



كلية التربية الرياضية قسم
نظريات وتطبيقات مسابقات
الميدان والمضمار

دراسة تحليلية عن أسباب تسرب لاعبى العاب القوى

بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية
إعداد

رمضان ناصر شحاته على
معيد بقسم نظريات وتطبيقات مسابقات
الميدان والمضمار

إشراف

دكتور

احمد محمد ياسين

أستاذ مساعد قسم الإدارة الرياضية
بكلية التربية الرياضية
جامعة بنها

دكتور

حمدى محمد على

أستاذ ورئيس قسم نظريات وتطبيقات
مسابقات الميدان والمضمار
بكلية التربية الرياضية
جامعة بنها

دكتور

أحمد عبد المرزى عبدالعزيز

مدرس بقسم نظريات وتطبيقات مسابقات الميدان
والمضمار بكلية التربية الرياضية
جامعة بنها

٢٠٢١/هـ ١٤٤٢

٠/١ مقدمه ومشكله البحث

١/١ مقدمه البحث

إن الأمم والشعوب في حالة تنافس مستمر في جميع مجالات الحياة ومن ضمنها النشاط الرياضي الذي يعد أمراً هاماً تثبت من خلاله الدول أو الأمم تقدمها ومدى ما وصلت إليه هذه الدول من مستوا ورقي في المجال الرياضي، وتقاس حضارة الشعوب بحسن استخدام المجتمع للثروة البشرية الكامنة من أبنائه وتوجيه طاقاتهم السليمة التي تسهم في تقدم الإنسانية.

(١١ : ٤)

(

ويشير اسامه كامل (٢٠٠١م) أن الرياضة تلعب الرياضة دوراً هاماً و أساسياً في بناء المجتمعات المتقدمة، انطلاقاً من تأثيرها في بناء الانسان حيث تهدف الى تحقيق النمو الشامل المتكامل بدنياً وعقلياً واجتماعياً ونفسياً، لذا تسعى الدولة المتقدمة إلى الاهتمام بالرياضة والتي اعتمد علماءها على العلوم المختلفة والأسلوب العلمي، إلى أن أصبحت من المجالات التي تظهر مدى ما توصلت اليه الدولة من تقدم يستدل عليه من وصولها بالرياضة لمستوى الفوز في المحافل الدولية والأولمبية. (٧ : ٤٧٥)

ويشير نبيل صالح (٢٠٠٤م) أن الحركة الرياضية أصبحت الآن جزء هام من إهتمامات الحكومة في كل دول العالم المتقدم والنامي ، لما تلعبه الرياضة من دور فعال وحيوي على المستوى الوطني والمستوى الدولي في مختلف الأصعدة السياسية والاقتصادية والثقافية والاجتماعية والاتحادات الرياضية الأهلية هي المسؤولة عن هذه الحركة الرياضية وترجع تحقيق أي نهضة رياضية وكذلك أي إخفاق وتهدف هذه الاتحادات الرياضية الأهلية إلى نشر الرياضة وتوسيع قاعدة الممارسين من أفراد الشعب على مختلف الفئات والأمر الذي يؤدي إلى ارتفاع المستوى الصحي وبالتالي انخفاض معدلات الإنفاق الحكومي في مجال الرعاية الصحية والعلاج ، وما يترتب على ذلك من زيادة في الإنتاج وانتعاش الاقتصاد القومي ، كما يساهم تحقيق هذا الهدف على علاج بعض المشكلات الاجتماعية التي يعاني منها المجتمع في الوقت الحاضر كمشكلة البطالة ومشكلة وقت الفراغ ، وما ينتج عنها من ظواهر غريبة في مجتمعنا كالعنف والإرهاب وإدمان المخدرات وغيرها من المشكلات الأخرى ذات التأثير البالغ ، والتي تؤثر بدورها على تقدم المجتمع ونهضته ، كما إن حصد الميداليات ، واعتلاء منصات الفوز ، وإحراز البطولات وتحقيق الانتصارات والوصول إلى القمة في أي رياضة من الرياضات المختلفة لن يتحقق ما لم يكن ذلك هدفا تسعى الاتحادات الرياضية إلى تحقيقه ، ومن ثم كان الارتفاع في

المستوى الفني أحد الأهداف الرئيسية التي تسعى الاتحادات إلى تحقيقها ، وأصبحت دول العالم المتقدمة والنامية تتسابق لتحقيق المراكز المتقدمة في الألعاب المختلفة ، وهي في ذلك تؤكد على تفوق نظام الرياضة فيها وهو أحد النظم الذي يؤثر ويتأثر بالنظم الأخرى التي تقوم عليها الدولة كالنظام الاقتصادي والسياسي والثقافي والاجتماعي ولأنه لا يمكن لأنظمة الدولة المختلفة أن تعمل بمعزل عن بعضها البعض فهي تتبع مبادئ الشمول والتكامل والالتزان في التنمية .

(٣ : ٣٩)

ويشير محمد محمد (٢٠٠٧م) ان مسابقات ألعاب القوى تعد من الرياضات الأساسية في مجال الأنشطة الرياضية التي تعبر عن المقدرة البشرية للإنسان في أسمى صورها ، كما تعد من الأنشطة الطبيعية التي يمارسها الإنسان منذ بدء الخليقة ، فهي عصب الألعاب الأولمبية القديمة ، وعروس الدورات الأولمبية الحديثة ، وأم الرياضات الأخرى ، ومقياس للحضارة الشعوب وتقدمها ، ويعتبر قطاع البطولة إحدى قطاعات المجلس القومي للرياضة ، حيث يقاس تقدم الأمم بمدى اهتماماتها بالتربية الرياضية ، وأنشطتها المختلفة ، كما تعتبر البطولات العالمية والأولمبية وما يحوزه الأبطال فيها من ميداليات دليلا واضحة على تقدم الدول التي يمثلها أبطالها. (٣ : ٣١)

ويشير عبد الرحمن عبد الحميد (٢٠١٤م) أن رياضه ألعاب القوى رياضة يتنافس فيها اللاعبون في مسابقات الميدان والمضمار، وتتألف مسابقات المضمار من سباقات في الجري والمشى لمختلف المسافات ، والسباقات الميدانية مسابقات في سباقات الوثب أو الرمي ، ويمكن أن تقام لقاءات المضمار والميدان في صالات مغلقة أو في الهواء الطلق ، ويتنافس الرجال والنساء بشكل منفصل في اللقاءات وتعد ألعاب القوى أكثر الرياضات شيوعا في العالم ، فهناك حوالي ١٨٠ دولة تنتسب إلى الاتحاد الدولي لألعاب القوى للهواة ، وهو الهيئة التي تدير ألعاب القوى وتنظمها ، ويعترف الاتحاد الدولي لألعاب القوى للهواة بأرقام البطولات العالمية في ٦٥ مسابقة من مسابقات الرجال والنساء كما يعترف الاتحاد بأرقام البطولات العالمية في المسافة المتريية فقط ، ماعدا سباق الميل.

(٢ : ١٨)

(

٢/١ مشكلة البحث وأهميته :

إن اتجاهات لاعبي العاب القوى وقيمهم هي ناتج تفاعل طويل قد جرف معه معاني خاطئة وغير صحية من الاتجاهات والمواقف والافكار ومن بينها النظرة الى ممارسه الرياضة وكذلك نظره مجتمعنا الى الأنسان الرياضي فاذا ما تم تشخيص الاسباب والعوامل التي ادت الى تلك النظرة سهل علينا الاطلاع والتطوير وهذه المهمة من مهام المربين والباحثين الذين يقع على عاتقهم معالجة السلبيات وإصلاحها. (٣٨ : ١٥٠)

ولكون الباحث لاعب سابق بنادي بنها وقد تسرب عن ممارسه رياضه العاب القوى نظرا لأنه واجه العديد من المعوقات المادية والاجتماعية والدراسية ولاحظ التناقص المستمر سنه بعد الأخرى في اعداد اللاعبين وقد تكون هذه الاسباب أسباب اجتماعية أو نفسية أو اقتصادية أو إدارية أو صحية وتعليمية أو تدريبية وإيمان من الباحث بأهمية هذه المشكلة برزه الحاجة الي دراستها للتعرف على الاسباب التي ادت الى تسرب لاعبي العاب القوى ومن خلال العرض السابق ومن خلال الاطلاع على الدراسات المرجعية وفي حدود علم الباحث وجد الباحث انه توجد ابحاث قليلة تناولت مثل هذه المشكلة بالدراسة في مجال رياضة العاب القوى والتي هدفت الى التعرف على اسباب تسرب لاعبي العاب القوى من الاستمرار في التدريب ، ومن الجدير بالذكر ان الدراسة تفتح المجال امام الباحثين لدراسة ظاهره التسرب في رياضة العاب القوى بشكل خاص والرياضات المختلفة بشكل عام حيث انها من الدراسات القليلة التي تناولت ظاهره التسرب ، كما تقدم الدراسة الحالية للإداري والمدرّب والقائمين على رياضه العاب القوى الاسباب المحتملة لأسباب تسرب لاعبي العاب القوى ووضع الحلول للمساعدة في الحد من هذه الظاهرة والمساهمة في علاجها والرقى برياضة العاب القوى ، ويرى الباحث أن عملية التحليل هنا تعني تجزئة الظاهرة إلى أجزائها الرئيسية التي تتكون منها ، وكذلك معرفة وظيفة كل جزء فيها ، مع عدم المبالغة في تليبيتها ، حيث تعتمد الدراسات التحليلية على المعالجة الإحصائية للبيانات والمعلومات التي تم الحصول عليها عن طريق تطبيق أدوات البحث

وتتضح أهمية هذا البحث من خلال :

- الدور التي تلعبه منظومة البحث العلمي في الاهتمام بمثل هذه المشكلات ودورها في الوقوف على اسباب حدتها ومحاولة تحقيقها حيث ان هناك نقص في البحوث العلمية والدراسات التي تطرقت لمثل هذه المواضيع ونسعى في هذا البحث الى محاولة الوصول والوقوف على الحقائق والواقع الذي تعيشه هذه الفئة
- تبرز أهمية الدراسة ايضا في كونها تتطرق الى فئة رياضية مهمه والتي تؤثر بشكل مباشر في الحركة الرياضية وكذلك تكون رافد من روافد المنتخبات المصرية حيث إن انسحابهم من ممارسة النشاط الرياضي مما يؤدي الى إهدار خامات رياضية جيدة والوقوف على اسباب التسرب كنواه لأفكار جديدة لمحاولة ايجاد حلول لهذه المشكلة.
- تكمن اهمية هذا البحث في كل الدراسات التي تناولت هذا الموضوع منه قد ضيف الى هذه الدراسات مرجعا جديدا وقد تدفع هذه الدراسات بعض الباحثين الى اجراء دراسات مماثلة على اللاعبين في مجالات وتخصصات اخرى مما يضيف اسهامات علميه اخرى وقد يستفاد من معطيات هذا البحث في الوصول لبعض الخبرات الميدانية التي قد تسهم في إسراء الجانب المعرفي عن لاعبي العاب القوى.

٣/١ هدف البحث :

يهدف هذا البحث إلى التعرف على اسباب تسرب لاعبي العاب القوى المتطلبات الخاصة بالنواحي التعليمية والنفسية والبدنية والتدريبية والصحية والاقتصادية والاجتماعية.

٤/١ تساؤل البحث :

- ما هي أسباب تسرب لاعبي العاب القوى من ممارسة النشاط؟

٥/١ مصطلحات البحث :

١/٥/١ التسرب (الانسحاب) من الرياضة :

يعنى توقف الفرد عن ممارسه الرياضة وهذا التوقف قد يكون مؤقت لفتهر معينة أو لفتهر طويلة كذلك قد يكون بمثابة التحول من رياضه إلى أخرى . (٤٨ : ٧)

٢/٥/١ العزوف عن الممارسة الرياضية :

هو إعراض اللاعب أو اللاعبة بدرجة أو بأخري عن ممارسة نشاط رياضي معين والتوجه نحو ممارسة نشاط آخر . (١٧ : ٣٣٧)

٠/٣ إجراءات البحث:

١/٣ منهج البحث:

استخدم الباحث في البحث المنهج الوصفي وذلك لمناسبته وطبيعية البحث.

٢/٣ مجتمع وعينة البحث :

١/٢/٣ مجتمع البحث :

(يشمل مجتمع البحث لاعبي العاب القوى المتسربين من التدريب في رياضه العاب القوى).

٢/٢/٣ عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة من مجتمع البحث واشتملت على

(٥١) لاعب متسرب للعينه الأساسية وعدد (٢٠) لاعب للعينه الاستطلاعية.

وقد توصل الباحث الى الاعبين المتسربين من خلال المدربين والاداريين المسؤولين وسجلات الأندية التي مارسو بها رياضه العاب القوى.

جدول (٣)

النادي	العينة الأساسية	العينة الاستطلاعية	أجمالي العدد
بنها	١٠	١٠	٢٠
مدرسه الموهوبين	١٤	٤	١٨
الأهلي	٥	١	٦
الاتحاد	٧	-	٧
الجيش	٦	٢	٨

٤	-	٤	المؤسسة العسكرية
٨	٣	٥	الزمالك
٧١	٢٠	٥١	أجمالي العدد

٣/٣ وسائل وأدوات جمع البيانات:

تم تحديد الأدوات التي تتناسب مع طبيعة هذا البحث وذلك من خلال الاطلاع على الدراسات والبحوث السابقة وتم تقسيم هذه الادوات الى:

١/٣/٣ المسح المرجعي :

قام الباحث بعمل دراسة مسحية لبعض من الدراسات المرجعية التي تحدثت عن التسرب من التدريب الرياضي وذلك للاسترشاد بها عند تصميم الاستبيان والتي تتمثل في الاتي :

(باسم سائد (٢٠٠٦م)، (١٠) ، نايف محمود (٢٠١٣م) ، (٣٨) ،مصطفى سليمان (٢٠١٤م) (٣٥) ، اشرف مصطفى (٢٠١٤) ، (٨) ، عز الدين احمد (٢٠١٥م) ، (٢٢) ، عماد الدين سيد (٢٠١٨م) ، (٢٤) ، وفاء قازم (٢٠١٨م)، (٤٣) ،طارق محمد (٢٠١٩م) ، (١٧) .

٢/٣/٣ المقابلات الشخصية :

قام الباحث بإجراء بعض المقابلات الشخصية مع كل من :

١/٢/٣/٣ بعض المسؤولين في اتحاد العاب القوى.

٢/٢/٣/٣ أساتذة كليات التربية الرياضية.

٣/٢/٣/٣ العديد من مدربين العاب القوى .

٤/٢/٣/٣ بعض أساتذة الإدارة الرياضية .

٣/٣/٣ استطلاع رأي الخبراء:

قام الباحث باستطلاع رأي السادة الخبراء مرفق (١) وذلك للتعرف علي محاور وعبارات الاستبيان وتم إيجاد صدق المحكمين بعرض الاستبيان على السادة الخبراء خلال الفترة من (٢٠٢٠/٢/١) إلى (٢٠٢٠/٣/١م) وطلب الباحث منهم إبداء الرأي حول مناسبة الأبعاد لموضوع البحث وكذلك مناسبة العبارات لكل بعد من الأبعاد المذكورة مسبقاً ، ولقد حدد

الباحث نسبة مئوية قدرها (٨٠%) لقبول البعد أو العبارة ، وبناءً على آراء المحكمين تم إعادة صياغة (٥) عبارات وحذف (١٦) عبارته ، وقد احتوى المقياس على سبع أبعاد يتضمن (٥٠) عبارة ، واعتبر الباحث نسبة اتفاق المحكمين على أبعاد وعبارات المقياس معياراً لصدقه.

٦/٣ الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الإستطلاعية على عدد (٢٠) من اللاعبين المتسربين

١/٦/٣ نتائج الدراسة الاستطلاعية:

١/١/٦/٣ استخدام هذه العينة المستخرجة لإيجاد صدق وثبات الاستبيان للدراسة

٢/١/٦/٣ ارسال الاستبيان عن طريق برنامج جوجل درايف للعينة ثم استقبال الرد لاختبار البرنامج ثم اعاده الارسال مره اخر

٣/١/٦/٣ اختبار نتائج الردود للتأكد من ان البرنامج يعمل بشكل سليم والتأكد من ان عمليه جمع المعلومات تتم بشكل سليم.

٢/٦/٣ اهداف الدراسة الاستطلاعية:

١/٢/٦/٣ تم التأكد من صدق وثبات الاستبيان للدراسة

٢/٢/٦/٣ تم التأكد من ان البرنامج يعمل بشكل جيد في عمليه ارسال الاستبيان والاستقبال

٣/٢/٦/٣ تم التأكد من ان البرنامج يعمل بشكل جيد من خلال التأكد من نتائج الردود وجمع المعلومات يتم بشكل سليم

٧/٣ الدراسة الأساسية:

قام الباحث بتطبيق الدراسة الأساسية على عدد (٥١) لاعب، حيث قام الباحث بتوزيع

الاستبيان على اللاعبين، وذلك عن طريق الاتصال المباشر من قبل الباحث لكل منهم على حدة

من خلال البرنامج وذلك يوم الاثنين الموافق ٢٠٢٠/٤/٢ حتى ٢٠٢٠/٥/٢

-تم شرح محتوى البحث للعينة وابلاغهم ان آرائهم ستكون سريه ولا تستخدم لغرض آخر سوى الدراسة العلمية.

- مراجعه القائمة للتأكد من استجابة العينة لجميع العبارات.

- تم تفرغ البيانات والمعالجة الاحصائية.

- تم استخراج النتائج.

٨/٣ المعالجات الإحصائية :

قام الباحث باستخدام برنامج (spss) لإجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لطبيعة

البحث وهي:

١/٨/٣ معامل الارتباط.

٢/٨/٣ النسبة المئوية.

٣/٨/٣ المتوسط الحسابي .

٤/٨/٣ الانحراف المعياري.

٥/٨/٣ الفا كرونباخ.

٥/٠ الاستخلاصات والتوصيات:

٥/١ الاستخلاصات :

- ٥/١/١ من أهم أسباب تسرب لاعبي العاب القوى من الأستمرار أسباب تتعلق بالجانب الإداري ثم أسباب تتعلق بالنواحي التدريبية ثم أسباب تتعلق بالصحة العامة للاعبين ثم أسباب تتعلق بالجانب الاقتصادي ثم أسباب تتعلق بالجانب الاجتماعي ثم أسباب تتعلق بالجانب الدراسي ثم أسباب تتعلق بالجانب النفسي وذلك بناء على ترتيب شيوع هذه العناصر
- ٥/١/٢ من أهم أسباب تسرب اللاعبين من الاستمرار في التدريب المتعلقة بالجانب الإداري وعدم اهتمام الإدارة بعلاج الناشئ المصاب وعدم اعداد معسكرات تدريبية وترويحيه للاعبين عدم اهتمام اداره النادي بأجراء الكشف الدوري (استمارة متابعه) على لاعبين الفريق وعدم وجود طبيب لفريق الناشئين وعدم اهتمام اداره النادي بتكريم اللاعبين المنفوقين.
- ٥/١/٣ من أهم أسباب تسرب اللاعبين من الاستمرار في التدريب المتعلقة بالجانب التدريبي عدم التدريب بأسلوب علمي وعدم مراعاة المدرب الفروق الفردية بين اللاعبين اثناء التدريب والتدريب في كثير من الاحيان فوضويا وغير منتظم وغير مخطط له وعدم وجود خطط تدريب مناسبة لقدراتي الفنية وعدم التوجيه الصحيح من المدرب نحو أفضل مسابقة تناسب اللاعب وقدراته.
- ٥/١/٤ من أهم أسباب تسرب اللاعبين من الاستمرار في التدريب المتعلقة بالحالة الصحية العامة انخفاض مستوى اللياقة البدنية وشعور اللاعب بانه لا يستطيع ان يحيا بصوره طبيعیه نتيجة الارهاق الشديد المستمر من التدريب وشعور اللاعب بانه قد تجرد

من القدرات التي كان يتمتع بها قبل الإصابة وكثرة التعرض للإصابة اثناء التدريب وشعور بالإرهاق الشديد بعد التدريب.

- ٥/١/٥ من اهم اسباب تسرب اللاعبين من الاستمرار في التدريب المتعلقة بالجانب الاقتصادي قلة الدخل المادي العائد من ممارسة رياضة العاب القوى وسوء الحالة الاقتصادية وعدم قدرت اللاعب على التنقل من والى التدريب وبعد اماكن التدريب عن المنزل وعدم توفر الادوات والأجهزة الرياضية المناسبة لتحقيق البرنامج التدريبي وعدم توفر المنشآت والملاعب الرياضية المناسبة
- ٦/١/٥ من أهم أسباب تسرب اللاعبين من الاستمرار في التدريب المتعلقة بالجانب الاجتماعي قلة الاهتمام الاعلامي برياضة العاب القوى وعدم ابراز اهمية العائد على اللاعبين المتميزين من قبل الاندية والدولة والاعلام وعدم اهتمام من حول اللاعب برياضه العاب القوى وقلة الوعي لدي الأسرة بأهمية بممارسة الرياضة واصبحت أفضل ممارسة رياضة اخرى عن ممارسة رياضة العاب القوى.
- ٧/١/٥ من أهم أسباب تسرب اللاعبين من الاستمرار في التدريب المتعلقة بالجانب الدراسي عدم مراعاة اداره الدراسة نسب الغياب واعمال السنة في اوقات البطولات وعدم تنسيق مواعيد البطولات مع مواعيد الامتحانات والجدول الدراسي لا يساعد على الذهاب للتدريب والحاح الأسرة للحصول على معدل مرتفع يحول دون المشاركة في النشاط الرياضي والرياضة لا تهتم اللاعب بقدر اهتمامه بمعدله الدراسي
- ٨/١/٥ من أهم أسباب تسرب اللاعبين من الاستمرار في التدريب المتعلقة بالجانب النفسي عدم توافر الحوافز المعنوية لممارسة الرياضة وعدم استطاعة اللاعب تحمل الفشل في المنافسة وشعوري بالملل نتيجة تكرار التدريب على وتيره واحده وشعور اللاعب بالارتباك عند انتقادي وعدم وجود رغبة في ممارسة الرياضة.

٢/٥ التوصيات :

- ١/٢/٥ بالنسبة للجانب الدراسي:
- مراعاة المنظومات التعليمية لنسبة الغياب واعمال السنة في اوقات البطولات.
- تنسيق مواعيد البطولات مع مواعيد الامتحانات.
- وضع جداول دراسية تساعد اللاعبين على الذهاب الى التدريب.

- تثقيف اللاعبين المتميزين بأهمية الرياضة.
- اهتمام اداراه المنظومات التعليمية بتشجيع اللاعبين المتميزين على الاشتراك في البطولات التابعة لهم.
- مراعاة ظروف اللاعبين من حيث أوقات التدريب والدراسة.

- ٢/٢/٥ بالنسبة لإدارات الأندية والمدربين والأجهزة الفنية:

- وجود حافز مادي للاعبين .
- الاهتمام بالأعداد النفسي للاعب.
- مراعاة الفروق الفردية بين لاعبي الفريق.
- الاهتمام بتنويع الأنشطة والاساليب التدريبية حتى لا يشعر اللاعبون بالملل.
- الاهتمام بالاستشفاء ومراعاة مبدأ الراحة للاعبين.
- مناسبة مواعيد التدريب مع مواعيد الدراسة .
- التدريب بأسلوب علمي.
- الاهتمام بعلاج الاعبين المصابين.
- إعداد معسكرات ترفيهيه للاعبين.
- توفر التجهيزات الرياضية الخاصة باللاعب إضافة إلى ذلك توفير التغذية الجيدة
- إعادة النظر في البرامج التدريبية لتتلاءم مع إمكانات ودوافع اللاعبين.
- الاهتمام باستعمال الوسائل الحديثة في التدريب وتعلم المهارات.
- توعية المدربين بكيفية استخدام أساليب القيادة المثلى

- ٣/٢/٥ بالنسبة للمجتمع:

- تفعيل دور الأعلام في نشر الثقافة الرياضية
- تسليط الاضواء على بطولات العاب القوى
- توفير الحافز المعنوي من خلال التكريم المستمر للاعبين.
- زيادة اهتمام الأسرة بالأبناء وتشجيعهم على الاستمرار.
- توفير البيئة المناسبة للأبناء لممارسة الرياضة والمتابعة المستمرة لهم.

- إقامة ندوات لتوعية الأسر والمجتمع بأهمية ممارسة النشاط الرياضي.
- التتبيه لأهمية الاعلام الرياضي في تغطية البرامج الرياضية والتقويم المستمر للنشاط الرياضي.