

مقرر مهارات بحثية

اعداد الطالب

مصعب عبد الله بركة



التكليف الأول: عرض خطوات البحث العلمي في اعداد رسالة الماجستير

عنوان الرسالة

بركة، وآخرون (٢٠٢٢). مدى فاعلية استخدام تطبيق Level-Up في تحسين الشعور بجودة الحياة الرياضية لدى عينة من المجتمع السعودي. بحث مقدم لاستكمال الحصول على درجة الماجستير. كلية إدارة الأعمال- جامعة الجميع الذكية.



الخطوات الأساسية للبحث العلمي وتطبيقها على الدراسة

التكليف 01

☐ فروض البحث

☐ منهج البحث

☐ أدوات جمع البيانات

☐ تحليل البيانات واختبار الفروض

☐ النتائج والتوصيات

☐ التوصيات

☐ الشعور بالمشكلة

☐ تحديد مشكلة البحث

☐ أهمية البحث

☐ أهداف البحث

☐ الإطار النظري

☐ الدراسات السابقة



١- الشعور بالمشكلة

انطلق الباحث من ملاحظة تراجع الاهتمام بالممارسات الرياضية لدى بعض فئات المجتمع السعودي رغم توفر تطبيقات رياضية رقمية متعددة. وهذه الفجوة بين تزايد التكنولوجيا وضعف التفاعل المجتمعي ولدت مشكلة بحثية تستحق الدراسة.

٢- تحديد مشكلة البحث

وفي سعي الباحث نحو تقديم حلول عملية لظاهرة تراجع الاهتمام بممارسة الرياضة في بيئة تكنولوجية، وجد عدة تطبيقات تربط امكانية استخدام التطبيقات الذكية في تحفيز الدافعية على ممارسة الرياضة وهدف الى اختبار دور التطبيقات في زيادة التحفيز الذاتي ودعم التفاعل الاجتماعي لتحسين جودة الحياة الرياضية. واختار الباحثين تطبيق Level-Up كنموذج اكثر انتشارا في البيئة السعودية. وبذلك تمثل تساؤل البحث في: **ما مدى فاعلية تطبيق Level-Up في تحسين الشعور بجودة الحياة الرياضية؟**



أهداف، وأهمية البحث

٣- أهداف البحث

- تقييم مدى فاعلية تطبيق Level-Up في تحسين الشعور بجودة الحياة الرياضية.
- تحديد المتغيرات المؤثرة (مثل الالتزام الرياضي، التحفيز، البيئة الاجتماعية).
- تقديم توصيات لتطوير تطبيقات رياضية أكثر فعالية.

٤- أهمية البحث

- أهمية علمية: إثراء الأدبيات العربية حول تطبيقات التحول الرقمي في الرياضة وربطها بمفهوم جودة الحياة ضمن رؤية السعودية ٢٠٣٠.
- أهمية تطبيقية: تمكين المؤسسات الرياضية من توظيف التطبيقات الذكية لتحسين الصحة والرفاهية وتحفيز المشاركة في الأنشطة البدنية.



الإطار النظري والدراسات السابقة

٥- **الإطار النظري:** استند الإطار النظري إلى مفاهيم:

- جودة الحياة الرياضية باعتبارها أحد أبعاد جودة الحياة العامة.
- نظرية التحفيز الذاتي (Self-Determination Theory) التي تفسر ارتباط الحافز الداخلي بممارسة النشاط الرياضي.
- الابتكار الرقمي في الخدمات الرياضية بوصفه أداة لتغيير السلوك الصحي.

٦- **الدراسات السابقة:** استعرض الباحث دراسات تناولت:

- أثر تطبيقات اللياقة مثل *Fitbit* و *MyFitnessPal* على الصحة النفسية.
- استخدام التكنولوجيا لتحسين جودة الحياة.
- الدراسات المحلية حول رؤية ٢٠٣٠ وبرامج جودة الحياة.

مقدمة البحث: سد الفجوة بين الدراسات النظرية حول التكنولوجيا والدراسات التطبيقية في السياق السعودي، وعلى تلك الفجوة قام باشتقاق فروض البحث

٧- فروض البحث

تمت صياغة فرض الدراسة على النحو التالي:

- **الفرض العدم (H_0):** لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين استخدام تطبيق Level-Up والشعور بجودة الحياة الرياضية.
- **الفرض البديلة (H_1):** توجد علاقة ذات دلالة إحصائية موجبة بين استخدام التطبيق وجودة الحياة الرياضية.



٨- منهجية البحث

التكاليف

01

- منهج البحث: اعتمد الباحث المنهج الوصفي التحليلي باستخدام استبيان إلكتروني لجمع البيانات من عينة من مستخدمي التطبيق في السعودية .
- مجتمع الدراسة : أفراد المجتمع السعودي المهتمون بالأنشطة الرياضية.
- حجم العينة: 300 شخص.



٩ - أدوات جمع البيانات

- استبيان إلكتروني تم تطويره بعد مراجعة الأدبيات السابقة. واعد باستجابات مغلقة بين الموافقة بشدة وعدم الموافقة بشدة بمقياس ليكرت الخماسي.
- تمت معالجة الصدق والثبات عبر تحليل معامل كرونباخ ألفا. ($\alpha \geq 0.80$)
- تم ترميز البيانات وتحليلها باستخدام **SPSS** لاختبار الفروض.



١٠ - تحليل البيانات واختبار الفروض

- تم تحليل الارتباط بين تكرار استخدام التطبيق ومؤشرات جودة الحياة الرياضية.
- وظهرت النتائج علاقة إيجابية معنوية ($\text{Sig} < 0.05$) بين الاستخدام المنتظم للتطبيق ومستوى الرضا عن الحياة الرياضية.
- كما تبين أن المستخدمين النشطين سجلوا مستويات أعلى من التحفيز الذاتي والالتزام بالأنشطة.



١١- النتائج والتوصيات

التكاليف

01

النتائج الرئيسية:

- . تطبيق Level-Up فعال في تحسين الرفاهية الرياضية لدى المستخدمين المنتظمين.
- . التحفيز الذاتي يلعب دورًا وسيطًا بين استخدام التطبيق وجودة الحياة.
- . التفاعل الاجتماعي داخل التطبيق يعزز الشعور بالانتماء الرياضي.



١١- النتائج والتوصيات

التكاليف

01

التوصيات:

- توسيع نطاق التطبيق ليشمل فئات عمرية أوسع.
- دمج خاصية التحديات الجماعية والتحفيز المجتمعي داخل التطبيق.
- تعزيز التكامل بين التطبيقات الذكية والبرامج الحكومية الخاصة بجودة الحياة.



١٢ - قائمة المراجع

تم الاعتماد على العديد من المراجع العربية والأجنبية الحديثة، التأصيلية والتجريبية أو التطبيقية.





مجموعة جامعة
الجميع الذكية
للتعليم القابضة

MIDOCEAN
UNIVERSITY



Thank You

