

## قيم الثقافة البدنية لدى الشباب الجامعي بجامعة السابع من أبريل

د. صالح عمار العويب  
د. عبد الستار جبار الضمد

### المقدمة وأهمية البحث :

لم يعد البحث العلمي قاصرا على مجالات علمية محددة ولم يعد قاصرا على ميدان دون الآخر في المعرفة الإنسانية فالتقدم العلمي الذي وصل إليه الإنسان أصبح ضروري وحتمي في المجالات الطبيعية وخاصة الجوانب التي تخدم الإنسان لأنه الأساس لحركة ونمو الحياة .

الدراسات والأبحاث هي الأساس الذي عن طريقها يصل الإنسان إلى معرفة الحقيقة ومعرفة أسباب الظواهر الطبيعية والاجتماعية. ويقوم بالتخطيط السليم والإدراك الواعي بالإمكانات المتاحة كما وكيفا والعمل على استغلال الموارد المتاحة لتحقيق أكبر قدر من الأهداف .

التنمية البشرية في أي مجتمع هي العنصر الأساسي لتقدم ورخاء المجتمع ويمكن الاعتماد على الأفراد في تحقيق الأهداف وبدون التنمية البشرية يفقد المجتمع الكثير من عوامل تقدمه. كما تقاس حضارة الشعوب وتقدمها بمدى حسن استخدام الثروات البشرية الكامنة في المجتمع وتوجيه طاقاتهم إلى الاتجاه السليم الذي يسهم في تقدم المجتمع بل يتعداه إلى تطور كل الإنسانية.

انطلاقا مما سبق نجد إن قوة أي مجتمع مستمدة من قوة أفراده وسعادتهم وتقدم وتطور أي مجتمع نتيجة لبقاء أفراده أقوى قادرين على التطور ودفع عجلة التقدم إلى الإمام وهذا لا يتأتى إلا إذا كان الفرد في المجتمع قويا قادرا على التفاعل الايجابي ومؤثر ومتأثرا بما يجري داخل المجتمع .

الثقافة البدنية هي الوسيلة الهادفة لتقدم المجتمعات وهي المرآة التي تعكس مستوى حضارة الوطن ونهضته وبالتالي فهي ضرورة اجتماعية لأنها أصبحت الغطاء الوحيد الذي يكفل العلاج السريع والحاسم للمشاكل الاجتماعية التي تتعرض لها الإنسانية .

الثقافة البدنية عن طريق الممارسة الحركية ترفع مستوى اللياقة البدنية للفرد وتكفل وقابته من الكثير من التشوهات والأمراض سواء كانت بدنية أو نفسية واجتماعية وأيضا تقوم بدور العلاج لكثير من الأمراض التي تصيب الإنسان نتيجة للحياة العصرية حياة الأله والضغط النفسي لزيادة متطلبات الحياة وبالتالي توفر حياة سعيدة لأفراد المجتمع وسلامته من كل المعوقات .

الثقافة البدنية تلعب دور كبير في الرقي الصحي والثقافة العامة للمجتمع دون تمييز بين أفراد المجتمع غنيا أو فقيرا كبيرا كان أو صغيرا رجلا أو امرأة فهي تكفل للجميع الحياة السعيدة .

التطور العلمي وهجرة سكان الريف والقرى إلى المدن والتكديس السكاني أدى إلى ظهور كثير من المشاكل الاجتماعية التي نشاهدها اليوم داخل مجتمعاتنا ، مما يحتم علينا التنبيه إلى هذه المشاكل وأسبابها وكيفية وضع برامج علمية للوقاية منها أو علاجها بكل الوسائل الممكنة .

الثقافة البدنية مجال كبير وهام يتصدي لهذه المشاكل ، ولكن يحتاج إلى جهود كل المفكرين والعلماء في مجال العلوم الإنسانية وإبراز أهمية الثقافة البدنية وكيفية إدخالها ضمن برامج التنمية البشرية التي ترسم من قبل الدول على اختلاف مستوياتها

هذا البحث محاولة من محاولات البحث العلمي في ميدان العلوم الإنسانية ومساهمة متواضعة لمعرفة الحقائق والظواهر الموجودة في المجتمع ومستوى الثقافة البدنية لدى الشباب الجامعي بجامعة السابع من ابريل لكي نتمكن من وضع البرامج التي تساهم في رفع مستوى الثقافة البدنية حتى تقوم بدورها في حماية المجتمع والعودة بهم إلى الحركة والممارسة الرياضية و التخلص من الخمول والكسل الذي سببه دخول الآلة في ميدان العمل والبيت وضغط العمل لتحقيق متطلبات الحياة الكثيرة .

### **مشكلة البحث :**

المجتمعات تعيش اليوم في حالة عدم استقرار خاصة المجتمعات النامية نتيجة التطور السريع في الحياة الاجتماعية نتيجة دخول المكننة وسرعة التقدم التكنولوجي. هذا زاد من متطلبات الحياة اليومية وعليه ظهرت عدة ظواهر أدت إلى اختلال حركة الشعوب النامية مما أدى إلى ابتعادها عن أساسها الثقافي الذي يركز على الدين والعرف (العادات والتقاليد) نتيجة لعدم قدرتها على ملاحقة التطور السريع وعدم إدراكها بأهمية الثقافة البدنية مما أدى إلى ظهور عدة مشاكل اجتماعية ساهمت وتساهم في تأخر الشعوب .

من هذه المشاكل القيم الاجتماعية للثقافة البدنية ودورها في بناء الشباب سلوكيا . القيم البدنية للثقافة البدنية ودورها في التنمية الحديثة والوقاية من أمراض العصر مثل السمنة – تصلب الشرايين – التشوهات القوامية – الاكتئاب النفسي . هذه المشاكل أدت إلى ظهور ظواهر سلبية داخل المجتمعات و باتت ضرورة حتمية وملحة الانتباه إليها والتعمق في البحث والاستقصاء للوقوف على المستوى الثقافي لدى الشباب ووضع برامج علمية للرفقي بالثقافة البدنية وإعداد كوادر مؤهلة وذا قدرة وثقافة عالية .

### هدف البحث :-

يهدف البحث إلى ألاتي:-

- تحديد قيم الثقافة البدنية لدى الشباب الجامعي من أجل تصور أبعاد هذه القيم ودورها في التنمية البشرية .

### تساؤل البحث :-

يتساءل الباحثان عن ما يلي :-

ما هو مفهوم الشباب الجامعي بجامعة السابع من أبريل للثقافة البدنية .

### الدراسات النظرية :-

الإنسان متنقل ومتحرك فهو مدعو دائما إلى أن يتحرك وبطلب الحركة لأن الحركة هي إحدى مبادئ الحياة للكائنات الحية وفي مقدمتها الأجناس الراقية. وإذا قسمنا الحركة تبعا لتصنيف الواقعي يوازي بين نشاط ضروري للبقاء كالصراع من أجل البقاء والبحث عن الأكل والدفاع عن النفس وبين نشاط يتدفق بصفة عفوية كالغليان البيولوجي الذي هو من قبيل النمو المستمر أو الحيوية والانشراح ، نجد أنفسنا أمام نوع من التمرين البدني أو الحركة الجسمية التي لا يقوم بها الإنسان استجابة لدافع معاش وإنما ليعبر من خلالها تعبيرا تلقائيا عن أصالة بيولوجية أو نفسية أو اجتماعية . هذا الفعل هو الذي يحسم جوهر المشاركة في الثقافة البدنية وهو الذي يجعل منها عادة اجتماعية وعرفا ثقافيا ، ويضفي عليها شكل نظام اجتماعي يتوقف نجاحه أو فشله على مدى استعداد الإنسان للمشاركة الفعلية في برامج الثقافة البدنية . مشاركة الأفراد في الثقافة البدنية قديم قدم وجود الإنسان على الأرض إلا أنها مشاركة عشوائية دون تنظيم وتحديد قواعد وقوانين تنظمها .

تطور الإنسان ثقافيا وعلميا تطورت الثقافة البدنية وتغير مفهومها من مرحلة زمنية إلى أخرى إذ بدأ ينظر إليها في وقتنا الحاضر على أنها تنمية جسمية ورفع للياقة البدنية والمحافظة على الصحة وتوثيق الروابط الاجتماعية عن الطريق المشاركة في الأنشطة الجماعية والترويج على النفس وتخفيف التوتر العصبي الذي أساسه ضغط العمل .

المشاركة في الثقافة البدنية قديما كان متوقفا على نخبة اجتماعية متميزة ويحرم منها عامة أفراد المجتمع سواء في المدينة أو الريف ويؤكد ذلك الاحتكار للممارسة للأنشطة الرياضية هوما ذكر في الاليادة والاوديسة إذ يقول "إن الملوك والأشراف هم الذين كان لهم وحدهم الحق في ممارسة الرياضة" ( 1 : 18 ) .

وكذلك يوضح ستروت في كتاب الرياضة والتسلية عن شعوب انجلترا " إن أنواع الرياضة والتسلية التي تمارس من قبل أصحاب المنزلة الرفيعة تختلف عن أنواع الرياضة والتسلية التي تمارس من قبل عامة الناس ( 5 : 109 ) .

في القرن التاسع عشر بدأ يتغير مفهوم المشاركة في الثقافة البدنية وبدأ التقارب والدمج بين أفراد المجتمع دون تمييز بين الطبقات أو الأجناس ، ومن

مساهمات الدول في دمج النشاط والمشاركة جمهورية ألمانيا إذ سعت في المشاركة بعد دمجها للرياضة القروية ضمن نظام الإنتاج ، وكذلك كوبا التي استغلّت النشاط الرياضي في تنظيم المجهود الشعبي ، إذ شجعت على المشاركة في الثقافة البدنية واعتبرت ذلك ضمن المجهود الوطني في تحقيق التنمية الوطنية وركزت أستراليا على أهمية المشاركة في الأنشطة الرياضية واعتبرتها الوسيلة الأساسية لتكوين الهوية الوطنية(5:13) .

كندا أكدت أيضا على أهمية المشاركة في الثقافة البدنية على لسان وزيرها لرياضة الهواية والتربية البدنية في خطاب له أمام البرلمان الكندي إذ قال " إن الغاية التي ترمي إليها هذه الحكومة تتمثل في الحرص على أن يقع اعتبار الرياضي مهما كان المستوى الذي بلغه من الاستعداد عنصر إنتاج في المجتمع وان يعتبر الجميع إن الرياضة والتربية البدنية وأوقات الفراغ جزء لا يتجزأ من الثقافة الكندية ، فالأمر يتعلق بالقضاء نهائيا على النظرة المقيّنة للرياضي المتصيب عرقا " أنشأت كندا جهاز تحت اسم ترويج كندا تتمثل وظيفته في تشجيع السكان على الممارسة والمشاركة الايجابية في الثقافة البدنية والإقبال على المشاركة في أنشطة أوقات الفراغ (5:32) .

ارتبطت الثقافة البدنية في أفريقيا بالحركة الاجتماعية ، فإنها لم تعد تنحصر في البذل البدني وفي الارتياح الذي تثيره البراعة والأناقة والنشاط البدني الخالص والبسيط فحسب ، بل صارت شغلا مهما ووسيلة للتنمية وكذلك لفتح طريق الدخول إلى التغيير الاجتماعي . استخدمت الثقافة البدنية في بعض البلاد الفقيرة لرفع وتحسين مستوى التربية والشغل والتطلع للمستقبل وتحسين مستوى عيش السكان . تعتبر الرياضة في نيجيريا مثلا أحد المصادر الأساسية للتطور .

الثقافة البدنية نشاط بشري واسع وأداة تنظيم ناجحة ، حيث تشمل العلوم الاجتماعية وعلم النفس والاقتصاد والسياسة . أكد العقيد معمر القذافي في الكتاب الأخضر الركن الاجتماعي على أهمية المشاركة في الثقافة البدنية وأعتبرها كالأكل وكالماء والهواء ، إذ بدونهم لا يستطيع الإنسان الاستمرار في الحياة ، واعتبرها أيضا كالصلاة لتأكيد الجانب الروحي للإنسان وهي نشاط اجتماعي يمارسها الإنسان في حركته اليومية وتفاعلاته الاجتماعية إذ يقول " الرياضة نشاط عام ينبغي أن يمارس لا أن يتفرج عليه " (11:200)

الإنسان له متطلبات يسعى دائما للحصول عليها كاحتياجاته البيولوجية والروحية والاجتماعية وكذلك المجتمع عليه أن يتابع أفراده ويشجعهم على المشاركة بل يأمرهم بذلك . يقول دونالد هورن " إن الرياضة والحرب هما المجالان الأساسيان اللذان يمكن أن يعبر من خلالهما الشعور القومي عن نفسه " (4:157)

وكذلك قال سيوتن سمث " إن الرياضة والألعاب يقومان بدور جوهري في تدريب الأطفال على مواجهة الحياة الاجتماعية ، إذ يتعلمون مقاومة النزاعات

والتغلب عليها عن طريق ممارسة الرياضة والألعاب " وقد كشف سيمونس عن الفوائد التي تنجز عن ممارسة الرياضة باعتبارها فرصة يدرك فيها الإنسان إمكاناته الحقيقية " (41:5)

الثقافة البدنية والمشاركة في أنشطتها المختلفة تختلف من شعب لآخر وهي مرتبطة بالثقافة العامة والعادات والتقاليد لدى كل شعب ومفهومه لأهمية المشاركة في الثقافة البدنية إلا أن المشاركة ترتبط بأربع اتجاهات :

- تنمية القدرات والمهارات البدنية والترويح من أعباء العمل والهروب من الضغط العصبي والنفسي الذي أساسه ضغط العمل والحياة المدنية الحديثة
- تنمية الروابط الاجتماعية بين سكان القرية والحي والمدينة ثم البلد .
- استثمار وقت الفراغ وحماية الشباب من القيام بأعمال لها تأثيرها السلبي على المجتمع.
- رفع القدرات والمهارات للوصول لأعلى مستوى مهاري للتنافس لتحقيق الأرقام القياسية والفوز بالبطولات المحلية والدولية .

#### منهج البحث:-

أستخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح بتوزيع استبيان على أفراد العينة وذلك لمناسبته لطبيعة البحث

#### عينة البحث:-

تمثلت عينة البحث بطلاب السنة الرابعة بكليتي الآداب و العلوم بجامعة السابع من أبريل للعام الجامعي 2006-2007 بواقع ( 75 ) طالب لكل كلية وقد حرص الباحثان على اختيار الطلاب من مناطق مختلفة من حيث السكن بشعبية الزاوية لتوفير التكافؤ الاجتماعي وذلك من خلال استمارة أعدت لهذا الغرض .

#### أداة البحث:-

صمم الباحثان استمارة استبيان للتعرف على قيم الثقافة البدنية و تكونت الاستمارة من ( 20 ) عبارة تقيس قيم الثقافة البدنية بصورة شاملة و تم عرضها على مجموعه من الخبراء للتأكد من صدق الاستبيان وأتفق الخبراء على تعديل بعض العبارات و صياغتها بشكلها النهائي .

## الوسائل الأحصائية :

استخدم الباحثان النسبة المئوية للوصول الى نتائج البحث .

## عرض و مناقشة النتائج :-

من خلال استمارة الاستبيان التي تم توزيعها على عينة البحث تم التوصل

إلى النتائج التالية:-

جدول رقم ( 1 ) قيم الثقافة البدنية لدى الشباب الجامعي بجامعة السابع من أبريل

ت	العبارات	نعم %	أحيانا %	لا %
1	تنمية عناصر اللياقة البدنية	76	17	7
2	تطور المهارات الحركية	66	29	5
3	الترويح	48	48	4
4	الهروب من الأعباء اليومية	9	50	41
5	الابتعاد عن الضغط العصبي و النفسي	60	34	6
6	الهروب من الحياة المدنية الحديثة	35	17	48
7	استثمار أوقات الفراغ	65	33	2
8	الوصول للمستويات الرياضية العليا	61	11	28
9	للحصول على معلومات ثقافية رياضية	59	29	12
10	توطيد العلاقات الاجتماعية	79	15	6
11	لتكون قدوة للآخرين	63	7	30
12	لرفع المستوى الاقتصادي	22	15	63
13	للحصول على تناسق الجسم	75	16	9
14	للتمتع بالصحة الجيدة	89	11	0
15	للتخلص من السممة الزائدة	57	6	37
16	الرغبة بالتحدي	48	49	3
17	وسيلة من وسائل التنمية البشرية	66	17	17
18	لتأثيرها الفعال في الجوانب الروحية و الوجدانية	69	16	15
19	لتقليد الأبطال الرياضيين	19	2	79
20	لتقليد الأصدقاء	3	3	94

يتضح من خلال الجدول رقم ( 1 ) أن أعلى نسبة حصلت عليها قيمة التمتع بالصحة الجيدة لدى إجمالي العينة من الشباب في جامعة السابع من أبريل حيث حصلت على نسبة ( 89% ) تليها توطيد العلاقات الاجتماعية و حصلت على نسبة ( 79% ) تليها تنمية عناصر اللياقة البدنية و حصلت على نسبة ( 76% ) ثم قيمة الحصول على تناسق الجسم و حصلت على ( 75% ) ثم قيمة تأثيرها الفعال في الجوانب الروحية و الوجدانية و حصلت ( 69% ) ثم تطور المهارات الحركية و وسيلة من وسائل التنمية البشرية و حصلنا على ( 66% ) لكل منهما .

## جدول رقم (2) قيم الثقافة البدنية للشباب الجامعي في كليتي العلوم و الآداب

ت	العبارات	العلوم		الآداب	
		نعم %	لا %	نعم %	لا %
1	التمتع بالصحة الجيدة	92	8	51	49
2	توطيد العلاقات الاجتماعية	23	77	93	7
3	تنمية عناصر اللياقة البدنية	73	27	66	34
4	تناسق الجسم	82	18	63	37
5	تأثيرها الفعال في الجوانب الروحية و الوجدانية	21	79	87	13

يتضح من خلال الجدول رقم ( 2 ) قيم الثقافة البدنية التي حصلت على أعلى النسب المئوية لدى طلاب كليتي العلوم و الآداب و أن أعلى نسبة حصلت عليها القيمة الثقافية لممارسة التربية البدنية هي التمتع بالصحة الجيدة لطلاب كلية العلوم و حصلت على نسبة ( 92 % ) بينما حصلوا طلاب كلية الآداب على نسبة ( 51 % ) ، بينما قيمة توطيد العلاقات الاجتماعية على نسبة ( 93 % ) لطلاب كلية الآداب بينما حصل طلاب كلية العلوم على ( 23 % ) ، و حصلت قيمة تنمية عناصر اللياقة البدنية على نسبة ( 73 % ) لطلاب كلية العلوم و طلاب كلية الآداب نسبة ( 66 % ) بينما حصلت تناسق الجسم على نسبة ( 82 % ) لطلاب كلية العلوم و ( 63 % ) لطلاب كلية الآداب ، و قيمة تأثيرها الفعال في الجوانب الروحية و الوجدانية حصل طلاب كلية الآداب على نسبة ( 87 % ) بينما طلاب كلية العلوم على نسبة ( 21 % )

**مناقشة النتائج:-**

يتضح من خلال الجدول رقم ( 1 ) أن قيم الثقافة البدنية للشباب بجامعة السابع من أبريل قد حددت حسب نسبها المئوية بحيث حصلت قيمة التمتع بالصحة الجيدة و توطيد العلاقات الاجتماعية و تنمية عناصر اللياقة البدنية و الحصول على تناسق الجسم و التأثير الفعال في الجوانب الروحية و الوجدانية و تطور المهارات الرياضية و وسيلة من وسائل التنمية البشرية ثم تليها القيم الأخرى وفق نسب معينة تبين أن الشباب تأثروا بقيمة التمتع بالصحة الجيدة بالتأكيد هذه قيمة مهمة حيث أن كل البشر أهم شيء عندهم هو صحتهم و عافيتهم لأنها الأساس الذي من خلاله يؤدون أعمالهم و دراستهم لاسيما الشباب منهم .

أما قيمة توطيد العلاقات الاجتماعية أيضا حصلت على نسبة عالية فمن خلال ممارسة التربية البدنية تنشأ الكثير من العلاقات الاجتماعية لطبيعة النشاط الرياضي و ما يحتوي من فاعلية و عمل جماعي أثناء التدريب و المنافسات في الألعاب الجماعية و حركة و تنقل من مكان لآخر لممارسة النشاط الرياضي المتنوع .  
تنمية عناصر اللياقة البدنية و تناسق الجسم أيضا حصلت على نسبة عالية و بالتأكيد يأتي هذا متزامنا مع التمتع بالصحة الجيدة التي حصلت على أعلى نسبة حيث أن

أحدهم يكمل الآخر فاللياقة البدنية و تناسق الجسم من المؤشرات المهمة للصحة الجيدة.

أما التأثير الفعال في الجوانب الروحية و الوجدانية كذلك حصلت على نسبة عالية و بالتأكيد فإن ممارسة النشاط الرياضي له تأثيره الوجداني والروحي لدى الشباب لما له من تأثير عاطفي.

يتضح من خلال الجدول رقم ( 2 ) الذي يقارن النسب المئوية بين طلاب كليتي الآداب والعلوم ،الباحثان اختارا هاتين الكليتين لاختلاف التخصص بينهما، ونلاحظ أن النسب المميزة لدى الشباب في كلية العلوم هي التمتع بالصحة الجيدة و تناسق الجسم حيث ينظرون إلى ممارسة النشاط الرياضي نظرة علمية وما له من تأثير ايجابي في جسم الإنسان أما الشباب في كلية الآداب فقد تميزت قيمة توطيد العلاقات الاجتماعية والتأثير الفعال في الجوانب الروحية والوجدانية وهذا نتيجة التخصص الدراسي في العلوم الإنسانية والاجتماعية والمواد التي يدرسوها التي تؤكد أغلبها على الجوانب الروحية ، لهذا ينظرون إلى ممارسة النشاط الرياضي نظرة عاطفية وجدانية .

### الاستنتاجات و التوصيات

#### الاستنتاجات :

- من خلال النتائج التي توصل إليها الباحثان صيغت الاستنتاجات الآتية :-
1. حصل التمتع بالصحة الجيدة على الترتيب الأول يليه توطيد العلاقات الاجتماعية ثم تنمية عناصر اللياقة البدنية بعدها الحصول على تناسق الجسم ثم التأثير الفعال في الجوانب الروحية والوجدانية يليه تطور المهارات الرياضية وأخيرا وسيلة من وسائل التنمية البشرية .
  2. حصل التمتع بالصحة الجيدة على أعلى نسبة لدى الطلاب بكلية العلوم ثم الحصول على تناسق الجسم .
  3. تحصل توطيد العلاقات الاجتماعية على أعلى نسبة لدى طلاب كلية الآداب

#### التوصيات

- من خلال نتائج البحث يوصي الباحثان بالآتي :-
1. توفير الإمكانيات والأجهزة الرياضية التي تساعد الطلاب على ممارسة النشاط الرياضي.
  2. ضرورة غرس قيم الثقافة البدنية لدى الشباب في الجامعة لما لها من تأثير ايجابي في ممارسة النشاط الرياضي .
  3. التأكيد على الفوائد المهمة للنشاط الرياضي لدفع الشباب لمزاولة النشاط الرياضي عن طريق الندوات والنشرات الإعلامية
  4. تنشيط دور وحدة النشاط الرياضي بالجامعة لتأكيد دوره في توفير الأجواء المناسبة لمزاولة النشاط الرياضي داخل الجامعة.
  5. تنشيط اللقاءات والأنشطة الرياضية بين الكليات و الجامعات لتفعيل دورها في بناء الشخصية لدى الشباب.

## المراجع

### المراجع العربية:

1. أمين أنور الخولي - الرياضة والمجتمع - المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب الكويت 1996
2. جمال الدين الشافعي - تربية الخلاء والحركة الكشفية - دار الفكر العربي - القاهرة 2003
3. رمضان محمد القذافي - علم النفس الاجتماعي - دار الكتب الوطنية - بنغازي 1991
4. شامبانيه لونيوار - دراسات تطبيقية في البحث الاجتماعي - ترجمة محمد عرب المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع - بيروت 1996
5. عبد الحميد سلامة - الرياضة مظاهرها السياسية والاجتماعية والتربوية - الدار العربية - تونس 1986
6. علي مكايي - الجوانب الاجتماعية والثقافية للخدمة الصحية - دار المعرفة الجامعية - الإسكندرية 1989
7. فاروق إسماعيل - الانثروبولوجيا الثقافية - دار المعرفة الجامعية - الإسكندرية 1989
8. فاروق عبد الوهاب - الرياضة صحة ولياقة بدنية - دار الشروق - القاهرة 1995
9. محمد صبحي حسنين - القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة - الجزء الأول - دار الفكر العربي - القاهرة 2001
10. محمد محمد الحماحي ، عايدة عبد العزيز مصطفى - الترويج بين النظرية والتطبيق - مركز الكتاب للنشر - القاهرة 2004
11. معمر محمد القذافي - الكتاب الأخضر - منشورات المركز العالمي لدراسات وأبحاث الكتاب الأخضر - طرابلس 1999

المراجع الأجنبية:

1. Donald horn - the next Australian - Sydney 1970
2. krawczyk. z - kultura fizyczna sport – institute kultury - Warszawa 1997
3. rogen rees .c & sandrew .w - sport and social theory human kinetics - publisher 1986
4. Sutton smith- child training and game involvement ethnology vol 2 -1962