



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضة

قسم التربية البدنية و الرياضة



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في التربية البدنية و الرياضة
عنوان الدراسة :

اسهامات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي على جودة الحياة
لدى أعوان الحماية المدنية

بحث مسحي أجري على أعوان الحماية المدنية داخل مختلف الوحدات
(ولاية عين تموشنت)

تحت اشراف الاستاذ:

د/ بوعزيز محمد

من اعداد الطالبان:

* أودينات أسامة

*زناسني عبد القادر

السنة الجامعية: 2018_2019

شكر وتقدير

الحمد لله الذي أنار لنا درب العلم والمعرفة وأعاننا على أداء هذا الواجب ووفقنا

. إلى انجاز هذا العمل

.. قبل أن نفترق و نتوابع

.. لا بد من وقفة قصيرة

.. و لا بد من كلمة وجيزة

.. لنقف سوياً .. و لنسمع سوياً .. في حفل التخرج المنتظر

.. حياتنا محطات .. ما أن نصل إلى محطة حتى نكون مودعيها

.. و في كل محطة .. سماء .. و أرض .. مختلفتين

.. و في كل محطة أناس .. " ساعدونا و .. أناس " علمونا

.. و في كل محطة .. حياة .. و عمر مضي

أفلا تستحق محطاتنا هذه .. أن نقف قليلاً قبل وداعها ...

نتوجه بجزيل الشكر والامتنان إلى كل من ساعدنا من قريب أو من بعيد على

انجاز هذا العمل وفي تدليل ما واجهناه من صعوبات، ونخص بالذكر

الأستاذ المشرف بوعزيز محمد الذي لم يبخل علينا بتوجيهاته ونصائحه

القيمة التي كانت عوناً لنا في إتمام هذا البحث.

ولا يفوتنا أن نشكر كل موظفي معهد التربية البدنية والرياضية

بجامعة عبدالحميد بن باديس بمستغانم

كما نتقدم بالشكر إلى عمال مكتبة المعهد على تعاونهم ..

والى كل من مد لنا يد العون من قريب أو من بعيد .

شكراً لكم جميعاً وجعل عونكم ومساعدتكم في ميزان الحسنات .

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	العنوان	
ا	الإهداء	
ب	الشكر والعرفان	
ج	قائمة الأشكال	
د	قائمة الجداول	
	الجانب النظري	
	التعريف بالبحث	
	المقدمة	1
2	مشكلة البحث	2
3	الأهمية	3
4	أهداف الدراسة	4
4	تحديد المصطلحات	5
5	الدراسات السابقة و المشابهة	6
8	نقد و مناقشة الدراسات المشابهة و السابقة	7
	الفصل الأول	
11	تمهيد:	
12	مدخل إلى الترويج	1
13	مفهوم الترويج	1.1
14	تعريفات معاصرة الخاصة بالترويج	2,1
15	تعريف الترويج	3.1
15	أهم خصائص الترويج	2
15	نشاط بناء	1.2
15	اختياري	2.2
16	حالة سارة	3.2
16	يتم في وقت الفراغ	4.2

16	يحقق التوازن النفسي	5.2
16	أهمية الترويح	3
17	نظريات الترويح	4
17	نظريات التلخيص	1.4
17	نظرية الاسترخاء	2.4
17	نظرية التغيير الذاتي	3.4
17	نظرية الطاقة الفائضة	4.4
18	نظرية الاعداد للحياة	5.4
18	الترويح الرياضي	5
18	أهداف الترويح الرياضي	1.5
19	أهمية النشاط الرياضي الترويحي	2.5
20	تقسيم مناشط الترويح الرياضي	6
20	الالعاب و المسابقات للتنظيم البسيط	1.6
20	الالعاب والرياضات الفردية	2.6
20	الالعاب أو الرياضات الزوجية:	3.6
20	الألعاب و الرياضات الفرق	4.6
	الفصل الثاني: جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية	
22	تمهيد	
	أولاً: جودة الحياة:	
22	تعريف جودة الحياة	1
22	تعريف جودة الحياة إجرائياً	1.1
23	مؤشرات جودة الحياة	2
23	المؤشرات النفسية	1.2
23	المؤشرات الاجتماعية	2.2
23	المؤشرات المهنية	3.2
23	المؤشرات الجسمية و البدنية	4.2
23	مكونات جودة الحياة	3

24	مكونات موضوعاتية	1.3
24	المكونات الذاتية	2.3
24	المكونات الخارجية	3.3
24	أهداف الجودة	4
	ثانيا: الحماية المدنية	
26	تاريخ الحماية المدنية:	
27	نشأة الحماية المدنية الجزائرية وتنظيمها:	2.2
27	الحماية المدنية خلال الفترة الاستعمارية:	1.2.2
27	_ تعريف الحماية المدنية	3
28	مهامها	1.3
28	. خصائص ومهام عون الحماية المدنية	4
29	المهام المتعلقة بالجانب الاجتماعي	1.4
29	المهام المتعلقة بالجانب الاقتصادي:	2.4
30	المهام المتعلقة بالجانب الأمني	3.4
30	-أنواع التكوين الحماية المدنية	5
30	التكوين القاعدي	1.5
31	التكوين المتواصل	2.5
32	التكوين المتخصص والعالي	3.5
32	- دور مديرية الحماية المدنية	6
34	_ الهياكل الموضوعية تحت سلطة المدير العام	7
34	- المفشية العامة لمصالح الحماية المدنية	1.7
35	- مديرية الدراسات:.	2.7
36	الحظيرة المركزية للعتاد	3.7
37	- المصالح الخارجية للحماية المدنية	4.7

41	خلاصة	
	الدراسة التطبيقية	
	الفصل الأول : منهج البحث و الإجراءات الميدانية	
42	تمهيد	
43	المنهج	-1
43	مجتمع البحث	-2
44	عينة الدراسة	-3
45	متغيرات الدراسة	-4
46	وصف المقياس	-5
47	مكونات المقياس	-6
48	ثبات استبيان جودة الحياة	-7
50	مناقشة النتائج	-8
	الفصل الثاني : تحليل و مناقشة النتائج	
53	عرض و تحليل النتائج	-1
53	مناقشة الفرضيات بالنتائج	-3
67	الاستنتاج العام	-4
68	التوصيات	-5
	قائمة المصادر و المراجع	
	الملاحق	
	ملخص الدراسة	

قائمة الأشكال

رقم الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
58	شكل 1 يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث (الحياة العامة).	01
59	شكل 2 يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية (الحياة الأسرية و الاجتماعية).	02
60	شكل 3 يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية (الاستقرار و الأمان الوظيفي)	03
61	شكل 4 : يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية (الجانب الوجداني).	04
63	شكل 5: " يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية (الصحة النفسية).	05
64	شكل 6: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية (شغل الوقت و إدارته).	06

قائمة الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	
44	جدول رقم 01 : يبين مدى الدرجات للعبارات حسب أبعاد المقاس .	01
46	جدول رقم 02 : يبين تقسيم مستويات درجات العبارات حسب أبعاد القياس .	02
47	الجدول رقم 03 : يوضح معاملات الثبات لمقياس حسب معادلة بيرسون	03
48	جدول رقم 4 : يبين قيم الأوساط الحسابية لدى أعوان الحماية المدنية الممارسين وغير ممارسين للنشاط الرياضي	04
50	جدول رقم 5 يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت م (الصحة العامة)	05
50	جدول رقم 6: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت م (الحياة الأسرية و الاجتماعية)	06
59	جدول رقم 7: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت.م (الاستقرار و الامان الوظيفي)	07
60	جدول 8 يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت.م (الجانب الوجداني).	08
62	جدول 9 يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت.م (الصحة النفسية)	09
63	جدول 10 يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت.م(ضغل الوقت و إدارته).	10

1- مقدمة:

إن العنصر البشري يعد أحد الموارد في المؤسسات المختلفة، حيث تعتمد فاعلية جميع موارد المؤسسة على كفاءة العنصر البشري في إدارتها، فمن خلال العنصر البشري تتحقق الاستفادة الحقيقية من الموارد الأخرى من مواد خام ورأس المال والإدارة والتسويق وغيرها، بل والعنصر البشري بما لديه من قدرة على التجديد، والإبداع، والابتكار، والتطوير يمكنه أن يتغلب على ندرة الموارد الأخرى. (الشنطي، 2016، ص15)

وأعوان الحماية المدنية احد العناصر البشرية المهمة في المجتمع وذلك لما تقدمه من خدمات إنسانية راقية ، في حماية الأرواح والممتلكات والبيئة وتقديم المساعدة. وهي إحدى المهام الشاقة ، والتي تتطلب الكثير من توفير مجموعة من العوامل المادية والنفسية والبدنية ليعون الحماية المدنية .

ومن هنا جاء اهتمام المنظمات الكبرى في جودة حياة الموظف كونه يعد أهم مورد للمنظمة، حيث بدأت القوانين والتشريعات تسن مع بداية القرن الماضي لحماية العاملين من إصابات العمل، ومع بداية ثلاثينات القرن الماضي بدأ يظهر نشاط نقابات واتحادات العمال في التركيز على الأمن الوظيفي للعاملين، وصولاً إلى الخمسينيات والستينيات حيث بدأ نشاط العملاء في تطوير النظريات المتعمقة بموضوع جودة حياة العمل، وذلك من خلال العمل على إيجاد علاقة إيجابية بين الإنتاج من جهة، ومعنويات العاملين والعلاقات الإنسانية من جهة أخرى. (الشنطي، 2016، ص16).

كما زاد اهتمام الباحثين بمفهوم جودة الحياة منذ بداية النصف الثاني للقرن العشرين كمفهوم مرتبط بعلم النفس الإيجابي، والذي جاء استجابة إلى أهمية النظرة الإيجابية إلى حياة الأفراد كبديل للتركيز الكبير أولاه علماء النفس للجوانب السلبية من حياة الأفراد، وقد تعددت قضايا البحث في هذا الإطار، فشملت الخبرات الذاتية والعادات والسمات الإيجابية للشخصية، وكل ما يؤدي إلى تحسين جودة الحياة، وقد أكدت دراسات القرن الماضي أن الجانب الإيجابي في شخصية الإنسان هو أكثر بروزاً من الجانب السلبي، وأن هذين الجانبين لا يمثلان بالضرورة اتجاهين متعاكسين، وإنما يتحرك السلوك الإنساني بينهما طبقاً لعوامل كثيرة مرتبطة بهذا السلوك. (رغداء علي نعيمة، 2012)

وبناء على ذلك يرى الطالبان أن جودة الحياة تختلف من شخص إلى آخر ومن عامل إلى آخر حسب ما يراه من معايير يقيم فيها حياته على ضوء مفهومه للحياة. وعليه تختلف الأساليب والاستراتيجيات في التعامل مع الحياة ومحاولة تحسين جودتها من خلال ثقافة الأفراد والمجتمعات. وروية كل شخص لمفهوم الحياة، فهناك من يراها مادية-وما أكثرهم-، ومنها اجتماعية، وآخر نفسية،... وغيرها من العوامل.

حيث يؤكد حبيب تيلوين أن مؤشرات جودة الحياة لا تعتمد فقط على الجوانب المادية بل تتعدى ذلك إلى الجوانب النفسية التي تحدد علاقة الفرد مع نفسه ومجتمعه وربه ومدى ارتياحه للحياة الروحية التي يعيشها، مؤكداً أن البحث المعاصر أثبت أن الزيادة في المؤشرات المادية غير كاف لأنه لا يساير دائماً و بانتظام التطور المعيشي فهناك دلائل على أن الكثير من الدول ناتجها الخام جد مرتفع ولكن نسبة الاختلال العقلي والتهميش والإدمان والانتحار مرتفعة، أي أن التحسن في المؤشرات المادية لا يؤدي بالضرورة إلى تحسن في الجوانب الأخرى (مسعودي ، 2015، ص216).

ومن هنا جاءت الحاجة لدراسة هذا الموضوع من اجل إيجاد آليات أكثر فعالية وهي ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية. حيث تؤكد الكثير من الدراسات أن تأثير الممارسة الرياضية على نمط الحياة بما فيها من قدرات وأفكار وسلوكيات وتوجهات يمكن من خلالها تعزيز الدور في خدمة المجتمع هذا من جانب و من جانب آخر فإن الممارسة الرياضية تترك أثرها في الصحة البدنية والصحة النفسية وبالتالي تهدف جميعها إلى التكامل (الجسدي، النفسي، الخلقى، الاجتماعى، المهني) ويكون في النهاية الحصيلة للعطاء والإبداع في المجتمع.(رمضان ، 2008، ص56).ومنه تطرقنا الى فصلين في الدراسة النظرية وقد تمثل الفصلين في :

الفصل الأول : النشاط الترويحي الرياضي

الفصل الثاني : جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية

و تطرقنا أيضا في جانب التطبيقي أيضا الى :

الفصل الأول : منهجية البحث و الاجراءات الميدانية

الفصل الثاني : تحليل و عرض النتائج

2- مشكلة:

أن مفهوم جودة الحياة ارتبط ارتباطا وثيقا مع الكثير من المفاهيم والمتغيرات كما تعددت استخدامات هذا المفهوم في كافة المجالات منها جودة التعليم وجودة الإنتاج وجودة المستقبل وأصبحت الجودة هدفا لأي برنامج الخدمات المقدمة للفرد ومن بين المجالات ذات الاهتمام بجودة الحياة المجال المهني ذلك أنه أوسع وأحفله بالتطبيقات لهذا المصطلح وبعده مؤشرا من المؤشرات الهامة في تفسير السلوك والأداء الإنساني والتنبؤ به .(شيخي مريم، 2014، ص3، 2).

وعلى الرغم من وجود العديد من الدراسات التي تناولت جودة الحياة إلا ان غالبيتها أعدت لفئات ومتغيرات أخرى ، فعلى مستوى الفئات وحسب ما تم تجميعه من الدراسات المرتبطة فجاءت كانت مع كبار السن ، الطلبة والمعاقين . فأما على مستوى ارتباطها بمتغير الأنشطة الترويحية الرياضية فهي نادرة خاصة مع عينة الدراسة (اعوان الحماية المدنية) - في حدود علم الطالبان - .

والملاحظ أن معظم الدراسات تناولت جودة الحياة عند الطالب وخاصة الطالب الجامعي ربما لتوفر مقياس جودة حياة الطالب (لمنسي وكاظم 2006) . وبالتالي الدراسات لم تشمل كل فئات المجتمع.

والمتتبع للدراسات التي تناولت جودة الحياة، يرى أن علم النفس من العلوم الذي اهتم بالدرجة الأولى بجودة الحياة . حيث تم تبني هذا المفهوم في مختلف التخصصات النفسية، النظرية منها والتطبيقية. ثم تلتها مختلف العلوم الأخرى...والعلوم الرياضية إحدى هاته العلوم التي تبرز تأثير ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية على جودة الحياة لمختلف فئات المجتمع . إلا أن فئة أعوان الحماية المدنية لم تلقى دراسة كافية على الرغم من الدور الكبير التي تلعبه في تقديم الخدمات الإنسانية للمجتمع .

والملاحظ أن هناك اهتمام بالدراسات حول جودة الحياة، والناقص هو برامج الرفع من جودة الحياة.

ومن هنا وإيماننا بدور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي تبرز أهمية مشكلة الدراسة في إيجاد إستراتيجية مناسبة ناجعة في تحسين جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية .

ويرجع ذلك لخصوصية المهنة وما تتطلبه من تحضير نفسي، بدني ومهني .لينعكس ذلك إيجابا على عون الحماية المدنية ، وعليه جاءت هذه الدراسة لتتناول هذه المتغيرات المهمة. وعليه نطرح التساؤل العام التالي:

ما مدى إسهامات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية على جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية؟

التساؤلات الفرعية:

- ما مستوى جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي ؟

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي لدى أعوان الحماية المدنية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) ؟

3- الهدف العام:

التعرف على مدى إسهامات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية على جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية.

- الأهداف الجزئية:

- التعرف على مستوى جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي .

- تحديد الفروق في مستوى جودة الحياة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي لدى أعوان الحماية المدنية.

4- الفرضية الرئيسية:

تسهم ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية ايجابيا في الرفع من مستوى جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية.

- الفرضيات الجزئية:

- درجة مستوى جودة الحياة بين المتوسط والمرتفع لدى أعوان الحماية المدنية الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي ،وبين المنخفض والمتوسط لدى غير الممارسين .

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في جودة الحياة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي لدى أعوان الحماية المدنية .

5- مصطلحات البحث:

- **جودة الحياة:** يعرفها الطالبان إجرائياً بأنها رضا عون الحماية المدنية عن الحياة التي يعيشها وفقاً لمعايير وأهداف واهتمامات وطموحات يراها من منظوره، في كافة مجالات الحياة المتعددة: الأسرية، الاجتماعية، المهنية والصحية (المتعلقة بالأبعاد الست للاستبيان)، والتي من خلالها يشعر بالسعادة والهناء والرضا.

اصطلاحاً: عملية مركبة ومتكاملة تتضمن توافر كافة الاحتياجات، والإمكانات المادية للفرد أو الأسرة، كالمأكل والمشرب والملبس والمسكن، وكذلك الحاجات غير المادية (الاجتماعية)، كالتعليم والعلاج والنقل والمواصلات والبيئة النظيفة الخالية من التلوث.

- النشاط الترويحي الرياضي:

هو أن الترويح الرياضي جملة من النشاطات الرياضية التي يقوم بها الفرد لذاته تحدث في وقت الفراغ كنتيجة لرغبة داخلية بهدف التسلية والراحة.

اصطلاحاً: يعتبر الترويح الرياضي من الأركان الأساسية في برامج الترويح لما يتميز به من أهمية كبرى في المتعة الشاملة للفرد. بالإضافة إلى الأهمية في التنمية الشاملة للشخصية من النواحي البدنية والعقلية والاجتماعية.

- الحماية المدنية:

هي مرفق عمومي مهامه حماية الأشخاص والممتلكات وطبيعة مهامها تتطور باستمرار لمسايرة التطورات العصرية والتقنية و هي مرفق موضوع تحت وصاية وزارة الداخلية تتمتع بهيكل خاص و ميزانية مستقلة كما أنها بالتنظيم إداري تقني و عملي ضماناً للتكفل بالمهام الانسانية المنطوية بها.

6 - أهمية البحث:

- ترجع أهمية هذه الدراسة الى طبيعة المتغيرات التي تدرسها فالنشاط الترويحي الرياضي، وجودة الحياة من المتغيرات المهمة...، بالإضافة إلى عينة الدراسة التي تعتبر مهمة في المجتمع لما تقدمه من خدمات إنسانية للمجتمع.

- كما تسهم هذه الدراسة بما تحويه من إطار نظري والدراسة التطبيقية التي اثبتت اهمية ممارسة الانشطة الترويحية الرياضية على جودة الحياة

- الدراسات السابقة والبحوث المشابهة:

1 - دراسة (إبراهيم، صديق، 2006) : دور الأنشطة الرياضية في جودة الحياة لدى طلبة جامعة السلطان قابوس.

هدفت الدراسة إلى معرفة دور الأنشطة الرياضية على مستوى جودة الحياة لدى طلبة جامعة السلطان قابوس، وكذا البحث عن اختلاف في أبعاد مستوى جودة الحياة لدى الطلبة ودور متغير النوع، والتخصص في جودة الحياة.

- عينة الدراسة: بلغ عدد العينة (123) طالبا وطالبة (63) يمارسون الأنشطة الرياضية، و (60) طالب وطالبة لا يمارسون الأنشطة الرياضية.

أدوات الدراسة : تم استخدام مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة.

نتائج الدراسة :

- وجود فروق ذات دلالة بينهم لصالح الطلبة الذين يمارسون الأنشطة الرياضية.

- عدم وجود تأثير دال إحصائيا في متغير النوع، والتخصص، وفي التفاعل الثنائي بين

النوع والتخصص.

2- دراسة (أماني الماظ ، احمد عبد القادر ، 2014): ممارسة أنشطة الترويج الرياضي

وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات كليتي التربية الرياضية بجامعتي المنيا وبني سويف.

هدفت الدراسة إلى محاولة رصد العلاقة بين ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية

لطالبات كليتي التربية الرياضية بجامعتي المنيا وبني سويف في مستوي جودة الحياة.

- المنهج: استخدم الباحثان المنهج الوصفي "أسلوب المسح".

- العينة: شملت 400 طالب موزعين على 200 ممارس و 200 غير ممارس.

- أدوات البحث: استخدم الباحثان:

- استمارة جمع البيانات (إعداد الباحثان).

- مقياس جودة الحياة (إعداد: منيسي و كاظم).

3- دراسة (رشا البغادي، 2017): جودة حياة العاملين في معاهد التربية الخاصة وأثرها في درجة رضاهم الوظيفي.

هدفت الدراسة الى التعرف على أثر جودة حياة العاملين في معاهد التربية الخاصة في درجة رضاهم الوظيفي ،والكشف عن الفروق لديهم في جودة الحياة ورضاهم الوظيفي.

- العينة: بلغت 193 عاملا وعاملة ،تم اختيارهم بالطريقة المقصودة.محافظة دمشق.

- المنهج: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي.

- أداة الدراسة: استخدمت الباحثة مقياسين:

- مقياس جودة الحياة (من إعداد الباحثة).

- مقياس الرضا الوظيفي(من إعداد الباحثة).

- النتائج: أفرزت الدراسة النتائج التالية:

- وجود أثر إيجابي دالا إحصائياً لجودة الحياة لدى العاملين في معاهد التربية الخاصة الحكومية في درجة رضاهم الوظيفي.

- وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات العاملين في معاهد التربية الخاصة الحكومية على مقياس جودة الحياة وفقاً لمتغير سنوات الخبرة لصالح العاملين ذوي الخبرة الأكثر.

- التوصيات:

- إجراء دورات تدريبية لتحسين جودة الحياة لدى العاملين في معاهد التربية الخاصة وخاصة على الصعيد الاقتصادي والاجتماعي والنفسي، مما قد يقلل من حالات عدم الرضا الوظيفي لديهم.

-بناء برامج إرشادية ونفسية لتحسين جودة الحياة والرضا الوظيفي لدى العاملين في معاهد التربية الخاصة في مدينة دمشق.

- نتائج الدراسة:

- وجود مستوى ضعيف من جودة الحياة لدى الطالبات غير الممارسات للأنشطة الترويحية الرياضية بكل من كليتي التربية الرياضية-بجامعتي المنيا وبني سويف.
- كان لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية تأثيرا ايجابيا دالا على أبعاد مقياس جودة الحياة.

- التوصيات:

- توفير كوادر ترويحية لتسهم برفع الوعي الترويحي لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لطالبات الجامعة.
4- دراسة (خماس ، منصور ، 2018): دراسة مقارنة في جودة الحياة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي لدى كبار السن (60- 50 سنة).
هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى جودة الحياة لدى كبار السن الممارسين وغير ممارسين للنشاط

الرياضي، والتعرف على الفروق بينهما في أبعاد مقياس جودة الحياة لدى كبار السن.
- المنهج: استخدم الطالبان المنهج الوصفي لملائمة طبيعة البحث ،
- العينة: تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من كبار السن بواقع (100) شخص ممارس للنشاط الرياضي و (100) شخص غير ممارس ، ينتمون إلى بعض بلديات ولاية تيارت.

- أدوات الدراسة:

- مقياس جودة الحياة.

- نتائج الدراسة:

- أظهرت النتائج أن مستوى جودة الحياة مرتفع لدى كبار السن ولصالح الممارسين للنشاط الرياضي حيث كانت مرتفعة لدى الممارسين ومنخفضة لدى غير الممارسين.
- أظهرت النتائج أن هنالك فروق معنوية في مقياس جودة الحياة لدى كبار السن ولصالح الممارسين للنشاط الرياضي.

- التوصيات:

- تأهيل الميادين والساحات و إنشاء مراكز وصلات خاصة لممارسة النشاط الرياضي من أجل المحافظة على الصحة.

- ضرورة إجراء دراسات مشابهة و أبحاث تشمل عينات أوسع من كبار السن وكافة الفئات العمرية.

5- دراسة (بن شميصة العيد ، 2018) تأثير ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية على الأمن النفسي وجودة الحياة لدى كبار السن بولاية تيارت.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستويات كل من الأمن النفسي وجودة الحياة لدى كبار السن الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية.

- المنهج: استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي.

- العينة: 25 من كبار السن .

- أدوات الدراسة:- استبيان الأمن النفسي.

- استبيان جودة الحياة.

- نتائج الدراسة: توصلت الدراسة الى:

- مستوى الأمن النفسي بلغ الوزن النسبي (72%) مما يعني توفره بدرجة عالية لدى كبار السن.

- مستوى جودة الحياة لدى كبار السن بلغ الوزن النسبي (54%) مما يعني توفره بدرجة متوسطة.

- التوصيات:

- التوعية بأهمية ممارسة النشاط الترويحي الرياضي لكبار السن بهدف تحقيق التكيف النفسي.

- التعليق على الدراسات:

عند عرض الدراسات المشابهة المذكورة سابقا ومقارنتها ، نجد أن جل الدراسات اتفقت في استخدام المنهج الوصفي باعتباره مناسب وملائم لمثل هذه المواضيع ، إلا أنها تباينت من حيث حجم ونوع العينة حيث تراوح عدد أفرادها ما بين 25 فردا كدراسة (بن شميصة ، 2018) ، إلى 400 فردا كما في دراسة (أمانى الماظ ، احمد عبد القادر ، 2014) . كما اتفقت معظمها في جنس العينة تقريبا فمعظمهم استخدم جنس الذكور ، إلا دراسة (أمانى الماظ ، احمد عبد القادر ، 2014) فكانت إناث ، وكذا دراسة (إبراهيم وصديق 2006) التي شملت الجنسين . أما بالنسبة لنوع العينة فجل الدراسة عملت مع كبار السن ، والطلبة كدراسة (خماس ، منصور ، 2018) . ودراسة (أمانى الماظ ، احمد عبد القادر ، 2014) ، ودراسة (إبراهيم وصديق ، 2006) التي كانت عينتها طلبة وطالبات الجامعة . إلا دراسة (رشا البغدادى ، 2017) التي أجريت على العاملين في التربية الخاصة . ومن حيث النتائج فقد أجمعت معظم الدراسات على دور ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية في الرفع من مستوى جودة الحياة لدى الأفراد .

3.7 نقد الدراسات:

- من خلال العرض السابق للدراسات السابقة والمشابهة تبين للطلبان بعض الاختلافات ونقاط التشابه ما بين الدراسات المشابهة والدراسة الحالية ومن أهمها ما يلي:
- اختلفت الدراسة الحالية مع الدراسات المشابهة بان الدراسة اشتملت على عينة لم يتم دراستها من قبل - في حدود بحث الطالبان - حيث تم العمل مع أعوان الحماية المدنية

التي تعتبر فئة مميزة في المجتمع ، والتي لها الدور الكبير في تقديم المساعدة للمجتمع، وعلى هذا الأساس جاءت هذه الدراسة لتسلط الضوء على هذه الفئة ، وتقديم حل من اجل تحسين جودة حياتهم . كما عالجت مشكلة كيفية تحسين جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية من خلال استخدام أساليب فعالة وغير مكلفة ،والمتمثلة في ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية التي أثبتت نجاعتها.

تمهيد:

يلعب الترويح دورا و هام جدا في تربية الفرد , فهو يهتم به من جميع النواحي البدنية ,العقلية , والاجتماعية النفسية , و بذلك يسهم في النمو المتوازن للفرد .

اذ يعد النشاط الترويحي ركن أساسي من أنشطة الأفراد و الذي من خلاله يتم تحقيق استثمار الأفضل لوقت الفراغ, لما يتم فيه من أهمية كبيرة في تحقيق تنمية المتكاملة لشخصيته من النواحي البدنية و الصحية و العقلية و الاجتماعية ,ولذلك تدعونا الحاجة الماسة لدراسة الأنشطة الترويحية و مدى استثمارها في وحدة أعوان الحماية المدنية

1.1 مفهوم الترويح:

إن مصطلح الترويح recreation يعني إعادة الخلق إذ أن المقطع الأول من المصطلح Re يعني إعادة بينما الجزء منه creation يعني الخلق , ويفهم أيضا من مصطلح الترويح على أنه التجديد أو الانتعاش كحصائل outcomes لممارسة مناشطه .

و يرى رومنى romney أن الترويح هو نشاط و مشاعر ورد فعل عاطفي و إنه

سلوك و طريقة لتفهم الحياة.

بينما يوضح ناش nash أن وقت الفراغ هو تلك الأوجه من النشاط التي تجلب للفرد

السعادة و تتيح له الفرصة للتعبير عن الذات و تتفق و دوافع الفرد و تتوافر فيها حرية الاختيار .

و يشير دى جرازيا de geazzia إلى الترويح بأنه النشاط الذى يسهم في توفير الراحة للفرد من عناء العمل و يوفر له سبل استعادة حيويته .

بينما كراوس kraus أن الترويح هو تلك الأوجه من النشاط أو الخبرات التى تنتج عن وقت الفراغ , و التى يتم اختيارها وفقا لإرادة الفرد و ذلك بغرض تحقيق السرور و المتعة لذاته و اكتسابه للعديد من القيم الشخصية و الاجتماعية.

في حين يؤكد برايتبل brightbill على أن الترويح يعد أسلوب للحياة و أنه يعمل على تنمية الفرد الممارس لأوجه مناشطه في وقت الفراغ .

ويوضح كل من كارسلون carlson, ماكلين maclea, ديب deppe,بييترسون Peterson, أن الترويح هو النشاط و حالة وجدانية و نمط اجتماعي منظم , أو أنه أسلوب لاستعادة حيوية و قوى الفرد للعمل , أو أنه الاختيار الإرادي للخبرة في وقت الفراغ (محمد الحماحي , عايدة عبد العزيز , 2001,ص29)

2.1 تعريفات معاصرة الخاصة بالترويح :

معظم التعريفات الحديثة الخاصة بالترويح تتاسب واحد من الثلاثة أنواع التالية :

النوع الأول : الترويح الذي يعتبر نشاطا يتم تنفيذه من خلال مجموعة من الظروف و الشروط , أو الدوافع .

النوع الثاني : الترويح الذي نراه على أنه عملية أو حالة وجود خاصة بشيء ما يحدث من خلال , او بواسطة الشخص من خلال قيامه بالعديد من أنواع النشاط , مع وجود مجموعة من الآمال و التوقعات .

النوع الثالث : الترويح الذي يستخدم كمؤسسة اجتماعية , أو كيان معرفة أو مجال مهني . (كمال عبد الحميد اسماعيل , 2015,ص89)

3.1 تعريف الترويح:

بالنظر في وجهة النظر المضادة في معنى الترويح , يمكن تقديم تعريف للترويح طبقا لمايلي : "الترويح يحتوي أنشطة إنسانية و خبرات تحدث في أوقات الفراغ و عادة ما يتم اختيار النشاط بصورة تطوعية حرة من أجل بعض الأهداف الداخلية الذاتية , والتي تؤدي إلى السعادة . و على الرغم من وجود اعتبار الترويح كحالة عاطفية تنتج من المشاركة .

أو يمكن اعتباره نضام اجتماعي , أو مجال عمل , أو تجارة , أو صناعة و عند تقديم الترويح كجزء من المجتمع المنظم , أو برنامج وكالة التطوع , يجب أن يكون الترويح بناء عن الناحية الاجتماعية , و يجب ان يكون مقبول اجتماعيا من خلال قيم و عادات المجتمع (كمال عبد الحميد اسماعيل , 2015,ص99)

2. أهم خصائص الترويح :

للترويح خصائص تميزه عن غيره من المناشط الأخرى, ومن دراستنا لمفهوم الترويح

يتضح أن أهم خصائصه هي:

2. نشاط بناء :

وذلك يعني أن الترويح يعد نشاطا هادفا, فهو يساهم في تنمية و تطوير شخصية الفرد

من خلال المشاركة في ممارسة مناشطه المختلفة .

2.2 اختياري:

حيث يختار الفرد نشاطه وفقا لرغبته و دوافعه , و ذلك لا يعني إغفال التوجيه التربوي

نحو إرشاد الفرد لممارسة نوع من النشاط يتفق و ميوله و دوافعه و حاجاته و

استعداداته و قدراته و مستوى نضجه .

3.2 حالة سارة :

اي أن الترويح يجلب السرور و المرح و السعادة إلى نفوس الممارسين لمناشطه نتيجة

للتعبير عن الذات و الابداع في النشاط مع مراعاة عدم الإضرار بمشاعر الغير .

4.2 يتم في وقت الفراغ:

فالترويح عن الذات يتم في الوقت الذي يتحرر فيه الفرد من قيود العمل أو من أية

ارتباطات أو واجبات أو التزامات أخرى .

5.2 يحقق التوازن النفسي :

وذلك من خلال إشباع الفرد الممارس لمناشط الترويح لحاجاته النفسية , و تلك الحاجات النفسية لا يمكن إشباع بعضها إلا من خلال وقت الفراغ , كما أن المشاركة في مناشط الترويح تؤدي الى تحقيق الاسترخاء و الرضا النفسي , مما يحقق للفرد التوازن النفسي . (محمد الحماحي , عايدة عبد العزيز , 2001, ص33)

3. أهمية الترويح :

يعد الترويح مظهرا من مظاهر النشاط الإنساني و له دور هام في تحقيق التوازن بين العمل و راحة من عنائه, و له إسهاماته في تحقيق السعادة لإنسان. و تشير الجمعية الأمريكية للصحة و التربية البدنية و للترويح (AAHPER) الى إسهامات الترويح في الحياة العصرية , في النقاط التالية :

- تحقيق الحاجات الانسانية للتعبير الخلاق عن الذات .
- تطوير الصحة البدنية و الصحة الانفعالية و الصحة العقلية للفرد .
- التحرر من الضغوط و التوتر العصبي المصاحب للحياة العصرية.
- توفير حياة شخصية و عائلية زاخرة بالسعادة و بالاستقرار .
- تنمية و دعم القيم الديمقراطية . (الحماحي , عايدة, 2001, ص34)

4. نظريات الترويح:**1.4 نظريات التلخيص:**

قد نادى بها " تسانلي هول" و تقول هذه النظرية ان كائن الحي يتطور في لعبه تطور يشبه التطور الذي مر به أجداده منذ بدأ خليقتهم فهو تلخيص للحضارات السابقة التي مر عليها الجنس البشري منذ عهد انسان الغاب الذي في صراع مع الطبيعة و الوحوش الى عهد الجماعات البدائية غير المنظمة التي يغلب عليها طابع الانانية الفردية ثم العهد الحديث الذي تركز فيه الحياة على التعاون . (صدام احمد ضياء القرويني , 1997 , الصفحات 14,15)

2.4 نظرية الاسترخاء:

وقد نادى بها " باتريسك " فهي تؤكد على أن الفرد يشعر بالسعادة في اللعب و ذلك أنه وسيلة من وسائل تنشيط الجسم و استعادة الطاقة المستخدمة في العمل و منفذ التخلص من توتر الأعصاب و الاجهاد العقلي و القلق النفسي

3.4 نظرية التغيير الذاتي :

من احدث النظريات اللعب و قد نادى بها "ميتشل و ماسون " و هي تاكد على أن اللعب تعبير و فعل طبيعي للكائن الحي مع اعتبار طبيعته و قدراته المختلفة و كذلك تكوينه الفيزيولوجي و الاستراتيجي و ميوله النفسية , فهي تؤكد على أن الرغبة في التعبير عن النفس من الحاجات الأساسية للفرد .

4.4 نظرية الطاقة الفائضة :

تشير هذه النظرية الى أن الكائنات الحية البشرية قد وصلت الى القدرات عديدة لاستخدام في الوقت واحد و كنتيجة لهذه الظاهرة توجد قوة فائضة و وقت فائض ليستخدمان في تزويد احتياجات معينة و مع هذا فان الانسان قوة معطلة لفترات طويلة و اثناء فترات تعطيل هذا تتراكم الطاقة في مراكز الأعصاب السلمية و النشيطة (كمال درويش . أمنين خولي . 1990,صفحة 227)

5.4 نظرية الاعداد للحياة :

يرى " كارل جروس " بأن اللعب هو الدافع العام لتمارين الغرائز لبقاء حياة البالغين و هنا يكون قد نظر الى اللعب على أنه شيء له غاية كبرى في الحياة المستقبلية (بشير حسام , أهمية النشاط الرياضي في تقليل من المشاكل النفسية عند الرياضي المعاق حركي) .

5. الترويح الرياضي:

يذكر الحماحي و عايدة عبد العزيز (1997) أن المقصود بالترويح الرياضي هو ذلك النوع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من المناشط البدنية و الرياضية ,يعتبر أكثر أنواع الترويح تأثيرا على الجوانب البدنية و الفسيولوجية للفرد الممارس لأوجه مناشطه التي تشتمل على الألعاب Games و الرياضات Sports.

1.5 أهداف الترويح الرياضي:

للترويح الرياضي العديد من الأهداف التي تسعى الى تحقيقها للمشاركين في نشاطه المختلفة و من أهمها :

- المتعة بغرض المتعة و ليس بغرض الوصول الى مستوى عال.
- تعويض نقص الحركة البدنية للفرد .
- التخلص من الضغط العصبي .
- تحسين و تطوير الحالة الصحية للفرد .
- المحافظة على اللياقة البدنية للفرد .
- تعليم للمهارات الحركية للاعب منذ الصغر .
- تنمية الحس الحركي منذ الصغر.
- تنمية اللياقة البدنية .
- الاسترخاء العضلي و العصبي.
- الوقاية من بعض الانحراف القوام .
- تجديد النشاط و حيوية الجسم .
- زيادة المناعة الطبيعية للجسم و مقاومته للأمراض. (محمد عبد العزيز سلامة , امانى متولي البتراوي, 2013, ص22) .

2.5 أهمية النشاط الرياضي الترويحي :

- اللعب و النشاط الرياضي مخفض للقلق و التوتر لدى الافراد (محمد الأفندي ,

1956,صفحة 444)

-الانشطة البدنية و الرياضية تساهم في تحسين التوازن النفسي و الاجتماعي

للإنسان.

- ممارسة الانشطة الترويحية ضرورية لكل الأعمال بالإضافة الى بناء شخصية

السليمة.

- يزيد من الثقة بالنفس و تقدير الذات و الشعور بالانجاز -تصبح الممارسة جزء

من الروتين اليومي للفرد (مصطفى حسين و اخرون , 2002,صفحة 94)

6. تقسيم مناشط الترويحي الرياضي:

هناك عديد من التقسيمات الخاصة بالترويحي الرياضي نذكر منها:

1.6 الالعب و المسابقات للتنظيم البسيط :

ان الاشتراك في هذا النوع من المناشط الترويحي الرياضي لا يحتاج الى مستوى عال

من المهارة أو الاداء كما أنه يمكن لمختلف الأعمار الاشتراك فيها بما يتفق مع

مستوى قدراتهم البدنية و العقلية .

2.6 الالعب والرياضات الفردية :

هناك بعض الافراد اللذين يفضلون ممارسة الرياضات الفردية و يرجع ذلك الى بعض الصفات النفسية و الاجتماعية او نتيجة لاستمتاعهم بالأداء الفردي .

3.6 الالعاب أو الرياضات الزوجية:

الالعاب الزوجية هي التي تستلزم اشتراك فردين على الاقل للعب و مثال على ذلك : التنس الأرضي , تنس الطاولة , المبارزة, الراكب , الريشة الطائرة بادمونتون .

4.6 الالعاب و الرياضات الفرق :

تعتمد على تكوين فرق و تكون ذات أهمية للشباب نظرا لاتفاقها مع ميولهم و اهتماماتهم مثل : كرة القدم , كرة الطائرة , هوكي .

خلاصة :

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى النشاط الترويحي الرياضي ، حيث تم التعريف بالترويح بصفة عامة مع الإشارة إلى أهميته وخصائصه ونظريات المفسرة له ، وبعد ذلك التعريف بالترويح الرياضي كنوع من أنواع الترويح ، وأهداف النشاط الترويحي الرياضي ، وفي الأخير إلى مناشط الترويح الرياضي.

تمهيد :

لقد قمنا بتقسيم هذا الفصل إلى جزئين جزء خاص بجودة الحياة حيث تطرقنا فيه إلى تعريف جودة الحياة وكذلك مؤشرات جودة الحياة ومكوناتها ، بالإضافة إلى مقوماتها وكذا مجالات دراسات جودة الحياة ومنه فان جودة الحياة هي انعكاس للمستوى النفسي ونوعيته وما بلغه الإنسان اليوم من مقومات الرقي و التحضر تعكس بلا شك مستوى معين من جودة الحياة . وجزء خاص بالحماية المدنية وتم عرض فيم نشأتها ، التقسيمات الإدارية الخاصة ، وكذا مهامها الإنسانية .

أولاً: الجودة الحياة:

1_ تعريف جودة الحياة :

تعرف منظمة الصحة العالمية (who 1994) جودة الحياة أنها إدراك الفرد لوضعه المعيشي في سياق أنظمة الثقافة و القيم في المجتمع الذي يعيش فيه وعلاقة هذا الإدراك بأهدافه وتوقعاته ومستوى اهتمامه.(كاظم،منسي،2006 ص64) ويشير إبراهيم الهنداوي نقلا عن الغنبوصي (2006) إلى وجود العديد من المفاهيم المتعددة التي تقابل مفهوم جودة الحياة مثل النوعية و التميز والإتقان وانديمان وآخرون (ANDILMAN OTHER 1999) بأنه ينتمي إلى عائلة المفاهيم الشائعة السعادة و الرضا و الحياة الجيدة والرضا الذاتي . كما يعرف فوقية وآخرون جودة الحياة على انها تشمل كل من المؤشرات القابلة للقياس ويظهر من خلال الدرجة الكلية التي يحصل عليها عون الحماية المدنية وتشمل الأبعاد التالية : جودة الصحة العامة و جودة الحياة الأسرية و الحياة الاجتماعية و السعادة الشخصية و الرضا عن الحياة و الصحة النفسية .فوقية أحمد ،وآخرون، 2006، ص11)

2- مؤشرات جودة الحياة :

2-1_ المؤشرات النفسية: وتتبدى في شعور الفرد بالقلق و الاكتئاب , أو التوافق مع المرض أو الشعور بالسعادة و الرضا .

2-2_ المؤشرات الاجتماعية: وتتضح من خلال العلاقات الشخصية ونوعيتها.فضلا عن ممارسة الفرد للأنشطة الاجتماعية و الترفيهية .

2-3_ المؤشرات المهنية : وتتمثل بدرجة رضا الفرد عن مهنته وحبها , و القدرة على تنفيذ مهام وظيفته وقدرته على التوافق مع واجبات عمله .

2-4_ المؤشرات الجسمية و البدنية: وتتمثل في رضا الفرد و حالته الصحية و التعايش مع الآلام و النوم و الشهية في تناول الغذاء و القدرة الجنسية .

و المؤشرات السابقة تعتبر مؤشرات جيدة لقياس جودة الحياة .ويمكن استخدامها عند إعداد مقاييس موضوعية في هذا المجال . (منسي، كاظم، 2010، ص45)

3_ مكونات جودة الحياة :

إن جودة الحياة لدى الفرد لا ترتبط بمحدداته الشخصية فقط ولا بمجالات وموضوعات الحياة المختلفة , وإنما أيضا بالمتغيرات المرتبطة بالأفراد الذين يكونون في مجال إدراكه الشخصي كالآباء و الأمهات و الأخوة و الأقارب و الأصدقاء , وجودة الحياة تشتمل كافة جوانب الحياة التي يدركها الفرد ويرى (محمد ، 2011، ص 231) بأن مكونات الرضي عن الحياة تشتمل مجموعة من الأبعاد التي تقيس جودة الحياة لدى الأفراد وهي :

1_ مكونات موضوعاتية : وتشتمل المكونات التالية : الصحة البدنية ,مستوى المعيشة , العلاقات الاجتماعية , العلاقات الأسرية , الأنشطة المجتمعية , الصحة النفسية , العمل , فلسفة الحياة , الحقوق و وقت الفراغ .

2_ المكونات الذاتية : وهي عبارة عن (الإدراك الذاتي و خصائص شخصية الفرد)

أما شالوك فيرى بأن مكونات جودة الحياة عبارة عن ثلاثة و هي :

_المكونات الذاتية : التقييم الشخصي من خلال الرضا و السعادة .

_المكونات الموضوعاتية : التقييم الوظيفي وملاحظة المشاركة , الظروف و الأحداث

البيئية , التفاعل في الأنشطة اليومية , تقرير المصير , التحكم الشخصي أوضاع

الدور , التعليم , المهنة و السكن.

3_ المكونات الخارجية : المنبئات الاجتماعية, مستوى العمل , و توقعات الحيات .

(ايمان محمود .محمد ابو يونس .2013.ص72)

4-أهداف الجودة :

1- التأكيد على أن الجودة و إتقان العمل و حسن إدارته مبدأ إسلامي بنصوص الكتاب و السنة و الأخذ به واجب ديني و وطني , وأنه من سمات العصر الذي نعيشه , و هو مطلب وظيفي يجب أن يحتضن جميع جوانبها

2- تنمية روح العمل التعاوني الجماعي

3- ترسيخ مفاهيم الجودة الشاملة و القائمة على الفاعلية تحت شعارها الدائم , لن

نعمل الأشياء بطريقة صحيحة من أول مرة و في كل مرة .

4- تحقيق نقلة نوعية في عملية التربية و التعليم تقوم على أساس التوثيق للبرامج

و الإجراءات و تفعيل لأنظمة و اللوائح و التوجيهات و الارتقاء بمستويات العاملين

5- الاهتمام بمستوى الأداء للإداريين و الموظفين في المنظمات من خلال المتابعة

الفاعلة وإيجاد الإجراءات التصحيحية اللازمة, و تنفيذ برامج التدريب المقننة و

المستمرة و التأهيل الجيد , مع تركيز الجودة على جميع أنشطة مكونات النظام

(المدخلات , العمليات ,المخرجات)(حيران عفاف , 2014 , ص 24 - 25)

5- مقومات جودة الحياة:

نستطيع أن نقول بأن جودة الحياة تعريف نسبي يختلف من شخص لآخر حسب ما يراه من معايير تقييم حياته وتوجب عوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة:

- الصحة العامة التي تعتبر فيها تأثير الصحة إلى جانب المرضى.
- قدرة الإنسان على الوظائف اليومية.
- القدرة على التفكير وأخذ القرارات.
- قدرة الإنسان واختياره لنمط الحياة وتأدية الأنشطة إلى القدرة على التنفيذ وأخذ القرارات.
- التكاليف الاقتصادية والاجتماعية.
- المعتقدات الدينية والقيم الثقافية والحضارية ومعايير وأساسيات المعيشة والقيم الخل .
- الرضا عن أساسيات المعيشة والخيارات البيئية وجودتها .
- تحليلات المجال الاجتماعي.
- المقارنة بين المناطق الحضارية والريفية.
- أنماط الحياة واردة التنوع فيها .
- الرفاهية. (شيخي ، 2014 ، ص 96)

6 - مجالات دراسات جودة الحياة:

- الصحة العامة التي يعتبر فيها تأثير الصحة إلى جانب المرضى.
- قدرة الإنسان على تنفيذ الوظائف اليومية.
- قدرة الإنسان واختياره لنمط الحياة وتأدية الأنشطة.
- التكاليف الاقتصادية والاجتماعية.

- معايير وأساسيات المعيشة والدخل.
- الفقر وعدم المساواة.
- الجنسية والتمهيش الاجتماعي.
- الرفاهة والسفر.
- الرضا عن أساسيات المعيشة والخيارات.
- البيئة وجودتها.
- السكن والجيرة.
- تحليلات المجال الاجتماعي.
- المقارنة بين المناطق الحضرية والريفية .
- التلوث.
- أنماط الحياة وإدراك التنوع فيها. (شيخي مريم ، 2014 ، ص 96-97)

ثانيا: الحماية المدنية

1.2 تاريخ الحماية المدنية:

ظهرت فكرة إنشاء الحماية المدنية لأول مرة بصفة تلقائية دون نظام أو قانون ينظمها وذلك بسبب المخاطر التي كانت تد حياة الناس (سواء تعلق الأمر بالمخاطر التقنية) حيث شملت إنقاذ الإنسان والحيوان على حد سواء من أخطار الحريق والفيضانات والزلازل وغيرها من الكوارث الطبيعية ومن صنع الإنسان وتعتبر سفينة نوح المثل الأول في إنقاذ البشرية من الطوفان الجازف الذي أصاب قوم نوح ، ولقد عمد الإنسان عبر الزمن إلى تطور هذه الفكرة وتنظيمها وتقنينها انطلاقا من الكوارث والأخطار التي تعرض إليها ومن بين هذه الكوارث نجد: (عصام، صفحة 107)

-حريق روما الشهير في القرن الأول للميلاد في عهد الامبراطورية (نيرون) والذي دمر عشرة أحياء سكنية بين أربعة عشرة حي، وكذلك حريق لندن سنة 1966 الذي أتى على 13200 مسكن ومساحة تقدر ب 157 هكتار كما نشير إلى عدة زلازل وحرائق نذكر منها:

-زلزال الجزائر سنة 1716 والذي دمر ثلثي الجزائر العاصمة. .

-زلزال مدينة جيجل سنة 1856م.

-حريق موسكو سنة 1812 دمر أربعة أخماس المدينة و 3800 مسكن.

-حريق شيكاغو أكتوبر سنة 1871 واحرق 17400 مسكن وقتل 3800 شخص ولم يخدم إلا بعد سقوط أمطار غزيرة .

-حريق سان فرانسيسكو سنة 1906م والذي أتى على 27800 مسكن وتسبب في هلاك 500 شخص

ومن بين الكوارث التي كانت من صنع الإنسان الحروب وفي مقدمتها الحربين العالميتين الأولى والثانية والتي جربت فيهما مختلف الأسلحة وماترتب عنها من مخاطر فقد دفع كل هذا إلى التفكير في وضع خطة عملية لمواجهة الأخطار (مدينة الحماية المدنية الولاية المسيلة 2015

2.2 نشأة الحماية المدنية الجزائرية وتنظيمها:

1.2.2 الحماية المدنية خلال الفترة الاستعمارية: خضعت الجزائر كباقي دول المغرب العربي للاستعمار

الذي غزى الجزائر سنة 1830م فكانت هناك عدة مقاومات شعبية وانتفاضات متواصلة للوقوف والتصدي لاحتلال الذي سلب ودمر وخرب ممتلكات الشعب وحرمه من جميع الأعمال الإنسانية النبيلة بما في ذلك حماية نفسه وممتلكاته من مختلف

الأخطار سواء كانت ذات مصدر صناعي أو إنساني و من جهة أخرى عمد المستعمر إلى خدمة مصالحه وحماية ممتلكات المعمرين بإنشاء وحدات للتدخل عبر التراب الوطني وذلك بمقتضى قانون 1938 والذي نص على إنشاء ثكنات خاصة لرجال المطافئ حيث ركزوا على توزيع مراكزها في المدن الشمالية الجزائرية ذات الكثافة السكانية العالية والأخطار المعتبرة. (عصام، صفحة 108)

3_ تعريف الحماية المدنية: الحماية المدنية مرفق مكلف بحماية الأشخاص والممتلكات موضوع تحت وصاية وزارة الداخلية والجماعات المحلية، وإن طبيعة مهامها تتطور باستمرار لمسايرة التطورات التكنولوجية والنمو الديموغرافي للبلاد ، حيث تتمتع بتنظيم إداري (تقني علمي) لضمان التكفل الخاص بالمهمة الإنسانية المنوطة به.

4. خصائص عون الحماية المدنية :

طاعة الرئيس واحترام المرؤوسين

الأمانة بحيث يحافظ على ممتلكات الغير لاطلاعه على عورام

الضمير المهني (الكفاءة)

احترام القانون داخل المنظمة

الكتمان (السر المهني)

اللياقة البدنية

التحلي بالصبر والشجاعة

اللباس النظامي والشارة

حمل الطابع الانساني الخير

حماية الارواح والممتلكات

5 - مهام اعوان الحماية المدنية:

1-5 - المهام المتعلقة بالجانب الاجتماعي :

- إسعاف المرضى والمصابين ونقلهم نحو المؤسسات الاستشفائية بصفة مجانية وبدون تمييز عنصري

- إسعاف ضحايا حوادث الطرقات السكك الحديدية الطيران والملاحة البحرية

- التدخل في مختلف الحوادث الناجمة عن الكوارث الطبيعية والانفجارات

- الغطس في اعماق البحار والسدود وانقاذ الأشخاص الغرقى

- حراسة الشواطئ خلال موسم الاصطياف ضمانا لراحة المصطافين

- توزيع المؤونة على المنكوبين من خيم وافرشة الى غير ذلك عند وقوع النكبات مثل الفيضانات والزلازل .

- تموين المواطنين والهيئات الحساسة بالماء الصالح للشرب عند الضرورة القصوى وتتعكس هذه الخدمات على نفسية المواطنين وذلك بشعورهم بالامان والسلام كلما وجدوا من يسهر على راحتهم وحمايتهم من أي خطر محتمل يؤهلهم لتأدية أعمالهم بصفة عادية وممارسة حيا م بصفة طبيعي. (توأمة، الراهم، 2017، ص42)

2.4 المهام المتعلقة بالجانب الاقتصادي:

- تقدم وحدات الحماية المدنية خدمات للمؤسسات الاقتصادية على كل انواعها من خلال التدخلات في كل خطر طبيعي او صناعي كالحريق عند اندلاعه بالاضافة الى التدخل عند كل حادث تتعرض له ممتلكات المواطنين و كذا عند تسربات أي مواد كيميائية خطيرة لها أضرار على صحة الإنسان والبيئة بصفة عامة.

- ضمان تكوين أعوان الأمن لفائدة الوحدات الإنتاجية في مجال الأمن الصناعي والداخلي.

- توفير الأمن للسائحين الأجانب كمساهمة غير مباشرة في العملة الصعبة للبلاد فهي تعد كعامل محفز لتنمية السياحة.

- وضع جهاز موسمي متخصص في إطفاء الحرائق الغابات حفاظا على التوازن البيئي وعلى الثروة الغابية خاصة حماية الأشجار المثمرة والمنتجة لمختلف الفواكه.

3.4 المهام المتعلقة بالجانب الأمني :

- تزداد مهام الحماية المدنية في أوقات السلم من خلال المراقبة الأمنية في المؤسسات الصناعية والمستقبلية للجمهور كقاعات السينما والمستشفيات والملاعب

- مواكبة عملية نقل المواد الخطرة مثل المواد المشعة

- التغطية الأمنية خلال تنظيم مختلف التظاهرات الرياضية

- المساهمة في تغطية عملية الانتخابات الوطنية

- تدعيم الجهاز الفني في الامتحانات المدرسية (البكالوريا، إمتحان شهادة التعليم الأساسي)

- المعايينات الميدانية في إطار اللجان التقنية للمنازل المهتدة بالانهيار. (توأمة، الراهم، 2017، ص43).

5- التنظيم الإداري المركزي لقطاع الحماية المدنية:

إن جهاز الحماية المدنية تأسس على أساس تحت شعار : التضامن ، وقاية ، تقدير ، إسعاف ، بغرض حماية الأشخاص و الممتلكات.ولا يأتي هذا إلا بمساهمة جميع المواطنين ولقد حددت هذه المادة الأولى من المرسوم 64 -129 حيث يتعلق بتنظيم وإدارة الحماية المدنية ولقد دعم هذا المرسوم بالمادة الثالثة التي تبين تكفل وزير الداخلية بالحماية المدينة على المستوي الوطني وهذا خرين يدرسون ويقترحون المقاييس المتعلقة بقطاعاتهم.

فان وزير الداخلية هو المسؤول الأول المكلف بتوجيه ومراقبة تحضير وتنفيذ المقاييس المتعلقة باستثناء الحماية المدنية على المستوى الوطني , ومن هذا المنطلق تم إنشاء المصلحة الوطنية للحماية المدنية وكذا خلايا على مستوى الولايات والبلديات ، تماشيا مع متطلبات الساعة ونظر للتحويلات في تهيئة مجال التدخل وهاكل التغطية على المستوى المركزي المحلي . وجاء المرسوم التنفيذي رقم 76 - 39 المؤرخ في فيفري الذي جاء فيه إعادة تنظيم الإدارة المركزية لوزارة الداخلية ، حيث حولت المصلحة الوطنية إلى مديرية عامة مديريةية التي كانت تحتوي على مديريتين هما:

أ - مديرية النشاط العملي النشاط العملي (DAO):

حيث تكفلت هذه المديرية ب :

- دراسة وتعريف الإمكانيات والوسائل المتعلقة بتنظيم وتنسيق الإسعافات .
- دراسة طرق تسيير واستغلال شبكة المواصلات والاتصالات لدى الحماية المدنية.
- السهر على تحسين وتطوير نوعية عمليات التدخل وتنظيم العدد الأمنية خلال الحملات الموسمية والكوارث الكبرى .

ب - مديرية الدراسات والوسائل (DEM) :

حيث تكفلت هذه المديرية ب :

- دراسة وتعريف المعايير والقواعد الوقائية لمكافحة الحرائق وأخطار الهلع .
- دراسة وإعداد النصوص التشريعية والتنظيمية بأمن الأشخاص والممتلكات .
- دراسة وتحديد القروض الميزانية المتعلقة بتوزيع الوسائل البشرية التي يتوفر عليها قطاع الحماية المدنية.

أما على المستوى المحلي فتم إنشاء:

- هياكل إدارية وتقنية تتكفل بالتسيير .
- هياكل تتكفل بالوقاية ووضع المخططات وتحرير المعطيات العملية .
- وحدات عملية مكلفة بالدفاع عن قطاع تدخلها . (توأمة،الراهم، 2017، ص 32-33).

6 - دور مديرية الحماية المدنية :

يتمثل دور مديرية الوقاية في أنها مكلفة بالوقاية ضد الأخطار الطبيعية والتكنولوجية وضبط المقاييس الأمنية ضد أخطار الحريق والانفجار والهلع في مختلف القطاعات وتحضير نصوص تشريعية وتنظيمية لحماية الأشخاص والممتلكات وتحضير الخرائط الوطنية الخاصة بالأخطار والاعتماد على الإعلام والتحسس لمختلف الأخطار وجمع وتحليل الإحصائيات.

يظهر دور مديرية تنظيم وتنسيق الإسعافات في أنها مكلفة بدراسة وتعريف وسائل وقواعد وتنظيم وتوزيع ووضع حيز التنفيذ وتنظيم وتنسيق جهاز الحماية والأمن خلال الحملات الموسمية والفصلية وكذلك تسيير شبكة الاتصال وإبلاغ العمليات.

-دراسة ووضع حيز التنفيذ كل المقاييس التي تسمح بتدعيم وتحسين نوعية الإسعافات؛

-الإسعافات ومتابعة وتنسيق عملها ونشاطها في حالة الكوارث الكبرى.وهذا بدراسة وتحضير مختلف مخططات التدخل.

يتمثل دور مديرية المستخدمين والموظفين والتكوين في تكفل هذه المديرية بتسيير وتوزيع الموارد البشرية وتطبيق سياسات التدريبية ودراسة البرامج البيداغوجية، وتحديد قواعد وشروط تطبيقها.

-تحضير سياسة الانخراط في الحماية المدنية وتسيير سلك المستخدمين؛
-ترقية النشاط الطبي والاجتماعي؛

-تحديد سياسة التدريب والإتقان والتخصص لمستخدمي الحماية المدنية، وتضمن تطبيقها ومتابعة النشاط البيداغوجي.

يتمثل دور مديرية الإمداد والهيكل في تكفل بالتجهيز، وتقرر وتنفذ الاحتياجات المالية وتتأقّب شروط سيرها وصيانة المنشآت و التجهيزات الخاصة بالحماية المدنية وتحضير برامج المنشآت والتجهيز والمتابعة و المراقبة تنفيذها وصيانة العتاد والتجهيز اولتدخل لتصفية الحساب والأمر بالصرف لجميع المستحقات.

يتم دور المفتشية العامة لمصالح الحماية المدنية وذلك حسب المرسوم التنفيذي / 92
43 المؤرخ في 02 / 04 / 1992

المتضمن عمل وتنظيم المفتشية العامة لمصالح الحماية المدنية ومهمتها، وتتمثل مهامها في:

-التفتيش والمراقبة وتطبيق التشريع والتنظيم المعمول به والخاص بالحماية وتنظيم عمل أعضاء الهيكل ومؤسسات الحماية المدنية؛

-الوقاية من عجز العمل وحل النزاعات العمل المعطلة لعمل السلك ومراقبة ووضع حيز التنفيذ

-تقييم عمل الهيكل والمؤسسات واستغلال التقارير السنوية للنشاطات المقاييس التي يمكن أن تؤدي إلى ترقية وتدريب وتطوير ودعم النشاط وتمارس عملها على أساس برنامج سنوي للنشاط، . (زليخة، 2017، ص 33).

7- الهياكل الموضوعية تحت سلطة المدير العام

1.7- المفشية العامة لمصالح الحماية المدنية :

المرسوم التنفيذي رقم 92 - 43 المؤرخ في 04 فيفري 1992 المتضمن إنشاء المفشية العامة لمصالح الحماية المدنية و تنظيمها و سيرها جهاز التفتيش هذا يوضع تحت سلطة المدير العام للحماية المدنية.

يسير المفشية العامة للمصالح، مفتش عام يساعده 03 مفتشين مكلفة ب:

مراقبة تطبيق التشريع و التنظيم الجاري بهما العمل و الخاصين بالقطاع و تنظيم عمل الأجهزة و الهياكل و المؤسسات التابعة لقطاع الحماية المدنية.

مهامها:

تراقب حسن سير الهياكل و المؤسسات و الأجهزة التابعة لقطاع الحماية المدنية و تتحقق منه تتوقى حدوث النقائص في سير الهياكل و المؤسسات و الهيئات التابعة لقطاع الحماية المدنية ، و كل نزاع في العمل يمكن ان يظهر و يعرقل السير العادي للمصالح تعنى بالمحافظة على الموارد الموضوعية تحت تصرف مصالح الحماية المدنية و تسهر على استعمالها في إطار التنظيم المعمل به في هذا المجال تتأكد من تنفيذ الإجراءات و القرارات و التوجيهات و تتابع ذلك تتولى تقييم سير الهياكل و الأجهزة و المؤسسات التابعة لقطاع الحماية المدنية، و تستغل التقارير السنوية عن الأنشطة تقترح كل إجراء من شأنه تحسين عمل المصالح و تعززه كما تعمل المفشية العامة للمصالح على أساس برنامج تفتيش سنوي يمكنها أن تقوم بأي مهمة رقابة مباحة تقتضيها أية وضعية خاصة. (<http://www.protectioncivile.dz>)

2.7- مديرية الدراسات:

أنشئت بموجب المرسوم 91-503 المذكور سابقا المتمم بالمرسوم رقم 93-147 المؤرخ في 22-06-1993، إذ يساعد المدير العام للحماية المدنية (03) ثلاث مدراء دراسات و (04)

أربعة مكلفون بالدراسات، حيث يكلف مديري دراسات (02) بالقيام بتنسيق و متابعة النشاطات الغير مرتبطة بإطار صلاحيات هياكل المديرية العامة و المتمثلة في:

- تسيير و إدارة المراسلات الإدارية

- الاتصالات مع الصحافة

- تنظيم و تنسيق العلاقات الخارجية

- دراسة الملفات الخاصة و الاستثنائية

- التكفل بمهام التوجيه و القيام بالدراسات و التحليل

و بالنظر إلى ما حققته الحماية المدنية في شتى المجالات أسندت لها مهام أخرى سميت بالمهام الجديدة نظمها المرسوم التنفيذي المؤرخ في 22/06/1993 حيث يكلف مدير دراسات يساعده 04 مكلفين بالدراسات بمتابعة و تنشيط و تنفيذ المهام الخاصة و الأنشطة التقنية التي سميت مهام جديدة و المتمثلة في:

- تنظيم و إقامة شبكة وطنية لإزالة الألغام و القنابل المتفجرة

- إقامة وسائل جوية و تنظيمها و استعمالها في إطار الحماية المدنية

- تنظيم و تطوير الغطس في الماء و مهمة البحارة الإطفائيين للإسعاف و الإنقاذ

- تسيير العملية ذات الصلة باستعمال عناصر فوج الخدمة الوطنية بمقتضى مهام الحماية المدنية كما أنشئت خلية للإعلام الجغرافي سميت " SIG "

3.7 الحظيرة المركزية للعتاد:

أنشئت بموجب المرسوم 54/99 المؤرخ في 1999/02/21 المؤرخ في 21 فيفري 1999 الذي يحدد صلاحياتها، تنظيمها، وسيرها.

وتعتبر هيكل تقني موضوع تحت سلطة المدير العام للحماية المدنية، وحدد مقرها بالجزائر العاصمة، ويمكن لها أن تتوفر على حظائر جهوية أو ولائية.

صلاحياتها:

- صيانة كل عتاد و سيارات الحماية المدنية وإصلاحه و تجديده
- مسك بطاقة عتاد و سيارات الحماية المدنية وطلب الحاجات من قطع الغيار و اللوازم الأخرى للصيانة.
- تسيير مخازن قطع الغيار و لوازم الصيانة.
- المشاركة في إجراءات صرف (إعفاء) عتاد و سيارات الحماية المدنية من الخدمة.
- تكوين مستخدمي الحماية المدنية في مجال اختصاصها و التي لها علاقة بوظيفة الصيانة و تحسين مستواهم.
- نشر المقاييس و الإرشادات التقنية الخاصة بمواصفات العتاد و السيارات.
- عبور العتاد و السيارات المستعملة قيد التخصيص.

تنظيمها :

بالإضافة إلى الحظائر الجهوية او الولائية المذكورة سابقا فان الحظيرة المركزية تضم ورشات ومخازن متخصصة (تحدد بقرار وزاري مشترك)

سيرها :

يسير الحظيرة المركزية للعتاد رئيس حظيرة يعين من بين ضباط الحماية المدنية
ويساعده رؤساء

الورشات ورؤساء المخازن

كما يتولى المهام ذات الطابع الإداري و التقني مكتب للإدارة والإمداد يوضع لدى
رئيس الحظيرة المركزية. (<http://www.protectioncivile.dz>)

4.7- المصالح الخارجية للحماية المدنية:

أنشئت بموجب المرسوم رقم 54/92 المؤرخ في 12/02/1992 المتضمن تنظيم
المصالح الخارجية للحماية المدنية و عملها

تنظيمها:

تجمع المصالح الخارجية للحماية المدنية في مستوى كل ولاية ضمن مديريةية تحتوي
على (03) ثلاث مصالح:

أ- مصلحة الوقاية:مكلفة ب:

- تتابع وتراقب تطبيق التنظيم وتدابير الأمن المطبقة في مجال الوقاية
- تجري دراسات المخاطر و الأمن لفائدة مؤسسات وهيئات عمومية أو خاصة،
وتشارك في الدراسات ذات الصلة بمهام الحماية المدنية والتي تبادر بها مختلف
الهيئات.
- تعد خطط الوقاية أو تأمر من يعدها و تراقبها.
- تبادر مجالات الإعلام و التوعية بشأن المخاطر التي تهدد سلامة الأشخاص و
الممتلكات وتنظمها.

(ب) - مصلحة الحماية العامة: مكلفة ب:

- تعد خطط تنظيم الإسعافات و تطبيقها عند حدوث الكوارث / أو تأمر بإعدادها و تسهر على ضبطها باستمرار.
- تقيم مختلف دوائر الإنذار وتراقب صلاحية استعمالها.
- تتابع استخدام وسائل التدخل في إطار تشاوري عند حدوث الأخطار
- تنظم و تنفذ و تراقب الأجهزة المخصصة لضمان سلامة الأشخاص و الممتلكات و تنظمها.

(ج) - مصلحة الإدارة و الإمداد: مكلفة ب

تتولى التسيير غير الممر كز للمسائل المادية و المالية لمصالح الحماية المدنية في الولاية تتابع إنجاز برامج التجهيز و المنشآت و تتولى صيانتها تتابع و تنسق أعمال التكوين، و تسهر على تطبيق برامج التدريب و التمارين الميدانية.

تتولى تسيير المحاسبة العامة و مسك مختلف السجلات و دفاتر الجرد و دخول المعدات و الإمدادات و خروجها وتتابع نشاط الحظائر و ورشات الصيانة تتولى تطوير الحياة المهنية لمستخدمي الحماية المدنية في الولاية ضمن حدود التنظيم الخاص بهذا المجال

- يمكن أن نظم كل مصلحة حسب أهمية المهام المضطلع بها و خصوصية الولاية من مكاتبين إلى أربعة مكاتب تحدد بواسطة قرار وزاري مشترك بين (م ع) (ح م ، م ع و ع)- كما يعتبر مدير الحماية المدنية في الولاية هو الأمر بصرف الإعتمادات المخولة إياه.

وشملت البعثات بروتوكول قرطاجنة في "النسبية التعليمات للمنظمة، وتعريف البعثات الهياكل التابعة للمديرية العامة للحماية المدنية" في 1 يونيو 1992.

8- الوحدة الوطنية للتدريب والتدخل للحماية المدنية:

أنشئت بموجب المرسوم رقم 98-277 المؤرخ في 12 سبتمبر 1998 الذي يحدد تنظيمها ومهامها وسيرها

هي عبارة عن هيكل عملي يوضع تحت سلطة المدير العام للحماية المدنية يحدد مقرها بمدينة الجزائر ويمكن نقله إلى أي نقطة من التراب الوطني بقرار من السلطة المكلفة بالحماية المدنية.

مهامها:

مركز عضوي محلي للإسعافات في قطاع التدخل عند النداء الأول والثاني
مركز إسعاف عملي على مجموع التراب الوطني وحدة تدريبية وتجديد المعارف وتحسين المستوى في الرتب القاعدية .يمكن أن تستدعى في إطار التضامن الدولي للمشاركة في عمليات الإسعاف خارج التراب الوطني.
تتوقف هذه المشاركة على موافقة الوزير المكلف بالحماية المدنية.

تنظيمها و سيرها:

يقود الوحدة الوطنية للتدريب والتدخل للحماية المدنية ضابط سامي من الحماية المدنية وتتوفر من أجل عملها على 03 مكاتب:

- مكتب للتدريب ومتابعة الإعداد
- مكتب مكلف بالمقتصدية
- مكتب مكلف بالمحافظة والصيانة و الإمداد.

(<http://www.protectioncivile.dz>)

خلاصة:

من خلال هذا الفصل تم التطرق إلى نشأة الحماية المدنية و التعرف على الدور المنوط بعون الحماية المدنية والهياكل الإدارية لها. كما تم التعريف بجودة الحياة من خلال مقوماتها و الأبعاد التي تقيس جودة الحياة لدى الأفراد .

الفصل الأول

منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

تمهيد.

1 منهج البحث.

2 مجتمع عينة البحث .

3 مجالات البحث .

4 ضبط متغيرات البحث.

5 أدوات البحث.

6 الأسس العلمية لأدوات البحث.

7 الوسائل الإحصائية المستعملة .

8 صعوبات البحث

_ خاتمة

تمهيد:

تطرقنا في الجانب التطبيقي إلى تقديم المناقشة و تحليل النتائج الخاصة بالاستبيان الذي وزع على الذي كانت أسئلته تتمحور أساسا على الفرضيات التي وضعت في هذا البحث ، كما نستنتج طريقة التحليل و مناقشة النتائج بحيث نقوم بوضع جداول للأسئلة تتضمن عدد أفراد العينة و كذا عدد الإجابات ثم إضافتها إلى النسب المئوية المرافقة لها ، و يكون كل جدول متبوع بتحليل خاص به و كذا التمثيل البياني و نقوم بعرض الإستنتاج و توضيح مدى تحقق و صدق الفرضيات التي وضعت في بداية هذا البحث .

1 _ منهج البحث:

إن اختيار المنهج المتبع يخضع لطبيعة المشكلة محل الدراسة إذ أن هذه الأخيرة هي التي تحدد طبيعة المنهج المتبع، وبما أن موضوع دراستنا يهدف إلى الكشف عن مستوى الجودة الحياة لدى أعوان الحماة المدنية، وعن الفروق في مستويات جوده الحياة لدى الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية، وبناء على ذلك تم اختيار المنهج الوصفي بأسلوب المسح لملائمته لخصائص بحثنا. ولكونه طريقة من طرق التحليل و التفسير بشكل علمي و منظم من أجل الوصول إلى أغراض محددة لوضعية أو مشكلة اجتماعية و يتضمن ذلك عدة عمليات كتحديد الغرض منه و تعريف المشكلة و تحليلها و تحديد نطاق و مجال المسح و فحص

جميع الوثائق المتعلقة بها و تفسير النتائج للوصول إلى استنتاجات و استخدامها لأغراض معينة (عمار، 1995).

2 - مجتمع و عينة البحث :

يتكون المجتمع الأصلي للدراسة من أعوان الحماية المدنية (عين تموشنت

مركز - عين الطلبة)

- عينة البحث :بلغت عينة البحث 60 عونا ممارسا ، و 60 عونا غير ممارس

جدول رقم (01) يبين عينة البحث .

النسبة	العدد	الممارسة
50	60	الممارسين للأنشطة الترويحية
50	60	غير الممارسين للأنشطة الترويحية
100	120	المجموع

يتضح من الجدول رقم (01) أن عدد الممارسين للأنشطة الترويحية بلغ (60)

، اما غير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية (60) عونا.

3 - مجالات البحث :

1.3 - المجال البشري : تم العمل مع 120 عون حماية مدنية (ذكور) منهم 60

ممارس و 60 غير ممارس للأنشطة الترويحية الرياضية من أعوان الحماية المدنية لولاية عين تموشنت.

2.3 - المجال المكاني: أجريت الدراسة في مراكز أعوان الحماية المدنية لولاية عين

تموشنت (عين تموشنت مركز - عين الطلبة) .

3.3 - المجال الزمني : بداية من شهر أكتوبر 2018 الى غاية شهر ماي

2019.

4 - متغيرات البحث:

المتغير المستقل:

ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

المتغير التابع:

جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية

5 - أدوات البحث:

- مقياس جودة الحياة :

- خطوات بناء أداة الدراسة:

أ- الخطوة الأولى : الإطلاع على الدراسات النظرية:

حيث تضمن هذه الخطوة بالاطلاع على مختلف الدراسات والمواضيع والكتب والمجلات والدوريات التي لها علاقة بموضوع جودة الحياة. وذلك لأن الخاصية المقاسة ينبغي أن تستند على أساس نظري يفسرها.

ب- الخطوة الثانية : الإطلاع على المقاييس والاستبيانات:

بعد ذلك تم الإطلاع على مختلف الاستبيانات و المقاييس التي أعدت لقياس جودة الحياة لمختلف الفئات ،كما تم الإطلاع على الدراسات السابقة مثل : دراسة (محمود عبد الحليم منسي ، علي مهدي كاظم ، 2006) مقياس جودة الحياة لطلبة الجامعة ، ودراسة (وسام محمد الحسني، 2006) مقياس جودة الحياة الوظيفية. ودراسة (رشا البغدادي،2017) جودة حياة العاملين في معاهد التربية الخاصة وأثرها في درجة رضاهم الوظيفي.

ج- الخطوة الثالثة: صياغة الاستبيان في صورته الأولية وعرضها على المحكمين:

بعد صياغة بنود استبيان جودة الحياة في إبعاده الست ،وعرضه على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم (06) أساتذة خبراء محكمين من معهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة مستغانم .

ولقد اتفقوا بنسبة عالية أن الاستبيان يتناسب مع إشكالية الدراسة وفرضياتها ،وبنوده تخدم إبعاد الاستبيان. بعد ذلك قام الطالبان بتعديل أداة جمع البيانات بناء على آراء المحكمين وملاحظاتهم.

- وصف المقياس :

ست محاور وهي :

المحور الأول: الصحة العامة.

المحور الثاني : الحياة الأسرية و الاجتماعية.

المحور الثالث : الاستقرار و الأمان الوظيفي.

المحور الرابع : العواطف.

المحور الخامس: جودة شغل الوقت وإدارته

المحور السادس: الصحة النفسية.

- مكونات المقياس:

جدول رقم (02) يبين فقرات استبيان جودة الحياة

الرقم	المحور	الفقرات
01	الصحة العامة.	10
02	الحياة الأسرية و الاجتماعية.	10
03	الاستقرار و الأمان الوظيفي.	07
04	العواطف.	10
05	جودة شغل الوقت وإدارته	10
06	الصحة النفسية	10
	الاستبيان ككل	57

6 - الأسس العلمية لأدوات البحث:

1-6 - صدق مقياس جودة الحياة :

أ - صدق المحكمين :

قام الطالبان بعرض المقياس على مجموعة من الاساتذة و الدكاترة بمعهد

التربية البدنية والرياضية لولاية مستغانم متكونة من (06) خبراء ودكاترة.

ب - صدق:

جدول رقم (03) يبين معامل الصدق لمقياس جودة الحياة

معامل الارتباط	الاستبيان ومحاورة
0.98	الصحة العامة.
0.95	الحياة الأسرية و الاجتماعية.
0.90	الاستقرار و الأمان الوظيفي.
0.94	العواطف.
0.91	جودة شغل الوقت وإدارته
0.91	الصحة النفسية
0.92	المقياس ككل

نلاحظ من الجدول رقم (03) أن قيمة معامل الصدق سجلت في المحور الأول 0.98، أما قيمته في محور الثاني 0.95 ، وفي محور الثالث كانت قيمته 0.90، أما في محور الرابع فبلغت قيمته 0.94 وفي محور الخامس كانت قيمته 0.91 أما المحور الأخير فبلغت 0.91 ، وبالنسبة للمقياس ككل كانت قيمته **0.92**.

وهذا ما يدل على تمتع كل محاور الاستبيان بدرجة عالية جدا من الصدق ما

يطمئن بتطبيقه على عينة الدراسة.

6-2- ثبات استبيان جودة الحياة:

جدول رقم (04) يبين معامل الثبات لمقياس جودة الحياة

معامل الارتباط	الاستبيان ومحاوره
0.98	الصحة العامة.
0.92	الحياة الأسرية و الاجتماعية.
0.70	الاستقرار و الأمان الوظيفي.
0.90	العواطف.
0.84	جودة شغل الوقت وإدارته
0.84	الصحة النفسية
0.86	المقياس ككل

نلاحظ من الجدول رقم (04) أن قيمة معامل الثبات سجلت في المحور الأول

0.98، أما قيمته في المحور الثاني فبلغت 0.92، وفي المحور الثالث كانت قيمته

0.70، أما في المحور الرابع فبلغت قيمته 0.90 وفي محور الخامس كانت

قيمته 0.84 أما المحور الأخير فبلغت 0.84 وبالنسبة للمقياس ككل كانت قيمته

0.86

وهذا ما يدل على تمتع كل محاور الاستبيان بدرجة عالية جدا من الثبات ما

يطمئن بتطبيقه على عينة الدراسة.

- الموضوعية:

يقصد بها وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار، و حساب الدرجات و النتائج الخاصة (إخلاص ، باهي ، 2000،ص179). وترجع موضوعية الاختبار في الأصل إلى النقاط التالية:

- مدى وضوح الفقرات الخاصة باستبيان جودة الحياة بعيداً عن الصعوبة أو الغموض.

- أما لغة التعامل في إطار عرض و توجيه المختبرين فقد تميزت بالبساطة و الوضوح ، و غير قابلة للتأويل.

- كذلك تم القيام بإجراء التعديلات اللازمة حسب توجيهات الأساتذة المحكمين حتى يتحقق للاختبار شرط الموضوعية.

واستناداً على كل الإجراءات الميدانية و الاعتبارات السالفة الذكر يستخلص الطالبان أن أداة جمع المعلومات (الاستبيان) تتمتع بموضوعية عالية.

8- الوسائل الإحصائية المستعملة :

- المتوسط الحسابي.

- الانحراف المعياري.

- اختبار t (ستيودنت)

كما قمنا بتحديد مدى الدرجات لكل بعد من أبعاد مقياس جودة الحياة حيث قمنا بحساب المدى الأدنى بضرب عدد العبارات في 1 والمدى الأقصى ضرب 5 مثال في بعد الصحة العامة عدد العبارات 10 إذا الحد الأدنى ($10=1 \times 10$) والحد الأقصى ($50=10 \times 5$) وهذا ما يوضحه الجدول رقم (05).

جدول رقم (05) : يبين مدى الدرجات للعبارات حسب أبعاد المقياس .

أبعاد المقياس	عدد العبارات	مدى الدرجات
الصحة العامة	10 عبارات	50 - 10
الحياة الأسرية والإجتماعية	10 عبارة	50 - 10
الاستقرار و الأمان الوظيفي	07 عبارة	35 - 07
العواطف (الجانب الوجداني)	10 عبارة	50 - 10
الصحة النفسية	10 عبارات	50 - 10
شغل الوقت و إدارته	10 عبارة	50 - 10

وعليه يقترح الطالبان تقسيم جودة الحياة إلى ثلاثة مستويات منخفض، متوسط، مرتفع وهذا مع كل بعد من أبعاد المقياس حسب الجدول (06) .

حيث تم حساب قيم المستويات بتقسيم مدى الدرجات على ثلاثة ، والنتيجة تضاف إلى أدنى درجة لكل عبارة وصولاً إلى أعلى درجة .

مثال: في بعد الصحة العامة مدى الدرجات من 10 إلى 50 ومنه نلاحظ وجود 40 درجة، ويتقسم 40 على 3 ، والتي هي (عدد المستويات المقترحة) نجد 13.33 درجة، وبعملية حسابية بسيطة نضيف 13.33 الى ادنى درجة وهي 10 لنتحصل على 23.33 ، ومنه نقول أن المجال الأول (المنخفض) محصور بين 10-23 وهكذا نعمل مع جميع المستويات وجميع الأبعاد.

جدول رقم (06) : يبين تقسيم مستويات درجات العبارات حسب أبعاد القياس .

مستويات التقييم			أبعاد المقياس
مرتفع	متوسط	منخفض	
50-36.67	36.66-23.34	23.33-10	الصحة العامة
50-36.67	36.66-23.34	23.33-10	الحياة الأسرية والاجتماعية
35-25.67	25.66-16.34	16.33-07	الاستقرار و الأمان الوظيفي
50-36.67	36.66-23.34	23.33-10	العواطف (الجانب الوجداني)
50-36.67	36.66-23.34	23.33-10	الصحة النفسية
50-36.67	36.66-23.34	23.33-10	شغل الوقت و إدارته
285 -209	209 -133	133 -57	المقياس ككل

9 - صعوبات البحث:

لقد صادف الطالبان خلال إجراء هذا البحث عدة صعوبات نذكر من منها:

- صعوبة استرجاع بعض الاستمارات .

- تلقى الطالبان بعض الصعوبات والعراقيل في الحصول على بعض

المعلومات الخاصة عن تعداد مجتمع البحث .

- صعوبة الحصول على الدراسات المشابهة خاصة فيما تعلق بالأنشطة

الترويحية الرياضية، وندرتها- في حدود علم الباحث-.

- قلة المصادر والمراجع عن موضوع الحماية المدنية .

خلاصة:

من خلال هذا الفصل تم عرض مختلف الإجراءات التي قمنا بها لإتمام الدراسة

الميدانية و التي من خلالها نستطيع التوصل إلى نتائج تؤكد لنا مدى صحة أو خطأ

الفرضيات التي تقوم على أساسها هذه الدراسة بحيث تعتبر هذه الإجراءات ضرورية

في كل دراسة، لأنه من دون إجراءات ميدانية لا يمكن التوصل إلى الإجابة عن

مشكلة الدراسة.

تمهيد:

لقد تم التعرض في هذا الفصل إلى عرض وتحليل النتائج ومناقشتها ، والتي أسفرت عنها الدراسة بحيث قام الطالبان بعرض النتائج في جداول ثم محاولة تحليلها ، ثم تمثيلها بيانياً .

1.2 عرض وتحليل النتائج:

1.1.2 عرض وتحليل نتائج السؤال الأول:

- ما مستوى جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي ؟

جدول رقم (07) : يبين قيم الأوساط الحسابية ومستوى التقييم لدى أعوان الحماية

المدنية الممارسين وغير ممارسين للنشاط الترويحي الرياضي

مفتاح التصحيح للمقياس			غير الممارسين	الممارسين	
مرتفع	متوسط	منخفض	المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي	
50-36.67	36.66-23.34	23.33-10	23.66	33.75	الصحة العامة
50-36.67	36.66-23.34	23.33-10	27.23	40.46	الحياة الأسرية والاجتماعية
35-25.67	25.66-16.34	16.33-07	25.16	27.6	الاستقرار و الأمان الوظيفي

50-36.67	36.66-23.34	23.33-10	33.16	52.61	العواطف (الجانب الوجداني)
50-36.67	36.66-23.34	23.33-10	17	38.68	الصحة النفسية
50-36.67	36.66-23.34	23.33-10	19.28	38.35	شغل الوقت و إدارته
285 -209	209 -133	133 -57	145	231	المقياس ككل

ومن خلال الجدول رقم (07) الذي يبين المستويات المقترحة لجودة الحياة ،والجدول

رقم والذي يحتوي على المتوسطات الحسابية والتي تعتبر عن مستوى درجات جودة

الحياة أعوان الحماية المدنية الممارسين والغير ممارسين للنشاط الترويحي الرياضي .

أ- بالنسبة للممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية:

- نلاحظ أن مستويات الأبعاد الستة لجودة الحياة بالنسبة أعوان الحماية المدنية

الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي ما بين مرتفعة و متوسطة ، فالمتوسط

الحسابي لجودة الصحة العامة لديهم كان يساوي 33.75 وهو محصور بين مدى

الدرجات 37-24 مما يعني أن جودة الصحة العامة لدى أعوان الحماية المدنية

الممارسين متوسطة .

- اما بالنسبة للمتوسط الحسابي للبعد الثاني والخاص بجودة الحياة الأسرية و

الاجتماعية كان يساوي 40.46 وهو محصور بين مدى الدرجات 50-37 مما

يعني أن جودة الحياة الأسرية و الاجتماعية لدى أعوان الحماية المدنية الممارسين

مرتفعة.

و المتوسط الحسابي لجودة الاستقرار و أمان الوظيفي كان يساوي 27.6 وهو

محصور بين مدى الدرجات 26-35 مما يعني أن جودة الاستقرار و أمان

الوظيفي لدى أعوان الحماية المدنية الممارسين مرتفعة.

والمتوسط الحسابي لجودة العواطف كان يساوي 52.61 وهو محصور بين مدى

الدرجات 37-50 مما يعني أن جودة العواطف و الرضا لدى أعوان الحماية

المدنية الممارسين مرتفعة.

والمتوسط الحسابي لجودة الصحة النفسية كان يساوي 38.68 وهو محصور بين

مدى الدرجات 37-50 مما يعني أن جودة الصحة النفسية لدى أعوان الحماية

المدنية الممارسين مرتفعة.

و المتوسط الحسابي لجودة شغل الوقت و ادارته كان يساوي 38.35 وهو محصور

بين مدى الدرجات 37-50 مما يعني أن جودة شغل الوقت وإدارته لدى أعوان

الحماية المدنية الممارسين مرتفعة .

وفي الأخير بالنسبة للمقياس ككل فكان يساوي المتوسط الحسابي 231 وهو

محصور بين الدرجات 209-285 مما يعني أن جودة الحياة للمقياس ككل لدى

أعوان الحماية المدنية مرتفع.

ويعزو الطالبان ذلك إلى إسهام ممارسة الأنشطة الترويحية في تحسين جودة

الحياة لدى عون الحماية المدنية وذلك من خلال تفريغ المكبوتات الناجمة عن

الظروف الاجتماعية و المهنية و كذا الصحية أحيانا ، نتيجة الممارسة الرياضية .وهذا ما يؤكد (الحماحي ،عايدة ، 1998ص220) لقد اتضح أهمية الترويح في تحقيق التوازن وذلك لاحتياجه لفترة سكون من العمل المتواصل بهدف استرخائه وتجديد نشاطه.

ب- بالنسبة لغير الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية:

أما مستويات جودة الحياة بالنسبة أعوان الحماية المدنية غير ممارسين للنشاط الرياضي فقد تفاوتت من بعد إلى آخر بين منخفضة ومتوسطة، فالمتوسط الحسابي لجودة الصحة العامة لديهم كان يساوي 23.66 وهو محصور بين مدى الدرجات 11-23 مما يعني أن جودة الصحة العامة لدى أعوان الحماية المدنية الغير ممارسين منخفضة.

و المتوسط الحسابي لجودة الحياة الأسرية و الاجتماعية كان يساوي 27.23 وهو محصور بين مدى الدرجات 24- 37 مما يعني أن جودة العلاقات الأسرية والاجتماعية لدى أعوان الحماية المدنية الغير مارسين متوسطة.

و المتوسط الحسابي لجودة الاستقرار والأمان الوظيفي كان يساوي 25.16 وهو محصور بين مدى الدرجات 17- 26 مما يعني أن جودة الاستقرار و الأمان الوظيفي لدى أعوان الحماية المدنية الغير ممارسين متوسطة.

و المتوسط الحسابي لجودة الشعور العواطف كان يساوي 33.16 . وهو محصور بين مدى الدرجات 24-37 مما يعني أن جودة لجودة الشعور العواطف لدى أعوان الحماية المدنية الغير ممارسين متوسطة .

و المتوسط الحسابي لجودة الصحة النفسية كان يساوي 17 . وهو محصور بين مدى الدرجات 11-23 مما يعني أن جودة لجودة الصحة النفسية لدى أعوان الحماية المدنية الغير ممارسين منخفضة .

و المتوسط الحسابي لجودة شغل الوقت وإدارته كان يساوي 19.28 وهو محصور بين مدى الدرجات 11-23 مما يعني أن جودة شغل الوقت وإدارته لدى أعوان الحماية المدنية الغير ممارسين منخفضة.

وفي الأخير بالنسبة للمقياس ككل فكان يساوي المتوسط الحسابي 145 وهو محصور بين الدرجات 133-209 مما يعني أن جودة الحياة للمقياس ككل لدى أعوان الحماية المدنية متوسط.

ويعزو الطالبان ذلك إلى الحالة النفسية الناتجة عن الظروف الصعبة للمهنة ،ولا يوجد لهم متفسا من اجل رفع جودة الحياة لديهم و كذا الصحية أحيانا. وهذا ما يؤكد دراسة (خماس ، منصور ، 2018) التي أظهرت النتائج أن مستوى جودة الحياة منخفض لدى غير الممارسين الأنشطة الترويحية الرياضية.

2.1.2 عرض وتحليل نتائج السؤال الثاني:

- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي لدى أعوان الحماية المدنية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) ؟

أ - بعد جودة الحياة العامة:

جدول رقم 5: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة

لعينة البحث (جودة الحياة العامة) .

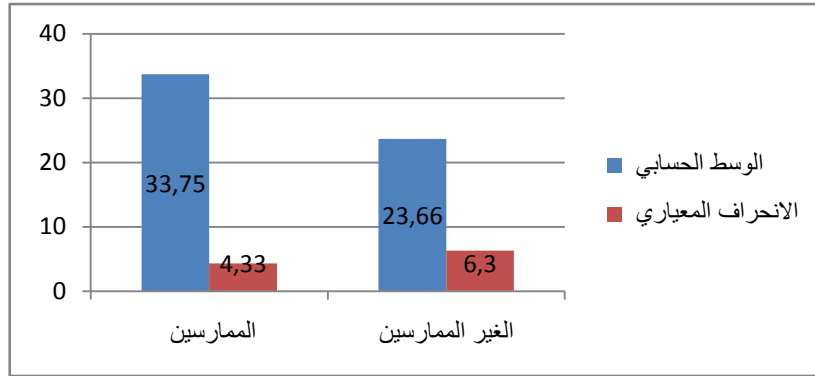
الدلالة المعنوية	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	غير الممارسين		الممارسين		الصحة العامة
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
معنوي	1.98	10.20	6.30	23.66	4.33	33.75	

من خلال الجدول تبين إن قيمة ت المحسوبة بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية أعوان الحماية المدنية الممارسين وغير ممارسين للنشاط الترويحي الرياضي بالنسبة إلى بعد جودة الصحة العامة قد بلغ قيمة قدرها 10.20 وهي اكبر من قيمة ت الجدولية البالغة 1.98 عند درجة حرية 118 ومستوى دلالة 0.05 .

وهذا يؤشر إن هنالك فروق معنوية لصالح أعوان الحماية المدنية الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي وذلك لان قيمة وسطهم الحسابي والبالغ 33.75 هو اكبر من

قيمة الوسط الحسابي أعوان الحماية المدنية الغير ممارسين للنشاط الترويحي الرياضي البالغ قيمة قدرها 23.66 .

شكل 1 يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث (الحياة العامة) .



ب - بعد الحياة الأسرية و الاجتماعية :

جدول رقم 6: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت م (الحياة

الأسرية و الاجتماعية)

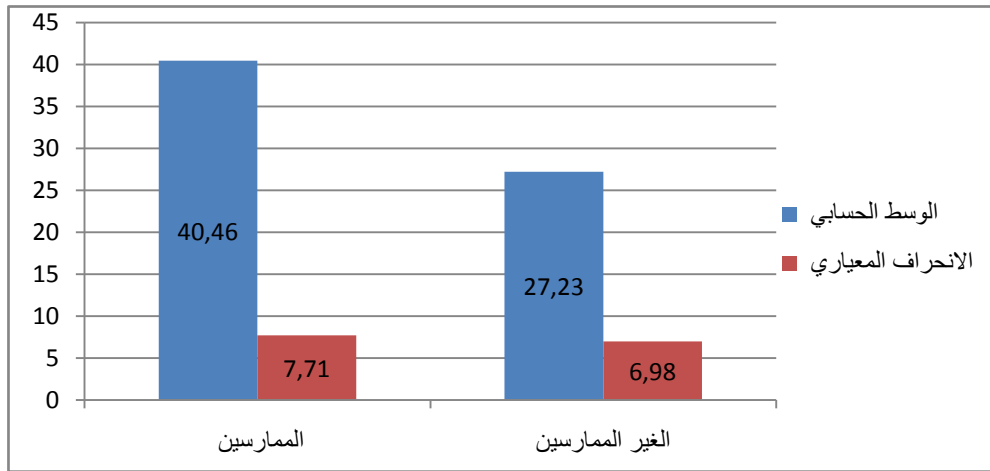
الدالة المعنوية	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	غير الممارسين		الممارسين		الحياة الأسرية و الاجتماعية
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
معنوي	1.98	9.84	6.98	27.23	7.71	40.46	

أظهرت النتائج إن قيمة ت المحسوبة بين الأوساط الحسابية والانحرافات لمعيارية

أعوان الحماية المدنية الممارسين و غير ممارسين للنشاط الرياضي بالنسبة إلى بعد

جودة الحياة الأسرية و الاجتماعية قد بلغ قيمة قدرها 9.84 وهي اكبر من قيمة ت الجدولية البالغة 1.98 عند درجة حرية 118 ومستوى دلالة 0.05 وهذا يؤشر إن هنالك فروق معنوية لصالح أعوان الحماية المدنية الممارسين للنشاط الرياضي وذلك لان قيمة وسطهم الحسابي والبالغ) 40.46 هو اكبر من قيمة الوسط الحسابي أعوان الحماية المدنية الغير ممارسين للنشاط الرياضي البالغ قيمة قدرها 27.23 .

شكل 2 يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية (الحياة الأسرية والاجتماعية



ج - بعد الاستقرار و الامان الوظيفي:

جدول رقم 7: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت.م (الاستقرار

و الامان الوظيفي)

الدالة المعنوية	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	غير الممارسين		الممارسين		الاستقرار و الأمان الوظيفي
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
معنوي	1.98	2.17	6.33	25.16	5.93	27.6	

أظهرت النتائج إن قيمة ت المحسوبة بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية

لأعوان الحماية المدنية الممارسين وغير ممارسين للنشاط الترويحي الرياضي بالنسبة

إلى بعد الاستقرار و الأمان الوظيفي قد بلغ قيمة قدرها 2.17 وهي اكبر من قيمة ت

الجدولية البالغة 1.98 عند درجة حرية 118 ومستوى دلالة 0.05 .

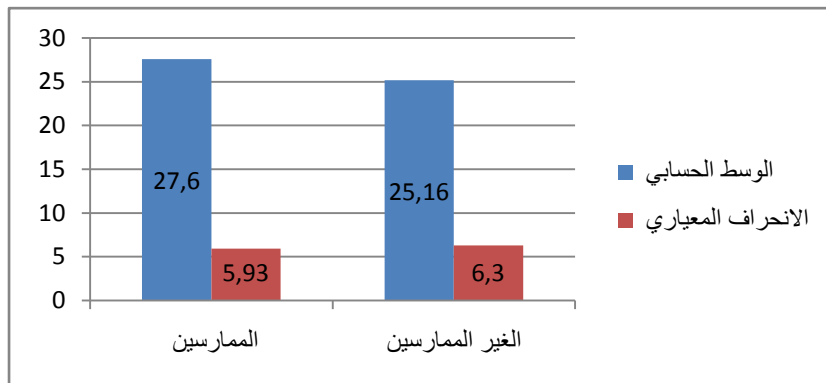
وهذا يؤشر إن هنالك فروق معنوية لصالح أعوان الحماية المدنية الممارسين

لنشاط الترويحي الرياضي وذلك لان قيمة وسطهم الحسابي والبالغ 27.6 هو اكبر

من قيمة الوسط الحسابي لأعوان الحماية المدنية غير الممارسين للنشاط الترويحي

الرياضي البالغ قيمة قدرها 25.16 .

شكل 3 يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية (الاستقرار و الأمان الوظيفي)



د - بعد العواطف (الجانب الوجداني):

جدول 8 يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت.م (الجانب

الوجداني).

الدالة المعنوية	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحسوبة	غير الممارسين		الممارسين للرياضة		
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
معنوي	1.98	15.85	8.98	33.16	3.08	52.61	العواطف جانبا الوجداني

وأظهرت النتائج إن قيمة ت المحسوبة بين الأوساط الحسابية والانحرافات

المعيارية لأعوان الحماية المدنية الممارسين وغير ممارسين للنشاط الترويحي الرياضي

بالنسبة إلى بعد العواطف قد بلغ قيمة قدرها 15.85 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية

البالغة 1.98 عند درجة حرية 118 ومستوى دلالة 0.05 .

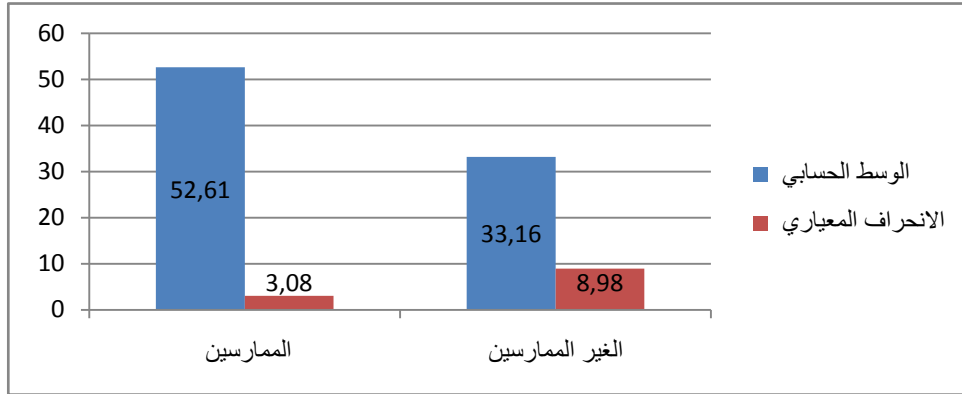
وهذا يؤشر إن هنالك فروق معنوية لصالح أعوان الحماية المدنية الممارسين للنشاط

الترويحي الرياضي وذلك لان قيمة وسطهم الحسابي والبالغ 52.61 هو أكبر من قيمة

الوسط الحسابي لأعوان الحماية المدنية الغير ممارسين للنشاط الترويحي الرياضي

البالغ قيمة قدرها 33.16 .

شكل 4 : يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية (الجانب الوجداني).



هـ - بعد الصحة النفسية:

جدول 9 يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت.م (الصحة النفسية)

الدالة	قيمة ت الجدولية المعنوية	قيمة ت المحسوبة	غير الممارسين		الممارسين		
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
معنوي	1.98	25.60	5.55	17	3.48	38.68	الصحة النفسية

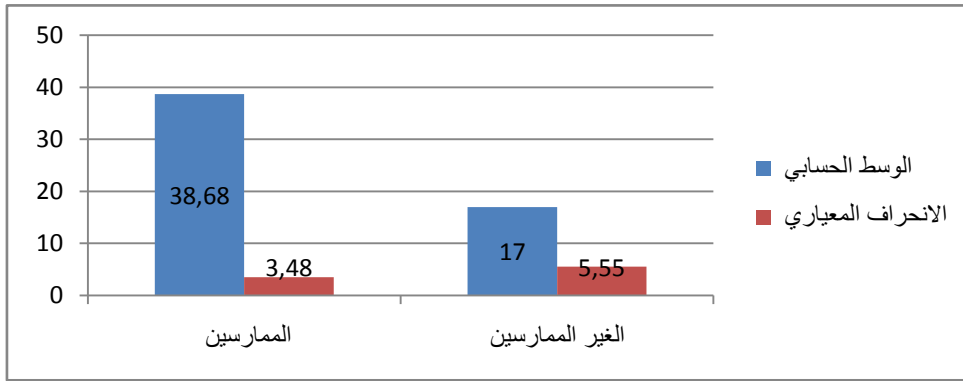
أظهرت النتائج إن قيمة ت المحسوبة بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية

لأعوان الحماية المدنية الممارسين وغير ممارسين للنشاط الترويحي الرياضي بالنسبة

إلى بعد جودة الصحة النفسية قد بلغ قيمة قدرها 25.60 وهي أكبر من قيمة ت
الجدولية البالغة 1.98 عند درجة حرية 118 ومستوى دلالة 0.05.

وهذا يؤشر إن هنالك فروق معنوية لصالح أعوان الحماية المدنية الممارسين
للنشاط الترويحي الرياضي وذلك لان قيمة وسطهم الحسابي (والبالغ) 38.68 هو أكبر
من قيمة الوسط الحسابي أعوان الحماية المدنية الغير ممارسين للنشاط الترويحي
الرياضي البالغ قيمة قدرها 17.

شكل 5: " يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية (الصحة النفسية).



و - بعد جودة شغل الوقت وإدارته:

جدول 10 يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت.م(جودة شغل

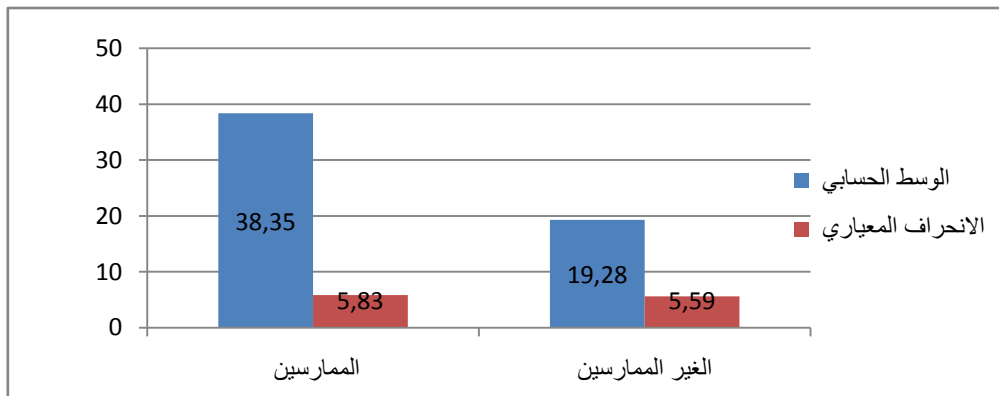
الوقت و إدارته).

الدالة المعنوية	الجدولية	قيمة ت المحسوبة	غير الممارسين		الممارسين		شغل الوقت و ادارته
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
معنوي	1.98	18.26	5.59	19.28	5.83	38.35	

وأظهرت النتائج إن قيمة ت المحسوبة بين الأوساط الحسابية والانحرافات

المعيارية أعوان الحماية المدنية الممارسين وغير ممارسين للنشاط الرياضي بالنسبة إلى بعد جودة شغل الوقت و إدارته قد بلغ قيمة قدرها 18.26 وهي اكبر من قيمة ت الجدولية البالغة 1.98 عند درجة حرية 118 ومستوى دلالة 0.05 وهذا يؤشر إن هنالك فروق معنوية لصالح أعوان الحماية المدنية الممارسين للنشاط الرياضي وذلك لان قيمة وسطهم الحسابي والبالغ 38.35 هو اكبر من قيمة الوسط الحسابي لأعوان الحماية المدنية الغير ممارسين للنشاط الرياضي البالغ قيمة قدرها 19.28

شكل 6: يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية (شغل الوقت و إدارته).



2-2- الاستنتاجات :

- يتمتع أعوان الحماية المدنية الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية في بعد الصحة العامة بمستوى متوسط في جودة الحياة .بالمقابل يتميز غير الممارسين بمستوى منخفض.

- يتميز أعوان الحماية المدنية الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية في بعد الحياة الأسرية والاجتماعية بمستوى عال في جودة الحياة .في حين يتميز غير الممارسين بمستوى متوسط.

- يتميز أعوان الحماية المدنية الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية في بعد الاستقرار و الأمان الوظيفي بمستوى متوسط في جودة الحياة .في حين يتميز غير الممارسين بمستوى منخفض.

- يتمتع أعوان الحماية المدنية الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية في بعد العواطف (الجانب الوجداني) بمستوى عال في جودة الحياة .عكس غير الممارسين الذين يتميزون بمستوى متوسط.

- يتمتع أعوان الحماية المدنية الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية في بعد الصحة النفسية بمستوى عال في جودة الحياة .بالمقابل يتميز غير الممارسين بمستوى ضعيف.

- يتمتع أعوان الحماية المدنية الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية في بعد شغل الوقت وإدارته بمستوى عال في جودة الحياة .بالمقابل يتميز غير الممارسين بمستوى ضعيف.

- تسهم الأنشطة الترويحية الرياضية إيجابا في تحسين جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية الممارسين لها.

2-3 - مقارنة النتائج بالفرضيات:

- مناقشة الفرضية الأولى:

والتي تنص على مايلي: "ان درجة مستوى جودة الحياة بين المتوسط والمرتفع

لدى أعوان الحماية المدنية الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي ،وبين المنخفض والمتوسط لدى غير الممارسين.

نلاحظ أن النتائج تصب لصالح الفرضية ، فدرجات مستوى جودة الحياة لدى

أعوان الحماية المدنية الممارسين للنشاط الرياضي كانت متوسطة - مرتفعة ، حيث

جاءت متوسطة في بعد الصحة العامة فقط اما البعاد الأخر فكانت مرتفعة .مقارنة

بنتائج مستوى جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية غير ممارسين للنشاط

الرياضي والتي كانت منخفضة - متوسطة ،فجاءت منخفضة في البعدين (الصحة

النفسية ، شغل الوقت و إدارته)، اما باقي الأبعاد الأربع فجاءت متوسطة. ويعزو

الطالبان ذلك إلى إسهامات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي على جودة الحياة لدى

أعوان الحماية المدنية .وهذا ما تؤكدته دراسة عكاشة (2007) أن جودة الحياة تجعل الحياة حلوة ليست مقصورة فقط على الأغنياء والقادرين بل يستطيع أي فرد أن يعيشها بشرط أن يتبع مجموعة من النصائح منها :المشي نصف ساعة يوميا، البوح بالمتاعب، تعلم المهارات أو هوايات جديدة، الاندماج في الصداقات وعدم الانعزال ومحاولة العيش في نسيج اجتماعي صحي وتعلم الاسترخاء.(مسعودي،2015،ص2018).

كما اتفقت هذه الدراسة مع دراسة (إبراهيم وصديق،2006) والتي تشير إلى الدور الايجابي للأنشطة الرياضية في رفع جودة الحياة لدى طلبة جامعة السلطان قابوس.

وعليه نقول أن الفرضية الأولى تحققت.

- مناقشة الفرضية الثانية:

والتي تنص على ما يلي "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي لدى أعوان الحماية المدنية ، ولصالح الممارسين".

فإننا نلاحظ أن نتائج قيم ت المحسوبة بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لأعوان الحماية المدنية الممارسين وغير ممارسين للنشاط الرياضي بالنسبة إلى كل بعد من الأبعاد الستة ،وبالنسبة لجودة الحياة بشكل عام فقد بلغت قيم اكبر من

قيم ت الجدولية وهذا يؤشر إن هنالك فروق معنوية لصالح أعوان الحماية المدنية الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي، ويفسر الطالبان ذلك إلى أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية على تحسن جودة الحياة لدى هذه العينة .حيث اتفقت هذه الدراسة مع دراسة(بن شميصة العيد ، 2018) والتي تؤكد على تأثير ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية على وجودة الحياة لدى كبار السن.

وهذا ما يحقق الفرضية الثانية والتي تشير إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في جودة الحياة بين الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي لدى أعوان الحماية المدنية، ولصالح الممارسين.

- مناقشة الفرضية العامة:

والتي تنص على ما يلي " تسهم ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية ايجابيا في الرفع من مستوى جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية."

نلاحظ من خلال النتائج المستخلصة في مستوى جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية ، وبعد استخدام اختبارات "ت" على وجود دلالة إحصائية في جميع الإبعاد الست للمقياس ولصالح الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية على حساب غير الممارسين . ويعزو الطالبان ذلك إلى إسهامات الممارسة الترويحية الرياضية على الرفع من جودة الحياة لدى عون الحماية المدنية وعليه يفسر الطالبان أن ممارسة النشاط الرياضي الترويحي لها أهمية كبير في نوعية جودة حياة أعوان الحماية

المدنية ،اذ تطور بعض السمات الشخصية والاجتماعية ،والنضج الانفعالي ، والتقليل من التوتر ، والمحافظة على الصحة العامة والنفسية بشكل عام ،وتساهم في تنظيم الحياة .وهذا ما تؤكدته دراسة (أمال صلاح عبد الرحيم، 2006) التي تدعو إلى تجسيد ثقافة الترويح لما له من آثار ايجابية على الجوانب النفسية والاجتماعية والسلوكية و الصحية.

وتضيف الحسنات ان ممارسة أنشطة التربية البدنية و الرياضية أنها وسيلة للاسترخاء ، مثل المشي الذي يمثل احد العوامل الرئيسية في الحياة المتحررة من ضغوط العمل...حيث يخلص الإنسان من الهموم الكثيرة والضغوط النفسية. (عصام الحسنات،2009،ص41)

كم اتفقت هذه الدراسة مع دراسة (أماني الماظ ، احمد عبد القادر ، 2014) حيث أكدت أن لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية تأثيرا ايجابيا دالا على أبعاد مقياس جودة الحياة.

ودراسة (خماس ، منصور ، 2018) التي أظهرت النتائج أن مستوى جودة الحياة مرتفع لدى كبار السن ولصالح الممارسين للنشاط الرياضي ومنخفضة لدى غير الممارسين.

وعليه ومن خلال العرض السابق لمناقشة الفرضية العامة يتبين ان تحققت والتي تشير إلى أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية تسهم ايجابيا في الرفع من مستوى جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية.

4- التوصيات:

- إعداد برامج ترويحية رياضية لهذه الفئة (اعوان الحماية المدنية).
- تنشيط وتفعيل الجمعيات الرياضية لخلق جو مناسب لممارسة النشاط الرياضي لأعوان الحماية المدنية.
- نشر ثقافة ووعي الممارسة الترويحية الرياضية لدى هذه الفئة و التأكيد على مبدأ (العقل السليم في الجسم السليم).
- إعداد مختصين في مجال الترويح في مراكز الحماية المدنية .
- تأهيل الميادين والساحات و إنشاء مراكز وصالات خاصة لممارسة النشاط الترويحي الرياضي في مراكز الحماية المدنية وتخصيص لهم وقت لذلك.

الخلاصة العامة:

يعتبر مفهوم جودة الحياة من مجالات البحوث الأسرع نموا واهتماما ، وهو مفهوم يعد مقياسا لمدى رفاهية الأفراد والمجتمعات والشعوب . وهو مفهوم واسع النطاق يتأثر بالصحة الجسدية للشخص وحالته النفسية ومعتقداته الشخصية وعلاقاته الإجتماعية“ .

وباعتبار اعوان الحماية المدنية جزء من هذا المجتمع ، وفئة مهمة منه لما لها من أهمية في خدمته حيث نجدوهم دائما في الخطوط الأمامية لمواجهة مختلف المخاطر (الزلازل، الحرائق، الفيضانات، الحوادث،...)، فإنهم رجال المهام النبيلة، لإنقاذ حياة الآخرين، ونظرا لما يقدمونه من خدمات إنسانية ،حيث جاءت هذه الدراسة لإبراز أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية. ،وذلك للرفع من مستوى جودة الحياة لديم. ومن اجل إيجاد آليات فعالة لذلك ،استخدم الطالبان مقياس جودة الحياة لمعرفة مستوى جودة الحياة لدى عون الحماية المدنية الممارس وغير الممارس للأنشطة الترويحية الرياضية. فجاءة النتائج على النحو التالي:

- يتمتع أعوان الحماية المدنية الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية في بعد الصحة العامة بمستوى متوسط في جودة الحياة .بالمقابل يتميز غير الممارسين بمستوى منخفض.
- يتميز أعوان الحماية المدنية الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية في بعد الحياة الأسرية والاجتماعية بمستوى عال في جودة الحياة .في حين يتميز غير الممارسين بمستوى متوسط.
- يتميز أعوان الحماية المدنية الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية في بعد الاستقرار و الأمان الوظيفي بمستوى متوسط في جودة الحياة .في حين يتميز غير الممارسين بمستوى منخفض.

- يتمتع أعوان الحماية المدنية الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية في بعد العواطف (الجانب الوجداني) بمستوى عال في جودة الحياة .عكس غير الممارسين الذين يتميزون بمستوى متوسط.
- يتمتع أعوان الحماية المدنية الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية في بعد الصحة النفسية بمستوى عال في جودة الحياة .بالمقابل يتميز غير الممارسين بمستوى ضعيف.
- يتمتع أعوان الحماية المدنية الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية في بعد **شغل** الوقت وإدارته بمستوى عال في جودة الحياة .بالمقابل يتميز غير الممارسين بمستوى ضعيف.
- تسهم الأنشطة الترويحية الرياضية إيجابا في تحسين جودة الحياة لدى أعوان الحماية المدنية الممارسين لها.

مجموع درجات جودة الحياة لكل فرد من أفراد العينة وهذا لكل بعد من أبعاد المقياس

	غير ممارسين						الممارسين					
	1ع	2ع	3ع	4ع	5ع	ع	1س	2س	3س	4س	5س	س
1	15	32	22	35	23	17	37	40	19	56	37	45
2	14	36	27	40	24	15	30	32	25	50	40	33
3	27	25	26	28	26	20	31	37	39	47	45	32
4	22	18	28	26	24	26	32	34	26	52	35	25
5	16	19	29	55	21	27	40	25	27	58	48	38
6	23	17	16	47	26	29	34	27	30	52	38	37
7	18	16	17	25	25	24	34	43	27	57	39	36
8	17	18	19	36	2	23	36	41	26	55	36	39
9	18	12	33	34	25	28	32	39	28	57	48	34
10	23	28	25	32	22	26	37	32	38	55	45	39
11	22	26	39	48	15	20	39	43	24	54	42	35
12	19	25	33	45	18	17	33	47	25	53	41	38
13	26	24	25	42	25	26	35	39	33	52	43	44
14	20	23	22	41	15	18	39	47	35	52	46	48
15	16	21	20	40	26	15	35	49	38	54	38	46
16	23	18	18	42	26	10	47	46	40	56	39	41
17	18	27	29	52	23	22	36	43	30	56	40	40
18	17	25	26	40	26	12	37	35	33	48	38	25
19	18	26	23	35	28	17	31	29	24	51	39	42
20	19	30	34	25	29	18	32	48	18	49	36	47
21	28	33	27	48	21	30	31	46	37	55	35	39

22	38	38	27	26	13	18	41	41	24	55	38	37
23	25	24	26	34	17	12	33	36	28	53	39	38
24	20	27	22	20	9	17	37	39	27	55	38	42
25	23	34	24	28	12	14	33	48	26	57	42	45
26	31	35	25	31	16	16	37	46	22	51	38	41
27	26	22	12	38	16	18	37	50	21	48	36	32
28	31	31	17	36	15	12	33	52	17	52	37	45
29	15	33	15	24	16	17	35	41	15	56	39	43
30	34	38	26	29	20	13	38	42	28	51	35	41
31	27	14	28	55	15	14	33	44	29	55	38	26
32	28	24	33	25	12	18	35	35	34	55	37	28
33	32	30	37	23	13	15	35	46	36	54	36	29
34	17	25	24	31	15	17	32	42	25	49	35	48
35	22	33	28	34	9	16	28	41	27	49	39	45
36	20	25	26	39	15	22	30	40	26	52	39	50
37	29	30	22	21	12	28	35	27	28	49	35	42
38	18	39	24	47	10	26	40	33	26	55	35	45
39	21	31	15	45	13	27	22	38	24	56	36	43
40	19	35	39	29	12	15	32	46	37	53	38	42
41	33	26	24	35	11	14	35	48	25	53	39	41
42	25	33	40	25	14	17	31	45	26	45	35	25
43	39	39	25	34	14	18	32	45	22	48	34	39
44	25	24	17	29	14	16	34	42	20	51	38	37
45	18	27	16	27	17	17	25	41	23	56	39	36
46	28	26	25	32	11	12	26	47	27	54	36	35
47	34	29	35	29	11	17	30	34	19	53	38	40

النتائج

48	31	22	24	22	14	28	38	48	28	52	46	35
49	29	31	22	28	16	24	34	47	26	53	42	36
50	34	16	27	30	14	30	37	45	24	54	41	35
51	31	26	28	28	18	17	32	36	27	53	40	38
52	20	33	18	23	15	15	40	46	33	47	36	39
53	21	19	27	23	11	30	29	44	40	46	38	34
54	27	29	33	28	13	17	30	42	30	48	33	38
55	19	26	24	32	16	19	25	41	33	55	39	36
56	20	33	28	21	12	17	28	46	25	54	35	39
57	22	44	15	26	11	30	33	39	36	53	38	37
58	29	37	27	22	10	15	30	37	25	54	35	45
59	28	30	27	30	11	17	37	42	22	55	36	36
60	12	17	20	50	19	12	35	41	23	51	45	35

- المراجع و المصادر:

- رغاء علي نعيسة (2012) جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين، مجلة جامعة دمشق المجلد 28 العدد الأول، 145-181
- العادلي، كاظم الكردي (2006) مدى إحساس طلبة كلية التربية بالرستاق بجودة الحياة وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات. وقائ ع ندوة علم النفس وجودة الحياة، 17-19 ديسمبر 2006
- أشرف عبد القادر (2005) تحسين جودة حياة المعاق، مؤتمر تطوير الأداء في مجال الوقاية من الإعاقة، مكتب التربية العربي بدول الخليج.
- عبد الحميد سعيد حسن وآخرون (2006) جودة الحياة وعلاقتها بالضغوط النفسية واستراتيجيات ومقاومتها لدى طلبة جامعة السلطان قابوس، وقائع ندوة علم وجودة الحياة، 17-19 ديسمبر 2006
- عصام ,ع .العلاقات الإنسانية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى أعوان الحماية المدنية . جامعة المسيلة :مذكرة ماستر في علم النفس.
- حسن علاوي و آخرون .(1999) .البحث العلمي في التربية وعلم النفس .القاهرة :دار الفكر العربي.
- ثابت ,ن .(1984) .أضواء على الدراسة الميدانية .الكويت :مكتبة الفلاح.
- شفيق ,م .(2006) .البحث العلمي مع تطبيقاته في مجال الدراسة الإجتماعية .لمكتب الجامعي الحديث.
- عمار ,ب .(1995) .مناهج البحث العلمي و إعداد البحوث .دار النشر،الجزائر .

- محمد الحماحي , عايدة عبد العزيز مصطفى (2001) , الترويج بين النظرية و التطبيق ط 2:مركز الكتاب للنشر .
- صدام ضياء القروني (1997), التربية الترويجية , بغداد: الدار العربية للطباعة .
- كمال درويش, أمين الخولي , (1990), أصول الترويج و أوقات الفراغ , القاهرة: عالم الكتاب .
- تهاني عبد السلام محمد . (2001) , الترويج و التربية الترويجية . القاهرة .
- مصطفى حسين و أخرون (2002), علم النفس الفيزيولوجي ,مصر: طبعة 1 مكتبة الأنجلو المصرية .
- أحمد زكي بدوي، 1986 "معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية"، مكتبة لبنان، بيروت، .
- فؤاد مرسي، 1982 "التخلف والتنمية دراسة في التطور الاقتصادي"، دار المستقبل العربي، بيروت، .
- محمد ياسر الخواجة، 1998 . "علم الاجتماع الاقتصادي بين النظرية والتطبيق"، دار الأهالي، سورية،
- محمد ياسر الخواجة، الاتجاهات الحديثة في دراسة الفقر"، مقالة مرجعية قُدمت إلى اللجنة العلمية الدائمة لترقية الأساتذة والأساتذة المساعدين .
- ابراهيم ، نهال محمد السادات ، (2011), جودة الحياة الوظيفية و أثارها على الأداء في شركات القطاع الخاص و الشركات متعددة الجنسيات _ دراسة ميدانية مقارنة _ رسالة ماجستير غير منشورة , مصر ,جامعة قناة السويس.
- ابراهيم رحمة . (1998). تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي, ط 1: دار الفكر للطباعة والنشر.

- عطيات محمد خطاب.(1982). أوقات الفراغ و الترويح , ط3 القاهرة:دار المعارف
- كمال درويش , أمين خولي (1990) أصول الترويح وأوقات الفراغ :دار الفكر العربي
- إبراهيم، محمد عبد الله، وصديق، سيدة عبد الرحيم (2006) دور الأنشطة الرياضية في جودة الحياة لدى طلبة جامعة السلطان 17-19 ديسمبر - 2006 قابوس .وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة.
- نهاد عبد الرحمن الشنطي.(2016). واقع جودة الحياة الوظيفية في المؤسسات الحكومية وعلاقته بأخلاقيات العمل .رسالة ماجستير غير منشورة .غزة :جامعة الأقصى.
- شيخي مريم.(2014). طبيعة العمل وعلاقتها بجودة الحياة رسالة ماجستير غير منشورة.الجزائر: جامعة تلمسان .
- رشا البغدادى.(2017). جودة حياة العاملين في معاهد التربية الخاصة وأثرها في درجة رضاهم الوظيفي. المجلد 39. العدد 28 .دمشق: مجلة جامعة البعث.
- مسعودي أحمد.(2015). بحوث جودة الحياة في العالم العربي. العدد 20 :مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية.جامعة وهران.
- من الانترنت: يوم 12 جوان 2019 على الساعة 15 سا.
- (<http://www.protectioncivile.dz>)
- Barbara (4 September 2013). "[Quality Of Life: Everyone Wants It, But What Is It?](#)" . *Forbes/ Education*. 2016 .
- Andrew (2002). "The Cancer Patient and Quality of Life". *The Oncologist*. 7 (2): 120–125. [ISSN 1083-7159](#). [PMID 11961195](#). [doi:10.1634/theoncologist.7-2-120](#).
، [Gregory](#) ، [Derek](#) ، Johnston، Ron ، Pratt، Geraldine ، [Watts](#)، [Michael](#)؛ وآخرون.. المحررون (June 2009). "Quality of Life". *Dictionary of*

th). Oxford: Wiley–Blackwell. [ISBN 978-5-1-4051-3287-9](#) الطبعة 5 (Human Geography)

, ed. (1993). *The Quality of Life*, [مارثا نوسباوم](#) and [أمارتيا سن](#) , Oxford: Clarendon Press. Description and chapter–preview [links](#).

[نسخة محفوظة](#) 11 فبراير 2019 على موقع [واي باك مشين](#) .

James W. (2009). *Encyclopedia of the Life Course* ، [McNally](#) vol.3). USA: Macmillan Reference. *and Human Development* (الطبعة . 317 صفحة

Costanza, R. ، وآخرون. (2008)

. "[An Integrative Approach to Quality of Life Measurement, Research, and Policy](#)". *S.a.p.i.en.s.* (1).

[Richard](#) (6 April 2006). *Happiness: Lessons from a New Science* ، [Layard](#) London: Penguin. [ISBN 978-0-14-101690-0](#).

["Quality of Life: How Good is Life for You?"](#). University of Toronto Quality of Life Research Unit. اطلع عليه بتاريخ 14 أكتوبر 2009 .

1. [About QLC : Quality of Life Care](#) [نسخة محفوظة](#) 18 نوفمبر 2018 على موقع [واي باك مشين](#) .

2. DOSSIER ,FORMATION DES DEFIS BRILLAMMENT

RELEVES ,op.cit,P14.

3. DOSSIER ,FORMATION DES DEFIS BRILLAMMENT

RELEVES ,op.cit ,P17

ملخص البحث :

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على جودة الحياة عند الحماية المدنية , واعتمدت الدراسة المنهج الوصفي , حيث شملت الدراسة عمال مديرية الحماية المدنية الجزائرية بولاية عين تموشنت , واستخدم الباحثان مقياس جودة الحياة ضمن متطلبات انجاز البحث ,حيث تم توزيع (140) استمارة وتم استرجاع (120) منها .

وقد تم الحصول على العديدة من النتائج أهمها , درجة مستوى جودة الحياة مرتفعة و متوسطة لدى أعوان الحماية المدنية الممارسين للنشاط الرياضي الترويحي و منخفضة الى متوسطة لدى غير الممارسين وقد أظهرت النتائج الى وجود علاقة ايجابية للممارسين للنشاط الرياضي الترويحي حيث نجد أن جودة الحياة مرتفعة في جميع مجالات الحياة كالصحة العامة و الحياة الأسرية و العواطف و الصحة النفسية و غيرها وهذا يؤشر إن هنالك فروق معنوية لصالح أعوان الحماية المدنية الممارسين للنشاط الرياضي وذلك لان قيمة وسطهم الحسابي والبالغ 33.75 هو اكبر من قيمة الوسط الحسابي أعوان الحماية المدنية الغير ممارسين للنشاط الرياضي البالغ قيمة قدرها 23.66 .

- وأوصت الدراسة : إلى ضرورة ممارسة النشاط الرياضي الترويحي من قبل أعوان الحماية المدنية لأنه ينمي جودة الحياة لديهم بشكل كبير ويشمل تقريبا جميع النواحي خاصة الجسمية و النفسية .

- ضرورة إنشاء قاعات رياضية في مختلف مراكز ووحدات الحماية المدنية لتمكينهم من ممارسة النشاط الرياضي الترويحي .

Research Summary :

The purpose of this study was to identify the quality of life in civil protection. The study adopted the descriptive approach. The study included the work of the Directorate of Civil Protection of Algeria in the state of Ain Temouchent. The two scales used the quality of life criterion within the requirements of completing the research.) Of which .

The results were obtained mainly from the high level of quality of life of the civil protection agents practicing recreational and low to medium activity among the non-practitioners. The results showed a positive relationship between the practitioners of recreational sport activity, where the quality of life is high in all Areas of life such as public health, family life, emotions, mental health, etc. This indicates that there are significant differences in favor of the civil protection agents practicing sports activity because the value of their mathematical mean of 33.75 is greater than the value of the arithmetic mean The intention of others to exercise sports activity of 23.66.

- The study recommended: The need to exercise recreational sports activity by the civil protection agents because it develops the quality of life they have a large and includes almost all aspects, especially physical and psychological.
- The need to establish sports halls in various centers and units of civil protection to enable them to exercise sports recreational activities.