السياسة الرياضية في تونس:

1 - التوجهات العامة للدولة:

مكانة الرياضة في المخطط الحادي عشر للتنمية:

تعتمد الإستراتيجية التنموية في تونس على تحليل و قراءة إستشرافية للوضع الاقتصادي والاجتماعي على الصعيدين الوطني والعالمي، وعلى ضوء ذلك يتم ضبط التوجهات والسياسات والبرامج والمشاريع الملائمة ويتم تنفيذها في إطار المخطط التنموي على مدى خمس سنوات.

تاريخية المخططات التنموية في تونس:

اعتمدت تونس منهجية التخطيط للتنمية منذ أوائل الستينات وتواصل هذا التمشي دون انقطاع حيث تم في هذا السياق إنجاز 11 مخططا والشروع في تنفيذ المخطط الثاني عشر للفترة 2016/2012 يستعرض المخطط الحادي عشر للتنمية الآفاق التنموية لمختلف القطاعات والمجالات والأهداف النوعية والكمية المنشودة مع التركيز على السياسات والبرامج الكفيلة بتحقيقها وذلك بالاستناد إلى الإنجازات القطاعية المسجلة على امتداد المخطط العاشر 2006/2002 كما تأخذ في الاعتبار الإشكاليات والتحديات المطروحة.

سعى إلى تجسيم الخيارات المستقبلية للدولة تمت بلورة ملامح خطة التنمية للخماسية 2011/2007 التي تمثل ثمرة عمل تميز بمشاركة مكثفة لكل الأطراف وتم خلاله فسح المجال أمام الكفاءات الوطنية والجهوية للمساهمة في بلورة السياسات وتصور البرامج تكريسا للبعد الاستشاري للعمل التنموي. وقد تم خلال المرحلتين الأولى والثانية من إعداد المخطط تنظيم الاستشارات الجهوية والوطنية قصد التعمق في تقييم إنجازات المخطط العاشر والوقوف على أهم الاستنتاجات المستخلصة وتحديد أبرز عناصر ومكونات الوثيقة التوجيهية، واهتمت المرحلة الثالثة ببلورة محتوى المخطط واقتراح السياسات والبرامج على ضوء ما أفرزته المقاربات القطاعية والجهوية وجولات التحكيم على مستوى الحكومة .

وتقدم وثيقة المخطط الحادي عشر الخطة التنموية للخماسية 2011/2007 في ثلاثة مجلدات متكاملة:

- 1- مجلد أول يعرض المحتوى الجملي للخطة التنموية ويشتمل على التوجهات والأولويات ومنوال التنمية المعتمد للخماسية القادمة والسياسات والإصلاحات التنموية الكفيلة برفع التحديات المرتقبة،
- 2- مجلد ثان يعرض المحتوى القطاعي للخطة التنموية ويشتمل على الأهداف والسياسات والبرامج والمشاريع المزمع تنفيذها في مختلف القطاعات بما يساهم في مزيد دفع مسيرة التنمية،

3- مجلد ثالث يعرض المحتوى الجهوي للخطة التنموية ويشتمل على التوجهات العامة والسياسات في مجال التنمية الجهوية واستراتيجيات وبرامج التنمية بالأقاليم.

وفيما يتعلق بممارسة الأنشطة البدنية والرياضية جاء في المخطط الحادي عشر :

- إرساء حق الرياضة للجميع:

شهد قطاع التربية في الحماسية المنقضية تطورا ملحوظا بفضل الرعاية التي ما فتئ يحظى بها هذا القطاع استنادا إلى دوره في تنمية الأفراد والجماعات على مختلف مستوياتهم الذهنية والبدنية والاجتماعية والاقتصادية علاوة على مساهمته في تعزيز إشعاع صورة تونس بالخارج. وقد تمحورت السياسة الرياضية في فترة المخطط العاشر حول دعم البنية الأساسية في مختلف جهات البلاد وتشديد المنشآت والتجهيزات الرياضية المستجيبة للمقاييس الدولية والقادرة على استضافة التظاهرات الدولية وحول تعزيز الدور التربوي والصحي لهذا القطاع. ولتحسين هذه المحاور تواصل تنفيذ الخطة الوطنية لرياضة النخبة وذلك بالتوازي مع دعم الرياضة المدنية والرياضة للجميع مع إيلاء عناية خاصة للرياضة النسائية ورياضة المعوقين. كما تم تطوير طب وعلوم الرياضة ودعم التربية البدنية وممارسة الرياضة بالمؤسسات التربوية إضافة إلى تطوير التكوين الجامعي الرياضي.

وستشهد فترة المخطط الحادي عشر مزيد دعم مكونات السياسة الرياضية بهدف الارتقاء بالقطاع إلى الأفضل وتعزيز نشر ممارسة الرياضة بكل الأوساط وبين كل الفئات العمرية. وفي هذا الإطار، سيعزز الإطار التشريعي والتنظيمي للرياضة للجميع بإحداث جامعة وطنية مختصة وتنظيم علاقاتها مع الجامعات الرياضية الوطنية وذلك بالتوازي مع حث مختلف الهياكل الجهوية والمحلية والمؤسسات التربوية والمؤسسات الاقتصادية على إدراج الأنشطة البدنية والرياضية ضمن مجالات أنشطتها وتدخلاتها. كما سيتواصل تعميم المسالك الصحية على البلديات بمعدل مسلك صحي على الأقل بكل بلدية إضافة إلى إحداث 300 ملعب حي بجوار المؤسسات التربوية وتشجيع الخواص على الاستثمار في القاعات الرياضية. وباعتبار دورها في تحسيس مبدأ الرياضة حق للجميع، ستشهد الرياضة المدنية دعما متزايدا إضافة إلى دعم ممارسة الرياضة في المؤسسات التربوية وتعميم تدريس مادة التربية البدنية داخلها وتشجيع الاختصاصات الرياضية الفردية والترفيه في عدد الجمعيات المستهدفة. كما ستتواصل الجهود الداعمة للرياضة النسائية ورياضة المعوقين عبر إقرار العديد من الحوافز والتشجيعات بهدف الرفع من عدد الجمعيات والمجازين والمجازات بهذه الفروع الرياضية.

وتمشيا مع هذه التوجهات في مجال مزيد النهوض بالرياضة وتيسير ممارستها من قبل كل الفئات الاجتماعية والشرائح العمرية، ستتعزيز العناية بالبنية الأساسية الرياضية عبر الصيانة والتهيئة أو من خلال الأحداث الجديدة لاسيما منها المخصصة للرياضات المستهدفة. على صعيد آخر، سيكون التعليم الجامعي الرياضي والطب الرياضي محلّ عناية خاصة قصد الاستجابة لمتطلبات القطاع وما يقتضيه تطوره من برامج ومشاريع وتدخلات.

المخطط الثاني عشر للتنمية 2010-2014:

نشر الممارسة الرياضية:

"أكد قطاع الرياضة والتربية البدنية خلال الفترة المنقضية دوره البارز في منظومة التنمية الاجتماعية وحقق العديد من الإنجازات النوعية والكمية تمثلت بالأساس في تنمية ممارسة الأنشطة الرياضية والبدنية بالأوساط التربوية والاجتماعية وتطور الرياضة المدنية ورياضة النخبة مما ساهم بشكل فعال في تحقيق نتائج مشرفة .

كما تدعمت البنية الأساسية الرياضية بإحداث منشآت رياضية متطورة سائحة لممارسة الرياضة واحتضان المسابقات الوطنية والدولية.

وستركز الخطة التنموية لقطاع الرياضة والتربية البدنية على دعم المكاسب الرياضية والمضي قدما نحو تحقيق إنجازات أخرى وتتمين الأنشطة الرياضية عبر تطويرها وتنميتها. وفي هذا الإطار سيتواصل نشر الممارسة والأنشطة البدنية والرياضية بكل الأوساط المدرسية والجامعية والاجتماعية وإحداث الفضاءات الرياضية بالمناطق الداخلية وبالمؤسسات التربوية والجامعية وبالأحياء الشعبية الكثيفة السكان وبمواصلة النهوض بالرياضة المدنية الرافد الأساسي للمنتخبات الوطنية عبر الارتقاء بأداء الهياكل الرياضية وتحسين طرق التصرف الإداري والمالي وملاءمة التشريع الرياضي مع التشريع الدولي للنهوض بمستوى المسابقات الرياضية فنيا وأخلاقيا علاوة على مواصلة تنفيذ خطة الإحاطة بالنخبة الرياضية لتأمين التألق الرياضي وتعزيز مكانة تونس وإشعاعها على المستوى الدولي. كما سيتم العمل على إحداث جمعية رياضية نسائية على الأقل بكل معتمدية قبل موفى سنة 2014 ووضع برنامج وطني لدفع الرياضة الصحية....."

جدول مؤشرات في مجالات الرياضة والشباب والطفولة والثقافة

20	20	20	20	20	20	20	20	20	
14	13	12	11	10	09	08	07	06	
21	20	20	19	18	18	17	16	16	عدد
5	8	1	4	7	0	4	8	1	الملاعب المعشبة
20	19	18	17	16	15	13	13	12	عدد
0	1	2	3	4	5	8	0	4	القاعات الرياضية
15	14	13	13	12	12	12	11	11	عدد
0.0	4.0	8.6	4.8	9.0	4.2	1.4	4.8	1	المجازين في الرياضة المدنية (بالالف)
32	32	32	31	31	30	30	21	29	عدد
9	5	1	6	2	7	4	5	3	دور الشباب
24	23	23	22	21	20	20	20	20	عدد
6	8	1	3	7	9	5	4	4	دور الثقافة
39	39	38	38	38		37		36	عدد
5	2	9	6	4		8		9	المكتبات العمومية
1.5	1.4	1.4	1.3	1.3	1.2	1.2	1.1	1.	نسبة

0	5	0	5	0	5	3	9	19	ميزانية قطاع الثقافة من ميزانية الدولة (%)
وزارة التنمية والتعاون الدولي، المخطط الثاني عشر للتنمية 2010-2014، المجلد الأول، المحتوى الجملي، الملحق الاحصائي، مؤشرات في مجالات الرياضة والشباب والطفولة والثقافة XVIII: جدول عدد xxii، الجمهورية التونسية، 2010، ص247									

2 - الإطار التشريعي في مجال الرياضة:

أ- الإطار التشريعي لتنظيم الهياكل الرياضية:

- القانون الأساسي عدد 154 لسنة 1959 المؤرخ في 7 نوفمبر 1959 والمتعلق بالجمعيات
- القانون الأساسي عدد 25 لسنة 1992 المؤرخ في 25 أبريل 1992 المنقح والمتمم لقانون الجمعيات.
- القانون الأساسي عدد 11 لسنة 1995 المؤرخ في 6 فيفري 1995 والمتعلق بالهياكل الرياضية
- القانون الأساسي عدد 11 لسنة 1995 تم تنقيحه وإتمامه بالقانون الأساسي عدد 78 لسنة 2004 المؤرخ في 06 ديسمبر 2004 وكذلك بالقانون الأساسي عدد 49 لسنة 2006 المؤرخ في 24 جويلية 2006 والقانون الأساسي عدد 79 لسنة 2006 المؤرخ في 18 ديسمبر 2006.
- القانون الأساسي عدد 78 لسنة 2004 المؤرخ في 6 ديسمبر 2004، مسك حسابات الهياكل الرياضية

ب- الإطار التشريعي لممارسة الأنشطة البدنية والرياضية:

- أولى محاولات المشرع لتقنين الممارسة الرياضية إلى سنة 1960 حيث صدر المرسوم عدد 04 لسنة 1960 المؤرخ في 09 فيفري 1960 والمتعلق بتحديد نظام الرياضة المدنية تم العمل به حتى سنة 1984

- القانون عدد 63 لسنة 1984 المؤرخ في 06 أوت 1984 المتعلق بتنظيم وتنمية الأنشطة البدنية والرياضية.

- القانون عدد 104 لسنة 1994 المؤرخ في 03 أوت 1994 والمتعلق بتنظيم وتطوير الأنشطة البدنية والرياضية والذي ألغى التشريع السابق المتمثل في القانون عدد 63 لسنة 1984.

اعتنت أحكام قانون 1994 بكافة جوانب الممارسة الرياضية، إذ نظمت مسألة تعاطي التربية البدنية والأنشطة الرياضية المدرسية والجامعية، كما شملت رياضة المعوقين والممارسة الرياضية داخل المؤسسات والإدارات، كما أكدت على أهمية رياضة النخبة ونصت على ضرورة الحفاظ على المنشآت الرياضية لاعتبارها مكاسب وطنية، بالإضافة إلى ضبط الإجراءات التأديبية والعقوبات الجزائية.

- أبرز ما تضمنه القانون عدد 104 هو نظام غير الهواية، وهو ما يترجم حرص المشرع التونسي على مواكبة الواقع الرياضي وما يتضمنه من تطورات ساهمت في ظهور ممارسات رياضية تتعارض مع نظام الهواية، وتؤسس لتقنين طبيعة الممارسات السابقة بشكل يضمن للرياضي ضمانات هامة طيلة مسيرته الرياضية مقابل تفرغه لنشاطه صلب الجمعية التي تحتضنه وفق عقد اتفاقي يتنزل منزلة عقد العمل.

- القانون عدد 108 لسنة 1996 المؤرخ في 09 ديسمبر 1996، أكد المشرع على دور الدولة في دعم الهياكل

- عرفت سنة 2005 تحويرا هاما للقانون عدد 104 لسنة 1994 وذلك من خلال تنقيحه بالقانون عدد 64 لسنة 2005 المؤرخ في 27 جويلية 2005 والذي تم بمقتضاه حذف الباب الخاص بفض النزاعات الرياضية

صدرت في هذا المجال نصوصا تريبية تتمثل بالأساس في:

- الأمر عدد 533 لسنة 1994 المؤرخ في 07 مارس 1994 والمتعلق بإحداث يوم وطني أولمبي الموفق لغرة جويلية من كل سنة والذي ألغى الأمر عدد 143 لسنة 1959 المؤرخ في 03 ماي 1959.

- الأمر عدد 1478 لسنة 1994 المؤرخ في 01 جويلية 1994 المتعلق بإحداث جائزة رئيس الجمهورية للروح الرياضية.

ت- الإطار التشريعي للهياكل والمؤسسات المختصة:

- تم بمقتضى القانون عدد 63 لسنة 1984 المؤرخ في 06 أوت 1984 إحداث شركة النهوض بالرياضة

- المرسوم عدد 01 لسنة 1960 المؤرخ في 27 جانفي 1960، الصندوق الوطني للنهوض بالرياضة
-إحداث مؤسسة المحي الرياضي بموجب القانون عدد 101 لسنة 1974 المؤرخ في 25 ديسمبر 1974.

-إحداث المركب الرياضي بعين دراهم المحدث بمقتضى القانون عدد 122 لسنة 1992 المؤرخ في 29 ديسمبر 1992 وكذلك المركب الرياضي ببرج السدرية المحدث بموجب نفس القانون في فصليه 72 و73.

- القانون عدد 81 لسنة 1997 المؤرخ في 31 ديسمبر 1997. إحداث المركز الطبي للطب وعلوم الرياضة

- تكوين إطارات رياضية عهدت هذه المهمة إلى المعاهد العليا للرياضة والتربية البدنية:

-المعهد الأعلى للرياضة والتربية البدنية بقصر السعيد المحدث بموجب القانون عدد 79 لسنة 1966 والمؤرخ في 29 ديسمبر 1966.

-المعهد الأعلى للرياضة والتربية البدنية بصفاقس المدرج بموجب القانون عدد 64 لسنة 1969 المؤرخ في 31 ديسمبر 1969.

-المعهد الأعلى للرياضة والتربية البدنية بالكاف المحدث بموجب القانون عدد 111 لسنة 1990 المؤرخ في 31 ديسمبر 1990.

- أحدث المندوبية العامة للرياضة بمقتضى القانون 27 لسنة 1992 المؤرخ في 30 نوفمبر 1992 والتي تم حلها بموجب الأمر عدد 1372 لسنة 1988 في 30 جوان 1988.

ث- الإطار التشريعي للاستشارة والتنسيق في المجال الرياضي:

- المجلس الأعلى للرياضة المحدث بمقتضى الأمر عدد 483 لسنة 2003 المؤرخ في 10 مارس 2003 والذي تم تنقيحه وإتمامه بالأمر عدد 1653 لسنة 2005 المؤرخ في 30 ماي 2005.

كما تم بموجب الأمر عدد 752 لسنة 2003 المؤرخ في 25 مارس 2003 إحداث المرصد الوطني للرياضة

- بعث اللجان الوطنية الدائمة للتنسيق والاستشارة بموجب الأمر عدد 2237 لسنة 2004 المؤرخ في 21 ديسمبر 2004 وذلك تطبيقا لمقتضيات القانون عدد 104 لسنة 1994. وقد ضبط قانون 2004 تركيبة هذه اللجنة الوطنية وحدد صلاحيتها.

ج- الإطار التشريعي لاستغلال المنشآت والتجهيزات الرياضية:

- القانون عدد 92 لسنة 1976 المؤرخ قفي 04 نوفمبر 1976 المتعلق بالهيكل الأساسي الرياضي والاجتماعي التربوي ليحدد مكانة التجهيزات الرياضية والاجتماعية التربوية
أما القانون عدد 104 لسنة 1994 فقد ألزم كل البلديات والجمعيات والمؤسسات التي تشرف على منشآت رياضية مشيدة بمساهمة الدولة باحترام خصوصياتها وإحكام استغلالها وصيانتها.

- سنة 2003 حيث تم إحداث جائزة رئاسية للعناية بالمنشآت الرياضية وذلك بناء على الأمر عدد 2269 لسنة 2003 المؤرخ في 4 نوفمبر 2003

الرياضة للجميع:

1- مفهوم الرياضة للجميع:

لقد تعددت الآراء حول مفهوم الرياضة للجميع وذلك للتباين في الفلسفات التي يتبناها المهتمين بها ولاختلاف السياسات التي تتبناها المنظمات والهيئات والمؤسسات والجمعيات الأهلية والدولية المنوطة بمسؤولية دعمها ولاختلاف الفكر والعقائد السائدة في المجتمعات الأهلية والدولية المنوطة بمسؤولية دعمها ولاختلاف الفكر والعقائد السائدة في المجتمعات وفيما يلي سوف يتم استعراض العديد من مفاهيم الرياضة للجميع والتي تعبر عن فكر المهتمين بها والهيئات أو المنظمات الدولية التي تدعم حركتها على مستوى القومي أو الدولي أو العالمي.

ونقلا عن محمد الحماحي 1998 يرى " ايف انجلوز Yves Anglos " أن الرياضة للجميع هي نشاط انساني يربط الرابطة بين الشعوب ، وان ممارسة مناشطها ليست حكرا على الموهوبين وحدهم، بل مكفولة لجميع المراحل العمرية ولذوي القدرات والميول المختلفة، في جو تسوده المودة وروح التعاون والتشارك الاجتماعي، وذلك لما لها من فوائد تعود على الجميع من الجوانب الصحية والاجتماعية والترويحية. وكذلك يرى " جون وريشارد John and Richard " أن الرياضة للجميع تعني توفير واتاحة فرص الرياضة لكل مواطن دون التقييد بالسن أو بالجنس أو بالعنصر أو بالجنسية أو بالدين أو بمستوى الأداء مبتدئا ، كما أنها تشتمل على أشكال ومستويات لمناشط رياضة المعاقين .

ويؤكد محمد الحماحي 1997 على أن الرياضة للجميع تعد مؤشرا للنمو ومؤشرا عن عجز رياضة المنافسات في إشباع حاجات المجتمع الحديث « modern Society » ومن جانب آخر تعد وسيلة معبرة عن حاجة الفرد للدفاع عن ذاته في مواجهة متغيرات التقدم التقني، كما أنها تعد طريقة للبحث عن حياة أفضل للجميع..

ويرى كمال درويش ، محمد الحماحي 1997 أن الرياضة للجميع هي تلك الرياضة التي لأصبحت تمثل في العصر الحديث جزءا متكاملًا من النظام اليومي من الحياة الجماهير العريضة ، وتدخل ضمن نسيج النظم الاجتماعية التي يتألف منها المجتمع وتتضمن ثلاثة مجالات واسعة من المناشط تختلف في أشكالها ودوافع ممارستها هي :

- الألعاب والرياضيات المؤسسة على قواعد وقوانين اللعب، المنافسات ، الاحتراف ، الرياضة الاستعراضية.

- المناشط الرياضية لوقت الفراغ والترويح والاسترخاء.

- مناشط تطوير الصحة وتنمية الحالة البدنية للجميع. و

ويشير "بلحسن الأسود" إلى ان الدراسات والبحوث العلمية المقدمة في العديد من المؤتمرات والندوات واللقاءات في مجال الرياضة للجميع على الصعيد العربي والدولي، قد عرفت الرياضة للجميع على النحو التالي:

- التمارين البدنية والألعاب الرياضية المكفولة لجميع المواطنين في كافة المراحل العمرية.

- رياضة وقت الفراغ والترويح التي يتم ممارسة أوجه مناشطها في جو تسوده الصداقة والمحبة بين الممارسين .

- رياضة تتميز بالطابع الاجتماعي وتقرب الأفراد من بعضهم وتسهم في تكوين جماعات اللعب.

- رياضة للوقاية من الأمراض ومن مخاطر الحياة العصرية.

- رياضة تتخذ الشكل والإطار الثقافي وترتبط الجسم بالعقل أو بالروح وذلك من جانب والفرد والمجتمع من جانب آخر.

ومن زاوية أخرى يرى " Mackenzie marlin " ان الرياضة للجميع تعد ظاهرة اجتماعية ترتبط بالنظم الاقتصادية والاجتماعية والسياسية والتربوية في الدولة، وانها تتأثر بفلسفة المجتمع ، وبالمناخ الاقتصادي ، وبالطريقة التي يمارس بها الافراد أعمالهم وبالكيفية التي يقصي بها هؤلاء الأفراد أوقات فراغهم واستمتاعهم بالحياة.

وفي الندوة العربية الاولى للرياضة للجميع والتي أقيمت في مدينة دبي بدولة الامارات العربية المتحدة في الفترة من 5-8/11/1980 عرفت الرياضة للجميع بأنها رياضة لكل أفراد الشعب دون استثناء وعلى اختلاف اعمارهم وجنسهم، وطبقا لظروف كل فرد ووفقا لقدراته وامكانياته وذلك بهدف حفظ وتحسين الصحة واستثمار أوقات الفراغ، ودعم مقاومة الانسان كافة المناشط البدنية والرياضية البنائية والخيالية من التعصب والإثارة والمغالاة ، بعيدا عن التحيز والمتاجرة وحياة الاحتراف ، وأنها واجبة على الجميع وتمارس كهواية خالصة من الزمان والمكان وتتيح الطريق امام ذوي المواهب والاستعدادات لتنمية مواهبهم وقدراتهم الى أقصى حد تسمح به امكانياتهم.

وفي الندوة العربية الثانية للرياضة للجميع والتي أقيمت في مدينة الدوحة بدولة قطر في الفترة من 22-24/11/1981 تم التاكيد على أن الرياضة للجميع هي ضرورة حتمية لكل مواطن ينشد السعادة ويسعت للحفاظ على رشاقته وقوته وسلامة صحته ليكون عنصرا نافعا في مجتمعه.

كما أقر في الندوة الثالثة للرياضة للجميع التي أقيمت في مدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية في الفترة من 10-12/12/1982 التعريف التالي لرياضة للجميع: " اتاحة الفرص لكل فرد ليمارس بدافع من ذاته قدرا من النشاط الحركي حسب رغبته ووحاجاته وفي حدود قدراته"

ويعرف المجلس الأعلى للشباب والرياضة بجمهورية مصر العربية الرياضة للجميع بأنها " أتاحة الفرصة لكل مواطن ليمارس قدرا من النشاط الحركي حسب امكانياته وقدراته وميوله وغباته في اطار السيادة العامة للدولة وفي اطار عادات وتقاليد المجتمع وبما يعود عليه بالاتزان النفسي والاجتماعي"

ومن جانبه يرى محمد الحماحي ان مفهوم الرياضة للجميع أن يتحدد في كونها : احدى الظواهر الاجتماعية المعاصرة التي تهتم بالصحة وبالحالة البدنية للفرد وبطريقته في الحياة وبالدفاع عن ذاته ضد متغيرات المجتمع التقني وتتضمن اتاحة الفرصة للجميع لممارسة مناشطها الحركية بأشكالها المختلفة بجرة كاملة، ووفقا لميولهم ودوافعهم واستعداداتهم وقدراتهم دون وضع أية اعتبارات للسن أو للجنس او للعنصر أو للديانة أو للمستوى المهاري أو للمستوى التعليمي والثقافي أو المستوى الاجتماعي والاقتصادي وذلك بهدف تحقيق حياة أفضل للفرد.

2- ظهور الرياضة للجميع في تونس:

على اثر الندوة الدولية التي نظمتها اليونسكو سنة 1959 حول "مساهمة الرياضة في إتقان العمل وتنمية الثقافة " والتي حضرها بعض المسؤولين الرياضيين التونسيين ،نظمت كتابة الدولة للشباب والرياضة والشؤون الاجتماعية :

- في 29/28 سبتمبر 1962 " الايام الوطنية الدراسية الاولى للرياضة والشغل" بحضور عدد هام من المختصين في التربية البدنية والرياضة والشغل وطب الشغل حيث وقع اعتماد ثلاثة أنشطة وهي رياضة دات طابع مهني وترفيه العمال والجمباز .

- انطلق النشاط في مارس ونوفمبر 1965، ثم جانفي 1968 وجويلية 1969، واوصى التقرير النهائي باحداث جمعية وطنية للشباب والرياضة.

- وفي 9 نوفمبر 1971 وقع احداث جامعة الرياضة والشغل التي ماثت ثورة في العادات الرياضية التونسية وفتحت مجالا لقطاع رياضي جديد بعيدا عن وصاية التربية البدنية المدرسية والرياضة المدنية، ثم تحولت الى الجمعية الوطنية للرياضة والثقافة والشغل متجاوزة الاطار الضيق لجامعة رياضية وتكيفيا مع الميدان الذي تريد النهوض به من خلال تحديد أهداف إضافية وآفاق شاملة وإدماجية لتربية العمال. وكان لهذه الجمعية دور هام في اولى المحاولات التحسيسية والإعداد لظهور الرياضة للجميع وكانت تأمل في هيكلة ووسائل وتجهيزات لا يمكن تحقيقها الا بتدخل الدولة، ونظرا لان الرياضة للجميع تمثل جزءا من السياسة الاجتماعية بالغة الاهمية فان تحمل الجمعية الوطنية للرياضة والثقافة والشغل لقيمتها ومجالات نشاطها وحدودها يتجاوز طموحات و اتجاهات الجمعية ،ولهذه الأسباب انقسمت الجامعة التونسية للرياضة والثقافة والشغل الى جامعتين مستقلتين:

- الجامعة التونسية للرياضة والثقافة والشغل

- الجامعة التونسية للرياضة للجميع

- 25/ 27 جوان 1976 في ملتقى بئر الباي الذي صادق على توجهات الجمعية الوطنية

للرياضة والثقافة والشغل.

- 1976/1975 تبنت لجنة الرياضة للجميع حملة "سليم" واقترح إحداث نادي سليم الذي

من أهدافه اقتراح أنشطة بدنية ورياضية بسيطة ومتنوعة غير تنافسية ليس فقط للعمال ولكن لأسرهم ايضا، وبدات الحملة التحسيسية بمشاركة الوكالة الوطنية للتبغ والوقيد بطبع ونشر 10.000 واجهة علبة كبريت و3000 حاملة مفاتيح وفيلم قصير (16 دقيقة) بعنوان "الحركة" وقع بثه في التلفزة

التونسية، وفيلم ثان وقع بثه في الجهات بالألوان بعنوان "الرياضة للجميع"، كما تم انجاز قاعة تربية بدنية للأنشطة الجمالية بحى الشباب بتونس وكذلك مسالك صحية (حديقة البلغدير بتونس) - 1984/1976 نظمت الجمعية الوطنية للرياضة والثقافة والشغل، "ايام الرياضة للجميع" التي كانت جهوية مند 1981 (العاب القوى، دراجات). والتي خلقت مظهرها احتفاليا بمشاركة الكثير من المواطنين مما مثل وسيلة ايجابية للتحسيس ولفت نظر السلطات واهتمام الإعلام خاصة التلفزة.

- مجلة رياضة ثقافة وشغل الصادرة عن الجمعية الوطنية للرياضة والثقافة والشغل سنة 1980/1979 والتي اهتمت بالرياضة للجميع ونشر مبادئها.

- 1981 تقرير وزارة الشباب والرياضة (ادارة التربية البدنية) حول الرياضة للجميع وقع اقتراحه على الندوة الوطنية حول تطور الرياضة في اوت 1982 التي تبنته.

- الفصل 24 من الأمر عدد 1983/1189 المؤرخ في 14 ديسمبر 1983 المنظم لوزارة الشباب والرياضة، والذي أشار لأول مرة لمشمولات مكتب الرياضة للجميع بالتعاون مع الحركة الرياضية والجماعات العمومية والمتمثلة في التخطيط وبرمجة الأنشطة البدنية والرياضية.

الخطة الوطنية للرياضة للجميع: تهدف الخطة الوطنية للرياضة للجميع أساسا إلى:

- ✓ نشر ثقافة ممارسة الأنشطة الرياضية لدى المواطنين والتعريف بفوائدها الصحية والاجتماعية.
- ✓ إحكام التنسيق بين الأطراف المعنية بالنشاط البدني والرياضي لاستهداف أكبر عدد ممكن من الأفراد والجماعات.
- ✓ ترشيد إستغلال المنشآت والفضاءات والتجهيزات الرياضية وكذلك الإمكانيات المادية والبشرية المتوفرة وفق معياري الجدوى والنجاعة.
- ✓ توفير فرص ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية للمواطنين في ظروف إجتماعية ملائمة.

الرياضة والتنشئة الاجتماعية:

اولاً: مفهوم التنشئة الاجتماعية :

المفهوم الاجتماعي: هي عملية اندماج الطفل في المجتمع في مختلف أنماط الجماعات الاجتماعية واشتراكه في مختلف فعاليات المجتمع وذلك عن طريق استيعابه لعناصر الثقافة والمعايير والقيم الاجتماعية التي تتكون على اساسها سمات الطفل ذات الالهية الاجتماعية.

هي مجموعه العمليات الاجتماعية التي يتعرض لها الفرد خلال وجوده في المجتمع. وتهدف التنشئة إلى تطبيع الفرد بطابع هذا المجتمع بحيث يتفق معه في معايير وقيمة اعرفاة السائدة كما تهدف إلى التعلم

الاجتماعية وتكوين الأنا والتوافق الاجتماعي هي عملية ضاغطة لتشكيل الفرد في قالب الذي يرتضيه المجتمع .

المفهوم الانثروبولوجي: هي عملية غرس المهارات والاتجاهات الضرورية لدى الناشئ ليلعب الادوار الاجتماعية المطلوبة منه في جماعة ما او مجتمع ما.

ويرى علماء الاجتماع ان عملية التنشئة ينبغي ان تعالج من خلال منظورين هما: -المنظور البنائي ويعالج التنشئة الاجتماعية من خلال الادوار التي يتعلمها الطفل خلال الحياة وما تحويه هذه الادوار من اوضاع يقومون بها.

التفاعل الشخصي ومن خلاله تعالج التنشئة الاجتماعية في اطار عملية تفاعل الاطفال وتوقعات سلوكهم في اطار الجماعة.

ثانياً : مراحل التنشئة الاجتماعية:

التكيف الاجتماعي: وهو يعني تكيف الطفل مع الظروف الاقتصادية والاجتماعية وفقاً لوظيفة دوره الاجتماعي والمعايير الاجتماعية التي تتشكل على مختلف مستويات نشاط المجتمع ومن الجماعات الاجتماعية وجماعات العاملين التي هي بمثابة بيئة نشاطه. -التعبئة الداخلية: وهي عبارة عن إدخال المعايير والظروف الاجتماعية الى العالم الداخلي للطفل.

ثالثاً: آليات التنشئة الاجتماعية:

الاسرة: يؤكد علماء النفس والتربية أن لها أكبر الأثر في تشكيل شخصية الطفل وطباعه تشكياً يبقى معه مدى الحياة وفي سائر نواحيه الجسمية والعقلية والوجدانية والنفسية وذلك لما تمتاز به هذه المرحلة من المرونة وقابلية الطفل للتأثر بكل ما يحيط به والتشكل به أيضاً فالحياة الاسرية بما فيها من صلات وارتباطات وما تحويه من سلوك ومعاملات وما تدين به من معتقدات ومثل تؤثر تأثيراً كبيراً في تكوين ميول الطفل ونزعاته وتكوين شخصيته.

جماعة الرفاق: وهي تلعب دور بارز في عملية التنشئة الاجتماعية حيث عن طريقها يكون الاطفال وقيموثقافة فرعية خاصة بهم يحددها عمرهم الزمني في جماعتهم وتعتبر جماعة الرفاق هي المجال الوحيد الذي ينفصل فيه الاطفال عن الكبار بمعنى الكلمة وجماعة الرفاق تعطي التركيب الذي يستطيع الطفل خلاله أن يطور علاقات اقوى من اختياره كما يكتسب عن طريقها اول خبرة ضرورية تتعلق بالمساواة. -المدرسة: فهي وسيلة لتكميل العمليات الاساسية من عمليات التنشئة للطفل فتقع على عاتقها نقل ثقافة

المجتمع للطفل فهي تهتم في المقام الاول بإدماج الطفل في الثقافة من خلال اساهمهم في عمليات التفاعل الاجتماعي في المجتمع.

وسائل الاتصال الجماهيرية: وهي تقوم بدور هام في الحياة المعاصرة لما تملكه من قدرات وامكانيات تشد انتباه الطفل وهي تشكل جسراً ومعبراً هاماً في نقل القيم والافكار والاتجاهات والسلوكيات من العالم الخارجي للطفل. ومن ذلك ينبغي ان نسخر جميع تلك الآليات لإنجاح عملية التنشئة الاجتماعية لاطفالنا وتكون تنشئتهم تنشئة سليمة تجعلهم في المستقبل افراد يسلكون السلوك القويم.

- دور التربية البدنية والرياضة في التنشئة الاجتماعية:

تعتبر الاسرة اول خبرة لعب يتعرض لها الطفل خاصة عندما يكون الاب يمارس او يتابع الرياضة . وسواء في المدرسة او في أي مؤسسة اجتماعية , يتدرب الطفل خلال الانشطة الرياضية على تعلم مختلف الادوار التي تؤهله لان يصبح كائنا اجتماعيا.

وتعد الأسس الاجتماعية عبر برامج التربية البدنية والرياضة أحد الأسس الرئيسة، فهي تتسم بشراء المناخ الاجتماعي ووفرة العمليات والتفاعلات الاجتماعية، والتي من شأنها إكساب الممارس للتربية البدنية والرياضة عدداً كبيراً من القيم والخبرات والحصائل الاجتماعية المرغوبة، والتي تنمي الجوانب الاجتماعية في شخصيته، وتساعد في التطبيع والتنشئة الاجتماعية والتكيف مع مقتضيات المجتمع ونظمه ومعاييره الاجتماعية والأخلاقية.

وقد استعرض كوكلي Coakley، الجوانب والقيم الاجتماعية للرياضة، فيما يلي:

- التعاون. - الروح الرياضية. - الانضباط الذاتي. - التنمية الاجتماعية. - تنمية الذات المنفردة. - اللياقة والمهارات النافعة.

- المتعة والبهجة الاجتماعية. - اكتساب المواطنة الصالحة. - التعود على القيادة والتبعية. - الحراك والارتقاء الاجتماعي.

- متنفس للطاقات مقبول اجتماعياً. - تقبل الآخرين بغض النظر عن الفروق.

التنشئة الاجتماعية واهميتها في الرياضة:

يستخدم مصطلح التنشئة الاجتماعية للدلالة على مجموعة من العمليات الاجتماعية التي يتعرض لها الفرد خلال وجوده في المجتمع وهي عمليات متعددة ومتشعبة تهدف الى تطبيعة بطابع المجتمع الذي يعيش فيه بحيث يتفق معه في معايرة وقيمة وسلوكه. اما في اطار اكتساب المهارات والمعلومات الحركية للياقة البدنية والحركية نجد ان التنشئة الاجتماعية هي عبارة عن عملية نقل الثقافة الى الافراد لكي

يتعلموا ويكونوا افرادا ذوي كفاءة اجتماعية خاصة.... اذ ان النادي الرياضي على سبيل المثال هو عبارة عن مؤسسة اجتماعية تمارس فيها الوان مختلفة من الانشطة الرياضية فهي تعد جزء من النظام التعليمي

....

اما الوظيفة الثانية للتنشئة الاجتماعية فهي تنمية العلاقات الاجتماعية بين افراد الفريق الواحد في الكفاءة.

ولابد من الاشارة الى ان التنشئة الاجتماعية تساعد في اكتساب التلاميذ في المدارس المهارات والمعلومات الخاصة باللياقة البدنية والحركية فضلا عن تنمية العلاقات الشخصية بين التلاميذ من خلال عمليات التعلم المختلفة وخاصة عملية التعلم الاجتماعي التي تحتوي على العديد من امثلة التدعيم وعمليات المقارنة

تعتبر ظاهرة العنف في المجال الرياضي - خاصة لعبة كرة القدم - من الظواهر الاجتماعية النفسية التي بدأت تظهر في المجتمعات، واصبحت تشكل خطرا في بعض الأحيان على الأرواح والممتلكات . والعنف في المجال الرياضي بإعتباره ظاهرة إجتماعية نفسية تظهر ملامحها بصورة ملموسة في سلوك اللاعبين والمشجعين قبل واثناء وبعد المباريات الرياضية . أسباب العنف الرياضي التي يكون مصدرها التنشئة الاجتماعية :إن الشباب الذين يأتون من الطبقة الإجتماعية العاطلة أو من أسر مفككة أو أسر يوجد بينها خلاف مستمر يجدون في ظاهرة العنف في كرة القدم طريقهم لتحقيق رغباتهم وذلك من اجل إثبات وجودهم وذاتيتهم. وان طبيعة الحياة التي عاشوها في الأسر المفككة أو المدارس سهلت لهم هذا الأمر.

إجراءات الدراسة

1. منهج الدراسة:

من أجل تحليل ودراسة المشكلة التي طرحناها، اعتمدنا على المنهج الوصفي استجابة لطبيعة الموضوع وقدرته على تحقيق أهداف الدراسة، والإجابة على تساؤلاتها وفرضياتها.

يعرف المنهج الوصفي بأنه "كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية أو النفسية، كما هي قائمة في الحاضر، قصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها أو بينها وبين الظواهر التعليمية أو النفسية أو الاجتماعية الأخرى" (بسوسي محمد عوض، 1992). فهو "طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميًا عن طريق جمع معلومات مقننة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها و إخضاعها للدراسة الدقيقة" (بوحوش عمار، 1995)،.

2. مجتمع وعينة الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من الممارسين وغير الممارسين والمنفذين والمشرفين على الانشطة البدنية والرياضية في اقليم تونس الكبرى الذي يشمل ولايات تونس واريانة وبن عروس ومنوبة، وتتكون عينة الدراسة من 808 مستجوبا موزعين كالآتي

لمجموع	اناث	ذكور	
	النسبة	النسبة	
% 43.5	% 17.8	25.7 %	ممارسين
% 22.1	17.2%	% 4.9	غير ممارسين
15 %	4.1%	10.9%	منفذين
% 19.4	4.8%	14.6%	مشرفين
% 100	43.9%	56.1%	المجموع
جدول رقم 1: افراد عينة الدراسة الكلية			

وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية، بحيث تم تطبيق الاستبيان على الممارسين وغير الممارسين والمنفذين والمشرفين.

4. أدوات و خطوات تطبيق أداة الدراسة

* الاستبيان

1 - بنية الاستبيان :

يتضمن الاستبيان الموجه إلى الممارسين وغير الممارسين والمنفذين والمشرفين للأنشطة البدنية والرياضية التابعين للهياكل الرياضية من جمعيات وجامعات ومنشطين (منشطى الشباب، ومنشطى الرياضة للجميع) والمسؤولين في المؤسسات العمومية (البلديات) والخاصة (مؤسسات) بإقليم تونس الكبرى على 191 سؤالاً.

2 - الخصائص السيكومترية للاستبيان:

اولا: الثبات *validite*

يقصد ثبات الاختبار " الاختيار الذي يعطي نتائج مثقاربه او النتائج نفسها اذا اعيد تطبيقها غير مره وفي الظروف نفسها " حيث تعد هذه الطريقة من ابسط الطرائق واسهلها كما انها مصممه في تعيين معامل ثبات الاختبار وتتلخص هذه الطريقة في اختبار مجموعة من الافراد ثم يعاد التطبيق مرة اخرى وعلى المجموعة نفسها ويحسب معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين التطبيقين للحصول على معامل ثبات الاختبار وكان معامل ثبات الاختبار (0.962) وهو معامل ارتباط عالي.

الثبات هو الاتساق او الاستمرارية في استجابات عينة الدراسة التجريبية، وقد تم ايجاد الثبات لاداة الدراسة بثلاثة طرق هي :

ا - الثبات بالاعادة *Test -ReTest* حيث تم تطبيق الاستبيان على عينة استطلاعية مكونة من 30 فردا ، واعادة تطبيق الاختبار على نفس العينة بفترة زمنية فاصلة بين مرقي التطبيق مدتها 15 يوما ، وقد تم ايجاد معامل ارتباط بيرسون بين مرقي التطبيق ، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.80) ، وهي قيمة تدل على تمتع الاستبيان بالثبات.

ب - تم ايجاد معامل الارتباط بين بين الاداء على البعد والدرجة الكلية للاداء، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول عدد 2 : معاملات الارتباط بين الاداء على البعد والدرجة الكلية

معامل الارتباط			
0.64	التوجهات العامة	1	المجال الأول:
0.70	التشريع والتنظيم	2	السياسة الرياضية
0.86	اهتمام بالممارسة	3	
0.65	تنوع البرامج	1	المجال الثاني:
0.75	نشر الثقافة	2	

0.70	التاثير	3	تاثير
0.80	مساهمة الهياكل	4	ممارسة النشاط البدني والرياضي
0.77	التجارب العالمية	5	

ج - الاتساق الداخلي:

جدول عدد 3 : الاتساق الداخلي

الفا	كرونباخ			
0.89	التوجهات	1	1	المجال الأول:
0.86	التشريع	2	2	السياسة الرياضية
0.65	اهتمام بالممارسة	3	3	
0.69	تنوع البرامج	1	7	المجال الثاني:
0.73	نشر الثقافة	2	8	تاثير
0.84	التاثير	3	9	ممارسة
0.88	مساهمة الهياكل	4	10	النشاط البدني والرياضي
0.86	التجارب العالمية	5	11	

ثانيا- موضوعية المقياس: إن الموضوعية يقصد بها " عدم اختلاف المقدرين بالحكم على شيء ما او على موضوع معين " وان الاختبار ذا الموضوعية الجيدة " هو الاختبار الذي يبعد الشك وعدم الموافقة من قبل المختبرين عند تطبيقه " ويعتبر الاختبار المستخدم في هذا البحث واضح وسهل الفهم من قبل افراد العينة لهذا تعد ذات موضوعية عالية.

ثالثا - الصدق: الصدق هو احد المعاملات المهمة للاختبار فهو يقيس بدقة الشيء الذي وضع من اجله " ويقصد بصدق الاختيار القدرة على قياس ما وضع من اجله او السمة المراد قياس اذ قام الباحث باستخدام صدق المحتوى لذا وزع المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين* في مجال علم النفس وعلوم وتقنيات الانشطة البدنية والرياضية لابداء ارائهم وملاحظاتهم لغرض تطبيق المقياس على عينة البحث.

النتائج

الرهان الحقيقي للرياضة للجميع هو تنمية أشكال جديدة من التنشئة الاجتماعية مختلفة عن تلك

التي أنتجتها رياضة المنافسات ؟

غير موافق	محايد	موافق	الانحراف المعياري Ecart type	المتوسط Moyenne	N ن	الفرضية الرابعة
0.5	29.5	70	0.284	1.67	630	أولا: على مستوى الفرد
0.0	26.8	73.2	0.212	1.63	314	ثانيا: على مستوى المجموعة
1.7	15.3	83	0.384	1.24	808	ثالثا : على مستوى الممارسة الرياضية
3.3	5.7	91	0.370	1.25	788	رابعا :على مستوى التنشئة الاجتماعية الرياضية

2.4	3.3	94.3	0.363	1.11	793	1 - المستوى الشخصي
2.5	14.1	83.4	0.396	1.26	806	2 - المستوى الاجتماعي
3.4	6.2	90.4	0.432	1.27	805	3- المستوى الثقافي والتربوي
3.3	6.7	90	0.374	1.15	806	4 - المستوى الصحي
8.3	33.7	58	0.588	1.46	808	5 - المستوى الاقتصادي
1.9	14.4	83.7	0.404	1.21	808	6 - المستوى النفسي
3.3	5.7	91	0.370	1.25	788	خلاصة رابعا
0.3	23	76.7	0.244	1.50	296	خلاصة الفرضية

هذه النتائج العامة يمكن تفصيلها حسب مجالات التنشئة الاجتماعية الرياضية من حيث

المستويات الاربعة التالية:

أولاً: على مستوى الفرد ،

ثانياً: على مستوى المجموعة،

ثالثاً : على مستوى الممارسة الرياضية،

رابعاً: على مستوى التنشئة الاجتماعية الرياضية:

1 - المستوى الشخصي،

2- المستوى الاجتماع ،

3- المستوى الثقافي والتربوي ،

4 - لمستوى الصحي ،

5- المستوى الاقتصادي ،

6- المستوى النفسي

ان الهدف الاساسي للرياضة باعتبارها اداة هو المساهمة في التنشئة الاجتماعية للفرد داخل المجتمع بداية من الاسرة الى جماعة الرفاق والجمعية او النادي او الهيكل الرياضي ،الا ان هذه التنشئة في اعتقادنا تختلف تاثيراتها و نتائجها بين الرياضة المدنية والممارسة الحرة:

على مستوى الرياضة المدنية:

يضم اقليم تونس الكبرى من الناحية السكانية و الرياضية :

حوالي $\frac{1}{4}$ من: سكان البلاد من حيث العدد، عدد الأسر الجملي (وبمعدل 4.2 شخص للأسرة الواحدة من حيث حجم الأسرة)، عدد السكان النشطين من النساء،أما من الناحية الرياضية فهو يضم:

- حوالي $\frac{1}{4}$ من عدد المجازين بصفة عامة.

- $\frac{1}{3}$ من عدد المجازين من الفتيات الرياضيات.

- $\frac{1}{2}$ من العدد الجملي للمضامير الاصطناعية والمسابع المغطاة

- $\frac{1}{5}$ من مسابح الهواء الطلق

- $\frac{1}{4}$ مراكز تكوين اللاعبين الشبان، الملاعب المعشبة، مراكز التكوين المختصة والمتعددة الاختصاصات.

- $\frac{1}{3}$ القاعات الرياضية

إن استقراء الوضع الحالي لقطاع الرياضة المدنية يبرز أن هذا الأخير سجل تطورا ملحوظا على مستوى:

- عدد المجازين في العديد من الاختصاصات

- عدد النوادي المختصة

إلا اننا نسجل ما تعيشه الرياضة المدنية من ازمت متتالية على مستوى النتائج وعلى مستوى الاقتدار الرياضي الذي اعتمده كهدف وكذلك على مستوى الهيكلة و التسيير والتنظيم الاداري للرياضة مما انتج نشوء عدة ظواهر اجتماعية منها التخلي الرياضي والعزوف والانقطاع المبكر في المجال الرياضي ،بروز مجموعات المشجعين المتعصبين لجمعياتهم ،انتشار ظاهرة العنف في الملاعب بمختلف اشكاله

خاصة في منافسات الاجوار والمقابلات الهامة ولنا في تونس امثلة كثيرة سوسة باجة رادس قابس والشبيبة بما حدث في الاسكندرية بمصر وام درمان في السودان مما دفع الهياكل الرياضية المختصة الى اللجوء الى المقابلات دون حضور الجمهور وتحديد قائمة المسيرين التابعين للنوادي لمواكبة المنافسات

على مستوى الممارسة الرياضة الحرة:

نحن نعتقد ان تفعيل قوانين تنظيم وتطوير الانشطة البدنية والرياضية لمزيد حث الهياكل والمؤسسات الرياضية العامة والخاصة على تاطير الممارسة الرياضية المدنية او الحرة ،اضافة الى احداث جامعة تونسية للرياضة للجميع ،والسعي من خلال السياسة الرياضية للدولة الى التشجيع على الممارسة الحرة من خلال انشاء المسالك الصحية وملاعب الاحياء والملاعب البلدية وفتح المنشآت الرياضية للعموم يدخل في اطار مزيد تاطير الممارسة الرياضية والبدنية لتجاوز النتائج الاجتماعية السلبية للرياضة المدنية المتمثلة خاصة في ظاهرة العنف في المجال الرياضي، والوعي باهمية ودور الممارسة الرياضية الحرة في ارساء تنشئة اجتماعية سليمة وسلمية تشجع الافراد على التعاون وربط العلاقات بين مختلف الشرائح الاجتماعية اضافة الى فوائدها على المستوى الفردي والاجتماعي والتربوي والصحي والنفسي

ان القيام بمقارنة بين خصائص الرياضة للجميع ورياضة المنافسات يمكن ان تساعدنا على مزيد فهم الجوانب الايجابية والسلبية في الرياضتين من حيث خصائصهما في مستويات : الاهداف والدوافع ،الوسائل والاشكال ،الشروط ،التنظيم والممارسة ،التاثير والنتائج ،التكلفة

أولاً: على مستوى الفرد

غير موافق	محايد	موافق	الانحراف المعياري Ecart type	المتوسط Moyenne	N ن	
0.5	29.5	70	0.284	1.67	630	أولاً: على مستوى الفرد

1 - الهدف الفردي :**السؤال عدد 132 :**

ان ممارسة النشاط الرياضي والبدني الحر يهدف حسب عينة الدراسة وبنسبة 55.8 انطلاقا من الهدف الفردي الى التكوين الشخصي على جميع المستويات البدنية والذهنية والصحية والدافعية الذاتية في حين ترى في الثقافة العامة والمزاج الهدف الفردي من الممارسة الرياضية، اما التشجيع على الحياة الجماعية وربط العلاقات فكانت 17.6 ولئن اختلف الهدف الفردي من الممارسة الرياضية فان الحاجة الاساسية للتكوين الشخصي هي النسبة الطاغية مما يؤكد البعد الذاتي للممارسة.

السؤال عدد 133 :

نلاحظ ان العينة تولي اهتماما كبيرا للعلاقات الانسانية في مجموعة الممارسة الرياضية بنسبة 95.2 مما يؤكد على رغبة وحاجة الفرد الى الاخر خلال الممارسة الرياضية كشريك او منافس بهدف التفاعل واشباع الحاجات والتواصل

يشير جون بيار سواسون الى ان الرياضة للجميع، تعمل على تنمية كل فرد ايا كان عمره من خلال مشاركته في الانشطة الرياضية، كما تعمل على تحقيق السعادة له في حياته. كما تؤكد ماري تيريز ان الرياضة للجميع تسعى الى تحقيق الفرد اللائق بدنيا واللائق عقليا وكذلك الاسهام في تحقيق السعادة له. ومن جانب اخر يرى برنارد جيليه ان الرياضة للجميع قد اصبحت تشكل في كل بلد من بلدان العالم شكلا للترويج المفضل لدى الشباب ولدى الجماعات كما انها تمثل في المجتمع العصري نظاما تربويا يعمل على تكوين وتنمية شخصية الممارسين لاجه انشطتها وتنمية سماتهم الخلقية، الى جانب انها قد اصبحت من الوسائل الهامة للمجتمع في تجديد طاقة افراده وفي ايقاظ روح التنافس بينهم.

وقد أكد كورين وليندسي (Corbin, & Lindsey, 1996) على أن ممارسة الأفراد للنشاط البدني والاقتناع به يعتمد على تنمية الاتجاهات والقيم والأنماط السلوكية الإيجابية نحو النشاط البدني وقد أشار اندرسون (Andersen, 2005) إلى أن الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني تلعب دوراً مهماً في تنشيط الفرد نحو ممارسة الأنشطة البدنية، وتدفعه إلى الاستمرار في ممارستها، والعكس صحيح بالنسبة للاتجاهات السلبية. كما أكد على أن اتجاهات الفرد لها تأثير قوي وفعال في توجيه سلوكه، فالاتجاهات تضيء على إدراك الفرد ونشاطاته معني ومغزى تساعده على ممارسة الأنشطة البدنية برغبة وفاعلية.

إن الاتجاه هو حالة من الاستعداد أو التهيؤ النفسي الذي يجعل الفرد يستجيب نحو موقف أو شيء ما بطريقة معينة تتراوح بين القبول المطلق إلى الرفض المطلق. والاتجاه نحو النشاط البدني هو مفهوم يعبر عن

محصلة استجابات الفرد نحو معارف وخبرات مرتبطة بالنشاط البدني وذلك من حيث تأييد الفرد لهذه المعارف والخبرات أو معارضته لها

لذا فإن تنمية الاتجاه الإيجابي نحو النشاط البدني يعد ضرورة ومخرجاً تربوياً واجتماعياً للتغلب على المشكلات الصحية والنفسية والسلوكية والأخلاقية المتعلقة بالتقدم التقني لدى الأفراد عامة .

2 - الهدف الاجتماعي:

نستنتج من خلال اجوبة عينة الدراسة بنسبة 61.4 اجتماعية مجموعة الممارسة الرياضية الحرة خارج اوقات ممارستهم للنشاط البدني والرياضي وداخل مجتمعهم سواء في الاسرة او مع الرفاق او داخل المؤسسة او الهيكل باعتبارها تساعد على تنمية الروابط الاجتماعية 72.5 وهو ما يؤكد صحة المقاربات الاجتماعية للرياضة والتي سواء كانت فردية او جماعية لا تخلو من هذا البعد الذي هو جوهر الممارسة الرياضية وما تتضمنه من فوائد وتفاعل مع الاخر على جميع المستويات الترفيهية والتنافسية والتنشيطية

ثانيا: على مستوى المجموعة:

غير موافق	محايد	موافق	الانحراف المعياري Ecart type	المتوسط Moyenne	N ن	
0.0	26.8	73.2	0.212	1.63	314	ثانيا: على مستوى المجموعة

يمكن تناول هذا المكون من حيث العلاقة الرياضية والعلاقة الاجتماعية:

1 - من حيث العلاقة الرياضية:

تمتاز مجموعات الممارسة الرياضية الحرة بمناخ علائقي جيد بنسبة 75.7 خاصة بالنسبة للذين يمارسون نفس الرياضة 71.4 والذين تجمعوا تلقائيا 50.9 او مؤسساتيا 46.5 رغم الخصومات بعض الاحيان 61.4 نظرا لعدم تنظيمهم هيكليا وبسبب المنافسة 62.9 او بسبب استغلال الفضاء 31.2

2 - من حيث العلاقة الاجتماعية:

تتماز مجموعة الممارسة الرياضية الحرة من حيث العلاقة الاجتماعية خارج مجال الممارسة بالالتقاء مع بعضهم 57.9 والتواصل فيما بينهم في مواضيع اجتماعية اخرى 79.3 بعيدة عن المجال الرياضي خاصة حول العمل 44.9 والرياضة 37.1 والقيام بلقاءات رياضية مع بقية المجموعات تلقائيا 65.8 او مؤسساتيا 30.00

يرى كل من (TRABAL.P ,DURET.P,2001) ان الظواهر الاجتماعية والتساؤلات المتعلقة بالعدل والاحقية والعدالة لا تحتل مكانة مركزية الا داخل الرياضة" طالما اسهم النشاط البدني في الترابط الاسري والحياة الاجتماعية بمختلف انشطتها ومنح افراد الاسرة السعادة والمتعة والبهجة من خلال أنشطة الترويح واطقات الفراغ... كما كان له اثره الطيب في اضعف الامن والامان النفسي والاجتماعي للافراد والمجتمعات علاوة على مظهر الصحة والحياة الطيبة كاحد معطيات النشاط البدني ...

ثالثا : على مستوى الممارسة الرياضية:

غير موافق	محايد	موافق	الانحراف المعياري Ecart type	المتوسط Moyenne	N ن	
1.7	15.3	83	0.384	1.24	808	ثالثا : على مستوى الممارسة الرياضية

على مستوى الممارسة الرياضية يمكن ان نتناوله في عنصرين:

1 - دور الممارسة في التنشئة: يتبين من خلال وجهات نظر عينة الدراسة الدور الايجابي للممارسة الرياضية في التنشئة الاجتماعية اذ ان 95.5% يعتبرون الممارسة الرياضية وسيلة تربية هامة في بناء الشخصية المتوازنة للافراد لفوائدها المتعددة في تهذيب السلوك واحترام القانون والمجموعة وروح الانتماء وتوطيد العلاقات الاجتماعية بين كافة شرائح المجتمع 94.4 خاصة اذا كانت السياسة الرياضية تتماز

بالنظرة الشمولية لمختلف جوانب الاهداف التربوية، الشخصية، الرياضية، الاجتماعية، الاقتصادية والانتاجية كما تبني ذلك 73.1 من عينة الدراسة

ان الممارسة الرياضية كنشاط حر ذاتي غير مكلف وغير مرتبط بمكان او زمان لا يثقل كاهل الفرد بل يقبل عليه بدافعية ذاتية ويزداد هذا الاقبال على تعاطي ممارسة النشاط البدني والرياضي اذا وجد دعما من الهياكل والمؤسسات العامة والخاصة على مستوى البنية الاساسية الرياضية من انشاء فضاءات وتجهيزات رياضية وعلى مستوى البرامج المؤطرة * حفظ الصحة

من قبل مختصين في المجال الرياضي * دعم مقاومة الانسان لمتاعب الحياة الحديثة* الرياضة لشغل اوقات الفراغ* الرياضة لتنشيط الذهن وتنمية التفكير* الرياضة لاثراء العلاقات الاجتماعية من خلال ما سبق يبرز دور الممارسة الرياضية الايجابي في التعايش والتفاعل الاجتماعي والتطبيع الاجتماعي.

" اشار العالم الاجتماعي الالماني كارل ديم الى ان التربية البدنية في المانيا الاتحادية قبل الوحدة تعتمد من اجل تطبيع السلوك الاجتماعي للاطفال والمراهقين على معايير وقواعد ونظم المجتمع، وهو ما ذهب اليه الفرنسي بوييه عندما صرح بان الرياضة من العوامل التي تشكل انماط جيدة للعلاقت في تشكيل وطنية الافراد، وينظر تيفان من كندا الى الرياضة من منظور كيف انها تساعد في تطبيع الفرد اجتماعيا وكيف يمتد تأثيرها الى الجوانب غير المتصلة بالرياضة في حياة الافراد، كما اوضح تيفان الى ان دراسة علاقة التنشئة الاجتماعية بالرياضة يمكن تناولها ومعالجتها من خلال مدخلين اساسيين، هما مبحث كيف يتطبع الفرد اجتماعيا لاجل الرياضة، والثاني كيف تؤثر الرياضة في تطبيع الفرد اجتماعيا، في حين يرى شيفر ان الرياضة هي احدى الاليات المهمة في عملية الموازنة الثقافية في المجتمع وبذلك نجد ان هناك وجهتي نظر اساسيتين في علاقة الرياضة بالتنشئة الاجتماعية.

الاولى غربية تستند الى وجهة النظر المثالية التي تعطي اولوية للعوامل النفسية والبيولوجية في عملية التنشئة الاجتماعية للفرد والثانية شرقية، تستند الى وجهة النظر الاشتراكية التي تؤكد ان تطبيع الافراد يتم تحت وعي الطبقة الاجتماعية اكثر مما يتم في الجماعة، وقد اجمع علماء النفس من المدرستين على ان فرص التفاعل الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية المتبادلة والمتاحة للافراد عبر الرياضة ومن خلال متظمناتها " تدريب، منافسة، مشاهدة، انتقال، اسكان... تساعد وبشكل واضح على خلق القيم الاجتماعية المقبولة واكتساب المعايير الاجتماعية المرغوبة كالنصر بشرف والمكانة الاجتماعية المميزة، والاهتمام بتشجيع منتخب البلاد والمشاركة في الشعور العام .

ان الدور التطبيعي للرياضة اصبح واضحا من خلال الوظيفة التكاملية للرياضة .

2 - من حيث البرامج: ان الدور الاساسي للهياكل الرياضية العامة والخاصة هو العمل على تطوير وتنظيم النشاط البدني والرياضي للاستفادة منه سواء في الرياضة المدنية او في مجال الممارسة الحرة ، وعلى مستوى البرمجة التي يتم تنفيذها بطريقة ايجابية حسب عينة الدراسة 89.9 اعتبارا وانه يتم التعرف خلالها على الميول الرياضية المناسبة للممارس 73.9 الذي يشارك في هذه البرامج الرياضية التي توفرها الجامعة، الجمعية، البلدية او المؤسسة بشكل فعال 74.1 لذلك يكتسب الممارس مهارات ذهنية وبدنية تساهم ايجابيا كممارسة في التنشئة الاجتماعية للفرد

دور الهياكل /الممارسة: من خلال ما سبق يتكامل دور الممارسة الرياضية مع البرامج المقترحة لزيادة الاقبال على الممارسة الحرة لتركيز وتوجيه لدى الممارسين اطارا مرجعيا رياضيا يساهم في بلورة التنشئة الاجتماعية الرياضية داخل الاسرة والمجموعات و المجتمع

ان وضع برامج حسنة التخطيط للانشطة البدنية والرياضية يعطي الفرصة لذوي الصعوبات او الحاجات الخصوصية لاكتساب العديد من الصفات المرتبطة بالقدرات الاجتماعية مثل المرونة في حل الصراعات ، تقدير الذات ، الثقة في مواجهة الاخرين، الرقابة الذاتية والروح المعنوية

ويتضمن النشاط البدني والرياضي قيما ظاهرة واخرى باطنة ، فنحن ننتظر من كل الافراد الذين لهم دور في الممارسة الرياضية سواء كان رياضيا ،مدرب او مدربة، متصرف او حتى المشاهد او المشاهدة ان يبرهنوا عن الروح الرياضية واحترام القيم الاساسية التي هي الاندماج، نبذ العنف ،احترام الاخر واحترام السلطة، لان هذه القيم تساعد الافراد والشباب على الحياة الجيدة في المجتمع ، فالرياضة بالتالي يمكن ان تمثل عامل تنمية لقدراتهم الاجتماعية الا ان التحدي يتمثل في وضع الاليات والاجراءات حتى يتناغم التاطير وظروف الممارسة في هذا الاتجاه وهذا الهدف الاجتماعي

تصنيف انشطة واشكال الرياضة للجميع: لقد تعددت انشطة واشكال الرياضة للجميع وفقا لاختلاف اراء وفلسفات الافراد والجماعات نحو واهداف الرياضة للجميع ، ووفقا لاختلاف الثقافات الوطنية بين المجتمعات ووفقا للعادات والتقاليد والعقائد الدينية السائدة في هذه المجتمعات ، ويرى بيار سوران ان الرياضة للجميع يجب ان تتضمن :

- الاشكال التقليدية: للرياضة والانشطة التي تعبر عن الثقافات الوطنية والتي تتميز بدورها وباسهاماتها في العملية التربوية وفي الترويح مما يضيف عليها الطابع الاجتماعي ، كما يجب ان تتضمن انشطة الهواة الطلق والتمرينات

- انشطة الفراغ والهواء الطلق; وهي تمثل اوجه النشاط التي تستفيد من الطبيعة في ممارستها ولذا يطلق عليها أنشطة الفراغ والهواء الطلق وترجع اهميتها الى انها تبعد الفرد من حياة العالم الصناعي ومتغيرات المدنية الحديثة وتقترب به من الطبيعة ،وقد اشار رونيه ماهو الى ان الاساس من الرياضة هو الشعور بالسعادة وذلك من خلال اتصاله وتفاعله مع الطبيعة.
- الرياضة المدرسية والجامعية: تعد من اشكال الرياضة للجميع التي تستخدم الطرق التقليدية للرياضة بطريقة منظمة تسمح باشتراك أكبر عدد من الدارسين
- المنافسات الرياضية للجماعات او الجمهور: يتم تنظيمها خارج النطاق المدرسي بمشاركة الجماعات او الجماهير ،وتتم المنافسات في اطار من التنافس والروح الرياضية دون الاهتمام بالفوز ،ويتم التركيز على الاهتمام على التفوق على الذات والانتصار عليها
- التمرينات الارادية : هي شكل من اشكال الرياضة للجميع غرضها الاحتفاظ بالحالة البدنية وتنميتها والترويح عن النفس وتنمية العلاقات الانسانية . كما يتم ممارستها في اوساط اجتماعية مختلفة وقد حدد المجلس الاوروي أنشطة الرياضة للجميع في اربعة اشكال :العاب ورياضات المنافسة ،مناشط الخلاء،الانشطة الجمالية،مناشط الاحتفاظ بالحالة البدنية

رابعاً: على مستوى التنشئة الاجتماعية الرياضية:

4 - على مستوى التنشئة الاجتماعية الرياضية					
ا - المستوى الشخصي					
ن	المتوسط	الانحراف المعياري	موافق	محايد	غير موافق
793	1.11	0.363	94.3	3.3	2.4
ب - المستوى الاجتماعي					
ن	المتوسط	الانحراف المعياري	موافق	محايد	غير موافق
806	1.26	0.396	83.4	14.1	2.5
ج - المستوى الثقافي والتربوي					
ن	المتوسط	الانحراف المعياري	موافق	محايد	غير موافق
805	1.27	0.432	90.4	6.2	3.4
د - المستوى الصحي					
ن	المتوسط	الانحراف المعياري	موافق	محايد	غير موافق
806	1.15	0.374	90	6.7	3.3
و - المستوى الاقتصادي					
ن	المتوسط	الانحراف المعياري	موافق	محايد	غير موافق
808	1.46	0.588	58	33.7	8.3
ي - المستوى النفسي					
ن	المتوسط	الانحراف المعياري	موافق	محايد	غير موافق

موافق		موافق	المعياري		
1.9	14.4	83.7	0.404	1.21	808
غير موافق	محايد	موافق	الانحراف المعياري	المتوسط	المجموع

1 - المستوى الشخصي: تساهم الممارسة الرياضية الحرة للفرد على المستوى الشخصي في تنشئته اجتماعيا فهي تساعده في عملية التواصل مع بقية الممارسين 88.3 ، في تنمية قدراته البدنية الشخصية 95.2 ، في تكوين فلسفة خاصة ايجابية نحو الرياضة 92.3 وبالتالي في اندماجه في المجموعة 93 % ان المستوى الشخصي للفرد حافزه دافعية ذاتية كل حسب ميولاته ورغباته وحالته الجسدية وظروف عمله واسرته واولاد فراغه لذلك توفر الممارسة الرياضية الحرة للفرد امكانية التفتح على الاخر والمجموعة ليصبح فاعلا شخصيا واجتماعيا.

2 - المستوى الاجتماعي: يمكن تناول المستوى الاجتماعي من ابعاد ثلاثة : الانتماء الاجتماعي س 157 و 158 ، العلاقات الاجتماعية س 159 و 161 و 162 ، الممارسة الرياضية واولاد الفراغ 160

1 الانتماء الاجتماعي: اكدت اغلبية العينة 93.1 على ان ممارسة الانشطة البدنية والرياضية تساعد على تقوية الشعور بالوعي الجماعي على المستوى الاسري وجماعة الرفاق وفي المدرسة والمجتمع ، كما ان الممارسة الرياضية تعمل على تنمية الشعور بالانتماء الى الوطن 90.5

من ناحية تركيبة وبنية العائلة، يرى بعضهم ان الافراد المنحدرين من العائلات التي يعمل فيه الاب كامل الوقت والام تعمل جزئيا لديهم اتجاه وميل اكثر نحو ممارسة الرياضة ، اما الفتيات اللاتي ينحدرن من عائلات احادية الاب او الام لديهن ميل اقل نحو الرياضة

من ناحية الدخل العائلي والمكانة الاجتماعية الاقتصادية، فان الدخل العائلي عادة يرتبط ايجابيا بمشاركة الشباب في الانشطة البدنية والرياضية ولكن يبدو ان ابناء العائلات الاقل والغير محظوظة يعوضون مشاركتهم الضعيفة في الانشطة المنظمة بالانشطة الحرة

تمثل ممارسة الانشطة البدنية والرياضية عامل تكييف اجتماعي يساهم في كسر العزلة فالرياضة تمكن الافراد الذين يتقاسمون الازواق والاهتمامات من فرصة تنمية الاحساس بالانتماء الى جمعية او نادي او الى مجموعة وهكذا يتمكنون من خلق شبكة اجتماعية ، لكن هذه المظاهر الايجابية لا تبرز اليا مما

يستوجب التأطير وتوفير ظروف الممارسة لتنمية القدرات الاجتماعية خاصة وان الرياضيين يبرهنون أكثر مرونة في مواجهة الوضعيات المقلقة اذ نجدهم أكثر قدرة على الاستيعاب والتكيف والتفتح، مما يساعدهم على الحفاظ على العلاقات الجيدة مع محيطهم.

عادات حياتية ايجابية: تبين الدراسات ان الشبان الذين يمارسون الانشطة البدنية والرياضية بانتظام لهم عادة احسن العادات الحياتية خاصة على مستوى التغذية والنوم وسلوكيات مهددة اقل مثل العلاقات الجنسية الغير محمية، اما فيما يتعلق بتعاطي الادمان والكحول فان النتائج معتدلة باعتبار ان الدراسات تبرزان استهلاك الكحول مرتفع لدى الشبان الممارسين للنشاط الرياضي رغم ان الارتباط يبدو اقل لدى الكهول والشباب النشطين خاصة الفتيات حيث ان نزعة التدخين لديهن اقل، وان كان ليس من الضرورة وجود علاقة السبب والنتيجة لان هذه العادات الايجابية يمكن ان تكون نتيجة عامل موحد مثل المستوى الاجتماعي الاقتصادي للعائلة والنمط التربوي للاهل، وفي كل الحالات نعتقد ان الافراد الذين يمارسون النشاط الرياضي للمحافظة على اللياقة البدنية او الذين يشاركون في المنافسات الرياضية يكون لديهم توجه نحو العادات الحياتية التي تساعدهم على تحقيق اهدافهم، كما ان بعض الدراسات اظهرت ارتباط بين مستوى النشاط البدني في المراهقة وممارسته في مرحلة الكهولة

الدعم والتأطير الاسري: يمثل الوالدان المصدر الاولي للدعم بالنسبة للمراهقين لذلك فإن تلقينهم عادات حياتية سليمة منذ الطفولة لأبنائهم يعينهم على القيام بالاختيار الصائب المتعلق بالنشاط البدني والرياضي، والدعم الاسري يتجلى في طرق عديدة: التشجيع، التصرف كمدرب أو شريك في اللعب، تسهيل اقتناء التجهيزات، تامين التنقل وخلق الفرص ليكونوا نشيطين. يؤثر الاهل ايضا في ميل الطفل ليكون ناشطا، في معتقداته واحساسه بالفعالية الشخصية نحو الانشطة البدنية والرياضية

تحدد اتجاهات الأهل اختيار الطفل للانشطة البدنية والرياضية وكثافتها وانتظامها. فكلما كانت اتجاهاتهم ايجابية كلما كانت الفرص اكبر لدى الطفل لأخذها بعين الإعتبار وبجدية، وانطلاقا من هذا فإن الاهل الذين يثمنون الانشطة البدنية والرياضية يدعمون أكثر طفلهم مهما كان مستوى نشاطهم البدني، وإذا كان طفل الوالدين النشيطين له توجه لمواجهة النشاط البدني والرياضي فإن ذلك يعود إلى ان والديه يعطيان أهمية للنشاط البدني وبإمكانهما إسداء الدعم اللازم وبإمكان العوامل التالية تحديد نوعية الدعم الاسري الملائم للكف او لتشجيع ممارسة الانشطة البدنية والرياضية :

— المكانة الاجتماعية الاقتصادية

— القيمة المسندة للنشاط البدني و الرياضي

– ادراك القدرات الرياضية للطفل او للفرد واهتماماته وقدراته السابقة ونموه وتضاف الى هذه العوامل ،جنس الطفل لان بعض المعتقدات المرتبطة بالجنس لا تزال موجودة نظرا لان الكثير من الاولياء يستثمرون مبالغ هامة في النشاط الرياضي لاطفالهم الذكور ويحرصون اكثر على نموهم الحركي ويحدون اقل من فرص لعب اطفالهم في الخارج

المحيط الاجتماعي: يتكون المحيط الاجتماعي للشباب للفرد من مجموعة العناصر غير الفيزيائية التي تؤثر في نفس الوقت على التمشي الذهني المحدد لقصدية ممارسة او عدم ممارسة نشاط بدني وهو يتكون خاصة من :

– محيطه الثقافي الماضي والحاضر

– مواقف وسلوكات الاشخاص الذين يتفاعل معهم من الاهل ،الاصدقاء ،المدرسين ،المدرسين والمنشطين...

– نوعية التاثير الاسري والمدرسي

– تنوع وطبيعة الخدمات المقدمة والمسداة له

– البرامج التلفزية والاشهار اللذان يثمنان الانشطة البدنية والرياضية

– الومضات التحسيسية المعروضة

الثقافة: تمثل الثقافة القيم والمعتقدات وكذلك عادات افراد المجموعات الدينية،العرقية،البلدية،الوطنية لفئة عمرية تساهم الثقافة في اقامة او تحوير المعايير الاجتماعية التي تفرض ما هو حسن وجيد لفعله وبذلك تؤثر الثقافة في التمشيات المعرفية للشباب والافراد في محيطهم العائلي ،المدرسي،الاجتماعي او الرياضي،وقد بينت الدراسات انه كلما ارتفع عدد ساعات العمل الاسبوعية كلما انخفضت ممارسة الانشطة البدنية والرياضية الجماعية

2 العلاقات الاجتماعية 159 و161 و162

84.7 يوافقون على ان ممارسة النشاط البدني والرياضي تساعد على النمو الاجتماعي وبناء العلاقات الاجتماعية ونسبة 88.6 في اعداد الفرد المنسجم في الحياة الاجتماعية كما انها لها دور في تبصير الفرد بالمصاعب الحياتية وحلها 60.5

مواقف وسلوكات الاقران: يؤثر سلوك الاقران بدرجة عالية في سلوك المراهقين والمراهقات، وبصفة خاصة لدى الاناث، فالنموذج والمثال والتشجيع بامكانهم حث غير الممارسين على القيام بالتدريب. ان

اكتشاف الانشطة البدنية والرياضية وخاصة ممارستها مع الاقران تمثل مصدر دافعية ولذة ذلك ان اللذة هي احد الاسباب الرئيسية التي من اجلها يواصل الافراد ممارسة النشاط الرياضي

اهمية الدعم الاجتماعي بالنسبة للفتيات: تمكن ممارسة الانشطة البدنية والرياضية الافراد من ربط علاقات اجتماعية مع الاقران اضافة الى العلاقات الجديدة مما يمثل عادة دافعية. ان تبني بعض السلوكيات من طرف الشباب مثل التدخين، او ممارسة النشاط البدني والرياضي يمكن اعتبارها كطريقة لابرار انتماءه للمجموعة، كذلك المعيار داخل المجموعة يؤثر بقوة على ممارسة الانشطة البدنية والرياضية خاصة لدى الاناث

3 الممارسة الرياضية واوقات الفراغ: يوافق 87.00 من عينة الدراسة على ان ممارسة النشاط البدني والرياضي تعمل على شغل اوقات الفراغ بشكل مستمر مما يبين اهمية هذه الممارسة، ومن خلال المشاركة الاجبارية والتاثير المدرسي بينت بعض الدراسات ان الاطفال المتدربين في مدارس نظامها الداخلي يسهل ممارسة الانشطة البدنية والرياضية هم اكثر نشاطا مما يبين اهمية دور التاثير المدرسي و المدرسة على مستوى ممارسة النشاط البدني والرياضي للاطفال والشباب هذا التاثير الذي تؤثر نوعيته على مدة وكثافة الانشطة

اما من حيث الخدمات المسداة فان توفير الخدمات لممارسة الانشطة البدنية والرياضية هو محدد هام للممارسة لأنها تمكن من تسهيل المرور إلى الفعل بصفة خاصة لدى اطفال الاوساط غير المحظوظة، ولضمان تلاؤم الانشطة المقدمة مع حاجيات وانتظارات الأفراد وكذلك من حيث التوقيت، كلفة النشاط ومكان الممارسة الذي يجب ان يكون مفتوحا للأفراد من مختلف الاوساط الاجتماعية الديمغرافية.

3- المستوى الثقافي والتربوي: تعمل الأنشطة البدنية والرياضية على اكتساب المعارف العلمية لممارسة النشاط البدني وتعريف بأهمية فوائد ممارسة الرياضة على الصحة. ومعرفة نوعية النشاط المناسب لامكانيات الفرد و مخاطر الممارسة الخاطئة وتصحيحها و فوائد الممارسة المنتظمة للرياضة. تساعد على تزويد الفرد بخبرات رياضية جديدة و على استثمار أوقات الفراغ بشكل سليم. و تطوير سلوكيات الفرد الرياضية. تساعد على الوصول بالفرد إلى حالة من النضج من خلال تزويد المشاركين بالعلم والمعرفة والثقافة. و اعتبار الرياضة وسيلة تحقق تكامل طاقات الفرد

يمكن تناول علاقة الممارسة الرياضية والبدنية بالمستوى الثقافي والتربوي من حيث مستويين:

اولا: مستوى المدى القريب:

1- المعارف الرياضية الاسئلة: صرح 63.9 من عينة الدراسة بان الانشطة البدنية والرياضية تعمل على اكتساب المعارف العلمية لممارسة النشاط البدني والرياضي، وتعرف باهمية ممارسة الرياضة على الصحة 88.00 وتساعد على المعرفة التامة بنوعية النشاط الذي يتناسب مع امكانيات الفرد البدنية والوظيفية 83.8، كما تساعد على معرفة مخاطر الممارسة الخاطئة والقواعد الصحيحة لممارسة نشاط رياضة بدني 84.3 وكذلك فوائد الممارسة المنتظمة للرياضة 84.4 كما انها تزود الفرد بخبرات رياضية جديدة 87.3

2- الاثار التربوية والثقافية للممارسة الرياضية: يرى 84.8 من عينة الدراسة ان ممارسة النشاط الرياضي تعمل على تطوير سلوكيات الفرد الرياضية وتساعد على الوصول الى حالة من النضج من خلال تزويده بالعلم والمعرفة والثقافة 62.9 واعتبار ممارسة الرياضة ليست هدفا في حد ذاتها بل هي وسيلة تحقق تكامل طاقات الفرد النوعية 70.8 اضافة الى انها تعمل على استثمار اوقات الفراغ بشكل سليم على حد تصريح 90.6 من العينة

الوظائف الذهنية:

— أثر التمرين البدني على المدى القريب: بينت العديد من الدراسات الاثر الايجابي للتمرين البدني على النتائج المدرسية من خلال تنمية الوظائف المعرفية. وبصفة خاصة يبرز النشاط العصبي حالة من الاسترخاء تساعد على التعلم.

وبينت دراسة أخرى على المراهقين أيضا ان الوظائف التنفيذية (التي تمكن الفرد من التوجيه الايجابي لانشطته بهدف التكيف مع الوضعيات الجديدة) تتحسن بعد التمرين البدني. وبينت دراسة اخرى تحسن الذاكرة لدى اطفال تراوح اعمارهم بين 11 و 12 سنة بعد ممارسة رياضة جماعية

— أثر التمرين البدني على المدى البعيد: إن الاثر الايجابي للتمرين البدني ليس آنيا فقط بل يمتد إلى المدى البعيد ذلك ان الدراسات بينت أن القدرة القلبية والتنفسية الحسنة مرتبطة بحذق معالجة المعلومة. وكذلك بالنجاح في الرياضيات وفي القراءة.

النجاح والمثابرة في الدراسة: ترتبط الممارسة الرياضية بالنتائج الدراسية الحسنة. ويمكن ان تكون العلاقة سببية لكن من المؤكد انه كلما ازداد الوقت المخصص للتربية البدنية تتحسن النتائج الدراسية ولا تتأثر سلبا ولو اقتضى الامر التقليل من

الوقت المخصص للمواد الأخرى. وبالعكس فإن التقليل من عدد ساعات التربية البدنية لفائدة ساعات التدريس في القسم غير مرتبط بتحسين النتائج الدراسية ويكون له أثر سلبي على صحة التلاميذ.

وبصفة موضوعية فإن الممارسة الرياضية والنجاح المدرسي مرتبطان ببعضهما لأن الاطفال ذوي النتائج الحسنة هم عادة الذين وقع تشجيعهم على ممارسة الرياضة.

المثابرة الدراسية: ترتبط ممارسة الانشطة البدنية والرياضية بمواصلة الدراسة ذلك ان التلاميذ الذين يشاركون في الانشطة البدنية والرياضية المدرسية هم الاقل نسبة في إحداث المشاكل المدرسية. كما أن المشاركة في الرياضات المدرسية الموازية تمكن من الغساس بالانتماء إلى المدرسة مما يساهم في المثابرة الدراسية.

كما يؤكد بيار سوران على ارتباط حركة الرياضة للجميع بالعديد من المتغيرات وذلك كالمستوى الثقافي للفرد وبالتقدم الاجتماعي وبالنظام التربوي في المجتمع، يرى برنارد جيليه ان الرياضة للجميع قد اصبحت تشكل في كل بلد من بلدان العالم شكلا للترويج المفضل لدى الشباب ولدى الجماعات كما انها تمثل في المجتمع العصري نظاما تربويا يعمل على تكوين وتنمية شخصية الممارسين لواجه انشطتها وتنمية سماتهم الخلقية، الى جانب انها قد اصبحت من الوسائل الهامة للمجتمع في تجديد طاقة افراده وفي ايقاظ روح التنافس بينهم.

4 - المستوى الصحي: تحتل الغاية الصحية في الممارسة الرياضية اعلى النسب المثوية في تصريح عينة الدراسة اعتبارا وان ممارسة الانشطة البدنية والرياضية تعمل على تحسين الحالة الصحية للافراد 84.8، وعلى تعديل العادات الصحية الخاطئة باخرى ايجابية 92.8 وعلى زيادة المناعة الطبيعية للجسم 93.8 والتقليل من التوتر العصبي 90.6 وعلى القدرة في التحكم بالوزن 70.4 اضافة الى التعرف على حالة الفرد الصحية قبل الممارسة الرياضية 94.1 لاتباع نمط غذائي متوازن، يرى جيديري Guidery ان) انخفاض اللياقة البدنية هي المشكلة الصحية الاولى في الولايات المتحدة وان الحل هو التوصية بالتمارين الرياضية المنتظمة (

تشهد السنوات الأخيرة تزايد الاهتمام من مختلف العلماء والمختصين بالتأكيد على ممارسة الأنشطة البدنية، ليس بهدف المنافسة، ولكن كنوع من وسائل الوقاية والعلاج من الأمراض المرتبطة بقلة الحركة والتأثيرات السلبية والأضرار النفسية الناتجة عن ضغوط الحياة اليومية في ظل التقدم التكنولوجي السريع الذي يشهده العالم مثل الاكتئاب والتوتر وزيادة القلق، ويرجع هذا الاهتمام إلى نتائج الدراسات التي أظهرت بصورة متكررة أن أغلب فئات المجتمع لا يمارسون قدرًا كافيًا من النشاط البدني لتحقيق الصحة المثالية والعافية خاصة في ضوء قلة حركة الأفراد نتيجة لاستخداماتهم للتقنيات التي تقدمها الاختراعات التكنولوجية الحديثة والتي تكفل لهم الراحة في حياتهم العامة سواء في مجالات العمل أو المنزل دون

الحاجة للحركة والنشاط البدني له فوائد صحية، نفسية، واجتماعية عديدة فهو يساعد عادةً على رفع مستوى اللياقة البدنية من أجل صحة أفضل وحياة أطول وأكثر نشاطاً، كما يساعد على تقليل احتمالات الإصابة بأمراض القلب، وداء السكري، وآلام أسفل الظهر، والسمنة، بالإضافة إلى تنمية الجوانب المعرفية المتعلقة بالصحة والتغذية، وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني .

كما أشار كل من فاهي وانسل وروث (Fahey, Insel, & Roth, 2005) إلى أن للأنشطة البدنية تأثيرات إيجابية على الناحية الصحية والبدنية فمن خلالها يتمكن الفرد من تقوية أجهزة الجسم العضوية المختلفة وتنمية قدرات اللياقة البدنية التي تمكنه من الاحتفاظ بمجهود مناسب لأداء الأعمال اليومية ومقاومة التعب والعودة إلى حالة الراحة. إضافة إلى ذلك فعن طريق الارتقاء بكفاءة أجهزة الجسم العضوية وبمستوى اللياقة البدنية يمكن لنا أن نحتفظ بمستوى مناسب من الصحة الشخصية.

إن النشاط البدني اساسي من اجل الصحة فقد بينت العديد من الدراسات باستثناء بعضها ان الزيادة في الوزن ترتبط بمستوى ضعيف للنشاط البدني، اما من الناحية الوراثية فيمكن لبعض الاطفال ان يكونوا مستعدين وراثيا ليكونوا نشطين والبعض الاخر ليكونوا غير نشطين لكن يبدو ان المحيط العائلي يلعب الدور الالهم

وبينت الدراسات بوضوح لدى الكهل ان الممارسة المتداولة والغير منقطعة للنشاط البدني يمكن من: - تحسن وتحفظ اللياقة البدنية (القدرة القلبية ، التنفسية، المداومة والقوة العضلية، اللين..). وكذلك القدرة الوظيفية.

- تخفض من الاصابة بمختلف المشاكل الصحية (أمراض القلب، ضغط الشرايين...)
- تسهل، إذا اقترنت بتغذية متوازنة، في الحفاظ على الوزن العادي والتخلص من الوزن الزائد.
- تخفض من التوتر وأعراض الإكتئاب.
- تحافظ على الوظائف الذهنية.

اللياقة البدنية:

ان الفرد الذي يتمتع باللياقة البدنية يظهر اقل صعوبة في القيام بالمهام المرتبطة بالدراسة والعمل، والانشطة اليومية والترويحية ذلك ان اللياقة البدنية ترتبط بالمهارات الحركية والصفات البدنية مثل القدرة القلبية التنفسية (l'aptitude cardiorespiratoire)، نسبة الدهون في الكتلة الجسدية (la)، القوة (la force)، قوة ومداومة العضلات (la puissance et l'endurance musculaires)، القدرة

الهوائية (la capacité anaérobie)، الليونة (la flexibilité)، التناسق (la coordination)، التوازن (l'agilité et l'équilibre)

ترتبط المهارات الحركية ايجابيا بالممارسة الحالية والمستقبلية للانشطة البدنية والرياضية رغم عدم القدرة على تحديد الى أي مدى تمكن المهارات الحركية من ممارسة الانشطة البدنية او العكس، لكن الاكيد ان الاطفال الذين لهم صعوبات في التناسق معرضون اكثر من غيرهم للزيادة في الوزن وحسب دراسة كندية حول قياسات الصحة سنة 2007، 2008، و 2009 كان للشباب مؤشر كتلة جسمية مرتفع، وقوة اقل للعضلات، و اقل مرونة مقارنة بسنة 1981

الصحة البدنية: ان الفوائد الصحية للممارسة المستمرة والغير متقطعة للانشطة البدنية والرياضية على صحة الاطفال، المراهقين والمراهقات ليست معروفة الاثر كما هو الشأن بالنسبة لفوائدها على صحة الكهول خاصة لان المشاكل الصحية التي يمكن وقايتها او معالجتها بواسطة التمارين البدنية تبرز لدى الكهول اكثر منها لدى المراهقين، خاصة وان الصحة ليست فقط غياب المرض ولكن ايضا هي حالة من التوازن الجيد بدنيا وذهنيا حيث ان الانشطة البدنية والرياضية لها دور هام واساسي

5 - المستوى الاقتصادي: نتناول هذا العنصر انطلاقا من زاويتين:

1 - دور النشاط الرياضي البدني في تحسين الانتاج والانتاجية
يبرز واضحا من تصريح 65.8 من العينة ان الانشطة البدنية والرياضية الحرة تعمل على زيادة الرغبة والدافعية للعمل، مما يؤدي ايضا حسب 58.2 من المستجوبين الى زيادة الكفاءة الانتاجية للفرد يرى محمد الحماحي ، " للرياضة للجميع دور هام في زيادة المردود او العائد الانتاجي الفردي والجماعي وتقليل الفاقد الانتاجي في المجتمع "

2 تقليص النفقات العلاجية للفرد والدولة

تبين من تصريحات العينة بنسبة 86.8 ان الممارسة الرياضية تعمل على تحسين نوعية الحياة للممارسين من خلال تخفيض النفقات العلاجية للفرد الناتجة عن قلة الحركة 59.3 مما يؤثر ايجابا حسب وجهة نظرهم بنسبة 51.9 في التقليل من استنزاف القدرة المادية للدولة

6 - المستوى النفسي: يمكن تناول الجانب النفسي من خلال العنصرين التاليين: النشاط الرياضي

كتنفيس انفعالي في مواجهة الضغط النفسي، تحقيق الذات من خلال الممارسة الرياضية

1 - النشاط الرياضي كتنفيس انفعالي في مواجهة الضغط النفسي

من خلال تصريح عينة الدراسة فان 81.6 يقرون بان النشاط البدني والرياضي يعمل على التخفيف من القلق والاكتئاب والضغط، وتفرغ الانفعالات المكبوتة 86.4 وتخفف التوتر النفسي الناتج عن ضغوطات الحياة 86.1 وتعطي للفرد القدرة على ضبط الانفعالات 94.4 ويرجعلاوي ان لكل نشاط رياضي خصائصه النفسية المرتبطة بمتطلباته السلوكية

أثناء الطفولة والمراهقة تمكن الانشطة البدنية والرياضية من عديد الفوائد على مستوى عديد المحددات للصحة الذهنية والعقلية، هذه الفوائد يمكن الاحساس بها بسرعة لكنها أقل وضوحا من تلك الفوائد على الصحة البدنية، وإذا اردنا حصر الآليات التي تفسر هذه الفوائد الصحية نذكر مايلي:

- **القلق عرض الإكتئاب:** يحسن النشاط البدني والرياضي لدى الشباب والكهول المزاجويخفف مستويات التوتر والقلق والإكتئاب وحسب الدراسات العرضية والتجريبية فإن هذا الاثر غير واضح لكنه دال

2 - تحقيق الذات من خلال الممارسة الرياضية

81.2 من عينة الدراسة يقرون بان ممارسة النشاط البدني والرياضي تعمل على تنمية مفهوم وتقدير الذات للفرد، حيث انها تستثير دافعيته تجاه العمل ليحقق ذاته 73.9 كما تعمل الانشطة البدنية والرياضية على تحقيق الاسترخاء والتوازن للفرد 95.9 صورة وتقدير الذات، نقصد بصورة الذات ادراك الشخص لذاته، في حين تقدير الذات مرجعه القيمة التي يمنحها لذاته.

تمكن ممارسة الانشطة البدنية من تكوين صورة جيدة للذات على المستوى البدني (مثال: المهارات، القوة، المداومة) و في بعض الاحيان على مستوى اشمل. ، ان الاثر الايجابي للنشاط البدني على تقدير الذات قد برهنت عليه الدراسات التي اجريت بمقاييس صغيرة او متوسطة

اظهر تقييم برنامج الولايات المتحدة (*Girls on the Run*) ارتفاع دال لتقدير الذات لدى 322 المشاركات اللاتي تتراوح اعمارهن بين 8 و 12 سنة، لتحديد كيف ان التمرين البدني ينمي تقدير الذات لا بد من دراسات على عينات كبيرة وتتضمن رقابة اكثر دقة يؤثر في بعض الحالات الاهل والكهول الذين يؤطرون الانشطة البدنية والرياضية تأثيرا سلبيا في صورة الذات اذا كانوا يتسمون بالشدة تجاه الاطفال، ويبرزون فقط اخطاء الاطفال دون ابراز قدراتهم ومهاراتهم وتشجيعها

المراجع

- 1 - عربي حمودة ،أسباب عزوف طالبات مدارس لواء الشوبك عن ممارسة الأنشطة الرياضية ، الجامعة الأردنية، كلية التربية الرياضية ، مشرف التربية الرياضية ، مديرية التربية والتعليم لواء الشوبك ،الاردن
- 2- الميثاق الدولي للتربية البدنية والرياضة (1978)، منظمة التربية والثقافة(اليونسكو)، فرنسا: الدورة العشرين.
- 3- أمين أنور الخولي 1996م : الرياضة والمجتمع ، سلسلة عالم المعرفة العدد 216 ، الكويت .
- 4- قاسم حسن حسين،علم النفس الرياضي،دار الفكر العربي للطباعة،بدون طبعة،القاهرة،1996 .
- 5- محمد حسن علاوي . علم النفس الرياضي / القاهرة ، دار المعارف 1983 .
- 6- محمد جاسم محمد، دراسة ضعف الاهتمام بدرس التربية الرياضية في المدارس المتوسطة (للبنات) في مركز محافظة النجف الاشرف، جامعة الكوفة - كلية التربية للبنات،مجلة اداب الكوفة،العدد 1 ،2008،
- 7- قاسم حسن حسين وآخرون : نظريات التربية الرياضية , بغداد ، 1979 .
- 8- وجيه محبوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه . ط2 ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، بغداد ، 1993 م .
- 9- محمد الحماحي 1997 : الرياضة للجميع الفلسفة والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر القاهرة ، 1997 .
- 10- وزارة التنمية والتعاون الدولي، المخطط الثاني عشر للتنمية 2010-2014، المجلد الأول ،المحتوى الجملي، الجمهورية التونسية،2010.
- 11 - وزارة التنمية والتعاون الدولي، المخطط الثاني عشر للتنمية 2010-2014، المجلد الأول ،المحتوى الجملي، الملحق الاحصائي، مؤشرات في مجالات الرياضة والشباب والطفولة والثقافة XVIII: جدول عدد xxii ،الجمهورية التونسية،2010 .
- 12- الرائد الرسمي للجمهورية التونسية
- 13- محمد الحماحي 1997 : الرياضة للجميع الفلسفة والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر القاهرة ، 1997 .

- 14- كمال درويش محمد محمد الحماحمي (1998) : رؤية عصرية للترويج وأوقات الفراغ، مركز الكتابة للنشر، القاهرة.
- 15- بالحسن الأسود (1980): إمكانية التطبيق العمل الرياضي للجميع في المجتمع العربي، النشرة العربية، الأمانة العامة للاتحاد الدول للتربية البدنية، العدد (12) مارس 1985 ، الرياضة ، الأمانة العامة للاتحاد الدولي للتربية الرياضية.
- 16- بحوث دراسات ووثائق الندوة العربية الأولى للرياضة للجميع (1980) : توصيات الندوة العربية الندوة العربية الأولى خلال الفترة من 1980/11/05 إلى 1980/11/08 ، دبي ، الامارات العربية المتحدة.
- 17- بحوث ودراسات ووثائق الندوة العربية الثانية للرياضة للجميع (1981) . توصيات الندوة العربية الندوة العربية الثانية من 1981/11/22 إلى 1981/11/24 بمدينة، الدوحة بدورة قطر .
- 18- بحوث ودراسات ووثائق الندوة العربية الثالثة- الرياضة للجميع (1982) توصيات الندوة، المملكة العربية السعودية .
- 19- استراتيجية الرياضة في مصر نحو آفاق عالمية (1999) : وزارة الشباب ، قطاع البحوث ، إدارة النشر والتوثيق ، القاهرة، ج.م.ع .
- 20- محمد محمد الحماحمي (1998) : الرياضة للجميع الفلسفة والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 21- عدنان درويش جالون(1982) : الأنشطة الاجتماعية وأنشطة المعسكرات والخلاء ودورها في نشر الترويج والرياضة للجميع.
- 22- كمال درويش ، محمد صبحي حسانين(2003) : موسوعة متجهات إدارة الرياضة في مطلع القرن الجديد التخطيط ومهارات حل المشكلات في إدارة المشروعات وأساليب تنمية الموارد البشرية ط1 ، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 23- بالحسن الأسود (1980): إمكانية التطبيق العمل الرياضي للجميع في المجتمع العربي، النشرة العربية، الأمانة العامة للاتحاد الدول للتربية البدنية، العدد (12) مارس 1985 ، الرياضة ، الأمانة العامة للاتحاد الدولي للتربية الرياضية.
- 24- بحوث ودراسات ووثائق الندوة العربية الثالثة- الرياضة للجميع (1982) توصيات الندوة، المملكة العربية السعودية .

- 25- حامد أحمد عبد الخالق (1982) : التمرينات البدنية التنشيطية أسلوب فعال لتحقيق لشعار الرياضة للجميع.
- 26- رمزي طه الشاعر(1998) : القانون الدستوري - النظرية العامة والنظام الدستوري المصري ، مطبعة جامعة عين شمس، القاهرة.
- 27- محمد محمد الحماحي (1998) : الرياضة للجميع الفلسفة والتطبيق ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 28- محمد محمد الحماحي وأمين الخولي (1990) : أسس بناء برامج التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- 29- بسنوسي (محمد عوض) والشاطئ (فيصل)، نظريات وطرق التربية البدنية والرياضية، الطبعة الثانية، ديوان المطبوعات الجامعية، جامعة الجزائر، 1992.
- 30- بوحوش (عمار)، الذنبيات (محمد محمود)، مناهج البحث وطرق إعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1995.
- 31- بركات (نوري) وميلاد (محمد)، البحث العلمي في التربية الرياضية، جامعة تشرين، سوريا، 2001.
- 32- عبد الرحمان (محمد السيد)، علم النفس الاجتماعي المعاصر، دار الفكر العربي، ط1، 2004.
- 33- علاوي (محمد حسن)، البحث العلمي، دار الفكر العربي، 1999.
- 34- ذوقان عبيدات وآخرون : البحث العلمي ، مفهومه ، ادواته ، اساليبه ، ط4 ، عمان ، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع ، 1992.
- 35- سعيد عبد الرحمن : القياس النفسي ، ط2 ، الامارات العربية المتحدة ، مكتبة الفلاح للطباعة والنشر ، 1997.
- 36- مصطفى حسن ناجي: المعادلات العلمية بين النظرية والتطبيق في الثبات،الصق الموضوعية، المعايير، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1996.
- 37- ابراهيم احمد سلامه : الاختبارات والقياس في التربية البدنية ، القاهرة ، ط2، مطبعة الجيزه ، 1980.
- 38- ليلي السيد فرحات : طرق تقنين الاختبارات والقياس في التربية الرياضية ، ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي، 2001 .

39- الفصل 2 من القانون عدد 104 لسنة 1994 المؤرخ في 3 أوت 1994.

Chevalier Mollet (1991): Sport for All, Commission of 40 - Communication, ACNO Exeercutive Committee in Paris.

Smaranch J.A.,(1988): Promoting The Sport Habit, znd Sport for All 41 - -Congress, Olympic Review Lausanne, Swits.

42- J.-P. Clement, J. Defrance et C. Pociello, Sport et pouvoirs au XXe siècle, Grenoble, Presses universitaires de Grenoble, 1994. P. Arnaud, « Pour une histoire des politiques sportives municipales », dans Le Sport et la ville, Spirales, n° 5, 1992.

- Les Chiffres-clés du sport, ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative, 2004, disponibles sur le site <<http://www.jeunesse.sports.gouv.fr/stats/chiffrescles2004.pdf>>.

44- Par exemple, P. Bayeux, Le Sport et les collectivités territoriales, Paris, PUF, coll. « QueSais-je ? », n° 3198, 1996. 45-D. Charrier et C. Durand (dir.), Le Financement du sport par les collectivités locales : des ambitions politiques aux choix budgétaires, Voiron, Presses universitaires du Sport, t. 2,2002. M. Honta, Les Territoires de l'excellence sportive, Bordeaux, Presses universitaires de Bordeaux,2002.

46- J.-P. Callede et M. Dane, Sociologie des politiques sportives locales. Trente ans de vie sportive à Bègles, Bordeaux, MRSHA, 1991.

47- N. Haschar-Noe, P. Bayeux, G. Klein et J. Vigneron, « Les politiques sportives et les services des sports des villes françaises de plus de 3 000 habitants », dans Sport, Europe, Stratégies, Revue euro péenne de management du sport, n° 1 , 1999.

48- D. Charrier, (dir.), Le Financement du sport par les conseils régionaux, les conseils généraux, les communes de plus de 20 000 habitants, les syndicats d'agglomération nouvelle et les communautés urbaines, Voiron, Presses universitaires du Sport, t. 1, 2002.

- Charrier Dominique, Durand Christophe. V. Le financement des 49 politiques sportives locales : sport pour tous, sport professionnel, une dualité à réinventer. In: Annuaire des collectivités locales. Tome 25, 2005. pp. 65-75. doi : 10.3406/coloc.2005.1840
http://www.persee.fr/web/revues/home/prescript/article/coloc_0291-4700_2005_num_25_1_1840
- Jackson, A. W., Morrow, J. R. & Hill, D. W. (2004). Physical 50 activity for health and fitness. Champaign, IL: Human Kinetics.
- 51 Expertise collective, Activite physique contextes et effets sur la sante, ed INSERM (Institut National de la Sante Et de la Recherche Medical), Paris, 2008, p149 . ISBN 978- 2- 85598- 862- 4
- LAMONTE MJ, AINSWORTH BE. Quantifying energy 52 expenditure and physical activity in the context of dose response. *Med Sci Sports Exerc* 2001, 33 : S370-S378
- SCHUTZ Y, WEINSIER RL, HUNTER GR. Assessment of free-53 living physical activity in humans: an overview of currently available and proposed new measures. *Obes Res* 2001, 9 : 368-379
- Comité scientifique de Kino-Québec (2011) L'activité physique, le 54 sport et les jeunes – Savoir et agir. Secrétariat au loisir et au sport, ministere de l'Éducation, du Loisir et du Sport, gouvernement du Québec. Avis rédigé sous la coordination de Gaston Godin, Ph.D., Suzanne Laberge, Ph.D., et François Trudeau, Ph.D.
- 55 Létourneau D et al. (1994) Le sport et quelques mots pour le dire. Office de la langue française, ministère des Affaires municipales, Direction des sports, Québec.
- John and Richard Robinson (1991) : Strategic Management : for 56 evaluation and control , How Wood : TI: Irwinic.
- Mackenzie Marlin .M .(1967) : toward a new curriculum in physical 57 education : McGraw Hill: N.Y .

- A review of correlates of physical activity of - Sallis JF et al. (2000)58
Med Sci Sports Exerc 32:963-75. adolescents. and children
- Factors associated with physical activity in early - Timmons BW (2005)59
Canadian Society for Exercise Physiology, 31 p. www.csep.ca. childhood.
- De Physiologie du sport : enfant et adolescent. -Van Praagh E (2008)60
Boeck, Bruxelles.
- *George Magnane, sociologie du sport, Edition Gallimard, 1964.61*