يستخدم البحث الحالي دراسة وصفية تحليله لتحقيق هدف البحث. يحاول البحث الإجابة عن سؤال البحث الحالي للأثر البعيد لممارسة الرياضة على الجانب النفسي والاجتماعي. تتكون عينة البحث الحالي 62 شخص من المجتمع القطري الذي تتراوح أعمارهم ما بين 18-60 عاما. نشر الاستبيان وتحليل البيانات الجمعة احصائيا وتقديمها بشكل رسومات احصائية.