

الثقافة الرياضية لدى كبار السن عبر وسائل التواصل الاجتماعي

م.د/ محمد صفي الدين محمد محمد شعراوي

مدرس بقسم رياضة كبار السن

كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة حلوان

المقدمة ومشكلة البحث:

أصبحت عملية التواصل الاجتماعي بفعل التكنولوجيا الحديثة بصفة عامة، وتكنولوجيا المعلومات بصفة خاصة من وسائل الإتصال الرئيسية التي غيرت من مسار الإتصالات. فأصبح من السهل الحصول على المعلومات بشكل منظم وسريع من خلال الحواسيب والهواتف الشخصية على مدار الساعة. وبرزت مواقع التواصل الاجتماعي (فيسبوك-تويتر- واتساب - لينكد إن) لتصبح في مقدمة إنجازات ثورة المعلومات دون منافس، حيث ربطت شبكة المعلومات الأشخاص بعضهم ببعض في جميع أنحاء العالم، لتجعل من العالم قرية صغيرة. إذ تتضمن تلك التقنية كماً هائلاً من المعلومات في كافة جوانب الحياة الصحية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية والأعمال التجارية والمصرفية والألعاب والوسائل الترفيهية والتعارف والزواج وغيرهم.

يتفق كل من : علاء المليجي (2022)، شريف اللبان (2021)، حسن مكاوي ، ليلي السيد (2011) على إعتبار مواقع التواصل الاجتماعي منظومة من الشبكات الإلكترونية عبر الإنترنت، تتيح للمشارك فيها إنشاء موقع خاص فيه، ومن ثمّ ربطه من خلال نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم نفس الإهتمامات، أو جمعه مع أصدقاء الجامعة أو الثانوية أو غير ذلك. وهو أيضاً مصطلح يطلق على مجموعة من المواقع على شبكة الإنترنت ظهرت مع الجيل الثاني "للويب"، الذي يتيح التواصل بين الأفراد في بيئة مجتمع إفتراضي يجمعهم حسب مجموعات إهتمام أو شبكات إنتماء (بلد، جامعة، شركة،...)، كل هذا يتم عن طريق خدمات التواصل المباشر من إرسال الرسائل أو الإطلاع على الملفات الشخصية للآخرين ومعرفة أخبارهم ومعلوماتهم التي يتيحونها للعرض (20:54) (17:63) (11:36) .

ويضيف كل من : محمود هارون (2022) ، عبد الرحمن الشاعر (2021) ، جمال الدهشان (2019)، سامية صالح (2018) أن مواقع التواصل الاجتماعي بشكل مبسط هي عملية تساعد الأفراد علي التواصل مع عدد كثير من الناس (أقارب، زملاء، أصدقاء باحثين،...) عن طريق مواقع وخدمات إلكترونية توفر سرعة توصيل المعلومات وتبادل للآراء والأفكار والتعليق عليها، وتبادل التهئة في المناسبات العامة والخاصة على نطاق واسع. فهي مواقع لا تعطيك معلومات فقط، بل تتزامن وتتفاعل معك أثناء إمدادك بتلك المعلومات في نطاق شبكتك. وبذلك تكون أسلوب لتبادل المعلومات بشكل فوري

عن طريق شبكة الإنترنت (30: 17) (18: 25) (9: 34) (14: 165) .
ويؤكد كل من : أكرم العزاوي ، مروان العبدالله (2022) ، المعهد الوطني السويدي للصحة العامة (2020) ، إلهام شلبي ، مدحت عبد الرازق (2020) ، سيد ابراهيم (2018) على جعل رياضة كبار السن ركناً أساسياً رئيسياً من أنشطة الأفراد في المجتمعات الإنسانية كافة سواء المتقدمة أو المجتمعات النامية، فمن خلال الرياضة يمكن الإستثمار الأفضل لقضاء أوقات الفراغ، لما لها من أهمية كبيرة في تحقيق المتعة الشاملة للفرد على المستوى الذاتي، والتنمية المتكاملة للشخصية، من النواحي البدنية والصحية والنفسية والعقلية والاجتماعية (6: 19)(40)(7 : 37)(16: 52) .
ويضيف كل من : أحمد حسين (2020) ، بسطويسى أحمد (2019)،رافت محمد (2015) إن مشاركة كبار السن في ممارسة الرياضة يمكن أن تساهم في الوقاية من الأمراض المزمنة المختلفة، والحد من الإصابة بها، وبالتالي التقليل من النفقات الطبية، وخفض التكاليف المادية على المجتمع، وزيادة وأختلاف أنواع الأنشطة الرياضية والترفيهية التي يشارك فيها كبار السن تحقق الكثير والعديد من الفوائد المختلفة، منها على سبيل المثال زيادة احترام الذات، والشعور بالراحة والهدوء لما تحققه من تأثير إيجابي حيث تقلل القلق وتخفف التوتر (5: 215) (8: 47) (13: 55).
كما يؤكد كل : محمد الحماحمي (2019) ، صبحى حسانين ، كمال عبد الحميد (2013)، محمود هاشم (2017) على أن ممارسة النشاط البدني لكبار السن واحد من أهم وأبرز عوامل الحفاظ على الصحة الجيدة وتأخير أعراض الشيخوخة لديهم وحمايتهم من أمراض المدنية الحديثة. فالرياضة والنشاط البدني دائما تُقترح لكبار السن كطريقة فعالة لتحقيق استقلالية حياتهم دون الحاجة لمساعدة الغير، فضلاً عن أن ممارسة كبار السن للنشاط البدني تساعد على تحسين والحفاظ على جودة الحياة الصحية، وهي واحدة من أهم الأهداف الأساسية لتحسين الوضع الصحي والبدني لكبار السن. كما تساعدهم بشكل فعال على تحسين القوة العضلية وتنمية القدرات الحركية لديهم (26: 247) (23: 36) (29: 187).
ويشير كل من : المكتب الاقليمي للأمم المتحدة (2019)، منظمة المتقاعدين السويدية (2020)، رافت محمد (2015) إلى أنه بالرغم من أن التقدم بالسن يمثل صعوبة ومشقة أكبر في المشاركة في الألعاب الرياضية المختلفة مقارنة بقدرة الشباب، نتيجة انخفاض مستوى الوظائف الفسيولوجية المختلفة وقلة الحركة، وهذا يسبب انخفاض كبير وملحوظ في معدلات المشاركة في الألعاب الرياضية والأنشطة البدنية. إلا أنه يمكن استثارة دافعية كبار السن لممارسة النشاط الرياضي عن طريق التأثير المنعكس لوسائل الإعلام والإتصال المختلفة والمتعددة (31: 12) (41) (13: 47) .
ويؤكد كل من : محمود هارون (2022) ، نوال عبد الرحيم (2018) على أن التطور الحاصل في علوم

الإتصال أدى إلى إنتاج إشكاليات جديدة لا يمكن حلها إلا بالرجوع إلى مقارنات جامعة شاملة تأخذ بعين الإعتبار تعقد العناصر الفاعلة في عملية التواصل ووضعها الديناميكي. وأصبح من الصعب دراسة العملية الإتصالية بشكل عام من منطلقات جزئية ولا بد من دراستها من خلال المتغيرات السياسية والإيديولوجية والتكنولوجية والاقتصادية والإعلامية. ومع تعدد الأوعية الإلكترونية للإعلام لتشمل أشكال متعددة في التفاعل الإلكتروني يأتي في مقدمتها مواقع التواصل الاجتماعي (30: 125) (33: 60).

وانطلاقاً مما سبق تكمن مشكلة البحث في محاولة التعرف على التأثيرات التي تتركها شبكات التواصل الاجتماعي على كبار السن مع تزايد هذه الفئة العمرية. إذ يبلغ تعدادها ما يتجاوز (7) مليون فرد طبقاً لإحصاء الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء (2020). وارتباطها بمستوى الثقافة الرياضية لهم. وبناءً على ذلك أمكن صياغة التساؤل التالي (ماهي تأثيرات شبكات التواصل الاجتماعي على الثقافة الرياضية لدى كبار السن؟) وتأسيساً على ما سبق، يأتي البحث ليحاول رصد التأثيرات المختلفة لشبكات التواصل الاجتماعي، وتأثيرها على الثقافة الرياضية لدى كبار السن. ومن خلال إطلاع الباحث على العديد من المراجع العلمية والدارسات والبحوث في مجال الثقافة الرياضية وشبكات التواصل الاجتماعي، وجد الباحث استخدام العديد من البحوث ومنها على سبيل المثال دراسات كل من : محمد الحماحمي واخرون (2022)(25) - Sunyoung Kim (2022)(38) - وليد عواد (2022) (34) - فاطمة السالم (2022)(21) - أحمد قوره (2022)(2) - أحمد حسين (2020)(5) - محمد عبد السلام (2020)(23) - محمد الحماحمي (2019)(25) - سلام عيد ، عزة محمد ، ابتسام شعبان (2020)(15) - أحمد حلمي (2020)(4) - Nurfazlina Haris (2018) (37) - Hidetaka Hamasaki (2017)(35) - Mayela (2017)(36) - حميش نوريه، حميدى خيرة (2017)(12) - محمود هاشم (2017)(29).

وفي ضوء ذلك حدد الباحث مشكلة البحث وهي البحث في التأثيرات المحتملة لدور وسائل التواصل الاجتماعي في تنمية الثقافة الرياضية لدى كبار السن، كدراسة تهدف إلى الإجابة عن التساؤلات وصولاً إلى النتائج والتوصيات المقترحة. وسنحاول في هذا البحث أن نجيب على الإشكال الذي سيكون طرحه من خلال تساؤل رئيس ألا وهو: إلى أي مدى تساهم وسائل التواصل الاجتماعي في تنمية الثقافة الرياضية لدى كبار السن؟

أهمية البحث العلمية والتطبيقية : تكمن أهمية البحث العلمية والتطبيقية في النقاط التالية:

يتناول البحث ظاهرة هامة من ظواهر العصر الحديث وهي استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وارتباطها بالثقافة الرياضية لدى كبار السن والتي تعد قليلة الى حد ما، لاسيما في المجتمعات العربية نظراً لحدثة هذه الشبكات وتنوعها وندرة البحوث والدراسات (على حد علم الباحث) التي تسلط الضوء

علي استخدامات كبار السن لشبكات التواصل الاجتماعي، مما يعمل على إثراء المكتبة العربية حول مجالات البحث المختلفة.

تسليط الضوء على طبيعة العلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي والثقافة الرياضية، كما يتناول البحث فئة لها أهمية خاصة في المجتمع وهي فئة كبار السن لما يمثلوا من تراكم خبرات متنوعة في مختلف المجالات للمشاركة في تنمية المجتمع وحل مشاكله .

قد تساعد المتخصصون في المجالات النفسية والصحية على تقديم المساعدة والمساندة الممكنة للتخفيف من الآثار السلبية لهذه الظاهرة والتوجيه نحو الاستخدام الإيجابي الفعّال لشبكات التواصل الاجتماعي لتلك الفئة العمرية.

هدف البحث: يهدف البحث إلى التعرف على تأثيرات وسائل التواصل الاجتماعي على مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن.

تساؤلات البحث:

1. ما هي عادات استخدامات كبار السن نحو وسائل التواصل الاجتماعي (عدد ساعات الاستخدام - درجة التفاعل - أكثر الوسائل استخداماً- أسباب الاستخدام - إلى أى مدى تسهم وسائل التواصل الاجتماعي في رفع مستوى الثقافة الرياضية)؟
2. ما دور وسائل التواصل الاجتماعي في رفع مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن؟
3. ما أكثر مواقع وتطبيقات التواصل الاجتماعي التي يستخدمها كبار السن في الثقافة الرياضية ؟
4. كيف يوظف كبار السن لاستخدامهم وسائل التواصل الاجتماعي؟
5. ما مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن؟

أهم المصطلحات المستخدمة في البحث:

كبار السن : يعرّف المكتب الإقليمي للأمم المتحدة (2019) في الإستراتيجية العربية لكبار السن من (2019-2029) بأن كبير السن هو من تقدم به العمر حتى أصبح كهلاً عجوزاً، أو من ينظر إليه المجتمع أنه قد أقبل على عقوده الأخيرة في الحياة، وهي تلك المرحلة العمرية الممتدة بعد بلوغ الستين عاماً، والتي يطرأ على الفرد خلالها مجموعة من التغيرات تبدأ بتباطؤ أو إنحدار أو تقلص الأداء الحركي والأنشطة الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية (32 : 7).

وسائل التواصل الاجتماعي: يعرفها علاء المليجي (2022) بأنها " منظومة من الشبكات الإلكترونية التي تسمح للمستخدم المشترك فيها بإنشاء موقع خاص به، وربطه عن طريق نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين تجمعهم الاهتمامات نفسها. ومن أهم هذه المنصات: فيسبوك، تويتر، انستجرام، سناب

شات، واتساب ويوتيوب (20 : 12) .

الثقافة الرياضية: يعرفها مسعد عويس (2012) بأنها " مجموعة من المعلومات والخبرات والأفكار المتعلقة بالمجال الرياضي، والتي تؤدي إلى زيادة وعي وإدراك وخبرة الفرد فيها. سواء عن طريق الممارسة أو المطالعة أو المشاهدة والتعمق في هذا المجال (31 : 11) .

منهجية وإجراءات البحث :

منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث: جميع فئة كبار السن بمحافظة القاهرة طبقا لتعداد الجهاز المركزي للتعبئة العامة والاحصاء (تعداد 2020) والبالغ عددهم (812.063) مسن.

عينة البحث: قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية بلغ حجم العينة الأساسية (328) مسن من الأندية الرياضية ومراكز الشباب ودور المسنين، وكما تضم العينة الاستطلاعية (عينة الدراسة الاستطلاعية) (50) مسن أعضاء الأندية الرياضية ومراكز الشباب ودور المسنين بمحافظة القاهرة من خارج العينة الأساسية، وجدولى (1) و (2) يوضحا التوصيف الإحصائي لعينة البحث.

جدول (1)

التوصيف الإحصائي لعينة البحث (ن = 328)

م	قطاعات عينة البحث	العينة الأساسية	%
1	الأندية الرياضية	216	65.85%
2	مراكز الشباب	45	13.72%
3	دور المسنين	67	20.43%
	المجموع	328	100%

جدول (2)

التوصيف الإحصائي لعينة البحث من كبار السن في ضوء متغيرات البحث (ن = 328)

م	المتغيرات الشخصية لعينة البحث	العدد	%
1	النوع	ذكر	39.02%
		أنثى	60.98%
		المجموع	100%
2	المرحلة العمرية	من 60 سنة حتى 65 سنة	8.54%
		من 65 سنة حتى 70 سنة	67.07%
		من 70 سنة فأكثر	24.39%
		المجموع	100%
	حاصل على دكتوراه	19	5.79%

3	الحالة التعليمية لكبار السن	حاصل على ماجستير	24	7.32%
		حاصل على مؤهل عالي	225	68.60%
		حاصل على مؤهل متوسط	40	12.20%
		حاصل على مؤهل اقل من المتوسط	20	6.09%
		المجموع	328	100%
4	نوع الحى (المنطقة) التى يعيش فيها	شعبى	68	20.73%
		متوسط	216	65.85%
		راقى	44	13.41%
		المجموع	328	100%
5	طبيعة الممارسة الرياضية	ممارس للرياضة	285	86.89%
		غير ممارس للرياضة	43	13.11%
		المجموع	328	100%
6	عدد ساعات استخدام وسائل التواصل	أقل من ساعة يومياً	18	5.48%
		من ساعة إلى أقل من ساعتين	44	13.41%
		من ساعتين إلى ثلاث ساعات	114	34.76%
		أكثر من ثلاث ساعات	152	46.34%
		المجموع	328	100%
7	درجة التفاعل مع محتويات وسائل التواصل الاجتماعي	تفاعل عالى (تفاعل)	300	91.46%
		تفاعل منخفض (لا تفاعل)	18	5.49%
		لا أعلم	10	3.05%
		المجموع	328	100%

أدوات جمع البيانات: اعتمد الباحث في جمع بيانات البحث على الأدوات التالية:

استمارة استبيان الثقافة الرياضية لدى كبار السن عبر تطبيقات وسائل التواصل الاجتماعي (من إعداد الباحث). كما قام الباحث بتحليل المراجع والبحوث العلمية المتخصصة في مجالات كبار السن، والترويج الرياضى بهدف الوصول إلى مجموعة من المعلومات والمعارف العلمية المرتبطة بموضوع البحث، وذلك لتحديد محاور الاستبيان. وفى ضوء ذلك تم تحديد عدد (4) محاور على النحو التالى:

المحور الاول : دور وسائل التواصل الاجتماعي في رفع مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن.

المحور الثانى : وسائل التواصل الاجتماعي الأكثر استخداماً لدى كبار السن في الثقافة الرياضية.

المحور الثالث : استخدام كبار السن لوسائل التواصل الاجتماعي في نشر الثقافة الرياضية.

المحور الرابع : مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

حيث تم الرجوع إلى المراجع والدراسات العلمية المتخصصة أرقام (1-3-5-6-7-8-9-11-13-

14-16-17-18-19-21-22-26-27-29-30-33).

قام الباحث بصياغة عبارات الاستبيان مستعينا بالمحاور المستخلصة من آراء الخبراء وقد راعي الباحث في صياغة العبارات مايلي: أن تكون العبارات واضحة ومفهومة - ألا توحي العبارة بنوع الاستجابة- ألا تشمل العبارة على أكثر من معني- الابتعاد عن العبارات الصعبة. وبذلك تم وضع الاستبيان في صورته المبدئية، وقد بلغت عبارات الاستبيان في صورته المبدئية (51) عبارة كما هو موضح بجدول (3).

المعاملات العلمية للاستبيان:

أولاً: صدق المحتوى (المحكمين): قام الباحث بعرض الاستبيان على (5) من المحكمين مرفق (1) يشترط فيهم: الحصول على درجة الأستاذية في أحد المجالات التالية: كبار السن ، الإعلام وتكنولوجيا الإتصال، الترويج الرياضي- توافر خبرة ميدانية في المجال التخصصي لا تقل عن (25) عام في المجال، وتم العرض على الخبراء خلال الفترة من (3 / 1 / 2022) إلى (25 / 1 / 2022) وذلك لإبداء الرأي في الاستبيان ومدى مناسبته ومدى كفايته وقيام الخبراء بحذف أو إضافة أو تعديل صياغة العبارات والمحاور. وبناء على آراء المحكمين تم قبول محاور وعبارات الاستبيان كما يوضحها جدول (3) .

جدول (3)

النسبة المئوية لاتفاق رأى الخبراء على محاور الاستبيان (ن = 5)

م	مسمى المحور	نسبة موافقة الخبراء على المحاور والعبارات	عدد العبارات	عدد العبارات المستبعدة	العدد النهائي بعد العرض على الخبراء	%
1	دور وسائل التواصل الاجتماعي في رفع مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن	100%	9	2	7	26.92%
2	وسائل التواصل الاجتماعي الأكثر استخداما لدى كبار السن في الثقافة الرياضية	80%	6	1	5	19.23%
3	أكثر وسائل التواصل الاجتماعي التي يستخدمها كبار السن في الاطلاع على الثقافة الرياضية	100%	10	2	8	30.77%
4	مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن عبر وسائل التواصل الاجتماعي	100%	7	1	6	23.08%
	المجموع	100%	32	6	26	100%

ويتضح من جدول (3) موافقة الخبراء تراوحت ما بين (80% - 100%) على مدى مناسبة وكفاية المحاور المقترحة للاستبيان. وفي حدود ما وضعه الباحث من نسبة لقبول رأى الخبراء، وهو اتفاق نسبة (80%) على الأقل لقبول العبارات، وقد تم استبعاد (6) عبارات من المحاور الأربعة للاستبيان لعدم حصولها على المحك المقبول لدرجة الموافقة من قبل الخبراء. وحدد الباحث ميزان تقدير خماسي طبقا لمقياس ليكرت بدرجات (1/2/3/4/5) للعبارات الإيجابية وارتضى نسبة (80%) فأكثر لمناقشة النتائج.

ثانيا : صدق الاتساق الداخلي: للتحقق من مدى ملائمة عبارات الاستبيان قام الباحث بتطبيق الاستبيان على عينة استطلاعية قوامها (50) من كبار السن بالأندية الرياضية ومراكز الشباب ودور المسنين بمحافظة القاهرة من خارج عينة البحث الأساسية وتمثل المجتمع الأصلي وذلك خلال الفترة (5/ 2022/2) حتى (25 / 2 / 2022) وقد استخدم الباحث صدق الاتساق الداخلي بحساب دلالة معامل الارتباط بين محاور الاستبيان باستخدام معامل ارتباط بيرسون، جداول (4)، (5) ، (6) توضح ذلك .

جدول (4)

قيم معاملات الإرتباط بين درجة كل عبارة في كل المحور والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه (

ن=50)

المحور الأول	المحور الثاني	المحور الثالث	المحور الرابع	م
ر	ر	ر	ر	م
0.455	0.455	0.514	0.485	1
0.224	0.324	0.388	0.534	2
0.474	0.474	0.432	0.564	3
0.401	0.401	0.225	0.579	4
0.418	0.418	0.484	0.450	5
0.446		0.562	0.533	6
0.576		0.423	0.187	7
		0.551		8

* قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (0.05) = 0.250

يتضح من جدول (4) إستبعاد عدد (3) عبارات بواقع عبارة من كل من المحاور (الاول- الثالث- الرابع) .

جدول (5)

معامل الارتباط بين محاور الاستبيان الاربعة (ن = 50)

م	مسمى المحور	المحور الاول	المحور الثاني	المحور الثالث	المحور الرابع
1	دور وسائل التواصل الاجتماعي في رفع مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن		*0.744	*0.724	*0.685
2	وسائل التواصل الاجتماعي الاكثر استخداما لدى كبار السن في الثقافة الرياضية	*0.664		*0.654	*0.697
3	أكثر وسائل التواصل الاجتماعي التي يستخدمها كبار السن في الاطلاع على الثقافة الرياضية	*0.671	*0.751		*0.641
4	مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن عبر وسائل التواصل الاجتماعي	*0.735	*0.768	*0.653	

* قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (0.05) = 0.250

يتضح من جدول (5): وجود ارتباط دال إحصائياً بين محاور الاستبيان الاربعة حيث أن قيمة (ر)

المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (0.05).

جدول (6)

قيم معامل الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للاستبيان (ن=50)

م	مسمى المحور	قيمة ر
1	دور وسائل التواصل الاجتماعي في رفع مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن	*0.670
2	وسائل التواصل الاجتماعي الأكثر استخداما لدى كبار السن في الثقافة الرياضية	*0.719
3	أكثر وسائل التواصل الاجتماعي التي يستخدمها كبار السن في الاطلاع على الثقافة الرياضية	*0.737
4	مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن عبر وسائل التواصل الاجتماعي	*0.747

* قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (0.05) = 0.250

يتضح من جدول (6) : أن قيم معاملات الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للاستبيان تتراوح ما بين (0.670)، (0.747) مما يشير لارتفاع معامل صدق محاور الاستبيان.
ثالثا: ثبات الاستبيان : أستخدم الباحث لحساب الثبات معامل ألفا كرونباخ للمحاور والدرجة الكلية للاستبيان، وتعتمد هذه الطريقة على مدى تجانس درجات الاستبيان المستخدمة، جدول (7) يوضح ذلك.

جدول (7)

قيم معامل ألفا Alpha لثبات محاور الاستبيان (ن = 50)

م	مسمى المحور	قيم معامل ألفا
1	دور وسائل التواصل الاجتماعي في رفع مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن	*0.751
2	وسائل التواصل الاجتماعي الأكثر استخداما لدى كبار السن في الثقافة الرياضية	*0.851
3	أكثر وسائل التواصل الاجتماعي التي يستخدمها كبار السن في الاطلاع على الثقافة الرياضية	*0.751
4	مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن عبر وسائل التواصل الاجتماعي	*0.800
	الاستبيان ككل	*0.791

* قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (0.05) = 0.250

يتضح من جدول (7) ثبات محاور الاستبيان حيث بلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ ما بين (0.751 - 0.851) ومما يشير لارتفاع معامل ثبات محاور الاستبيان. وجدول (8) يوضح الشكل النهائي لعبارات الاستبيان بعد إجراء المعاملات العلمية له .

جدول (8)

الشكل النهائي لمحاور وعبارات الاستبيان بعد إجراء المعاملات العلمية

م	مسمى المحور	عدد العبارات	%
1	دور وسائل التواصل الاجتماعي في رفع مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن	6	25%
2	وسائل التواصل الاجتماعي الأكثر استخداما لدى كبار السن في الثقافة الرياضية	5	20.83%
3	أكثر وسائل التواصل الاجتماعي التي يستخدمها كبار السن في الاطلاع على الثقافة الرياضية	7	29.17%
4	مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن عبر وسائل التواصل الاجتماعي	6	25%
	المجموع	24	100%

التطبيق الميداني للبحث :

قام الباحث بعد الإنتهاء من المعاملات العلمية لإستمارة الاستبيان والتأكد من سلامتها وصحتها بتحويلها إلى استمارة إلكترونية باستخدام نماذج جوجل فورم (Google Forms) لتصبح الإستمارة فى الشكل النهائى على رابط إلكترونى وإتاحة وتوزيع الإستمارة من خلاله بالأندية الرياضية ومراكز الشباب ودور المسنين بمحافظة القاهرة (مرفق) (2). مما ساعد الباحث على سرعة التطبيق وسهولته فى ظل استمرارية الإجراءات الإحترازية المرتبطة بفيروس كورونا المستجد (Covid-19) التى تتبع بالأندية الرياضية ومراكز الشباب ودور المسنين وذلك بعد الحصول على الموافقات الإدارية المرتبطة.

قام الباحث بتطبيق الاستبيان فى صورته النهائية على عينة البحث والبالغ عددهم (328) مسن بالأندية الرياضية ومراكز الشباب ودور المسنين بمحافظة القاهرة خلال الفترة من (2022/4/16) إلى (2022/5/26) وبعد الإنتهاء من تطبيق الاستبيان، تم جمع وتفرغ البيانات وجدولتها لإجراء المعالجات الإحصائية.

المعالجات الإحصائية: إعتد الباحث على برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Spss IBM Statistics 20) ، كما استخدم الباحث معامل الارتباط بيرسون ومعامل الفا لكرونباخ وعلى حساب الدلالة الإحصائية والأهمية النسبية للنسب المئوية بجميع محاور الاستبيان الأربعة.

عرض ومناقشة النتائج:

أولا : محور عادات الاستخدام : تعبر الجداول من (9- 11) عن استجابات عينة البحث نحو عادات الاستخدام لكبار السن تجاه وسائل التواصل الاجتماعي.

جدول (9)

وسائل التواصل الاجتماعي التي يستخدمها المبحوثون عينة البحث (ن=328)

م	الوسيلة المستخدمة	التكرار	النسبة
1	Facebook فيسبوك	300	91.5%
2	Twitter تويتر	52	15.9%
3	Instagram انستجرام	286	87.2%
4	Whatsapp واتساب	206	62.8%
5	Youtube يوتيوب	74	22.6%
6	Snapchat سناب شات	4	1.2%
7	TikTok تك توك	2	0.6%
8	LinkedIn لينكد ان	2	0.6%

يظهر من الجدول السابق أن نسبة مستخدمي تطبيق الفيسبوك وصل إلى (91.5%) وأن ما نسبته (87.2%) يستخدمون تطبيق انستجرام، ويوجد من يستخدم أكثر من تطبيق، كما يظهر أن (22.6%) من العينة يستخدمون يوتيوب، أي أن تطبيق الفيسبوك هو الأكثر استخداماً بين أفراد العينة.

جدول (10)

أسباب استخدام وسائل التواصل الاجتماعي (ن=328)

م	الاجابة	التكرار	%	الترتيب
1	وسيلة تواصل جيدة مع الآخرين	236	72%	1
2	وسيلة للترويج والترفيه	180	54.9%	2
3	تتيح فرصة لتصحيح المعلومات والأفكار	180	39.6%	6
4	أداة للنقاش والتفاعل حول موضوعات مختلفة	146	44.5%	4
5	وسيلة للتعلم وطريقة للإجابة على التساؤلات	136	41.5%	5
6	وسيلة جيدة لزيادة الوعي بالأحداث	172	52.7%	3

يظهر من جدول (10) أن (72%) من المبحوثين يستخدمون وسائل التواصل الاجتماعي كوسيلة تواصل جيدة مع الآخرين، و(54.9%) منهم يستخدمونها كوسيلة للترويج والترفيه، و(52.7%) يستخدمونها كوسيلة لزيادة الوعي بالأحداث، و(44.5%) منهم يستخدمونها كأداة للنقاش والتفاعل حول موضوعات مختلفة، و(41.5%) يستخدمونها كوسيلة للتعلم وطريقة للإجابة على التساؤلات، و(39.6%) يستخدمونها لأنها تتيح فرصة لتصحيح المعلومات والأفكار.

ويرجع الباحث نتائج جدول (9،10) إلى إعتبار شبكة موقع فيس بوك Facebook شبكة اجتماعية حازت على قبول وتجاوب الملايين من الناس في مختلف دول العالم وهي لا تتعدى حدود مدونة شخصية في بدايتها عام (2004) يمكن من خلالها لكبار السن التعبير وإبداء الرأي والتواصل ومشاركة أصدقائهم تفاصيل حياتهم. فيعتبر الفيس بوك حل سحري في العالم الافتراضي الذي اكتسب بالزمن أهميته ودوره. كما ساهم الفيس بوك كثيرا وتلقائيا

في عملية النشر الإلكتروني فأى مستخدم للإنترنت يجد أن معدل كتاباته وقرائته قد ارتفع. وبذلك نجد أن مختلف وسائل التواصل الاجتماعي فرصة للإتصال والتواصل بكافة أطراف المجتمع (العلماء - الأدباء - الشخصيات العامة - الإعلاميون - المؤثرين). ورغم تلك الأهمية إلا أن وسائل التواصل الاجتماعي من الممكن أن تستغل كسلاح ذو حدين أحدهما إيجابي والأخر سلبي من حيث إضاعة الوقت وإنتحال الشخصيات وإدمان الإنترنت وضعف مهارة التواصل.

جدول (11)

هل تعمل على نشر الثقافة الرياضية عبر وسائل التواصل الاجتماعي (ن = 328)

م	الاجابة	التكرار	النسبة
1	نعم	10	3.05%
2	أحياناً	36	10.98%
3	نادراً	132	40.24%
4	لا	150	45.63%
5	المجموع	328	100%

يظهر من الجدول السابق أن (45.7%) من المبحوثين لا يعملون على نشر الثقافة الرياضية عبر وسائل التواصل الاجتماعي، وان (40.2%) منهم نادراً ما يقومون بذلك، و (11.0%) منهم أحياناً يقومون بذلك، بينما (3.0%) منهم يعملون على ذلك.

ثانياً : عرض استجابات عينة البحث على محاور الاستبيان الاربعة :

توضح الجداول من (12- 15) إستجابات عينة البحث من كبار السن البالغ عددها (328) نحو محاور الاستبيان الاربعة

جدول(12)

إستجابات عينة البحث نحو المحور الأول: دور وسائل التواصل الاجتماعي في رفع مستوى الثقافة

الرياضية لدى كبار السن (ن = 328)

الترتيب	%	الوزن النسبي	أستجابات عينة البحث					ع	م	العبرة	م
			موافق بشدة	موافق	غير موافق	محايد	غير موافق بشدة				
1	87.86	1441	30	18	12	41	227	0.610	4.25	تؤثر وسائل التواصل الاجتماعي في رفع مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن	1
2	85.37	1400	30	18	13	40	227	0.745	4.18	تعد وسائل التواصل الاجتماعي في العصر الحالي أفضل وسيلة لنقل الثقافة الرياضية لدى كبار السن	2
3	85.12	1396	30	20	11	41	226	0.645	4.15	تنمي وسائل التواصل الاجتماعي الثقافة الرياضية لدى كبار السن	3
4	83.54	1370	25	36	11	40	216	0.652	4.06	تسهم وسائل التواصل الاجتماعي في تشكيل الثقافة الرياضية لدى كبار السن	4

5	82.01	1345	40	25	10	40	213	0.633	4.06	تساعد وسائل التواصل الاجتماعي بتنظيم المبادرات الرياضية للتوعية	5
6	79.09	1297	51	28	10	35	204	0.742	3.92	تنقل وسائل التواصل الاجتماعي المعلومات الرياضية بطريقة توضيحية سلسة	6
								0.527	4.10	المتوسط الحسابي للمحور	

جدول (13)

إستجابات عينة البحث نحو المحور الثاني: أكثر وسائل التواصل الاجتماعي التي يستخدمها كبار السن في الاطلاع على الثقافة الرياضية (ن = 328)

الترتيب	%	الوزن النسبي	أستجابات عينة البحث					ع	م	العبرة	م
			موافق بشدة	موافق	غير موافق	محايد	غير موافق بشدة				
1	84.39	1384	33	20	13	38	224	0.735	4.33	Facebook الفيسبوك	1
2	83.54	1370	36	22	10	40	220	0.811	4.25	Instagram إنستجرام	2
3	83.29	1366	25	38	10	40	215	0.895	3.75	Youtube اليوتيوب	3
4	78.84	1293	58	20	10	35	205	0.916	3.38	Snapchat شات السناب	4
5	77.74	1275	60	20	15	35	198	0.781	2.87	Twitter تويتر	5
								0.448	3.72	المتوسط الحسابي للمحور	

جدول (14)

إستجابات عينة البحث نحو المحور الثالث : استخدام كبار السن لوسائل التواصل الاجتماعي في الثقافة الرياضية (ن = 328)

الترتيب	%	الوزن النسبي	أستجابات عينة البحث					ع	م	العبرة	م
			موافق بشدة	موافق	غير موافق	محايد	غير موافق بشدة				
1	87.80	1440	16	22	10	50	230	0.679	4.31	أتابع صانعي المحتوى الرياضي عبر وسائل التواصل الاجتماعي	1
2	85.24	1398	29	20	13	40	226	0.630	4.30	اهتم بالمواضيع الرياضية المطروحة عبر وسائل التواصل الاجتماعي	2
3	84.63	1388	33	20	10	40	225	0.698	4.28	أسعى إلى تغيير المفاهيم المغلوطة حول الرياضة عبر وسائل التواصل الاجتماعي	3
4	83.66	1372	25	36	10	40	217	0.856	3.59	أخصص بعضاً من الوقت لنشر الثقافة الرياضية على وسائل التواصل الاجتماعي	4
5	81.65	1339	40	27	10	40	211	0.698	4.21	تنمي وسائل التواصل الاجتماعي الوعي الرياضي بداخلي	5
6	79.76	1308	53	20	15	30	210	0.618	4.20	تحفزني وسائل التواصل الاجتماعي على ممارسة الرياضة	6
7	77.74	1275	58	20	20	33	197	0.830	3.94	تساعدني وسائل التواصل الاجتماعي على ممارسة الرياضة بالشكل الصحيح	7
								0.509	4.12	المتوسط الحسابي للمحور	

جدول (15)

استجابات عينة البحث نحو المحور الرابع: مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن (ن = 328)

الترتيب	%	الوزن النسبي	استجابات عينة البحث					ع	م	العبارة	م
			موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة				
1	86.28	1415	21	22	15	45	225	0.549	4.57	وفرت وسائل التواصل الاجتماعي بيئة مناسبة لتبادل المعلومات مع الاصدقاء واصحاب الاهتمام الرياضي المشترك	1
2	85	1394	29	20	13	44	222	0.594	4.43	اكتسب من خلال وسائل التواصل الاجتماعي ثقافة رياضية مشجعة على وضع أهداف مفيدة ونافعة	2
3	83.66	1372	36	20	12	40	220	0.698	4.28	احصل من خلال وسائل التواصل الاجتماعي على ثقافة رياضية أسهمت في تجنب العادات الرياضية الخاطئة	3
4	82.74	1357	36	25	12	40	215	0.856	3.59	اكتسب وعيا بأهمية الرياضة في حياتي من خلال وسائل التواصل الاجتماعي	4
5	78.48	1287	48	34	13	33	200	0.883	3.15	احصل على معرفة تخصصية جيدة بالثقافة الرياضية من خلال وسائل التواصل الاجتماعي	5
6	77.5	1271	62	22	10	35	199	0.895	3.03	اكتسب معرفة جيدة بطريقة اللعب بالنادي الرياضي من خلال وسائل التواصل الاجتماعي	6
								0.372	3.85	المتوسط الحسابي للمحور	

مناقشة النتائج :

المحور الأول: دور وسائل التواصل الاجتماعي في رفع مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن يتضح من جدول (12) إجابات عينة البحث تراوحت ما بين (87.86% - 79.09%) وأن المتوسطات الحسابية تراوحت ما بين (4.25 - 3.92) ، وبلغ المتوسط الحسابي للمحور الأول (4.10) أن العبارات الحاصلة على أكثر من (80%) جاءت على النحو التالي :-
تؤثر وسائل التواصل الاجتماعي في رفع مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن. بنسبة مئوية (87.86%).

تعد وسائل التواصل الاجتماعي في العصر الحالي أفضل وسيلة لنقل الثقافة الرياضية لدى كبار السن. بنسبة مئوية (85.37%).

تتميز وسائل التواصل الاجتماعي الثقافة الرياضية لدى كبار السن. بنسبة مئوية (85.12%).

تسهم وسائل التواصل الاجتماعي في تشكيل الثقافة الرياضية لدى كبار السن. بنسبة مئوية (83.54%).

تساعد وسائل التواصل الاجتماعي بتنظيم المبادرات الرياضية للتوعية. بنسبة مئوية (82.01%).

ويرجع الباحث ذلك إلى وعي وإدراك كبار السن لدور وسائل التواصل الاجتماعي في نشر الثقافة

الرياضية لدى كبار السن وأنها أفضل طريقة لنشرها وتنميتها، وتنظيم المبادرات الرياضية التوعوية، فضلا عن إمكانيتها في نقل المعلومات الرياضية بطريقة توضيحية سلسة، ووجود دور قوى لوسائل التواصل الاجتماعي في نشر الثقافة الرياضية لدى كبار السن، والمتمثلة بدورها في رفع مستوى الثقافة الرياضية لديهم، وتعتبر أيضا أفضل وسيلة لنشر هذه الثقافة وتشكيلها وتنميتها. وظهرت النتيجة دور وسائل التواصل الاجتماعي في تنظيم المبادرات الرياضية الهادفة للتوعية ودورها في نقل المعلومات والمعارف الرياضية المختلفة في شتى مجالات الرياضة والنشاط البدني بطريقة سلسة توضيحية، وجميعا كانت بدرجة مرتفعة.

وتتفق هذه النتائج مع آراء ودراسات كل من : علاء المليجي (2022)(20)، Sunyoung Kim (2022)(38) - أكرم العزاوي ، مروان العبدالله (2022)(6)، أحمد حسين (2020)(5)، سلام عيد عزة محمد ، أبتسام شعبان (2020)(15)، أحمد متولى (2017) ، حيث أكدوا على مساهمة الشبكات الاجتماعية الموجودة على الإنترنت في رفع مستوى الثقافة الرياضية من خلال إتاحة المعلومات والمعارف الرياضية المختلفة وكذلك دفع العلاقات الاجتماعية بين أفراد المجتمع من الواقع المعاش إلى العالم الافتراضي، وأنتقلت في السنوات الأخيرة من كونها ظاهرة مستحدثة إلى ظاهرة يتبناها الكثير من المستخدمين حول العالم، وتطورت كوسيلة مؤثرة لتبادل المعلومات والآراء والأفكار والرسائل، وإعتبار الثقافة الرياضية ظاهرة اجتماعية واسعة النطاق تسهم في البناء الإنساني والحضارى إذ تتصل جذورها بحياة الأفراد من حيث الممارسة والمشاهدة والترفيه والهواية كما أن وسائل التواصل الاجتماعي أثرت بشكل كبير على وسائل الإعلام التقليدية.

المحور الثاني: أكثر وسائل التواصل الاجتماعي التي يستخدمها كبار السن في الثقافة الرياضية

يتضح من جدول (13) إستجابات عينة البحث تراوحت ما بين (84.39% - 77.74%) وان المتوسطات الحسابية تراوحت ما بين (4.33 - 2.87) ، وبلغ المتوسط الحسابي للمحور الثاني (3.72) أن العبارات الحاصلة على أكثر من (80%) جاءت على النحو التالي :-

Facebook الفيسبوك. بنسبة مئوية (84.39%).

Instagram انستجرام. بنسبة مئوية (83.54%).

Youtube اليوتيوب. بنسبة مئوية (83.29%).

ويرجع الباحث ذلك إلى سهولة استخدام كبار السن لتلك الوسائل من تطبيقات التواصل الاجتماعي واعتبارها الوسائل الأكثر شهرة واستخداما في مختلف المجالات، وأن انستجرام جاء في المرتبة الثانية بسبب وجود خاصية بأنه يمكن لمستخدمي هذا الموقع بمشاركة ونشر ما عليه وربطه بمنصات تواصل اجتماعي أخرى.

وتتفق هذه النتائج مع آراء ودراسات كل من : محمود هارون (2022)(30)، وليد عواد (2022) (34) ، عبد اللطيف خليف (2021)(19)، شريف اللبان (2021)(17)، منير حجاب (2018)(28)، سامية صالح (2018)(14)، Nurfazlina Haris (2018)(37) ، حميش نوريه، حميدى خيرة (2017)(12). أن كبار السن يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي على شبكة الإنترنت بهدف الاطلاع على الأحداث والحصول على المعلومات في مختلف المجالات، واكتساب مهارات تواصل جديدة، أكثر من استخدامهم للإنترنت للترفيه والتسلية ويعتبر المنزل من أكثر الأماكن التي تتلائم مع نمط حياة كبار السن لاختيار الوقت المناسب للاستخدام والتفاعل مع الآخرين، بالإضافة إلى أن أغلب المنازل الآن يتوفر بها الإنترنت .

المحور الثالث: استخدام كبار السن لوسائل التواصل الاجتماعي في الثقافة الرياضية

يتضح من جدول (14) إستجابات عينة البحث تراوحت ما بين (87.80% - 77.74%) وان المتوسطات الحسابية تراوحت ما بين (4.31 - 3.59) ، وبلغ المتوسط الحسابي للمحور الثالث (4.12) أن العبارات الحاصلة على أكثر من (80%) جاءت على النحو التالي :-

أتابع صانعي المحتوى الرياضي عبر وسائل التواصل الاجتماعي . بنسبة مئوية (87.80%).

اهتم بالمواضيع الرياضية المطروحة عبر وسائل التواصل الاجتماعي . بنسبة مئوية (85.24%).

أسعى إلى تغيير المفاهيم المغلوطة حول الرياضة عبر وسائل التواصل الاجتماعي . بنسبة مئوية (84.63%).

أخصص بعضا من الوقت لنشر الثقافة الرياضية على وسائل التواصل الاجتماعي . بنسبة مئوية (83.66%).

تتمي وسائل التواصل الاجتماعي الوعي الرياضي بداخلي . بنسبة مئوية (81.65%).

يرجع الباحث ذلك إلى اهتمام عينة البحث من كبار السن بمختلف مستوياتها التعليمية وذلك من خلال متابعة صانعي المحتوى الرياضي عبر تطبيقات التواصل الاجتماعي، والاهتمام بالمواضيع الرياضية المطروحة عبرها، والحرص على تغيير المفاهيم المغلوطة حول الرياضة عبر وسائل التواصل الاجتماعي وتنمية الوعي الرياضي بداخلهم، كما تساعدهم وسائل التواصل الاجتماعي على ممارسة الرياضة بالشكل الصحيح. كما أن كبار السن يوظفون وسائل التواصل الاجتماعي في التنقيف الرياضي من خلال متابعة صانعي المحتوى الرياضي عبر تطبيقات التواصل الاجتماعي، والاهتمام بالمواضيع الرياضية المطروحة عبرها، والحرص على تغيير المفاهيم المغلوطة حول الرياضة عبر تطبيقات التواصل الاجتماعي وتنمية الوعي الرياضي بداخلهم، كما تساعدهم وسائل التواصل الاجتماعي على ممارسة الرياضة بالشكل الصحيح.

وتتفق هذه النتائج مع آراء ودراسات كل من : عبد اللطيف خليف (2021)(19)، إلهام شلبي ، مدحت عبد الرازق (2020)(7)، بسطويسى أحمد (2019)(8)، أحمد قورة (2022)(2)، Nurfazlina Haris (2018) (37) - Hidetaka Hamasaki (2017)(35) - Mayela (2017)(36) حيث أكدوا على اهتمام فئة كبار السن بتعدد الموضوعات المطروحة على شبكات التواصل سواء كانت (اجتماعية - اقتصادية - سياسية - دينية- رياضية - ثقافية - طبية - صحية) وكذلك اهتمامهم بصانعي المحتوى على شبكات التواصل الاجتماعى فيما يرتبط بالمعلومات الرياضية والصحة العامة والشخصية وطرق الوقاية من الأمراض وكيفية إتخاذ بعض الإجراءات الإحترازية تجاه بعض الأمراض والأوبئة مثل فيروس كورونا المستجد.

المحور الرابع: مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن.

يتضح من جدول (15) إستجابات عينة البحث تراوحت ما بين (86.28% - 77.5%) وأن المتوسطات الحسابية تراوحت ما بين (4.57 - 3.03)، وبلغ المتوسط الحسابى للمحور الرابع (3.85) أن العبارات الحاصلة على أكثر من (80%) جاءت على النحو التالى :-

وفرت وسائل التواصل الاجتماعي بيئة مناسبة لتبادل المعلومات مع الأصدقاء وأصحاب الإهتمام الرياضي المشترك. بنسبة مئوية (86.28%).

اكتسب من خلال وسائل التواصل الاجتماعي ثقافة رياضية مشجعة على وضع أهداف مفيدة ونافعة. بنسبة مئوية (85%).

احصل من خلال وسائل التواصل الاجتماعي على ثقافة رياضية أسهمت في تجنب العادات الرياضية الخاطئة. بنسبة مئوية (83.66%).

اكتسب وعياً بأهمية الرياضة في حياتي من خلال وسائل التواصل الاجتماعي. بنسبة مئوية (82.74%).

ويرجع الباحث ذلك إلى: توفير وسائل التواصل الاجتماعي بيئة مناسبة لتبادل المعلومات مع الأصدقاء وأصحاب الاهتمام الرياضي المشترك، اكتسبوا من خلال وسائل التواصل الاجتماعي ثقافة رياضية مشجعة على وضع أهداف مفيدة ونافعة ، وقد أسهمت في تجنب العادات الرياضية الخاطئة.

وتتفق هذه النتائج مع آراء ودراسات كل من : Sunyoung Kim (2022)(38)، إلهام شلبي ، مدحت عبد الرازق (2020)(7)، فتحي شمش الدين (2020)(22)، بسطويسى أحمد (2019)(8)، مسعد عويس (2012)(31)، Hidetaka Hamasaki (2017)(35) - Mayela (2017)(36) حيث أتفقوا على أن وسائل التواصل الاجتماعي تتضح أهميتها المرتبطة بالثقافة الرياضية من خلال توسيع دائرة المعرفة

الانسانية المرتبطة بالرياضة والنشاط البدني وزيادة الوعي بأهمية النشاط البدني لكبار السن وأثره على مختلف جوانب الشخصية الانسانية وكذلك تشكيل وبناء اهتمامات واتجاهات رياضية تركز على قواعد معرفية صحيحة وراسخة .

الاستنتاجات والتوصيات :

أولاً : الاستنتاجات الخاصة بعادات الاستخدام لوسائل التواصل الاجتماعي لكبار السن :-

1. تراوحت عدد ساعات الاستخدام لوسائل التواصل الاجتماعي لدى غالبية عينة البحث نحو أكثر من (3) ساعات يومياً، كما أن درجة التفاعل لديهم نحو وسائل التواصل جاءت تفاعلاً عالياً.
2. تطبيق الفيسبوك يأتي في المرتبة الأولى ثم تطبيق انستجرام ثم الواتس اب ثم اليوتيوب.
3. من أسباب استخدام وسائل التواصل الاجتماعي اعتبارها وسيلة تواصل جيدة مع الآخرين ثم وسيلة للترويح والترفيه ثم وسيلة جيدة لزيادة الوعي بالأحداث.
4. لا يعمل كبار السن على نشر الثقافة الرياضية عبر وسائل التواصل الاجتماعي .

ثانياً الاستنتاجات الخاصة بمحاور الاستبيان الاربعة :-

المحور الأول: دور وسائل التواصل الاجتماعي في رفع مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن

1. تؤثر وسائل التواصل الاجتماعي في رفع مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن.
2. تعد وسائل التواصل الاجتماعي في العصر الحالي أفضل وسيلة لنقل الثقافة الرياضية لدى كبار السن.

3. تنمي وسائل التواصل الاجتماعي الثقافة الرياضية لدى كبار السن.

4. تسهم وسائل التواصل الاجتماعي في تشكيل الثقافة الرياضية لدى كبار السن.

5. تساعد وسائل التواصل الاجتماعي بتنظيم المبادرات الرياضية التوعوية.

المحور الثاني: أكثر وسائل التواصل الاجتماعي التي يستخدمها كبار السن في الثقافة الرياضية

1. Facebook فيسبوك .

2. Instagram انستجرام.

3. Youtube يوتيوب.

المحور الثالث: استخدام كبار السن لوسائل التواصل الاجتماعي في الثقافة الرياضية

1. أتابع صانعي المحتوى الرياضي عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

2. أهتم بالمواضيع الرياضية المطروحة عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

3. أسعى إلى تغيير المفاهيم المغلوطة حول الرياضة عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

4. أخصص بعضا من الوقت لنشر الثقافة الرياضية على وسائل التواصل الاجتماعي.

5. تنمي وسائل التواصل الاجتماعي الوعي الرياضي بداخلي .

المحور الرابع: مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن.

1. وفرت وسائل التواصل الاجتماعي بيئة مناسبة لتبادل المعلومات مع الاصدقاء واصحاب الاهتمام الرياضي المشترك.

2. اكتسب من خلال وسائل التواصل الاجتماعي ثقافة رياضية مشجعة على وضع أهداف مفيدة ونافعة.

3. احصل من خلال وسائل التواصل الاجتماعي على ثقافة رياضية أسهمت في تجنب العادات الرياضية الخاطئة.

4. اكتسب وعيا بأهمية الرياضة في حياتي من خلال وسائل التواصل الاجتماعي.

ثانيا : التوصيات:

في ضوء هدف البحث ومنهجه وإجراءاته واستنتاجاته يوصى الباحث بما يلي :-

1. إجراء مزيد من الدراسات التي تحدد مدى استفادة كبار السن من مواقع التواصل الاجتماعي ودفع

استخدامها وفقا للعديد من المتغيرات المختلفة واقتراحاتهم لتطوير احتياجاتهم منها.

2. إجراء دراسات تحليلية لمضمون صفحات كبار السن عبر مواقع التواصل الاجتماعي لدراسة محتواها والتعرف على الموضوعات مجال الاهتمام، وأى هذه الموضوعات التي يقوموا بعمل مشاركة لها وأيها يقوم بالتعليق عليها.

3. اخضاع ارتباط كبار السن بمواقع التواصل الاجتماعي لمزيد من الدراسات المتعمقة التحليلية والميدانية التي يقوم بها قسم كبار السن بكليات التربية الرياضية للاستفادة منها في رصد تيارات واتجاهات الثقافة الرياضية خاصة في القضايا الامنية والقضايا الحيوية، ومعرفة دوافع هذه الاستخدامات والاشباع المحققة منها، وتوصية أن تتواكب مناهج كليات التربية الرياضية والإعلام مع كل المستجدات في هذا الموضوع.

4. أن تقوم مواقع التواصل الاجتماعي بالاهتمام بالفئة العمرية من كبار السن من خلال عمل برامج لكيفية استثمار أوقات الفراغ بما يفيد صحتهم أولا النفسية والاجتماعية والبدنية، وكذلك عمل برامج للمشاركة المجتمعية لهذه الفئة العمرية بما لا يجعلهم يشعروا بزوال أهميتهم في المجتمع وانحصارهم في التجوال عبر وسائل التواصل الاجتماعي على استعادة ذكريات الشباب مع الأصدقاء القدامى والإطمئنان على الأولاد والأحفاد المقيمين بعيدا عنهم.

قائمة المراجع:

اولا : المراجع باللغة العربية :

1. إبراهيم علي حجازي(2017) : " التكامل بين الإعلام التقليدي والجديد، عمان، دار المعنز للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
2. أحمد حلمى قورة (2022) : " بناء مقياس السعادة النفسية لدى ممارسى أوجه نشاط الترويح الرياضى من كبار السن "، المجلة العلمية لكلية التربية الرياضية للبنين ، العدد (96) ، الجزء الاول ، جامعة حلوان ، القاهرة.
3. أحمد سعيد متولى (2017) : قياسات وسائل التواصل الاجتماعى المفهوم والتحديات دراسة تحليلية ، المؤتمر الثامن والعشرون ، شبكات التواصل الاجتماعى وتأثيراتها فى الاتحاد العربى للمكتبات والمعلومات، القاهرة.
4. أحمد طة حلمى (2020) : " اتجاهات كبار السن من المتقاعدين عن العمل نحو الرياضة للجميع وفقا لبعض المتغيرات " ، المجلة العلمية لكلية التربية الرياضية للبنين ، العدد (90) ، الجزء الرابع ، جامعة حلوان ، القاهرة .
5. أحمد عبد الستار حسين (2020): " دوافع استخدام كبار السن للفيس بوك والاشباعات المتحركة "، المجلة العلمية لكلية التربية الرياضية، العدد (35) ، جامعة ديالى، العراق .
6. أكرم محمد العزاوى، مروان عبد المجيد العبدالله (2022): " الرعاية الشاملة للمسنين - رياضيا، اجتماعيا، صحيا، نفسيا " ، ط2 ، دار دجلة للنشر والتوزيع ، عمان ، الاردن .
7. إلهام اسماعيل شلبى ، مدحت قاسم عبد الرازق (2020) : " الصحة واللياقة لكبار السن " ، ط2، عالم الكتب للنشر والتوزيع، القاهرة .
8. بسطويسى أحمد بسطويسى (2019): " الرياضة وصحة كبار السن "، مركز الكتاب الحديث، القاهرة.
9. جمال على الدهشان (2019): توظيف شبكات التواصل الاجتماعى فى خدمة العملية التربوية والتعليمية لماذا وفى ماذا وكيف، المجلة الدولية للبحوث فى العلوم التربوية ، المجلد رقم 2 ، العدد 1 ، القاهرة.
10. الجهاز المركزي للتعبئة والاحصاء(2020) : " التعداد العام للسكان والإسكان والمنشآت، القاهرة .
11. حسن عماد مكاوى ، وليلى حسين السيد (2011): " الاتصال ونظرياته المعاصرة " ، ط2، الدار المصرية اللبنانية للنشر والتوزيع، القاهرة .

12. حميش محمد نوريه ، حميدى احمد خيرة (2017) : " تأثير مواقع التواصل الاجتماعي على الاتصال الاسرى - موقع الفيس بوك نموذجا " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم الاجتماعية ، جامعة عبد الحميد بن باديس ، مستغانم ، الجزائر .
13. رأفت عبد الرحمن محمد (2015) : " رعاية كبار السن من منظور الخدمة الاجتماعية " ، سلسلة مجالات الرعاية الاجتماعية من منظور الخدمة الاجتماعية، كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة حلوان .
14. سامية خضر صالح ، أسماء محمد نبيل ، ميمى محمد توفيق (2018) : " شبكات التواصل الاجتماعي - النشأة والتأثير " ، العدد مجلة كلية التربية العدد (24) ، الجزء الثانى ، جامعة عين شمس ، القاهرة .
15. سلام أحمد عيد ، عزة سعيد محمد ، ابتسام فتحى شعبان (2020) : " دوافع استخدامات كبار السن للانترنت " المجلة المصرية للدراسات المتخصصة ، المجلد (8) ، العدد (27) ، كلية التربية النوعية ، جامعة عين شمس ، القاهرة .
16. سيد سلامة ابراهيم(2018) : " رعاية المسنين (قضايا ومشكلات الرعاية للفئات الخاصة) ، ط2، المكتب العلمى للنشر والتوزيع، الاسكندرية .
17. شريف درويش اللبان (2021) : " تكنولوجيا الاتصال - المخاطر والتحديات والتأثيرات الاجتماعية " ، ط2، الدار المصرية اللبنانية للنشر والتوزيع ، القاهرة .
18. عبد الرحمن أبراهيم الشاعر (2021) : " مواقع التواصل الاجتماعي والسلوك الإنسانى " ، دار السحاب للنشر والتوزيع ، القاهرة .
19. عبد اللطيف محمد خليف (2021): " دراسات فى سيكولوجية المسنين " ط2، دار غريب للنشر والتوزيع ، القاهرة .
20. علاء الدين محمد المليجى (2022) : الاعلام وشبكات التواصل الاجتماعي العالمية ، ط2، دار التعليم الجامعى للنشر والتوزيع ، الاسكندرية .
21. فاطمة محمد السالم (2022): " مواقع التواصل الاجتماعي والتطرف الفكرى - دراسة على عينة من طلبة جامعة الكويت " ، المجلة المصرية لبحوث الاعلام ، العدد (79)، كلية الاعلام ، جامعة القاهرة ، القاهرة .
22. فتحى محمد شمس الدين (2020) : " شبكات التواصل الاجتماعي فى مصر " ط2، دار النهضة العربية للنشر والتوزيع ، القاهرة .
23. محمد أمين عبد السلام (2020): " دوافع ممارسة كبار السن للنشاط البدنى فى وقت الفراغ وفقا

- لبعض المتغيرات " ، المجلة العلمية لكلية التربية الرياضية للبنين ، العدد (88)، جامعة حلوان .
24. محمد صبحي حسنين، كمال عبد الحميد إسماعيل (2013): رياضة الوقت الحر لكبار السن، القاهرة، دار الفكر العربي، 2009.
25. محمد محمد الحماحمي ، أحمد محمد عبد المحسن ، إسلام أحمد خليفة (2022): " دراسة مقارنة لدوافع ممارسة كبار السن لأوجه نشاط الرياضة للجميع وفقا لبعض المتغيرات " ، المجلة العلمية لكلية التربية الرياضية للبنين ، العدد (95) ، جامعة حلوان .
26. محمد محمد الحماحمي (2019) : " بناء قائمة دوافع ممارسة كبار السن للنشاط البدني في وقت الفراغ" ، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة التي تصدرها كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان، العدد (85) المجلد الثالث، يناير .
27. محمد محمد الحماحمي. أحمد سعيد رجب (2012) : " الإعلام التربوي في مجالات الرياضة واستثمار أوقات الفراغ، ط2، مركز الكتاب للنشر والتوزيع ، القاهرة.
28. محمد منير حجاب (2018) : " نظريات الاتصال " ، ط3، دار الفجر للنشر والتوزيع ، القاهرة .
29. محمود سيد هاشم (2017) : " المدركات الخاطئة لدى كبار السن عن النشاط البدني " ، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة التي تصدرها كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان، العدد (81) المجلد الثالث، القاهرة .
30. محمود طارق هارون (2022) : " الشبكات الاجتماعية على الانترنت وتأثيرها في المعرفة البشرية " ، دار الفجر للنشر والتوزيع ، القاهرة .
31. مسعد سيد عويس (2012): " المرصد العلمي للثقافة الرياضية " ، ط2، سلسلة كراسات الثقافة العلمية ، المكتبة الاكاديمية للنشر والتوزيع ، القاهرة .
32. المكتب الاقليمي للامم المتحدة (2019) : " الاستراتيجية العربية لكبار السن من 2019 حتى 2029 " ، مجلس وزراء الشؤون الاجتماعية العرب ، القاهرة .
33. نوال عبدالرحيم (2018) : " الأسس والقواعد الدولية لمنهجية الاعلام، دار العلم والايمان للنشر والتوزيع، دسوق .
34. وليد محمد الهادي عواد (2022) : " استخدامات مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بمستوى الشعور بالاكئاب والوحدة النفسية لدى الشباب المصري " ، المجلة المصرية لبحوث الاعلام ، العدد (79)، كلية الاعلام ، جامعة القاهرة ، القاهرة .

ثانيا : المراجع باللغة الانجليزية :

- 35- Hidetaka Hamasaki(2017) : Physical Activity and Obesity in Adults Hidetaka Hamasaki, Hamasaki Clinic.
- 36- Mayela , et Others(2017) : " Social Media and Elderly People: Research Trends" , National University, Heredia, Costa Rica.
- 37- Nurfazlina Haris et Others , (2018) : " The Role Of Social Media in Supporting Elderly Quality Daily Life" – 6 rd International Conference on User Science and Engineering (i-USER), MARA University of Technology, Malaysia.
- 38- Sunyoung Kim(2022) : " Exploring Older Adults' Adoption and Use of a Tablet Computer During COVID-19: Longitudinal Qualitative Study" , JMIR Aging 2022;5(1):e32957), Rutgers University, U.S.A.
- 39- Welsh overview available (2022) : " Adults' Media Use and Attitudes report " , Published 30 March, U.K .
- 40- Yael Netz, Meng-Jia Wu(2005) : " Physical Activity and Psychological Well-Being in Advanced Age: A Meta-Analysis" , of Intervention Studies, Michigan State University, the American Psychological Association, U.S.A.

ثالثا : شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) :

41-http://blog.naseej.com .

42-www.pro.se (2020منظمة المتقاعدين الوطنية فى السويد)

43-www,fiui.se (2020) المعهد الوطنى السويدى للصحة العامة)

ملخص البحث

الثقافة الرياضية لدى كبار السن عبر وسائل التواصل الاجتماعي

*د/محمد صفي الدين محمد محمد شعراوي

يهدف البحث إلى التعرف على تأثيرات وسائل التواصل الاجتماعي على مستوى الثقافة الرياضية لدى كبار السن . واستخدام الباحث المنهج الوصفي واعتمد على الاستبيان كأداة لجمع البيانات ، وبلغت عينة البحث (328) من فئة كبار السن بالاندية الرياضية ومراكز الشباب ودور المسنين وتم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية وتوصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية :-

الاستنتاجات الخاصة بعادات الاستخدام لفئة كبار السن .

الاستنتاجات الخاصة بمحاور الاستبيان الاربعة .

ويوصى الباحث بالاتي :-

إجراء مزيد من الدراسات التي تحدد مدى استفادة كبار السن من مواقع التواصل الاجتماعي احتياجاتهم منها .

إجراء دراسات تحليلية لمضمون صفحات كبار السن عبر مواقع التواصل الاجتماعي ودفع استخدامها وفقا للعديد من المتغيرات المختلفة واقتراحاتهم لتطوير

لدراسة محتواها والتعرف على الموضوعات مجال الاهتمام وأي هذه الموضوعات التي يقوموا بعمل مشاركة لها وأيها يقوم بالتعليق عليها .

Abstract**Sports culture among the elderly through social media**

*** *Dr. Muhammad Safi al-Din Muhammad Muhammad Shaarawy***

The research aims to identify social media at the level of sports culture for the elderly.. The researcher used the approach and relied on the questionnaire as a data collection tool, or collecting the research sample (328) from the elderly category in sports, youth centers and homes for the elderly, and they were selected by random stratified method. The researcher reached the following conclusions: -

- 1- Conclusions related to the usage habits of the elderly.
- 2- Conclusions related to the four axes of the questionnaire.

The researcher recommends the following:-

- 1- Conducting more studies that determine the extent to which the elderly benefit from social networking sites and the motivation to use them according to many different variables and their suggestions to develop their needs from them.
- 2- Conducting analytical studies of the content of the pages of the elderly through social networking sites to study their content and identify the topics of interest and which of these topics they share and which are commenting on.

Instructor, Seniors Sports Department, Faculty of Physical Education for Boys, Helwan University