

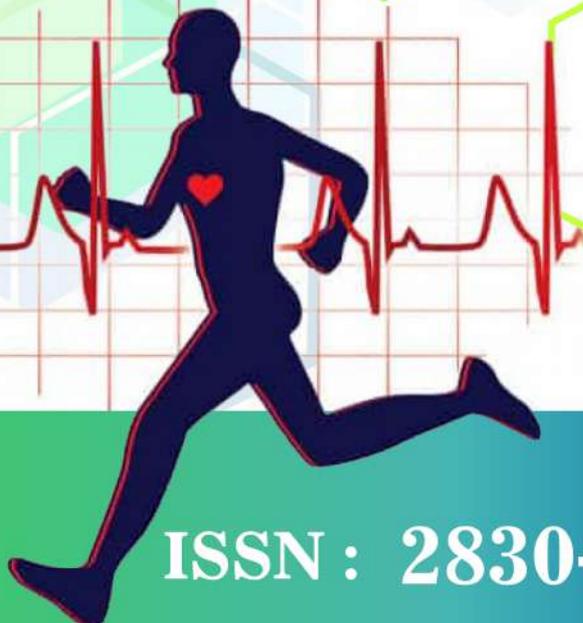


وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد الشريف مساعدي / سوق أهراس - الجزائر
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



مجلة علوم الرياضة

مجلة علمية دولية محكمة ذات لجنة قراءة
تصدر عن معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



revue.s.s.istaps@univ-soukahras.dz

ISSN : 2830-8158

العدد 01
15 جوان 2021

رقم المجلد: 01
تاريخ النشر:

مجلة علوم الرياضة مجلة دولية محكمة تصدر كل (06) أشهر

عن معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

جامعة محمد الشريف مساعديّة / سوق أهراس / الجزائر



إدارة المجلة

المشرف العام على المجلة د. فؤاد العيداني مدير معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية	المدير الشرفي للمجلة أ.د. نورة موسي مديرة جامعة محمد الشريف مساعديّة / سوق أهراس
رئيس تحرير المجلة د. جمال سرايحية	مدير المجلة د. جمال سرايحية
نائب رئيس التحرير د. عبد المالك بوفريدة	رئيس اللجنة العلمية للمجلة د. ربيعة شرابشة
مسؤول النشر د. عصام حجاب	المكلف بالإعلام للمجلة د. أحمد بن محمد
المدقق اللغوي (الفرنسية) د. سليمة راهم	المدقق اللغوي (العربية) د. عبد الغني لولو
المدقق اللغوي (الإنجليزية): أ. علوي خولة	

أولاً. اللجنة العلمية لمجلة علوم الرياضة (خارج الوطن)

الرقم	الإسم واللقب	الرتبة	مؤسسة العمل	البلد
01	احمد كمال نصارى مصطفى ahmed.mostafa@phed.svu.edu.eg	أ.د.	جامعة جنوب الوادي	مصر
02	اقبال عبد الحسين نعمه العيساوي iqbal_alesawe@yahoo.com	أ.د.	جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات	العراق
03	فردوس مجيد أمين إلياس ألبياتي ferdousalbayty@gmail.com	أ.د.	جامعة ديالى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	العراق
04	قاسم محمد عباس الجنابي Qassim.abass@qu.edu.iq	أ.د.	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي	العراق
05	محمود سيد هاشم علي drmsh@uhb.edu.sa	أ.د.	جامعة حلوان / كلية التربية الرياضية للبنين	مصر
06	ناظم أحمد عكاب Sportqqq53@gmail.com	أ.د.	جامعة ديالى / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	العراق
07	وليد أحمد عواد الكبيسي waleed68777@gmail.com	أ.د.	وزارة التربية	العراق
08	عمرو عبد الفتاح حسين amrahh@mans.edu.eg	أ.م.د.	جامعة المنصورة / كلية التربية الرياضية	مصر
09	ابتهاال رياض عمران الشمري ibtehalriayed20@gmail.com	أ.	جامعة الكوفة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات	العراق
10	الهام علي حسون Elham33awham@gmail.com	د.	الجامعة المستنصرية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	العراق
11	أنور بالطيب Anouard_univ@yahoo.fr	د.	جامعة المنستير	تونس
12	لندا محروس توفيق حسين	د.	معهد القوات المسلحة	مصر

	للضباط المتخصصين		drlinda935@gmail.com	
مصر	كلية التربية الرياضية / جامعة بورسعيد	.د.	محمد حمدي الصاوي ابراهيم السنيطي El_sawy33@yahoo.com	13
تونس	جامعة قفصة / المعهد العالي للرياضة والتربية البدنية	.د.	محمد سامي زقيرة sami-zguira@hotmail.fr	14
مصر	جامعة الاسكندرية / كلية التربية الرياضية	.د.	محمد عاصم محمد غازي gfx20044@hotmail.com	15
العراق	وزارة الشباب والرياضة	.د.	وائل علاءالدين حسون علي القيسي Alaaldeemwael@gmil.com	16
العراق	جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	.د.	مسلم بدر عواد المياح drmuslimalmayah@gmail.com	17
العراق	جامعة ديالى	أ.د.	فردوس محميد امين	18
العراق	جامعة ديالى	أ. م.د.	رجاء عبد الكريم حميد	19
العراق	جامعة ديالى	أ. م.د.	جمال عبد الكريم حميد	20
العراق	المديرية العامة لتربية الانبار	م . د.	محمود رشيد سعيد	21
مصر	جامعة حلوان	أ.د.	يحي حسن قاسم	22
تونس	جامعة جندوبة	.د.	مكرم الزغبيبي	23
مصر	جامعة قناة السويس	أ.د.	أحمد عزيز محمد فرج	24
تونس	جامعة منوبة	.د.	حفصي بوضيافي	25
مصر	جامعة كفر الشيخ	.د.	احمد مصباح فتوح الشريف	26
العراق	جامعة ديالى	أ.م.د.	جمال محمد شعيب	27

ثانيا. اللجنة العلمية لمجلة علوم الرياضة (داخل الوطن)

الرقم	الإسم واللقب	الرتبة	مؤسسة العمل	البلد
03	عبورة رابح	أ.د.	جامعة الجزائر 3	الجزائر
04	شريف علي	أ.د.	جامعة الجزائر 3	الجزائر
05	حريتي حكيم	أ.د.	جامعة الجزائر 3	الجزائر
07	غنام نور الدين	أ.د.	جامعة أم البواقي	الجزائر
08	شलगوم عبد الرحمان	أ.د.	جامعة الجزائر 3	الجزائر
09	يوسفي فتحي	أ.د.	جامعة الجزائر 3	الجزائر
13	بشير حسام	أ.د.	جامعة أم البواقي	الجزائر
14	بوصلاح نذير	أ.د.	جامعة المسيلة	الجزائر
15	سكارنة جمال الدين	أ.د.	جامعة الجزائر 3	الجزائر
16	ثابت محمد	أ.د.	جامعة الجزائر 3	الجزائر
17	بلونيس رشيد	أ.د.	جامعة الجزائر 3	الجزائر
18	محيمدات رشيد	أ.د.	جامعة قسنطينة 2	الجزائر
19	قاسمي أحسن	أ.د.	جامعة الجزائر 3	الجزائر
20	حدادي خالد	أ.د.	جامعة الجزائر 3	الجزائر
22	بلغول فتحي	أ.د.	جامعة الجزائر 3	الجزائر
23	جمال سرايحية	د.	جامعة سوق أهراس	الجزائر
24	فوزي تيايبية	أ.د.	جامعة سوق أهراس	الجزائر
25	فؤاد بوقزولة	د.	جامعة سوق أهراس	الجزائر
26	بوراس محمد	أ.د.	جامعة الجزائر 3	الجزائر
27	محمد الشريف ناصري	أ.د.	جامعة سوق أهراس	الجزائر
30	محمود محفوظي	د.	جامعة سوق أهراس	الجزائر
31	أحمد بن محمد	د.	جامعة سوق أهراس	الجزائر

الجزائر	جامعة سوق أهراس	د.	شكري سهايلية	32
الجزائر	جامعة سوق أهراس	د.	إيمان غالمي	33
الجزائر	جامعة سوق أهراس	د.	حجاب عصام	34
الجزائر	جامعة سوق أهراس	د.	رفيقة شرابشة	35
الجزائر	جامعة سوق أهراس	د.	سمير بن سايح	36
الجزائر	جامعة سوق أهراس	د.	عبد العلي بن يوب	37
الجزائر	جامعة سوق أهراس	د.	عصام لعياضي	38
الجزائر	جامعة سوق أهراس	د.	خليفة سليم	39
الجزائر	جامعة سوق أهراس	د.	آدما يعقوبي	40
الجزائر	جامعة سوق أهراس	د.	عبد الحكيم لعياضي	41
الجزائر	جامعة سوق أهراس	د.	علي بوعزيز	42
الجزائر	جامعة سوق أهراس	د.	محمد مهدي يحيى	43
الجزائر	جامعة بومرداس	د.	بوراي كسيا	45
الجزائر	جامعة الجزائر 3	أ.د.	مرازقة جمال	47
الجزائر	المركز الجامعي البيض	أ.د.	محمد العربي	48
الجزائر	جامعة أم البواقي	د.	منصوري عبد الله	49
الجزائر	جامعة الجزائر 3	د.	د. عمورة يزيد	50
الجزائر	جامعة الجزائر 3	د.	صدوقي بلال	51

ثالثا. شروط وإجراءات النشر:

1. أن لا يتجاوز عدد صفحات البحث (20) صفحة من صفحات المجلة بما فيها قائمة الملاحق، ولا يقل على (10) صفحات؛
2. أن يتبع الباحث في توثيق المراجع طريقة (APA)؛
3. أن يذكر الباحث المعلومات التالية بعد عنوان بحثه مباشرة (الاسم واللقب، الرتبة العلمية، المؤسسة الجامعية، البلد)؛

4. أن يكون البحث مكتوب باللغة العربية بنوع الخط ((Simplified.Arabic بحجم (14)، أما للغة الأجنبية فيكتب بنوع الخط، (Times New Roman) بحجم (12)، والعناوين بخط عريض؛
5. بالنسبة لإعدادات الصفحة تكون هامش الورقة من جميع الجهات 2 سم- تباعد بين الأسطر 1.15 سم، وحجم الورق 16 × 24 سم؛
6. تقدم نسخة إلكترونية من البحث على برنامج Microsoft Word من خلال البريد الإلكتروني للمجلة، ويكون مرفقا بالسيرة الذاتية مختصرة، ويتعهد الباحث بأن لا يكون البحث منشوراً سابقاً أو مقدماً للنشر في جهة أخرى (أي يقدم تصريح شرفي) وفق النموذج المعتمد من طرف المجلة؛
7. يجب أن يستهل كل بحث بصفحة مستقلة تشمل على العنوان والملخصين واحد باللغة العربية والآخر باللغة الإنجليزية، وملخص بلغة أخرى إن لم يكن البحث باللغة العربية، مع الكلمات المفتاحية؛
8. يطلب من الباحث أن يتقيد بترتيب محتوى البحث وفق ما هو متعارف عليه في منهجية البحث العلمي ووفق منهج البحث المعتمد عليه في البحث؛

✚ في متن البحث:

- إذا كان المرجع كتاباً أو مجلة نفتح قوسين ونكتب كما يلي:

اسم عائلة المؤلف، سنة النشر، الصفحة ، مثال : (سرايحية، 2007، ص.120)

- إذا كان موقعا على الانترنت يكتب كالتالي :

اسم العائلة، الاسم. (سنة نشر المقالة، اليوم الشهر). عنوان المقالة بخط مائل. تم استرجاعها في تاريخ اليوم الشهر، السنة من الموقع الإلكتروني.

✚ قائمة المراجع في نهاية البحث:

❖ الكتب:

- كتاب لمؤلف واحد:

اسم العائلة، الاسم. (سنة النشر). عنوان الكتاب بخط مائل (ط.ثم رقم الطبعة إن وجد). مكان النشر: الناشر.

○ كتاب لمؤلفين وحتى ستة مؤلفين:

نسير على النظام السابق، لكننا نضع فاصلة وبعدها حرف الواو قبل اسم اخر كاتب.

❖ المجالات والدوريات والصحف:

○ مقالة من مجلة أو دورية:

اسم العائلة، الاسم. (سنة النشر، اليوم إن وجد ثم الشهر إن وجد). عنوان المقالة. اسم المجلة بخط مائل، رقم المجلد إن وجد (رقم العدد)، مدى الصفحات.

○ مقالة من صحيفة يومية:

اسم العائلة، الاسم. (سنة النشر، اليوم ثم الشهر). عنوان المقالة. اسم الصحيفة بخط مائل، رقم العدد، ص. مدى الصفحات.

❖ المؤتمرات والندوات والملتقيات:

اسم العائلة، الاسم. (تاريخ الانعقاد). عنوان البحث بخط مائل. قدم إلى اسم الندوة أو المؤتمر أو الملتقى، مكان الانعقاد.

❖ رسائل الماجستير والدكتوراه:

اسم العائلة، الاسم. (سنة النشر). عنوان الرسالة بخط مائل. نوعها، اسم الجامعة، مكان النشر.

❖ الموسوعات:

اسم العائلة، الاسم. (سنة النشر). عنوان المقالة. في اسم الموسوعة بخط مائل (ج. رقم الجزء، ص ص. مدى الصفحات). مكان النشر: الناشر.

❖ مواقع الانترنت:

اسم العائلة، الاسم. (سنة نشر المقالة، اليوم الشهر). عنوان المقالة بخط مائل. تم استرجاعها في تاريخ اليوم الشهر، السنة الموقع الإلكتروني.

❖ ملاحظات : بخصوص عملية التوثيق:

- في حالة عدم معرفة اسم الكاتب أو المجلة نكتب د.ن وهي تعني دون ناشر؛
 - في حال عدم معرفة تاريخ النشر نكتب د.ت في القوسين الخاصين بالتاريخ وهي تعني دون تاريخ؛
 - كتابة المراجع باللغة الأجنبية يكون بنفس الطريقة التي تكتب بها المراجع باللغة العربية؛
 - لا تقسم قائمة المراجع إلى كتب ومجلات وموسوعات بل ترتب ترتيبا ابجديا حسب أسماء المؤلفين؛
 - توضع المراجع باللغة العربية أولا وبعدها المراجع الأجنبية.
9. أن يكون العمل أصلي ولم يسبق نشره؛
10. تقوم المجلة بإبلاغ الباحثين حال استلام البحث وحال قبوله أو عدم قبول نشره؛
11. لا ترد المجلة المقالات غير المقبولة للنشر؛
12. لا تعبر مضامين المواد المنشورة في المجلة إلا عن آراء أصحابها، ولا تمثل بالضرورة رأي المجلة؛
13. لا يجوز إعادة نشر البحث أو الدراسة في مجلة علمية أخرى بعد إقرار نشره في المجلة، على أنه يجوز بموافقة مدير المجلة إعادة نشر البحث أو الدراسة ضمن كتاب للباحث بعد مرور ثلاث سنوات؛
14. يتم عرض البحوث المقدمة للنشر على محكمين اثنين من ذوي الاختصاص؛
15. يحق للمجلة إجراء بعض التعديلات الشكلية الضرورية على المادة المقدمة للنشر دون المساس بمضمونها.

العنوان البريدي: مجلة علوم الرياضة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

جامعة محمد الشريف مساعديّة - سوق أهراس - الجزائر

ص.ب 358 سوق أهراس - 41000 - الجزائر

البريد الإلكتروني: revue.s.s.istaps@univ-soukahras.dz

Titre

Modélisation des relations entre la qualité de vie, l'activité physique et le soutien social.

- **Amayra Tannoubi:** PhD étudiant/ atanoubi@gmail.com /+21621645952
- **Noomen Guelmami:** PhD/ noomenstat@gmail.com/ +21623980440

Abstract

Objectifs : Étudier comment le soutien social de l'activité physique peut indirectement fournir les moyens d'améliorer la qualité de vie des Tunisiens (A) et Le développement du modèle SmartPls pour l'amélioration de la qualité de vie et l'expérimentation de la relation occasionnelle entre l'activité physique, le soutien social, l'activité physique et la qualité de vie (B).

Méthodes : Un total de 268 individus stratifiés par sexe provenait des gymnases de la ville de Kef. Environ 43,54 % des sujets étaient des femmes et 56,46 % des hommes. L'âge du sujet se situe entre 17 et 58 ans. Les sujets ont rempli les trois questionnaires : le Stark QoL, l'Échelle d'évaluation de l'activité physique et du soutien social et un questionnaire de l'activité physique à item unique

Résultats : Les deux constructions de la qualité de vie, les deux constructions de l'activité physique, le soutien social et l'activité physique sont toutes des mesures valables. Le modèle de mesure a établi une fiabilité adéquate, une validité discriminante et prédictive qui peut être utilisée dans la collecte réelle des données.

Conclusion : Les résultats de l'analyse du modèle de cheminement ont confirmé que le soutien social de l'activité physique est significativement corrélé avec l'activité physique et la qualité de vie.

Mots clés : Activité physique – Qualité de vie – Soutien social

Introduction

L'approche traditionnelle dans la littérature scientifique sur l'activité physique a conceptualisé la qualité de vie comme représentant les indicateurs physiques, mentaux et sociaux de l'état de santé (Stewart et al. King, 1991).

Récemment, McAuley et ses collègues (2006) ont testé plusieurs modèles alternatifs de relations entre l'activité physique et la qualité de vie. Dans ces modèles, la qualité de vie est considérée comme une construction globale qui peut fournir un jugement cognitif sur la vie d'un individu.

Le modèle suggère que l'activité physique a une influence directe sur l'efficacité personnelle (Bandura, 1997) et influence indirectement la qualité de vie par le biais des indicateurs de l'état de santé physique et mentale. En outre, la promotion du soutien social peut être un mécanisme pour favoriser une plus grande participation à l'activité physique (Berkman et Krishna, 2014).

Il existe des preuves solides que les interventions de soutien social pour l'activité physique augmentent l'activité physique et la condition physique des adultes (Hanson 2015).

Il a également été démontré que ces interventions ont des effets bénéfiques sur la santé (Hanson 2015). La plupart des initiatives visant à augmenter l'activité physique n'ont pas pu participer de manière significative à l'exercice (Fjeldsoe et al., 2011).

Par conséquent, une compréhension plus complète des déterminants psychosociaux de la participation à l'activité physique est nécessaire pour maximiser les chances de succès de la participation à l'activité physique et de l'adhésion des adultes (Ayotte, Margrett & Hicks-Patrick, 2010).

Dans cette perspective, il est nécessaire d'étudier des variables modératrices telles que le soutien social à l'activité physique qui peut modérer cette activité et affecter positivement mais indirectement la qualité de vie.

De ce fait, les objectifs de la présente étude seront (a) Étudier comment le soutien social de l'activité physique peut indirectement fournir les moyens d'améliorer la qualité de vie des Tunisiens et (b) et Le développement du modèle SmartPls pour l'amélioration de la qualité de vie et l'expérimentation de la relation occasionnelle entre l'activité physique, le soutien social, l'activité physique et la qualité de vie

Méthodes

• Participants

Un total de 268 individus stratifiés par sexe provenait des gymnases de la ville de Kef. Environ 43,54 % des sujets étaient des femmes et 56,46 % des hommes. L'âge des sujets se situe entre 17 et 58 ans.

• Instruments de mesure :

– Le Stark QoL (Hardt, 2015) :

Le premier élément se compose de cinq smileys, à une extrémité un visage très heureux, à l'autre extrémité un visage très triste. Normalement, on demande aux participants de vérifier lequel s'applique le mieux à eux. Les sujets du présent échantillon disposaient de cinq catégories («-», «-», «0», «+», «++») sous chaque smiley, et on leur a demandé d'indiquer à quelle fréquence ils avaient ressenti cela dans le mois passé.

Pour éviter toute confusion, les cinq smileys seront appelés élément 1 tout au long de cet article.

Le deuxième élément présente trois images d'une personne qui marche, à gauche le marcheur est plein d'énergie et à droite il semble marcher comme s'il était déprimé (élément 2a... c).

Le troisième élément affiche trois images d'un groupe de cinq personnes chacune, une blanche et quatre grises. La personne blanche symbolise le participant lui-même, les gris un groupe de pairs. À une extrémité, la personne blanche se tient au milieu du groupe, à l'autre extrémité seule (item 3a... c).

Le quatrième élément montre trois images d'une table avec une assiette de nourriture, pleine et riche d'un côté et très pauvre de l'autre (élément 4a... c).

Il faut répondre à tous les éléments en faisant une croix sous l'image qui correspond le mieux à sa propre situation. Comme pour le point 1, les sujets de l'échantillon présentaient ici une échelle de Likert en cinq points sous chaque image et on leur a demandé à quelle fréquence la situation présentée s'était produite au cours du mois dernier. Plein et riche d'un côté et très pauvre de l'autre (item 4a... c).

Le cinquième élément se compose de huit images montrant diverses activités et représente une échelle de fonctionnement physique (élément 5a... h). Les images montrent des activités comme changer une ampoule dans une lampe suspendue au plafond, faire du vélo, faire des courses, déplacer une table, attacher des chaussures, etc. À côté de chaque image, l'échelle de Likert à cinq points mentionnés ci-dessus était affichée, mais les instructions pour le point cinq diffèrent de ceux des éléments précédents. Le texte lit "je peux", et "++" signifie "très bien", "+" pour "bien", "0" pour "assez", "-" pour "mal" et "- -" pour très pauvrement. Les sondeurs sont invités à indiquer avec quelle facilité ils peuvent effectuer l'activité affichée dans chaque image. Cet élément n'a pas été modifié par rapport à la version originale.

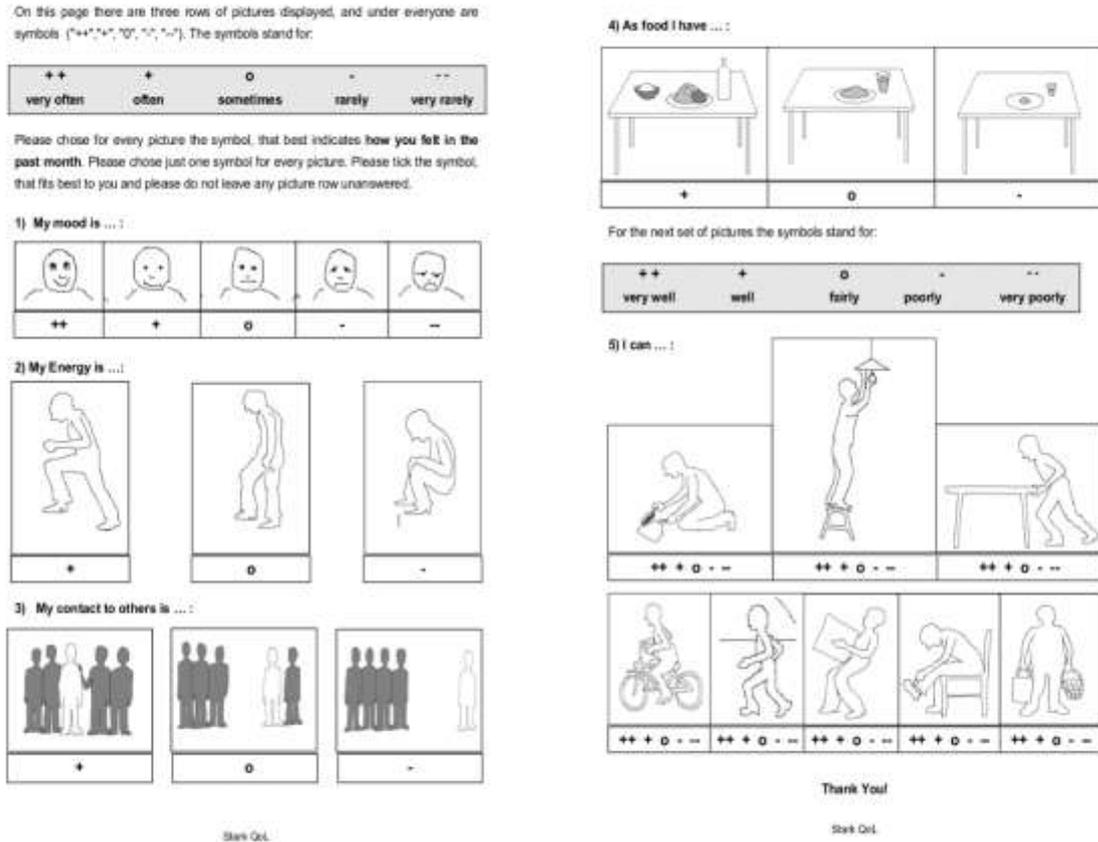


Figure 1. Le Stark QoL.

– **Échelle d'évaluation de l'activité physique et du soutien social (Silva dos Reis et al., 2011) :**

L'échelle utilisée pour évaluer le soutien social est fréquemment utilisé dans les études avec des adultes (Sallis et al., 1987) et parce qu'il est facile à comprendre et appliquée. Il comprend des questions sur le soutien social de la famille et des amis pour effectuer des activités physiques. Les résultats de l'évaluation psychométrique montrent que l'échelle a une validité et une fiabilité adéquates pour évaluer le soutien social de l'activité physique. (Sallis et al., 1987) a été développé cependant, cet instrument et est appliqué sans tenir compte des types et l'intensité des activités physiques, qui sont associés à différentes sources de soutien social (Bourdeaudhuij et al., 2005). Par exemple, une personne qui reçoit du soutien pour marcher peut ne pas recevoir le même encouragement pour des activités plus intenses ou plus complexes.

Physical activity social support scale

1. Invited to perform moderate to vigorous physical activities (friend)
- 2 Encouraged to perform moderate to vigorous physical activity (friend)
- 3 Performed moderate to vigorous physical activities with you (friend)
- 4 Invited you to walk (friend)
- 5 Encouraged you to walk (friend)
- 6 Walked with you (friend)
- 7 Invited to perform moderate to vigorous physical activities (family)
- 8 Encouraged to perform moderate to vigorous physical activity (family)
- 9 Performed moderate to vigorous physical activities with you (family)
- 10 Invited you to walk (family)
- 11 Encouraged you to walk (family)
- 12 Walked with you (family)

Figure2. Échelle d'évaluation de l'activité physique et du soutien social (Silva dos Reis et al., 2011)

– **Questionnaire de l'activité physique à item unique (Zwolinsky et al., 2015) :**

La formulation de la question à un seul point était :

"Au cours de la semaine écoulée, combien de jours avez-vous fait au total 30 minutes ou plus d'activité physique, ce qui a suffi pour augmenter votre rythme respiratoire. Il peut s'agir de sport, d'exercice, de marche rapide ou de cyclisme pour les loisirs ou pour se rendre à des endroits ou en revenir, mais ne doit pas inclure les travaux ménagers ou l'activité physique qui peut faire partie de votre travail".

Procédure

Les trois échelles utilisées dans cette recherche ont été traduites par un comité formé d'un traducteur professionnel, professeur en linguistique, et trois professeurs en sciences humaines. Une procédure de traduction inversée a été conduite pour voir la robustesse de la version adaptée voir. Cette procédure a été décrite par Hambleton (1993). Ensuite une adaptation de l'échelle arabe pour le contexte de notre étude a été réalisée selon les recommandations du comité qui s'est chargé d'élaborer une version en langue arabe et une version en langue anglaise.

Les questionnaires ont été distribués aux sujets de façon à ce qu'ils puissent lire les directives rattachées à leur participation. Ces directives précisaient que leur participation demeurerait anonyme, qu'il n'y avait aucune bonne ou mauvaise réponse aux questions

posées et qu'ils devaient y répondre en fonction de leur nature réelle et non en fonction de ce qu'ils aimeraient être.

En tout 268 questionnaires remplis ont été remis.

Résultats

- Consistance interne :

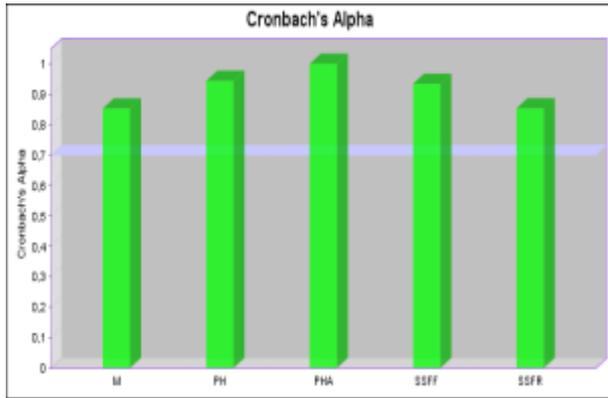


Figure 2. Alpha de Cronbach du model model

- Fiabilité composite :

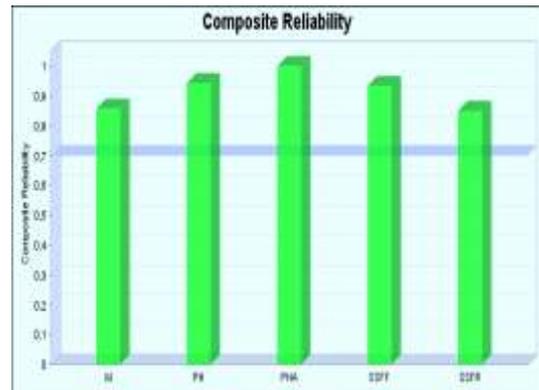


Figure 3. Fiabilité composite du model

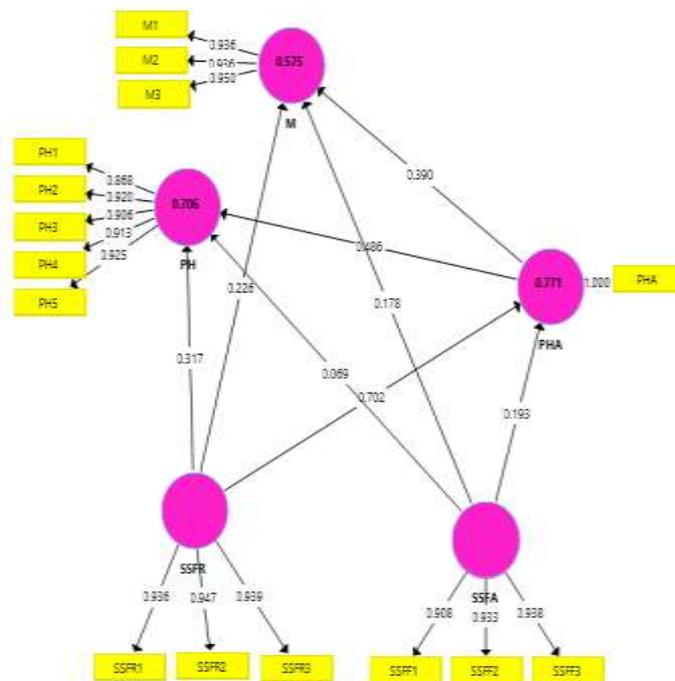


Figure 4. model SmartPLS

On peut résumer que toutes les deux constructions de la qualité de vie, les deux constructions de l'activité physique, le soutien social et l'activité physique sont toutes des mesures valables.

Le modèle de mesure a établi une fiabilité adéquate, une validité discriminante et prédictive qui peut être utilisée dans la collecte réelle des données.

En outre, l'exécution de l'algorithme PLS et les calculs de Bootstrapping ont fourni le coefficient de cheminement de ces relations qui dénote que sept hypothèses sont trouvées soutenues après test. Une hypothèse n'est pas confirmée.

Discussion

Les résultats de notre recherche sont en ligne avec d'autres études qui ont distingué des relations affirmatives cohérentes entre le soutien social et l'activité physique ont été révélées chez les adultes (Bauman et al., 2012). Dans ce même contexte, des recherches indiquent que l'activité physique est un comportement important pour la promotion de la santé et de la qualité de vie. (Bize, 2007).

Par contre, d'autres études élaborées ne sont pas en ligne avec les résultats trouvés dans notre recherche, c'est alors que Eyler (1999) suggère que le soutien de la famille semble être particulièrement important pour augmenter les niveaux d'activité physique.

Les chercheurs ont indiqué que la qualité de vie est un label général qui désigne un certain nombre de résultats considérés comme essentiels dans la vie d'un individu. (Rejeski & Mihalko, 2001).

Les résultats de l'analyse du modèle de cheminement ont confirmé que le soutien social de l'activité physique est significativement corrélé avec l'activité physique et la qualité de vie.

La prédominance de théories telles que la théorie cognitive sociale, la théorie de l'apprentissage social et la théorie de l'auto-efficacité dans les interventions pour lesquelles les preuves sont suffisantes peut également être utile pour la conception et le développement d'interventions futures car elles peuvent avoir contribué à l'optimisation de la qualité de vie des participants.

Bibliographie

1. Ayotte, B. J., Margrett, J. A., & Hicks-Patrick, J. (2010). Physical activity in middle-aged and young-old adults: the roles of self-efficacy, barriers, outcome expectancies, self-regulatory behaviors and social support. *Journal of health psychology, 15*(2), 173-185.
2. Bandura, A. (2010). Self- efficacy. *The Corsini encyclopedia of psychology, 1-3*.
3. Bauman, A. E., Reis, R. S., Sallis, J. F., Wells, J. C., Loos, R. J., Martin, B. W., & Lancet Physical Activity Series Working Group. (2012). Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not?. *The lancet, 380*(9838), 258-271.
4. Berkman, L. F. (2014). i Krishna.
5. Bize, R., Johnson, J. A., & Plotnikoff, R. C. (2007). Physical activity level and health-related quality of life in the general adult population: a systematic review. *Preventive medicine, 45*(6), 401-415.
6. De Bourdeaudhuij, I., Teixeira, P. J., Cardon, G., & Deforche, B. (2005). Environmental and psychosocial correlates of physical activity in Portuguese and Belgian adults. *Public health nutrition, 8*(7), 886-895.
7. Eyler, A. A., Brownson, R. C., Donatelle, R. J., King, A. C., Brown, D., & Sallis, J. F. (1999). Physical activity social support and middle-and older-aged minority women: results from a US survey. *Social science & medicine, 49*(6), 781-789.
8. Fjeldsoe, B., Neuhaus, M., Winkler, E., & Eakin, E. (2011). Systematic review of maintenance of behavior change following physical activity and dietary interventions. *Health Psychology, 30*(1), 99.
9. Hambleton, R. K. (1993). Translating achievement tests for use in cross-national studies.
10. Hanson, J. D., & Jensen, J. (2015). Importance of social support in preventing alcohol-exposed pregnancies with American Indian communities. *Journal of community health, 40*(1), 138-146.
11. Hardt, J. (2015). A new questionnaire for measuring quality of life-the Stark QoL. *Health and quality of life outcomes, 13*(1), 1-7.
12. McAuley, E., Konopack, J. F., Motl, R. W., Morris, K. S., Doerksen, S. E., & Rosengren, K. R. (2006). Physical activity and quality of life in older adults: influence of health status and self-efficacy. *Annals of behavioral Medicine, 31*(1), 99-103.
13. Parnell, D., Pringle, A., McKenna, J., Zwolinsky, S., Rutherford, Z., Hargreaves, J., ... & Richardson, D. (2015). Reaching older people with PA delivered in football clubs: the reach, adoption and implementation characteristics of the Extra Time Programme. *BMC public health, 15*(1), 1-12.
14. Reis, M. S. D., Reis, R. S., & Hallal, P. C. (2011). Validity and reliability of a physical activity social support assessment scale. *Revista de saude publica, 45*, 294-301.
15. Rejeski, W. J., & Mihalko, S. L. (2001). Physical activity and quality of life in older adults. *The Journals of Gerontology Series A: Biological sciences and medical sciences, 56*(suppl_2), 23-35.

16. Sallis, J. F., Grossman, R. M., Pinski, R. B., Patterson, T. L., & Nader, P. R. (1987). The development of scales to measure social support for diet and exercise behaviors. *Preventive medicine*, 16(6), 825-836.