

الممارسة الرياضية للأبناء و دورها في تعزيز التواصل الأسري

من وجهة نظر الآباء.

- دراسة ميدانية على مستوى نادي الترجي الرياضي لفتيات و ادي ريغ لكرة القدم.-

أ- برقوق عبد القادر	د- مجيدي محمد.
جامعة قاصدي مرياح - ورقلة	جامعة قاصدي مرياح - ورقلة
كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية	كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية
قسم علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية	قسم علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

مقدمة:

يرى العديد من المختصين في علم النفس و الاجتماع أن الأسرة كوسط اجتماعي يتفاعل فيه ما هو نفسي عاطفي بما هو معرفي تربوي، كانت وما تزال تحتل مكان الصدارة في مجال تلقين أسس الحياة وترسيخ مبادئ التفاعل و تعليم قواعد التواصل والحوار . فهي التي تُؤمِّنُ للطفل تفتقه الشخصي وتفتحه النفسي وتكيفه الاجتماعي عبر إشباع رغباته البيولوجية والعاطفية والاجتماعية والثقافية. وفي كنفها يتعلم الطفل قواعد الحوار وآداب التواصل، وفي ظلها يدرك حريته وحدوده ويميز بين حقوقه وواجباته. وأي خلل أو تهور في أداء هذا الدور يكون مآله بدون أدنى شك الخصام والصدام والجفاء بدل التفاهم و التواصل والتكامل بين الوالدين ثم الضياع والتشرد والانحراف بدل النجاح والتكيف والاندماج بالنسبة للأبناء.

و يرجع الخبراء غياب التواصل داخل الأسرة في مجتمعنا إلى كونها ما تزال في الغالب غير مؤهلة لتقوم بهذا الدور التواصلية الذي يتجه بالمحيط الأسري، آباء وأبناء، إلى مصاف التفاعل الإنساني الحميمي المحكوم بمظاهر التفاهم والتكامل والمؤطر بأساليب التواصل الإيجابي والحوار البناء، وذلك لأسباب عديدة وفي مقدمتها:

- جهل الأسرة شبه التام لأساليب التواصل وأهميتها في تلقين الطفل مبادئ الحوار وآداب التعامل. فمعارفها حول سيكولوجية كفاءات الطفل التواصلية عادة ما تكون جد متواضعة.
- افتقارها إلى مرجعية سيكولوجية ، وبالخصوص سيكولوجية الطفل التي تشكل الركيزة القوية لكل تربية أسرية صحيحة، وبالتالي ضعفها أو فشلها التام على مستوى أداء دورها التواصلية المطلوب في مجال تنشئة الطفل ورعايته.

و من جهة أخرى، يعتبر النشاط الرياضي منذ سن مبكرة عاملا إيجابيا في اكتساب الطفل خبرات اجتماعية و نفسية و ذهنية كثيرة كإحساسه بالانتماء إلى الجماعة (الفريق) و ما يتطلبه ذلك من تقنيات التواصل معهم و كيفية التأثير عليهم في بعض الأحيان ، و أن الفرد داخل الجماعة له دور معين يجب القيام به على أكمل وجه و أي تقصير يؤثر بالسلب على كامل الفريق. وبطبيعة الحال، سينتقل الابن إلى أسرته و هو يحمل هذه الثقافة المكتسبة من الممارسة الرياضية و التي تساعد كثيرا في بناء قنوات التواصل و الحوار و التفاهم و التشاور في مختلف الأمور ومع جميع أفراد الأسرة، و لهذا وجب على الأسرة تشجيع أبنائها على الممارسة الرياضية بأشكال مختلفة نذكر من بينها:

- الحديث إيجابياً على مسمع الأبناء عن الرياضة ودورها في الصحة النفسية والبدنية عموماً.
- مناقشة المواقف الرياضية أو الألعاب الرياضية التي تشاهدها الأسرة مع الأبناء، والتعليق عليها مع التشجيع غير المباشر للتعبير عن أنفسهم بخصوص مشاعرهم ورغباتهم نحوها.
- مدح الأبناء على إنجازاتهم وطموحاتهم الرياضية وبناء الثقة بأنفسهم على ذلك، وتطوير إحساسهم بثقة الأسرة بهم وتقديرها لهم.
- تشجيع الأبناء على المشاركة النشطة في الأعمال والمسؤوليات الأسرية التي تتطلب أداءاً حركياً، مع التعزيز والمكافأة كلما ناسب ذلك.
- توفير بيئة منزلية أسرية مشجعة على النشاط والحركة في شكلها وتنظيمها ومناخها النفسي.
- وسنحاول من خلال دراستنا هذه أن نبين و لو بجزء قليل الدور الفعال للممارسة الرياضية المثالية في تعزيز التواصل داخل الأسرة انطلاقاً من تعديل و تهذيب سلوك الأطفال الممارسين للنشاط الرياضي و زيادة الاهتمام بالجانب الدراسي عند الطفل.

الإشكالية

إن مشكلة التنشئة الاجتماعية الخاطئة التي تواجه الكثير من الأسر تجعل الشباب يحمل القيم السلبية إزاء التربية الرياضية وأنشطتها. ذلك أن معظم الأسر تطلب من أبنائها التركيز على الدراسة والتحصيل العلمي وعدم الاهتمام بالرياضة لان الرياضة حسب أفكارهم ومعتقداتهم وقيمهم تشغل الطالب عن الدراسة وتؤدي إلى رسوبه وتخلف مسيرته العلمية.

وعندما يكتسب الابن مثل هذه الأفكار والمعتقدات من عائلته ومجتمعه المحلي يميل إلى التوجه نحو الدراسة والعمل و يُهمل الرياضة على الرغم من فوائدها الجسمية والنفسية والاجتماعية والترفيهية للفرد والجماعة والمجتمع.(احسان محمد حسن،1998م)

وقد ذكر وبلك (Welk 1999) أشكالاً مختلفة لتأثير الوالدين على ممارسة أبنائهم للأنشطة الرياضية، كما درستهم لبعض الرياضات مثل : المشي و الجري الخفيف و توفيرهم لبعض الوسائل الرياضية في البيت كحلقة السلة و طاولة التنس..

إن مثل هذه المشاركات البسيطة من شأنها أن تلعب دوراً مهماً في تنمية روح الحوار و التواصل داخل الأسرة و تُقضي جواً مفعماً بالنشاط و الحيوية و تقضي على الحواجز الموجودة بين الآباء و الأبناء. انطلاقاً من هذه المعطيات كانت إشكالية دراستنا تتمثل في التساؤلات التالية:

- 1- هل الممارسة الرياضية تُعدّل من سلوك الأبناء و تمنحهم التوافق النفسي و الاتزان العاطفي ؟
- 2- هل النشاط الرياضي المُنضم يساعد في التحصيل الدراسي ؟
- 3- هل تستطيع الممارسة الرياضية المُمنهجة أن تكون عاملاً مساعداً على التواصل داخل الأسرة ؟

فرضيات البحث:

من خلال الدراسات السابقة و التجربة الشخصية في ميدان التدريب الرياضي و الممارسة الرياضية منذ الصغر، يفترض الباحثان ما يلي:

- 1- للممارسة الرياضية الدور الكبير في تعديل سلوك الطفل من خلال النمو النفسي و العاطفي و المعرفي و البدني و الفسيولوجي السليم و المتوازن.
- 2- إن نتائج التدريب و الممارسة الرياضية المُنتظمة لا تتعارض مع متطلبات التحصيل الدراسي للطالب بل تساعده في ذلك.
- 3- المشاركة في الأنشطة و المنافسات الرياضية داخل النوادي و الجمعيات الرياضية تكسب الطفل خبرات و تجارب تساعده في التواصل داخل و خارج أسرته.

أهداف البحث:

- تنمية التواصل داخل الأسرة من خلال الممارسة الرياضية.
- إعطاء اتجاهات ايجابية نحو الممارسة الرياضية المنتظمة.
- محاولة القضاء على الأفكار السلبية المسبقة من طرف الأولياء عن عواقب ممارسة أبنائهم للرياضة.
- توضيح التأثير الإيجابي للممارسة الرياضية على السلامة الجسمية و النفسية و الذهنية للأبناء.
- معرفة العلاقة الإيجابية بين الممارسة الرياضية المُمنهجة و التحصيل الدراسي.

تحديد المصطلحات الواردة في العنوان:

- الممارسة الرياضية:

نقصد بالممارسة الرياضية هو ذلك النشاط الرياضي المُنظم و المُستمر و الهادف في إطار النوادي أو الجمعيات الرياضية تحت إشراف إدارات رياضية مؤهلة.

-التواصل داخل الأسرة:

يمكن تعريف التواصل الأسري بكونه الاتصال الذي يكون بين طرفين (الزوجين) أو عدة أطراف (الوالدين والأبناء) والذي يتخذ عدة أشكال تواصلية، كالحوار والتشاور والتفاهم والإقناع والتوافق والاتفاق والتعاون والتوجيه والمساعدة. (حسن الاشراف، 2003)

الترجي الرياضي لفتيات وادي ريغ:

هي جمعية رياضية خاصة بالفتيات يوجد مقرها بمدينة تقرت - ولاية ورقلة، تنشط في عدة رياضات من بينها: كرة القدم ، كرة اليد، الجيدو ،العاب القوى الدراجات الهوائية والكرة الحديدية...و الفتيات موضوع الدراسة هن عبارة عن فريقين لكرة القدم (أقل من 17سنة) و (أقل من 20سنة)، ينشط الفريقان في القسم الأول لرابطة قسنطينة لكرة القدم منذ 04 سنوات.

و قد أشرف الأستاذ (برفوق عبد القادر) على تدريب الفريق منذ بدايته و الآن يشغل منصب المدير الفني لفرع كرة القدم بنفس الجمعية، و قد أقام الباحث أيضا دراسات ميدانية على مستوى هذا الفريق إلى جانب دراستنا اليوم، كالقلق التنافسي و الحمل التدريبي.

الإجراءات المنهجية للدراسة

-المنهج العلمي المتبع:

استعملنا في دراستنا هذه المنهج الوصفي المسحي باعتباره المنهج الملائم لمثل هذه المواضيع.

-عينة البحث

هي عينة مسحية شملت جميع أولياء(آباء أو أمهات) فتيات فريق الترجي الرياضي فرع كرة القدم، المُسجلات في الرابطة الجهوية الشرقية بقسنطينة واللائي ينشطن بصفة منتظمة في تدريبات النادي و يُشاركن في جميع المنافسات الرسمية و الودية. وبلغ عددهن أثناء إجراء الدراسة 42 فتاة.

و قد تم توزيع الاستبيان أثناء اللقاء مع أولياء أمور الفتيات في أواخر شهر فيفري 2013م ضمن الاجتماعات الدورية التي تنظمها الجمعية الرياضية مرتين في الموسم الرياضي. وقام الباحثان بشرح الأسئلة لأولياء واسترجعت كامل الوثائق في آخر الاجتماع.

-أداة البحث: (الاستبيان)

استعملنا في هذه الدراسة الاستبيان كأداة بحث، و الذي يعتبر من الأدوات الشائعة الاستعمال في البحوث السلوكية ، و يُعرف الاستبيان أيضا بالاستمارة و الاستقصاء، وهو مجموعة من الأسئلة المكتوبة تشمل موضوعا معينا و يعبر المجيب عن الأجوبة كتابيا ، و من أهدافه الحصول على بيانات حول معلومات شخصية مثل السن و الجنس و الإقضية في العمل ، كما يرمي أيضا للحصول على ما يدور في ذهن الفرد من قيم و معتقدات و اتجاهات و يقيس أيضا المعلومات المعرفية و التي تسمى بمقاييس التحصيل.

وقاما الباحثان بتقسيم الأسئلة إلى ثلاثة محاور يضم كل محور مجموعة من الأسئلة تخدم موضوع الدراسة من جوانب مختلفة.

-أساليب المعالجة الإحصائية :

تستعمل الطريقة الإحصائية في دراسة العينات، و عليه يمكن التعرف على المجموع الكيفي للموضوع ثم التعرف على الأدلة و الأسباب التي يمكن استخلاصها من تلك الإحصائيات المتوفرة و بالتالي يتم ترجمة النتائج إلى أرقام ثم تحليلها.

و قد اعتمدنا في بحثنا هذا طريقة النسب المئوية (%) و تعرف بالتالي :

النسبة المئوية (%) = (ك/ن) . 100 حيث : ك = تكرار العينة ، ن = مجموع العينة.

تحليل و مناقشة نتائج الاستبيان:

المحور الأول: دور الممارسة الرياضية في تعديل سلوك الأبناء.

الأسئلة / النسب المئوية	نعم	نوعا ما	لا	مج- % %	مج- التكرار
1- هل كنتم متحمسين لممارسة ابنتكم للرياضة؟	12%	20%	68%	%100	42
2- هل هناك تغير في سلوك ابنتكم منذ مزاولتها للتدريبات؟	60%	24%	16%	%100	42
3- هل أصبحت ابنتكم كثيرة الغضب والقلق جراء التدريبات الرياضية؟	08%	17%	75%	%100	42
4- هل أصبحت ابنتكم تهتم أكثر و تساعد في أمور البيت؟	68%	20%	12%	%100	42
5- هل تحسون بالندم لسماحكم لابنتكم بالممارسة الرياضية؟	02%	11%	87%	%100	42

من خلال نتائج السؤال الأول يتبين لنا أن أغلبية الأولياء غير متحمسين لممارسة أبنائهم و خصوصا بناتهم للرياضة في بداية الأمر، و تحت إلهام الأبناء يقبلون بذلك.

ونرى ذلك طبيعيا نظرا للنقص الشديد لثقافة الممارسة الرياضية في مجتمعنا خاصة عند المتقدمين في السن و ما يحملونه من اتجاهات سلبية نحو اللعب بصفة عامة، و يزيد هذا الاتجاه السلبي عندما يتعلق الأمر بممارسة البنات للأنشطة الرياضية خارج المدرسة.

وفي نتائج الأسئلة 02 و 03 و 04، كانت النسب المئوية مبددة لمخاوف أغلبية الأولياء، حين لاحظوا تغير ملموس في سلوك بناتهم نحو الأفضل، مع التوازن النفسي وقلة الغضب والقلق، و الاهتمام أكثر بأمور ترتيب البيت والرغبة في المشاركة و المساعدة.

ونستطيع أن نُنسب هذا التغير الايجابي إلى الممارسة الرياضية المنتظمة ونتائج التدريب الرياضي الذي يعمل على تعديل سلوك المُمارس و تعليمه الانضباط واحترام الوقت و الجدية في معالجة الأمور، كما يكسبه الثقة بالنفس وتحمل المسؤولية و الاحترام الكبير للمدرب و ولولي الأمر بصفة عامة.

ومن نتائج الممارسة الرياضية أيضا، خاصة في الألعاب الجماعية، تعلم التعاون الجماعي لتحقيق الهدف و المشاركة الجماعية في النصر و في الهزيمة، و نبذ الأنانية الفردية.

ونلمس في السؤال رقم 05، الرضى الحاصل لدى الأولياء نتيجة ممارسة بناتهم الرياضة بصفة منتظمة و فق أسس علمية من طرف مؤطرين هم في الأساس أساتذة في التربية البدنية و الرياضية.

وبمقارنة بسيطة بين نتائج السؤال الأول و نتائج السؤال الخامس، نلاحظ بوضوح مدى تغير رأي الأولياء عندما يجدون تحسن في سلوكيات أبنائهم نتيجة الممارسة الرياضية، و لا يحدث هذا إلا من خلال الدور الفعال الذي يقوم به المؤطرون في النوادي الرياضية و أساتذة التربية البدنية في المدارس و المعاهد الرياضية من اجل جعل الرياضة سلوكا حضاريا بناءا يخدم الفرد مهما كان كبيرا أو صغيرا من النواحي الجسمية و الذهنية و الصحية بالدرجة الأولى، و يخدم الأسرة و المجتمع من ناحية الاستقرار و التواصل و المشاركة الفعالة و تحقيق الأهداف و السعي من اجلها

المحور الثاني: الممارسة الرياضية و تأثيرها على التحصيل الدراسي.

الأسئلة / النسب المئوية	نعم	نوعا ما	لا	مج- %100	مج- التكرار
1- هل تخشون من تدهور مستوى ابنتكم الدراسي بسبب ممارستها للرياضة ؟	49%	28%	23%	%100	42
2- هل يقدم النادي مساعدات لابنتكم من اجل الدعم الدراسي ؟	80%	12%	08%	%100	42

42	100%	92%	08%	00%	3- هل تشكون في اهتمام مسؤولي النادي بمستقبل ابنتكم الدراسي ؟
42	100%	08%	14%	78%	4- هل هناك رغبة في المراجعة و تحضير الدروس و تنظيم الوقت من طرف ابنتكم بعد كل تدريب رياضي ؟
42	100%	10%	21%	69%	5- هل الممارسة الرياضية تحفز ابنتكم على الدراسة ؟

من خلال نتائج السؤال الأول نلاحظ تخوف الأولياء من تدهور مستوى أبنائهم الدراسي جراء الاهتمام الكبير بالممارسة الرياضية. كما تظهره النسب المئوية أعلاه.

وهذا الاتجاه صحيح إلى حد ما، عندما تكون الممارسة الرياضية غير مؤطرة و في أي وقت و في أي مكان، و هذا ما نشاهده للأسف في الشوارع و الساحات في كل أوقات النهار و حتى في ساعات الليل، و هذا ما يجعل الأولياء يحكمون مسبقا على الممارسة الرياضية و يمنعون أولادهم من ممارستها.

و من خلال نتائج الأسئلة رقم 02،03 و 04 نلاحظ أن الأولياء لمسوا اهتمام النادي بأبنائهم من خلال مساعدتهم المادية و المعنوية في دروس الدعم و حثهم على النتائج الدراسية الجيدة، كما اشترط النادي على البنات المتمدرسات المستوى الدراسي الجيد من اجل مواصلة الانخراط به ، و هذا ما انعكس ايجابيا على نمو و تطور الرغبة في المراجعة و تحضير الدروس و تقسيم الوقت من طرف اللاعبات، و ذلك ما دلت عليه نتائج السؤال الرابع.

وعندما نقارن نتائج السؤال الأول بنتائج السؤال الخامس نلاحظ الفرق في إجابات الأولياء، و مدى تقبلهم لمثل هذا النوع من الممارسة الرياضية المنظمة، و كم هي مفيدة في تحفيز الأبناء على الدراسة و المذاكرة.

و نحن نتساءل لو كانت كل الممارسات الرياضية تجرى في النوادي أو في المدارس بأسس علمية و تربوية يسهر على تنفيذها مربون ذو تكويننا عاليا، فهل سيكون رأي أغلبية الأولياء كما هو اليوم ؟

المحور الثالث: الممارسة الرياضية كعامل مساعد على التواصل داخل الأسرة.

الأسئلة / النسب المئوية	نعم	نوعا ما	لا	مج- % مج-	مج- التكرار
1 هل تجدون صعوبة في التواصل مع ابنتكم قبل انضمامها إلى نادينا؟	38%	51%	11%	100%	42

42	100%	12%	52%	30%	2- هل تشاركون ابنتكم طموحاتها الرياضية ؟
42	100%	6%	53%	41%	3- هل تحاورون ابنتكم في مجريات التدريب و المنافسة ؟
42	100%	18%	55%	27%	4- هل تحضرون مع ابنتكم لبعض التدريبات و المنافسات ؟
42	100%	00%	08%	92%	5- هل يجركم الحديث مع ابنتكم في الرياضة إلى مواضيع أخرى كالدراسة و الدين و مُعاملة الآخرين ؟
42	100%	02%	05%	83%	6- في رأيكم، هل ممارسة ابنتكم للرياضة ساعد في تواصلها معكم ؟

جاءت نتائج السؤال الأول لتبين صعوبة الاتصال و التواصل بين الآباء و الأبناء في غياب عوامل مساعدة لذلك كالممارسة الرياضية مثلا(موضوع الدراسة)، وهي ظاهرة تعتبر عامة في الأسر الجزائرية، و قد جاء هذا الملتقى ومن خلاله الدراسة الحالية ليلقي عليها الضوء و الخروج بنتائج و حلول من شأنها إذابة الجليد على موضوع التواصل الأسري.

و في إجابات الأسئلة رقم: 02،03،04،05 و التي تتمحور حول دور الممارسة الرياضية في تفعيل التواصل و بعث الحوار بين الأب أو الأم نحو الابن أو البنت و مشاركة الأبناء مشاكلهم و طموحاتهم، و النزول إلى مستوى تفكيرهم و دعمهم معنويا، من أجل الإقبال على الحياة بكل رغبة و قوة.

وقد جاءت نتائج الأسئلة في هذا الاتجاه بنسب مئوية واضحة و دالة، و هذا ما يرجعه الباحثان إلى الدور الايجابي للممارسة الرياضية و التي من شأنها أن تكون بوابة التواصل بين الأبناء و أوليائهم عندما يبدأ الحوار منها لينتهي إلى مواضيع أخرى كالدراسة و تعاليم الدين الحنيف، وهذا يعتبر هدفا منشودا من بين الأهداف التي تتميها الممارسة الرياضية كتقبل النقد و التعامل مع الخصم أو الطرف الآخر بكل روح رياضية، و الاستفادة من الهزائم و الأخطاء التي يرتكبها الفرد أو الفريق من أجل تذوق طعم الفوز و الانتصار مستقبلا.

وعندما نطابق نتائج السؤال السادس مع نتائج السؤال الأول يتبين لنا بوضوح مدى الدور الكبير للممارسة الرياضية في التواصل بين أفراد الأسرة، في شقيها العمودي و الأفقي، و أن الأنشطة الرياضية تُكسب الأبناء معارف و خبرات جراء الاحتكاك مع الفرق الأخرى و طرق التعامل معها، كما تكسبهم آدابا وُنظما في الأكل و النوم و الحوار و الاستماع جراء التنقلات و المبيت أثناء المنافسات التي يجرونها.

كل هذه المزايا كان الابن محروما منها قبل مزاولته للرياضة في النادي، و لهذا يجد الأولياء صعوبة في التعامل معه دون الممارسة الرياضية، و هذا ما أكدته نتائج السؤال الأول.

وخلاصة القول، يجد الباحثان أن الممارسة الرياضية المنظمة داخل الجمعيات الرياضية أو المؤسسات التربوية لها الدور الكبير في تعزيز التواصل داخل الأسرة الجزائرية، و ذلك من خلال وجهة نظر الآباء الذين أجريت عليهم الدراسة ، و هذه النتيجة هي في حقيقة الأمر، هدف كل أسرة تسعى إلى الاستقرار و الطمأنينة و تنتظر مستقبلا أفضل لأبنائها.

نتائج الدراسة:

بعد عرضنا لعملية تحليل و مناقشة نتائج الاستبيان الموجه لأولياء البنات الممارسات للنشاط الرياضي بصفة متواصلة و منتظمة توصل الباحثان إلى النتائج التالية:

- - الممارسة الرياضية للأبناء من شأنها أن تفتح مجالات النقاش و التحاور بين أفراد الأسرة الواحدة في شتى المجالات، الشيء الذي يمهد للتواصل داخل الأسرة.
- - تلعب الممارسة الرياضية المنتظمة دورا فعالا في خلق جو اسري ايجابي، و تمهد إلى حوارات و مناقشات بين الأبناء و الآباء.
- - ممارسة الرياضة بالطرق الصحيحة عاملا مساعدا في التحصيل الدراسي.
- - التدريب الرياضي يُعلم الطفل الصبر و المثابرة و يكسبه النظام و الجدية في كل الأمور، و هو ما يحتاجه الطفل المتمدرس.
- - الأنشطة الرياضية المُنهجة تساعد في التوافق النفسي و تُعدل و تُهذب سلوك الأبناء الممارسين.
- - الجمعيات الرياضية الحقيقية تستطيع أن تقضي على الاتجاهات السلبية نحو الممارسة الرياضية، وأن تكون مؤسسة حاضنة للأبناء كالأُسرة و المدرسة.
- - يمنح النشاط الرياضي لممارسيه(خاصة قبل سن المراهقة) النمو الجسمي السليم من خلال تنمية الأجهزة الحيوية و العضلات و التخلص من الآثار السلبية للطاقة الزائدة.

اقتراحات:

بناء على ما جاء في الدراسة التي أجريت في هذا البحث و انطلاقا من النتائج المتحصل عليها نقتراح ما يلي :

- الاهتمام بحصة التربية البدنية و الرياضية في كل الأطوار التعليمية و خاصة المرحلة الابتدائية، وذلك ابتداء من الأستاذ المؤطر.
- الممارسة الرياضية للأب تعطي اتجاه ايجابيا للطفل نحو الرياضة مستقبلا.

- على الأولياء تشجيع أبنائهم للانخراط في النوادي و الجمعيات الرياضية المعتمدة، حسب رغبة الطفل في نوع الرياضة التي سيمارسها.
- يجب على الولي اختيار النادي الرياضي الذي يتبنى أهدافا تربوية و رياضية لابنه و التضحية من وقته من اجل متابعته باستمرار.
- محاولة التحاور مع الأبناء وكسب ثقتهم من خلال التحدث في المجالات الرياضية التي يمارسونها.
- إظهار الرضى من طرف الولي و عدم تدمره بسبب ممارسة الابن للرياضة ما دامت تساعد في دراسته و تجعله سعيدا في أسرته.

المراجع:

- إحسان محمد حسن، 1998م : علم الاجتماع الرياضي، دار الكتاب للنشر، القاهرة.
- حسن الاشراف، 2003م : التواصل الأسري ... المشكلة و الحل، عمان ،الأردن.
- 2006م : صحة الأبناء في الأسرة و المدرسة، دار التربية الحديثة، دمشق، سوريا.
- 2006م : الصحة الجسمية للأبناء، دار التربية الحديثة، دمشق، سوريا.