

بناء مقياس للاتجاهات نحو الرياضة للجميع

أ.د. محمد محمد عبد الله الحماحمي
أستاذ بقسم الترويج الرياضي بكلية التربية
الرياضية للبنين - جامعة حلوان

ملخص البحث

يهدف البحث إلى بناء مقياس للاتجاهات نحو الرياضة للجميع لمختلف الفئات العمرية من الجنسين، قام الباحث بإستخدام كل من المنهج الوصفي والمنهج الإحصائي لتحقيق هدف الدراسة الذي يتحدد في بناء مقياس " الاتجاهات نحو الرياضة للجميع " ، وقد تم اختبار كل من صدق المقياس وثباته بعد تطبيقه على عينة مكونة من (٤٠٠) مبحوث من جميع المراحل من الجنسين ، وذلك وفقا لما يلي : مرحلة الشباب (٧٥ من الذكور ، ٧٥ من الإناث) ، مرحلة متوسطي العمر (٧٥ من الذكور ، ٧٥ من الإناث)، مرحلة كبار السن (٥٠ من الذكور ، ٥٠ من الإناث)، وكانت نتائج البحث أن أصبح مقياس الاتجاهات نحو الرياضة للجميع قابل للتطبيق بعد التحقق من صدقه وثباته ، وفقا لأبعاده الأربعة : الإتجاه نحو مفهوم الرياضة للجميع ، الإتجاه نحو أهمية الرياضة للجميع ، الإتجاه نحو دعم المجتمع للرياضة للجميع، الإتجاه نحوالتعاون الدولي في مجال الرياضة للجميع.

المقدمة

لقد طرأت عدة متغيرات على البيئة الطبيعية لحياة الإنسان المعاصر ، كما أن المتغيرات التي فُرِضت على حياته اليومية قد أدت إلى التأثير على كل من حالاته البدنية والنفسية والاجتماعية ، مما تطلب إجراء دراسات وبحوث علمية لمواجهة الآثار السلبية الناتجة عن تلك المتغيرات .

ويشير محمد الحماحي الى أنه قد أُطلق على الإنسان المعاصر (الإنسان الجالس) L'homme assis نتيجة لإستخدامه التقنيات المستحدثة ، والتي ترتب عليها التوجه الى عدم الحركة ، مما أدى الى زيادة وزنه وإصابته بالبدانة وبالأضرار العديدة المرتبطة بكل من نقص الحركة والبدانة.(١٦ : ١١١)

ويؤكد فرانكو انيشيني Franco Anichini على أن متغيرات الحياة العصرية في المجتمعات المتقدمة قد أدت إلى زيادة الطلب demande على الرياضة للجميع التي أتسع إنتشارها في الدول المتقدمة ، كما حدد فرانكو تلك المتغيرات في : التطور الاجتماعي ، الآثار السلبية الناتجة عن التقدم العلمي والتقني ، الزيادة المتنامية لوقت الفراغ ، الرغبة في زيادة معدلات الإنتاج ، تنامي الرغبة في التغلب على كل من التوتر النفسي والعصبي (٢٩ : ٢١)

ولذا أصبح التحدي الذي يواجه كل من المجتمعات العصرية ، هو كيفية إستثمار وقت الفراغ ومواجهة زيادة الطلب علي الفراغ Leisure ، وذلك بعد أن أُطلق على القرن العشرين مصطلح "عصر الفراغ" كما أن وقت الفراغ قد أصبح في القرن الحالي يرتبط بحرية إستخدام الفرد لهذا النوع من الوقت بطرق متعددة. (١٢ : ٢٥ ، ٢٦)

وأوضح محمد الحماحي ان نتائج الدراسات العلمية التي أجراها الأطباء المتخصصين في مجال صحة الإنسان قد أكدت على وجود علاقة إيجابية بين ممارسة أوجه النشاط البدني والوقاية من العديد من الأمراض المرتبطة بالقلب والأوعية الدموية ، وذلك من خلال الحد من زيادة الوزن surpoids ، كما أكدت تلك الدراسات على أن النشاط البدني والنظام الغذائي المناسب يؤديان الى ضبط الوزن controller le poids والحد من عوامل الخطر على الصحة facteur de risque .(١٦ : ١٣٢ ، ١٣٣)

كما يري كل من محمد الحماحي وعائدة عبد العزيز أن للترويج الرياضي - الرياضة للجميع - دور ايجابي في الحصول على القوام المعتدل والرشيقي والبُعد عن النمط البدني ، وتطوير اللياقة البدنية وتحسين كفاءة أجهزة الجسم الحيوية ، والإقلال من إحتمال الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية ومن التوتر النفسي والعصبي ومعالجة آلام المفاصل والظهر. (٢٢ : ٣٧).

ويشير محمد الحماحي الى أن فكرة وحركة الرياضة للجميع ليست وليدة العصر أو مستحدثة ، إلا أنها قد حققت نمواً واتسع نطاق إنتشارها عالمياً في هذا العصر ، وذلك بعد تطوّر مفهوماً وتفهم الجمهور لرسالتها وأهدافها ، وما ترتب على ذلك من إدراك أهميتها وإستثارة دافعية الأفراد لممارسة أوجه نشاطها. (١٥ : ٢١٥)

ويؤكد محمد الحماحي وآخرون على أن الرياضة للجميع قد أصبحت تُشكل في كل دولة من دول العالم شكلاً للترويج المفضل لدي الأفراد في جميع المراحل العمرية ، كما أصبحت تمثل في المجتمع المعاصر نطاقاً تربوياً واجتماعياً يهدف إلى تنمية المواطنين والمجتمع ، وذلك لدورها الحيوي في تحقيق مستوي أفضل للممارسين لأوجه نشاطها في مجالات اللياقة البدنية وتطوير الصحة وتحقيق السعادة وتأخير أعراض ومظاهر الشيخوخة ، إلى جانب الإرتقاء بالمجتمع وزيادة فعالية إنتاجه. (٢٣ : ١٤٧)

ولذا يري محمد الحماحي أن الرياضة للجميع تُعد ظاهرة اجتماعية وحضارية ، ومن أهم أهدافها الوقاية من بعض أضرار المدنية الحديثة ، وذلك من خلال : التغلب على نقص الحركة ، الوقاية من البدانة والتخلص من الوزن الزائد ، التغلب على الأسلوب النمطي للحياة المفروضة على المجتمع الصناعي ، إيقاظ إحساس الفرد ، إشباع الحاجة إلى العودة للطبيعة والإستمتاع بأوجه نشاط الخلاء ، بعث التفاؤل وزيادة الشعور بالإقبال على الحياة بسعادة وبهجة ، زيادة القدرة على مواجهة المشكلات اليومية للحياة . (١٦ : ٣٧)

ويشير محمد الحماحي إلى أنه لأهمية الرياضة للجميع في حياة الإنسان والمجتمعات المعاصرة ، فإن الميثاق الأوربي للرياضة للجميع قد أكد على أن الرياضة للجميع تهدف إلى إتاحة الفرص لجميع الأفراد في جميع المراحل العمرية من الجنسين لممارسة أوجه نشاطها للمحافظة على قدراتهم البدنية والنفسية من أجل الحياة والبقاء ، ولوقاية الجنس البشري من التدهور. (١٩ : 254)

وبوجه عام ، فإن حاجة الإنسان للإستمتاع بروح اللعب وممارسة أوجه النشاط البدني أو الحركي قد أصبحت من الحاجات والدوافع الأساسية في الوقت الحاضر لمواجهة المتغيرات العصرية في المجتمعات المتقدمة ، وهو ماتسعي الرياضة للجميع الى تحقيقه للإنسان المعاصر ، وذلك من خلال إتاحة الفرص للجميع لممارسة تلك الأوجه من النشاط .

ولذا فإن تدعيم الاتجاهات نحو الرياضة للجميع قد أصبح ضرورة ومطلباً تربوياً واجتماعياً ، وذلك بغرض التغلب على العديد من المشكلات الناتجة عن عدم إستثمار أوقات الفراغ ، وبغرض الحفاظ على اللياقة البدنية وتنميتها من أجل التمتع بالصحة ، مما يتطلب مراعاة أهم مايلي : تعريف الأفراد بماهية وأهمية ممارسة أوجه نشاط الرياضة للجميع في أوقات

الفراغ ، التوجيه الى نوع النشاط المناسب لميولهم وإستعداداتهم وقدراتهم وحالتهم الصحية والبدنية ، إستثارة دافعيتهم لتعلم العديد من المهارات المرتبطة بأوجه نشاط الرياضة للجميع لإستخدامها في إستثمار أوقات الفراغ فى الحركة.

كما أن زيادة الطلب على ممارسة أوجه النشاط المتعددة الرياضة للجميع ، والتي تُعد ذات أهمية لتحسين نوعية حياة الإنسان المعاصر ووقايته من العديد من أمراض العصر الناتجة عن نقص الحركة وضغوط الحياة اليومية أو الإقلال من فرص الإصابة بها ، إنما يرتبط بتشكيل اتجاهات إيجابية نحوها .

ولذا فإن قياس الإتجاهات يؤدي الى التعرف على شعور الفرد نحو موضوع الإتجاه ، كما يتم تحديد مداه أو شدته فيما يرتبط بقبول أو تأييد ورفض أو معارضة الموضوع المتصل به ، ومن ثم يسمح قياس الإتجاهات بتوقع طبيعة سلوك الفرد نحو الموضوع الذي يتم قياسه أو تحديد مدى إستجابة الفرد له ، وذلك لأن الإتجاهات تُعد هي المحرك أو الدافع الرئيسي للسلوك فى مواجهة الأحداث والمواقف المرتبطة بالحياة اليومية ، كما يتحدد ذلك وفقا لشدة الإتجاه وثباته وإستقراره وبمدي إتساق الإتجاه أو ارتباطه بالسلوك .

ولأهمية الرياضة للجميع فى حياة الإنسان المعاصر فقد قام الباحث ببناء مقياس " الإتجاهات نحو الرياضة للجميع" بهدف قياس طبيعة وشدة إتجاهات الأفراد فى جميع المراحل العمرية التى تقع بين مرحلتى الشباب وكبار السن، مما يسمح بالتعرف على إتجاهاتهم نحوها ، ومن ثم تحديد مدى إيجابيتها أو سلبيتها ، الأمر الذي يؤدي إلى رسم إستراتيجيات لتدعيم الإتجاهات الإيجابية وتغيير أو تعديل الإتجاهات السلبية الى إتجاهات إيجابية .

كما أن الباحث قد أختار موضوع دراسته هذه نظرا لوجود ندرة فى مقاييس الاتجاهات نحو الرياضة للجميع ، وذلك على مستوى الوطن العربي.

هدف الدراسة :

يتحدد هدف الدراسة فى بناء مقياس للإتجاهات نحو الرياضة للجميع لمختلف الفئات العمرية من الجنسين .

أدبيات الدراسة :

يري جون اندروز John Andrews أن الرياضه للجميع Sport Pour Tous

تعني إتاحة فرص ممارسة الرياضه لكل مواطن دون التقيد بكل من : نوع الجنس ، العنصر البشري ، الديانة ، السن ، نوع الجنسية ، مستوى الأداء ، كما أنها تشتمل على أوجه نشاط بدنية للمعاقين. (٢٨ : ٢٦)

ويشير محمد الحماحي إلي أن الممارس لأوجه نشاط الرياضة للجميع يهدف إلى تحقيق النجاح والتفوق في تجربته ، مع مراعاة ألا يكون ذلك على حساب صحته العامة ، ولذا فإنه قد يتوقف عن ممارسه النشاط إذ ما انتابه الإحساس بالإرهاق أو الإجهاد، أو الإحساس بأنه قد يتعرض لبعض المخاوف أو لبعض الأضرار البدنية والفسولوجية ، أو عندما يشعر بعدم الرغبة في الإستمرار في ممارسة النشاط . (١٨ : ٦٧)

وترى تريزا ولانسكا Teresa Walanska أن الأصول والمبادئ العلمية التي تركز عليها الرياضة للجميع والتي ترتبط بالمعرفة ذات التخصص العلمي بنظمها وتأثيرتها البيولوجية والصحية والتربوية والنفسية والاجتماعية على الفرد الممارس بانتظام لأوجه نشاطها ، قد أدى الى تطوّر اتجاهات المسؤولين عن إدارتها ، كما تغيّرت النظرة إليها بعد إدراك أهميتها الحيوية في تحقيق الأهداف التالية : (٣١ : ٣٠)

- تعويض نقص الحركة البدنية للفرد المعاصر، وذلك نتيجة التقدم التقني الذي غزا المجتمعات الحديثة ، وما ترتب عليه من تقليص حركة الإنسان.
- التخلص من الوزن الزائد surpoids أو البدانة gressesse الناتجة عن الإفراط في تناول الطعام والنقص في الحركة البدنية .
- تحسين وتطوير الحالة الصحية للفرد الممارس بانتظام لأوجه نشاطها .
- الترويح عن النفس في أوقات الفراغ والتخلص من التوتر العصبي أو الأقلال من درجته.

كما يرى محمد الحماحي أن الرياضة للجميع تُعد إحدى الظواهر الاجتماعية المعاصرة التي تهتم بالصحة والحالة البدنية للفرد وبطريقته في الحياة وبالذفاع عن ذاته ضد متغيرات المجتمع التقني، وتتضمن إتاحة الفرص للجميع لممارسة أوجه نشاطها الحركية- بأشكالها المختلفة- بحرية كاملة ، وذلك وفقا لميولهم ودوافعهم وإستعداداتهم وقدراتهم ، دون وضع أي قيود أو اعتبار للسن أو نوع الجنس أو العنصر البشري أو الديانة أو المستوي المهاري أو المستوي التعليمي والثقافي أو المستوي الاجتماعي والإقتصادي ، وذلك بهدف تحقيق حياة أفضل للفرد. (230:17)

وكذلك يُشير عبد الرحمن سيار إلى أن الرياضة للجميع تُعد ظاهرة اجتماعية وثقافية وإقتصادية ، كما أنها تُعد أفضل وسيلة تربوية تتلائم مع منظور المجتمع المعاصر لإستثمار أوقات الفراغ لدي جميع أفراد المجتمع بإختلاف مراحلهم العمرية ونوع الجنس وحالاتهم الإقتصادية . (٩ : ١٩)

بينما يرى بيير سوران Pierre Seurin أن الرياضة للجميع هي تلك الحركة التي تُشكل الفكر والاتجاهات التربوية وتعديل من السلوك الاجتماعي لممارسي أوجه نشاطها ، كما تُثري فكرة

دفع الفرد إلى إشباع ميوله وحاجته للحركة ، وتعمل على تدعيم تلك الفكرة في وجدان المواطنين.
(١٦ : ٢٠)

ويؤكد كل من كمال درويش ومحمد الحماحي على أن تقدم الحضارة يقاس بقدرتها على دعم القيم والاتجاهات الإيجابية نحو الفراغ كنظام اجتماعي له العديد من الوظائف على كل من المستوي الفردي والجماعي ، ولذا إهتمت كل من المؤسسات التربوية والسياسية والإقتصادية والاجتماعية بدراسة وقت الفراغ وكيفية استثماره وبالمرود الناتج عنه ، وكذلك إهتمت بدراسة المشكلات الناتجة عن عدم استثماره . (١٢ : ٢٥،٢٦)

ويري محمود طلبية أن موضوع الاتجاهات يُعد من الأهمية باعتباره أحد أهم حصائل عملية التنشئة الاجتماعية ، إذ أن الاتجاهات تتكوّن نحو كل من الموضوعات أو المواقف تجاه ممارسة أوجه نشاط الترويح في وقت الفراغ خلال مراحل نمو الأفراد. (٢٧ : ٣١٧)

ويشير عماد مخيمر إلى أن أي موضوع من موضوعات علم النفس الاجتماعي لم يحظ بالاهتمام والدراسة والبحث الذي يحظى به موضوع الاتجاهات النفسية ، وذلك لكون الاتجاهات النفسية تُعد المحور الأساسي لعلم النفس الاجتماعي. (١١ : ٤٣)

كما يرى سعد عبد الرحمن أن الاتجاهات النفسية كموضوع يحظى بأهمية بالغة في مجال علم النفس - بوجه عام - وعلم النفس الاجتماعي بوجه خاص ، وذلك للإرتباط الوثيق بين الاتجاهات وسلوك الفرد في مواقف الحياة اليومية . ولذا تُمثل دراسة الاتجاهات النفسية أهمية أكاديمية وتطبيقية ، مما دعي المهتمين بدراستها إلى الإشارة بأن موضوع الاتجاهات يُعد هو محور علم النفس والدراسات السلوكية بإختلاف أنواعها (٨ : ٣٧٣)

بينما يُشير حسنى الجبالي إلى أن مفهوم الإتجاه يُعد من أكثر المفاهيم إنتشارا في مجال علم النفس الاجتماعي بالولايات المتحدة الأمريكية ، مما دعا جوردن البورث Gordon Allport إلى التأكيد على أن مفهوم الإتجاه يُعد ركيزة المادة العلمية الموجودة في كتب علم النفس الاجتماعي، كما أن ماك جوري Mc-Guire يرى أن (٢٥%) من المادة العلمية التي تتضمنها مراجع علم النفس الاجتماعي ، تتناول موضوع تكوين الإتجاهات وتغييرها. (٦ : ٢٣٥)

كما يوضح حسنى الجبالي أن مفهوم الإتجاه عادة ما يتضمن : موضوع ينصب عليه الاتجاه object ، التعبير عن حكم أو قيمة evaluative ، الثبات النسبي enduring ، قابلية العقل أو السلوك لموضوع الإتجاه predisposition . (٦ : ٢٣٦)

ولذا يرى عماد مخيمر أن الإتجاه يُعد أسلوبا منظما ومنسقا في التفكير والشعور ورد الفعل نحو الأفراد والجماعات والقضايا الاجتماعية ، أو بوجه عام تجاه أي حدث في البيئة ، وأن الأفكار والمعتقدات والمشاعر أو الإنفعالات تُعد المكونات الرئيسية للإتجاهات. (١١ : ٥٢)

ويشير حامد زهران إلى أن الإتجاهات تُعد موجّهات أو محددات موجّهة لضبط السلوك الاجتماعي للفرد ، كما أنها تعكس المؤشرات التي يتعرض لها الفرد في كل حياته أو خلال تنشئته ، ولذا فإن توجيه الإتجاهات نحو الأهداف المرجوة يجب أن تحظى بالإهتمام ، وذلك باعتبارها تمثل القوي المحركة للفرد نحوها بشكل منتظم (٥ : ١٣٩ ، ١٤٠)

كما أن الإتجاهات تُعد أنماطا سلوكية يُمكن من خلال عملية التعليم إكتسابها وتعديلها ، وأنه بالرغم من تميزها بالثبات النسبي ومقاومتها للتغيير، إلا أنه يُمكن تبديلها وتغييرها ، إذ تتأثر من حيث تكوينها أو تعديلها ودرجاتها أو شدتها بكل من عوامل التنشئة الاجتماعية.

ويشير محمد ابراهيم إلى أن الإتجاهات تلعب دورا محوريا في حياة الإنسان، ومن ثم فإنه لا يمكن وجود إنسان بغير اتجاهات معينة يساندها ويدافع عنها والتي بدورها تتحوّل بفعل إستقرارها وثباتها في داخله إلى مكوّن من مكوّنات شخصيته ، أو إتجاهات أخرى يرفضها ، أو إتجاهات من نوع ثالث لا تحظى لديه بأي إهتمام أو تهيؤ نفسي (١٤ : ٧٣)

ويري أحمد عزت راجح أن الإتجاه يُعد إستعدادا نفسيا يتم إكتسابه ، ويحدد شعور الفرد ويوجه سلوكه نحو موضوعات تتصل به من حيث قبوله أو رفضه لها . (١ : ١٢١)

ويري المهتمون بالعلوم السلوكية والاجتماعية إن الإتجاه attitude يتكوّن من ثلاثة عناصر أو مكوّنات رئيسية components ، وهي : المكوّن الأول : ويُطلق عليه مسمى البعد المعرفي ، ويتضمن أفكار ومعتقدات الفرد عن الموضوعات أو القضايا محور الإتجاه ، المكوّن الثاني : ويعرف بالبُعد الوجداني أو الانفعالي أو العاطفي ، ويشير الى مشاعر الفرد نحو موضوع الإتجاه ، المكوّن الثالث : ويشار إليه بالبُعد السلوكي ، ويُعبر عن الإستعداد للإستجابة بشكل معين على موضوع الإتجاه ، أي أن المكوّن الثالث يُعبر عن إستعداد الفرد للقيام بسلوك معين نحو موضوع الإتجاه . (٨ : ٣٧٧، ٣٧٦) (١١ : ٤٨، ٤٩)

ولذا يري كل من محمد الحماصي وأحمد سعيد أن لوسائل الإعلام الجماهيري دور إيجابي في تشكيل الاتجاهات ، وذلك من خلال تزويد الأفراد بالمعلومات والمعرفة المرتبطة بالعديد من الموضوعات أو القضايا المعاصرة المطلوب تكوين اتجاهات إيجابية نحوها ، وذلك بهدف تكوين المكوّن المعرفي ، كما تدعم الجانب العاطفي لديهم وتنمي مشاعرهم وأحاسيسهم نحو تلك الموضوعات أو القضايا حتي تجد قبول لديهم ، وبالتالي تُساهم في تكوين المكوّن الوجداني ، ونتيجة لتكوين كل من المكوّن الوجداني ، ونتيجة لتكوين كل من المكوّن المعرفي والوجداني يتم تكوين المكوّن السلوكي نتيجة لإقتناع الأفراد بالموضوعات أو القضايا محور عملية الإتجاه ، مما يؤدي إلي قيام بسلوك وأفعال مرغوب منها . (٢١ : ٣٦)

وتشير ليلى فرحات إلى أن الإنسان يُعد أهم مجالات القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة ، كما تُعد الاختبارات والمقاييس أساسا للعمل العلمي وأحد الأدوات الرئيسية التي يعتمد عليها قياس سلوك الإنسان (١٣ : ١٧)

كما يوضح محمد العربي شمعون أن مقاييس الإتجاهات تقوم على بعض الأسس ، منها : (٢٤ : ٤٢٥)

- ان المقياس يجب أن يتناول مشكلة حديثة تختلف الآراء حولها .
 - إستجابة الفرد للأسئلة التي تتناول المشكلة يجب أن تتقرر بشعوره أو وجدانه .
 - أن توضح الأسئلة بشكل معين درجة شعور الفرد الإيجابية أو السلبية نحو المشكلة ، وذلك حتي يُمكن التمييز بين الأفراد في درجة شعورهم أو اتجاهاتهم .
- ويُشير جودت شاكر إلى أن مقياس ليكرت Likert scale يُسمى بأسلوب التقدير الجمعي summated ratings لقياس الإتجاهات ، ولذا فقد أصبح أكثر المقاييس انتشارا وشيوعا ، ومن أكثر الأساليب إستخداما في مجال القياس والبحوث التربوية والنفسية والاجتماعية (٤ : ٣٩٤)

ويُتكوّن مقياس ليكرت من عدد من المفردات المرتبطة بموضوع الإتجاه ، بعضها يكون مؤيدا لموضوع المقياس ، ويُطلق عليها مسمى المفردات الإيجابية والتي تُعبر بدورها عن قبول أو موافقة المبحوث لموضوع الإتجاه ، وتُعطي لتلك المفردات درجات تمتد تصاعديا وفقا لشدة الإستجابة التي تُعبر عن شدة الإتجاه ، حيث تُعطي خمس درجات لإستجابة (موافق تماما) ودرجه واحدة لإستجابة (غير موافق تماما) .

كما أن بعضها الآخر يكون معارضا أو رافضا لموضوع المقياس ، ويُطلق عليها مسمى المفردات السالبة والتي تُعبر بدورها عن رفض المبحوث لموضوع الإتجاه ، وتعطي تلك المفردات درجات تمتد تنازليا وفقا لشدة الإستجابة التي تُعبر عن شدة الإتجاه ، حيث تُعطي درجة واحدة لإستجابة (موافق تماما) وخمس درجات لإستجابة (غير موافق تماما) .

ومن المقاييس التي تم إعدادها في مجال التربية البدنية والنشاط البدني والرياضة للجميع ما يلي :

- مقياس شارل ادجنجتون للإتجاهات الذي قام بإعداده شارل ادجنجتون Charles Edgington وقد تضمن (٦٦) مفردة ، وقد تم التحقق من صدق المقياس من خلال كل من صدق المحكمين وصدق التكوين الفرضي بإستخدام المجموعات المتميزة ، كما تم التحقق من ثبات المقياس بإستخدام طريقة التجزئة النصفية ، وقد بلغ قيمة معامل الثبات (٠.٩٢) . (٢٥ : ٤٣٥)

- مقياس الإتجاهات نحو النشاط البدني Attitude Toward Physical Activity (ATPA) الذي قام بإعداده جيرالد كنيون Gerald Kenyon ، ويتكوّن المقياس من (٦) أبعاد ، هي : النشاط البدني كخبرة اجتماعية ، النشاط البدني للصحة واللياقة ، النشاط البدني كخبرة توتر ومخاطرة ، النشاط البدني كخبرة جمالية ، النشاط البدني لخفض التوتر ، النشاط البدني كخبرة للتفوق الرياضي . ويتضمن المقياس صورتين إحداهما للبنين وتتضمن (٥٩) مفردة ، والأخري للبنات وتشتمل على (٥٤) مفردة ، وقد تم إختبار صدق المقياس من خلال إيجاد العلاقة بين نتائج درجات كل بُعد من الأبعاد الستة للمقياس ونتائج درجات التفضيل العالي والتفضيل المنخفض لكل من تلك الأبعاد ، وذلك بإفتراض أن الأفراد الذين يُعبرون عن التفضيل الشديد نحو بُعد معين من أبعاد المقياس يتخذون إتجاها أكثر إيجابية نحو مفردات المقياس التي تقيس هذا البُعد ، كما تم التحقق من ثبات المقياس من خلال إجراءات هوايت Hoyt's Procedure (٢٥ : ٤٤٤ - ٤٤٦)

- قام بلال عبد العزيز (٢٠١٤) (بدراسة بعنوان " اتجاهات مرتادي الأندية ومراكز الشباب نحو مناشط الرياضة للجميع وفقا لبعض المتغيرات" ، مستخدما مقياس الإتجاهات نحو الرياضة للجميع من إعداد محمد الحماحي ، وقد أُختبر صدق المقياس بطريقة الإتساق الداخلي internal consistency لحساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية لأبعاد المقياس بإستخدام معادلة بيرسون للإرتباط Pearson Correlation Coeffetion ، كما قام بإختبار ثبات المقياس من خلال إستخدام التجزئة النصفية بإستخراج قيمة معامل الفا Alpha للثبات وفقا لتعديل كرونباخ Cronbach ، ولقد دلت النتائج على ان المقياس قد أصبح صالحا للإستخدام بعد التأكد من صدقه وثباته .

- قام كل من محمد سعيد ومحمد أمين (٢٠١٤) بدراسة بعنوان " إتجاهات طلاب كلية التربية الرياضية للبنين بجامعة حلوان نحو الرياضة للجميع" ، مستخدما مقياس الإتجاهات نحو الرياضة للجميع من إعداد محمد الحماحي ، وقد تم إختبار صدق المقياس بإستخدام الإتساق الداخلي internal Consistency من خلال حساب دلالة قيمة معامل إرتباط بيرسون بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس ككل ، كما تم إختبار ثبات المقياس من خلال التجزئة النصفية من خلال حساب قيمة معامل الفا Alpha للثبات وفقا لتعديل كرونباخ Cronbach ، ولقد دلت النتائج على أن المقياس قد أصبح صالحا للإستخدام بعد التأكد من صدقه وثباته .

- قام حمدي السيسي بدراسة بعنوان " اتجاهات كلية التربية بجامعة مدينة السادات نحو الرياضة للجميع" (٢٠١٣) ، مستخدماً مقياس الاتجاهات نحو الرياضة للجميع من إعداد محمد الحماحي ، وقد أُختبر صدق المقياس بطريقة الإتساق الداخلي Internal Consistency بإستخراج قيم معامل إرتباط بيرسون Pearson بين درجة مفردات كل بُعد والدرجة الكلية لمجموع مفرداته ، كما أُختبر ثبات المقياس بحساب قيمة معامل الفاكرونباخ Alpha Cronbach للأبعاد الأربعة للمقياس ، ولقد دلت النتائج على أن المقياس قد أصبح صالحاً للإستخدام بعد التأكد من صدقه وثباته .
- قام عبد الرحيم زياب بدراسة بعنوان " اتجاهات طلبة جامعة الكويت نحو الرياضة للجميع " (٢٠٠٣) ، مستخدماً مقياساً للاتجاهات نحو الرياضة للجميع قام بإعداده ، وقد تضمن المقياس (٤٥) مفردة موزعة على ثلاثة أبعاد ، وهي : البُعد الأول : الاتجاه نحو مفهوم الرياضة للجميع ، وقد شمل (١٦) مفردة ، البُعد الثاني : الاتجاه نحو أهمية الرياضة للجميع للحياة العصرية ، وقد تضمن (١٦) مفردة ، البُعد الثالث : الاتجاه نحو دور المجتمع في دعم الرياضة للجميع ، وقد اشتمل على (١٣) مفردة ، وقد قام الباحث بإستخدام كل من صدق المحتوي وصدق الإتساق الداخلي من خلال استخراج قيمة معامل الإرتباط لبيرسون Person Correlation ، كما قام بإختبار ثبات الإختبار من خلال استخراج قيمة معامل الفا للثبات ، ولقد دلت النتائج على أن المقياس قد أصبح صالحاً للإستخدام بعد التأكد من صدقه وثباته .
- قامت إيمان سيد بدراسة بعنوان " دراسة اتجاهات المرأه نحو الترويج الرياضي " (٢٠٠٥) مستخدمة مقياس من إعدادها ، وقد تكوّن المقياس " اتجاهات المرأة نحو الترويج الرياضي من (٤) أبعاد ، وهي : البُعد الأول : الإتجاه نحو مفهوم الترويج الرياضي ، وأشتمل على (١٩) مفردة ، البُعد الثاني : الإتجاه نحو الأهمية البدنية والصحية للترويج الرياضي ، وتضمن (١٣) مفردة ، البُعد الثالث : الإتجاه نحو الأهمية النفسية والاجتماعية للترويج الرياضي ، وشمل (٢٧) مفردة ، البُعد الرابع : الإتجاه نحو دور المجتمع ووسائل الإعلام في الإهتمام بالترويج الرياضي، وإحتوي على (١٤) مفردة ، كما حُدد للمقياس ميزان تقدير خماسي ، موافق تماماً ، موافق ، لا أعرف ، معارض ، معارض تماماً . كما قامت الباحثة بإختبار صدق المقياس من خلال صدق المحكمين وصدق الإتساق الداخلي internal Consistency من خلال حساب قيمة معامل إرتباط بيرسون بين درجة كل مفردة في البُعد والدرجة الكلية للبُعد المنتميه اليه ، بينما قامت الباحثة من التحقق من ثبات المقياس بحساب قيمة معامل الفا كرونباخ Alpha Cronbach

للأبعاد الأربعة للمقياس ، ولقد دلت النتائج على أن المقياس قد أصبح صالحا للإستخدام بعد التأكد من صدقه وثباته .

- قام محمد الحماحمي ببناء مقياس للاتجاهات نحو النشاط الرياضي لإستخدامه في دراسة له بعنوان "دراسة إتجاهات طلاب جامعة أم القرى نحو النشاط الرياضي" (١٩٨٨) ، وقد اشتمل على ثلاثة أبعاد ، وهي : البعد الأول : الإتجاه نحو مفهوم النشاط الرياضي ، واشتمل على (٢٣) مفردة ، البعد الثاني : الاتجاه نحو أهداف وقيم النشاط الرياضي وتضمن (٢٨) مفردة ، البعد الثالث : الاتجاه نحو الأهمية التربوية للنشاط الرياضي وأحتوي على (١٧) مفردة . وقد أختبر الباحث صدق المقياس من خلال صدق المحتوى أو المضمون، كما أختبر ثبات المقياس بطريقة الإتساق الداخلي internal Consistency باستخدام معادلة Alpha Cronbach ومعادلة إرتباط بيرسون لحساب قيمة معامل الإرتباط Pearson correlation coefficient بين درجة كل مفردة والمجموع الكلي للبُعد المنتمية اليه ، وبين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس ، ولقد دلت النتائج على أن المقياس قد أصبح صالحا للإستخدام بعد التأكد من صدقه وثباته في ضوء ميزان التقدير الخماسي الذي حُدد للتعرف على شدة إستجابة المبحوثين.

إجراءات الدراسة

قام الباحث بإستخدام كل من المنهج الوصفي والمنهج الإحصائي لتحقيق هدف الدراسة الذي يتحدد في بناء مقياس "الاتجاهات نحو الرياضة للجميع" .

- وقد اتبع الباحث الإجراءات العلمية التالية في بناء المقياس موضوع الدراسة ، وهي :
- الاطلاع على المراجع العلمية والدراسات والبحوث التي تناولت موضوع الاتجاهات النفسية بوجه عام ، وموضوعات الاتجاهات نحو الرياضة للجميع بوجه خاص .
- القيام بدراسة تحليلية لمقاييس الاتجاهات المرتبطة بكل من التربية البدنية ، النشاط البدني ، الترويج الرياضي ، الرياضة للجميع ، وذلك لتحديد أبعاد المقياس موضوع الدراسة والمفردات التي يتضمنها كل بُعد . ويؤكد على ذلك عماد مخيمر ، اذ يري ان تحليل الاتجاه النفسي نحو موضوع ما إلى عدد من العناصر أو المكونات ، إنما يساعد على حسن إختيار الوحدات أو البنود أو الأبعاد التي سوف يتضمنها المقياس موضوع الدراسة، مع مراعاة أن يتم ذلك في ضوء المعرفة بخصائص الأفراد الذين سوف يُطبق المقياس عليهم ، كما أنه يجب جمع عددا مناسباً من المفردات ذات العلاقة بعناصر أو أبعاد الاتجاه المراد قياسه ، وكذلك مراعاة الدقة في تقرير وصياغة المفردات التي سوف يشتمل عليها المقياس وفقاً لأبعاده . (١١ : ٦٩)

كما يؤكد كل من سعد عبد الرحمن واندرو Andrew وجون John على أنه يجب مراعاة إختيار المفردات التي يتضمنها المقياس من عدد كبير من المفردات التي يُمكن جمعها من المراجع والدوريات العلمية والإختبارات النفسية ، كما يجب مراعاة أن تكون تلك المفردات واضحة في فهم معناها وبحيث توضح كل من الإتجاه الموجب أو الإتجاه السلبي . (8 : 3٧٨) ، (3٠ : ١٥١)

وفي ضوء ما سبق تم تحديد أربعة أبعاد للمقياس، وهي :

- البُعد الأول : الإتجاه حو مفهوم الرياضة للجميع ، وقد أحتوي على (١٨) مفردة.
- البُعد الثاني : الإتجاه نحو أهمية الرياضة للجميع ، وقد شمل (٢٤) مفردة.
- البُعد الثالث : الإتجاه نحو دعم المجتمع للرياضة للجميع ، وقد تضمن (٢٤) مفردة.
- البُعد الرابع : الإتجاه نحو التعاون الدولي في مجال الرياضة للجميع ، وقد إشتمل على (١٦) مفردة.

كما قام الباحث بصياغة مفردات كل بُعد من أبعاد المقياس الأربعة بمراعاة ما جاء في قائمة ادواردز Edwardes من أهم ما يجب مراعاته في إختيار مفردات مقاييس الاتجاهات وصياغتها ، والتي تؤكد على أهم ما يلي : (٦ : ٢٧٠ ، ٢٧١)

- عدم تعبير المفردات عن الماضي أكثر من تعبيرها عن الحاضر.
- تجنب المفردات المبينة على الحقائق facts.
- البُعد عن المفردات التي يُمكن تفسيرها interpreted بأكثر من طريقة.
- تجنب في صياغة المفردات الكلمات التي تشير إلى العمومية (كل ، دائما ، غالبا ، نادرا).

- عدم استخدام في صياغة المفردات أسلوب نفي النفي double negatives .
- عدم صياغه مفردات لا ترتبط بالموضوع (الإتجاه النفسي) المراد قياسه .
- التأكيد علي تحديد المفردات المؤثرة التي تغطي أبعاد المقياس.
- ضروره مراعاة أن تكون المفردات واضحة المعنى، وأن تكون قصيرة ، ونادرا ماتتعدى (٢٠) كلمة بقدر المستطاع.

- مراعاة أن تحتوي كل مفردة على فكرة واحدة كاملة المعنى.
- وكذلك قام الباحث بتحديد ميزان تقدير خماسي وفقا لما يلي: (موافق تماما) ، (موافق) ، (غير متأكد) ، (غير موافق) ، (غير موافق تماما) ، وقد تم تحديد الدرجات التالية: (٤،٥،

٣،٢،١) على التوالي للمفردات الإيجابية التي تدل الموافقة عليها على إتجاه ايجابي ، بينما تم تحديد الدرجات التالية (١،٢،٣،٤،٥) على التوالي للمفردات السلبية التي تدل الموافقة عليها على إتجاه سلبي. ويؤكد على ذلك سعد عبد الرحمن ، اذ يري أن مقياس ليكرت Likert يتميز بأنه يعطي تقديرا دقيقا لمدي موافقة أو رفض المفحوص لموضوع ما ، وذلك يكون وفقا للتدرج الذي يعبر عنه ميزان التقدير الخماسي (٨ : ٣٨٦)

وتم عرض المقياس على (٥) من المتخصصين في مجال الرياضة للجميع والاتجاهات النفسية، وقد أقروا مناسبة الأبعاد التي أشتمل عليها المقياس والمفردات التي تتضمنها كل بُعد من أبعاده الأربعة .

وقد تم تطبيق المقياس وفقا لصورته الأولية على عينة مكونة من (١٠٠) مبحوث من جميع المراحل العمرية من الجنسين، وذلك وفقا لما يلي: مرحلة الشباب (٢٠ من الذكور، ٢٠ من الإناث) ، مرحلة متوسطي العمر (١٥ من الذكور، ١٥ من الإناث) ، مرحلة كبار السن (١٥ من الذكور ، ١٥ من الإناث) ، وذلك للتعرف على مدي فهمهم لما تُعبر عنه مفردات المقياس ، وادراكهم لمعناها .

ولإختبار صدق وثبات المقياس : قام الباحث بالتحقق من صدق Validity المقياس من خلال صدق المحكمين (الخبراء) وصدق الإتساق الداخلي Internal Consistency ، وذلك عن طريق إيجاد قيمة معامل الارتباط الثنائي بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه وفقا لمعادلة إرتباط بيرسون Pearson Correlations ، وذلك كما هو موضح بالجدول (١) . كما قام الباحث بالتحقق من ثبات المقياس reability من خلال إيجاد قيمة معامل (Alpha) للثبات وفقا للمعادلة الإحصائية لكل من كودر Kuder وريتشاردسون Richardson وفقا لما أقام به كرونباخ Cornbach من تعديل على تلك المعادلة ، كما تم حساب الثبات عن طرق التجزئة النصفية Split Half وذلك من خلال تجزئة الإختبار الى جزئين : بإستخدام المفردات ذات الأرقام الفردية مقابل المفردات ذات الأرقام الزوجية.

وقد تم اختبار كل من صدق المقياس وثباته بعد تطبيقه على عينة مكونة من (٤٠٠) مبحوث من جميع المراحل من الجنسين ، وذلك وفقا لما يلي : مرحلة الشباب (٧٥ من الذكور ، ٧٥ من الإناث) ، مرحلة متوسطي العمر (٧٥ من الذكور ، ٧٥ من الإناث) ، مرحلة كبار السن (٥٠ من الذكور ، ٥٠ من الإناث) .

جدول (١) قيم معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية لكل بُعد
من أبعاد المقياس المنتمية له (ن = ٤٠٠)

البعد الاول		البعد الثاني		البعد الثالث		البعد الرابع	
م	ر	م	معامل ر	م	ر	م	ر
١	٠.٥٠٣	١	٠.٦٦٨	١	٠.٧٩٣	١	٠.٥٨٨
٢	٠.٥٩٧	٢	٠.٧٠٩	٢	٠.٦٢٨	٢	٠.٥٦٧
٣	٠.٥٧٢	٣	٠.٧٧٨	٣	٠.٨٣٥	٣	٠.٦٧٤
٤	٠.٥٣٦	٤	٠.٧٨٠	٤	٠.٦٤٢	٤	٠.٤٩٥
٥	٠.٤٧٩	٥	٠.٥٤٢	٥	٠.٧٠٠	٥	٠.٥٤٦
٦	٠.٠٩٥	٦	٠.٥٤٣	٦	٠.٦٦٩	٦	٠.٦٣٨
٧	٠.٧٢٦	٧	٠.٧٤٦	٧	٠.٥٩٥	٧	٠.٠٩٢
٨	٠.٥٧٦	٨	٠.٥٣٢	٨	٠.٧١٠	٨	٠.٧٠١
٩	٠.٠٠٩	٩	٠.٥٣٤	٩	٠.٦٧٥	٩	٠.٦٨٣
١٠	٠.٥٤٥	١٠	٠.٥٩٨	١٠	٠.٦٤١	١٠	٠.٠٦٣
١١	٠.٥٤٩	١١	٠.٦٠٤	١١	٠.٥٧٢	١١	٠.٧١٧
١٢	٠.٦٤٢	١٢	٠.٦٣٧	١٢	٠.٧٠٢	١٢	٠.٨٢١
١٣	٠.٦٤٥	١٣	٠.٧٣٧	١٣	٠.٧٠٥	١٣	٠.٨٩٥
١٤	٠.٧٧٠	١٤	٠.٦٧٦	١٤	٠.٦٦٠	١٤	٠.٦١٨
١٥	٠.٥٩٣	١٥	٠.٦٣٤	١٥	٠.٦٦٧	١٥	٠.٦٦٠
١٦	٠.٦٣٩	١٦	٠.٦٤١	١٦	٠.٥٩٨	١٦	٠.٧٩١
١٧	٠.٦٨٣	١٧	٠.٥٦٩	١٧	٠.٦١٢	١٧	
١٨	٠.٥١٤	١٨	٠.٦٠١	١٨	٠.٦١٠	١٨	

قيمة ارتباط معامل بيرسون الجدولية = (٠.١٢٨) عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٠١) ، (٠.٠٩٨) عند مستوي (٠.٠٠٥)

يتضح من جدول (١) أن قيمة معامل ارتباط بيرسون Pearson correlation بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الأول : الإتجاه نحو مفهوم الرياضة للجميع ، جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوي (٠.٠٠١) ، فيما عدا المفردة رقم (٦) التي تنص على : تُعد الرياضة للجميع وسيلة تربية للوقاية من بعض أضرار المدنية (ر = ٠.٠٩٥) ، والمفردة رقم (٩) التي تنص على : أن الرياضة للجميع قاصرة على الذكور دون الإناث (ر = ٠.٠٠٩) ، وبذلك أصبح البعد الأول للمقياس مكوناً من (١٦) مفردة تتراوح قيم معامل ارتباطها ما بين (٠.٤٧٩ ، ٠.٧٧٠) .

كما يتبين من جدول (١) أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الثاني : الإتجاه نحو أهمية الرياضة للجميع جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوي (٠.٠٠١) ، وبذلك يكون البعد الثاني من المقياس محتوي على (٢٤) مفردة تتراوح قيم معامل ارتباطها ما بين (٠.٥٣٢ ، ٠.٨٣٥) .

وكذلك يتضح من جدول (١) أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الثالث : الإتجاه نحو دعم المجتمع الرياضة للجميع جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوي (٠.٠٠١) ، وبذلك يكون البعد الثالث من المقياس مشتملاً على (٢٤) مفردة تتراوح قيم معامل ارتباطها ما بين (٠.٤٩٨ ، ٠.٧٨٣) .

ويتضح أيضاً من جدول (١) أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الرابع : الإتجاه نحو التعاون الدولي في مجال الرياضة للجميع ، جاءت جميعها دالة

إحصائياً عند مستوي (٠.٠١) فيما عدا المفردة رقم (٧) التي تنص على : يجب تبادل الخبرات والتجارب الناجحة في مجال الرياضة للجميع بين الدول (ر=٠.٠٩٢) ، والمفردة رقم (١٠) التي تنص على : يجب التعاون بين الدول في مجال تنظيم مهرجانات واحتفالات الرياضة للجميع على المستويات القارية والاقليمية والدولية والعالمية (ر=٠.٠٦٣) ، وبذلك أصبح البُعد الرابع للمقياس متضمناً (١٤) مفردة تتراوح قيم معامل ارتباطها ما بين (٠.٥٤٩ ، ٠.٨٩٥).

جدول (٢)

قيم معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس

م	مسمى الأبعاد	معاملات الارتباط	مستوي الدلالة
١	الاتجاه نحو مفهوم الرياضة للجميع	٠.٧١٤	دال
٢	الاتجاه نحو أهمية الرياضة للجميع	٠.٧٨١	دال
٣	الاتجاه نحو دعم المجتمع الرياضة للجميع	٠.٨٠٢	دال
٤	الاتجاه نحو التعاون الدولي في مجال الرياضة للجميع	٠.٨٢٤	دال

قيمة ارتباط معامل بيرسون الجدولية = (٠.١٢٨) عند مستوي دلالة إحصائية (٠.٠١) ، = (٠.٠٩٨) عند مستوي (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس جاءت دالة إحصائياً عند مستوي (٠.٠١) في جميع الأبعاد ، مما يدل على أن المقياس على درجة عالية من الصدق.

جدول (٣) قيمة معامل Alpha للثبات لأبعاد المقياس الأربعة

م	مسمى الأبعاد	قيمة معامل ثبات Alpha
الأول	الاتجاه نحو مفهوم الرياضة للجميع	٠.٨١٤
الثاني	الاتجاه نحو أهمية الرياضة للجميع	٠.٧٨٩
الثالث	الاتجاه نحو دعم المجتمع الرياضة للجميع	٠.٨٤٨
الرابع	الاتجاه نحو التعاون الدولي في مجال الرياضة للجميع	٠.٩٠٢

قيمة الفا الجدولية = (٠.١٢٨) عند مستوي دلالة إحصائية (٠.٠١) = (٠.٠٩٨) عند مستوي (٠.٠٥).

يتضح من جدول (٣) أن قيم معاملات الفا للثبات جاءت دالة إحصائياً عند مستوي (٠.٠١) في جميع الأبعاد ، مما يدل على أن المقياس على درجة عالية من الثبات.

جدول (٤)

قيم معاملات الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية للمقياس باستخدام التجزئة النصفية

م	مسمى الأبعاد	العبارات الفردية		العبارات الزوجية		معامل ارتباط الجزئين	معامل ارتباط الجزء
		ع	م	ع	م		
١	الاتجاه نحو مفهوم الرياضة للجميع	٠.٤١	3.377	٣.٣٩	٠.٧٨	٠.٧٦٩	٠.٧٤٢
٢	الاتجاه نحو أهمية الرياضة للجميع	٠.٨٢	3.580	٣.٨١	١.١١	٠.٧٣٠	٠.٧١٢
٣	الاتجاه نحو دعم المجتمع الرياضة للجميع	١.٠٥	3.507	٣.٥٦	١.٣٥	٠.٧٣٧	٠.٧٣٢
٤	الاتجاه نحو التعاون الدولي في مجال الرياضة للجميع	٠.٦٥	3.075	٣.٣١	٠.٩١	٠.٧٧١	٠.٧٥٤

قيمة ارتباط معامل بيرسون الجدولية = (٠.١٢٨) عند مستوي دلالة إحصائية (٠.٠١) ، = (٠.٠٩٨) عند مستوي (٠.٠٥)

يتضح من الجدول (٤) ما يلي : أن قيم معامل الارتباط دالة إحصائياً لجميع ابعاد المقياس عند مستوى ثقة ٩٥% مما يعني أن المقياس على درجة عالية من الثبات.

جدول (٥) توصيف أبعاد المقياس ومفرداته في صورته النهائية

أرقام المفردات	عدد المفردات		أبعاد المقياس
	الاجبائية	السالبة	
١٦-١٣-١٢-٧-٥-٤	-١٠-٩-٨-٦-٣-٢-١	١٦-١	الاتجاه نحو مفهوم الرياضة للجميع
-----	١٥-١٤-١١	٤٠-١٧	الاتجاه نحو أهمية الرياضة للجميع
-----	من ٤٠-١٧	٦٤-٤١	الاتجاه نحو دعم المجتمع الرياضة للجميع
-----	من ٦٤-٤١	٧٨-٦٥	الاتجاه نحو التعاون الدولي في مجال الرياضة للجميع

الإستنتاجات :

في ضوء الهدف من البحث أصبح مقياس الإتجاهات نحو الرياضة للجميع قابل للتطبيق بعد التحقق من صدقه وثباته ، وفقا لأبعاده الأربعة : الإتجاه نحو مفهوم الرياضة للجميع، الإتجاه نحو أهمية الرياضة للجميع ، الإتجاه نحو دعم المجتمع للرياضة للجميع،الإتجاه نحوالتعاون الدولي في مجال الرياضة للجميع .

التوصيات :

يوصي الباحث بأهم ما يلي :

- تطبيق مقياس الإتجاهات نحو الرياضة للجميع على مختلف المراحل العمرية من الذكور والإناث.
- دراسة العلاقة بين الإتجاهات نحو الرياضة للجميع وبعض المتغيرات المرتبطة بكل من : المراحل العمرية المختلفة ، نوع الجنس ، البيئة الحياتية ، المستويات التعليمية والثقافية والاجتماعية والإقتصادية المتأبينة ، طبيعة المهن ...
- إجراء دراسات مقارنة في مجال الإتجاهات نحو الرياضة للجميع على مستوى المجتمع المحلي والمجتمع العربي في ضوء العديد من المتغيرات البحثية .

المراجع العلمية :

- ١- أحمد عزت راجح : أصول علم النفس . القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٩٥ .
- ٢- إيمان سيد : دراسة اتجاهات المرأة نحو الترويج الرياضي ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، مكتبة كلية التربية الرياضية بجامعة أسيوط ، ٢٠٠٥ .
- ٣- بلال عبد العزيز بدوي : اتجاهات مرتادي الأندية ومراكز الشباب نحو مناشط الرياضه للجميع وفقا لبعض المتغيرات. مجله أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية التي تصدرها كلية التربية الرياضية بجامعة أسيوط ، يناير ٢٠١٤

- ٤- جودت شاكر : البحث العلمى في العلوم السلوكيه. القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ٢٠٠٧،
- ٥- حامد زهران : علم النفس الاجتماعي . الطبعة السادسة ، القاهرة ، عالم الكتب، ٢٠٠٣م
- ٦- حسنى الجبالي : علم النفس الاجتماعي بين النظرية والتطبيق . القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية، ٢٠٠٣
- ٧- حمدي السيسي : اتجاهات طلاب كلية التربية بجامعة مدينة السادات نحو الرياضة للجميع . بحث منشور بالمجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية التى تصدرها كلية التربية الرياضية للبنين بجامعة حلوان، الجزء الأول ، العدد (٦٩) ، سبتمبر ٢٠١٣ .
- ٨- سعد عبد الرحمن : القياس النفسى : النظرية والتطبيق، الطبعة الخامسة ، القاهرة ، هبة النيل العربية للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٨م
- ٩- عبد الرحمن سيار : بناء إستراتيجية للرياضة للجميع بدول البحرين . البحرين ، دار الكلمة للنشر والتوزيع ، ١٩٩٥ .
- ١٠- عبد الرحيم ذياب : اتجاهات طلبة جامعة الكويت نحو الرياضة للجميع.المجلة العلمية لعلوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية بجامعة طنطا ، العدد(٧) ، ديسمبر (٢٠٠٥)
- ١١- عماد مخيمر : علم النفس الاجتماعي . القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية، ٢٠١١، كمال درويش ، محمد الحماحمي : رؤية عصرية للترويج وأوقات الفراغ، الطبعة الثالثة، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٧
- ١٢- ليلي فرحات : القياس والإختبار في التربية الرياضية . القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠١
- ١٣- محمد ابراهيم : مدخل الي علم النفس . القاهرة ، الأنجلو المصرية، ٢٠٠٥
- ١٤- محمد الحماحمي : تطوّر الفكر التربوي في مجال التربية البدنية . القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٩
- ١٥- محمد الحماحمي : الرياضه للجميع . الفلسفة والتطبيق . القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٧
- ١٧- محمد الحماحمي : دراسة تحليلية للرياضة للجميع فى ضوء إطارها الفلسفى" المؤتمر العلمى الدولى " الرياضة وتحديات القرن الحادى والعشرين" الذى نظّمته كلية التربية الرياضية للبنين بجامعة حلوان فى الفترة من ٢٦-٢٨ مارس ١٩٩٧ ، المجلد الثانى لبحوث المؤتمر، ١٩٩٧
- 18- محمد الحماحمي : أصول اللعب والتربية الرياضية والرياضة . الطبعة الثانية ، القاهرة ، المركز العربي للنشر والتوزيع ، ١٩٩٦ .

- 19- محمد الحماحي : الرياضة للجميع فى ضوء الفكر الأولمبى. مؤتمر " الرياضة والمبادئ الأولمبية : التراكمات والتحديات" الذى نظمته كلية التربية الرياضية للبنين بجامعة حلوان فى الفترة من ٢٨-٣٠ ديسمبر ١٩٩٤ ، المجلد الثانى لبحوث المؤتمر، ١٩٩٤
- ٢٠- محمد الحماحي : دراسة اتجاهات طلاب جامعة أم القرى نحو النشاط الرياضي . المؤتمر الدولي لتاريخ وعلوم الرياضة الذى نظمته كلية التربية الرياضية بجامعة المنيا فى الفترة ٣-٥ يناير ١٩٨٨ ، المجلد الرابع لبحوث المؤتمر، يناير ١٩٨٨.
- ٢١- محمد الحماحي ، أحمد سعيد : الإعلام التربوى فى مجالات الرياضة واستثمار أوقات الفراغ . الطبعة الثانية ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٩ .
- ٢٢- محمد الحماحي ، عايدة عبد العزيز : الترويج بين النظرية والتطبيق. الطبعة السادسة ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٩ .
- ٢٣- محمد الحماحي وآخرون : تحديات ممارسة الرياضة للجميع . المؤتمر العلمى الدولي " الرياضة والعولمة "الذى نظمته كلية التربية الرياضية للبنين بجامعة حلوان خلال الفتره من ٥-٦ أبريل ٢٠٠١ ، المجلد الثانى لبحوث المؤتمر، أبريل ٢٠٠١ .
- ٢٤- محمد العربي شمعون : علم النفس الرياضي والقياس النفسى . القاهرة ، مركزالكتاب للنشر، ١٩٩٩ محمد حسن علاوي : موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين . القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٨ .
- ٢٥- محمد حسن علاوي : موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين . القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٨ .
- ٢٦- محمد سعيد ، محمد أمين : اتجاهات طلاب كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان - نحو الرياضية للجميع ، المجلة العلمية بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان ، الجزء الأول ، العدد (٧١) ، مايو ٢٠١٤ .
- ٢٧- محمود طلبة : سيكولوجيه الترويج وأوقات الفراغ . القاهرة ، أسلاميك جرافيك ، ٢٠١٠
- 28-Andrews.john: Devloppment du Sport Pour Tous à travers le monde: progres et problèmes . Fédération Internationale d'Education Physique. (FIEP) bulletin, volume (61) , No (4) 1992.
- 29- Anichini Franco : Le Sport Pour Tous : Le monde et les implications culturelles. Fédération Internationale d'Education Physique. (FIEP) bulletin , volume (55), No (2), juin 1985
- 30- Michener, Andrew., Delmater , John : Social Psychology . Third edition, Florida, Harcourt Braca & Company, 1994.
- 31- Wolanska,Teresa: Les courants contemporains dans la science (Sport Pour Tous) et leur application pratique au developpment du programme. Fédération Internationale d'Education Physique, (FIEP) bulletin, volume (55), No (2), juin 1985.