



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية والرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في النشاط البدني الرياضي الترويحي

العنوان:

مواقع التواصل الاجتماعي وأهميتها في تشجيع ممارسة

الأنشطة الرياضية الترويحية لدى الطلبة

بحث مسحي أجري على الطلبة المقيمين في الاقامات الجامعية بمدينة مستغانم

تحت إشراف :

- د/ حرباش إبراهيم

من إعداد الطالب :

-مغتات منصور

لجنة المناقشة

رئيس اللجنة المناقشة د. علالي طالب

الأستاذ العضو د. جديد عبد الرحمان

السنة الجامعية: 2020/2019

# الشكر والتقدير

أولا الشكر لله سبحانه و تعالى الذي وفقنا لإتمام هذا العمل ثم الشكر وكل الشكر إلى الوالدين اللذان علمونا وسهروا على تربيتنا واستطاعوا إيصالنا إلى هذا اليوم الذي والذين سيظلون دوما شرفا و فخرا لنا ما حيننا...

إلى كل من علمني حرفا منذ بداية مشواري الدراسي وإلى أساتذة الجامعة ونوجه شكرنا الخاص إلى كل المبحوثين الذين ساعدوني في إنجاز هذه الدراسة، وإلى كل من ساهم في إعداد هذا العمل المتواضع من قريب أو من بعيد...

كما أتقدم بوافر الشكر والتقدير إلى أستاذي الفاضل ومشرفي الدكتور إبراهيم حرباش الذي سهر على توجيهي و تقديم النصائح والمعلومات لي، والتي من شأنها أن تمنح لهذا البحث الشكل المقبول والذي لن تكفي الكلمات عن شكره فجزاه الله عنا خير جزاء...

وفي الأخير نأمل أن نكون قد قدمنا عملا قد يكون بمثابة انطلاق لأعمال أخرى تساهم في خدمة البحث العلمي.

# الإهداء

أهدي ثمرة جهدي إلى أعلى ما أملك في الدنيا الوالدين العزيزين حفظهم الله لي  
وجزاهم الله كل خيرا اللذان منحاني النور الحياة ونور العلم ويفضلهما سرت إلى درب  
النجاح محطما بذلك كل قيود الفشل...

كما أهديه إلى جميع أفراد عائلتي أخي علي وأختي الصغرى آية... وجميع  
أصدقائي وبالأخص الإخوة رزيقة ميلود وتواتي، مصطفى بوزيد، إسماعيل  
بلعاليا ورزيقة حمو صديقي المقرب ولا ننسى أستاذاي فتحي بقلول وإلى جميع  
أعضاء لاعبي كرة الطائرة وكرة القدم بوادي الخير ومكي بشير الذي رافقني في  
إتمام هذا العمل المتواضع...

وإلى كل من ساعدوني في إتمام هذا العمل وإلى كل الأساتذة المحترمون الذين  
قاموا بتزويدنا بالمعلومات و خاصة أستاذنا المحترم والقدير د. ابراهيم حرياش  
حفظه الله...

# فائمة المحتويات

## قائمة المحتويات

أ..... الشكر والتقدير

ب..... الإهداء

ج..... قائمة المحتويات

ج..... قائمة الجداول

ه..... ملخص الدراسة

1..... مقدمة:

4..... 2-مشكلة الدراسة:

5..... التساؤلات الفرعية:

5..... 4.أهداف الدراسة:

5..... الأهداف الفرعية:

5..... 5.فرضيات الدراسة

5..... الفرضيات الجزئية:

6..... 1.6. التواصل الاجتماعي

6..... 2.6. مواقع التواصل الاجتماعي

6 3.6 الأنشطة الرياضية الترويحية:

7. الدراسات المشابهة: .....

8. التعليق على الدراسات المشابهة: .....

16 تمهيد: .....

1.1 مفهوم مواقع التواصل الاجتماعي: من أهم التعاريف التي تصف هذه المواقع ما

يلي: .....

17 1.2.1 تعريف التواصل الاجتماعي لغة

2.1 تعريف مواقع التواصل الاجتماعي : من بين التعريفات التي تناولت مصطلح

مواقع التواصل الاجتماعي ما يلي: .....

3.1 نشأة مواقع التواصل الاجتماعي: بدأت مواقع التواصل الاجتماعي في الظهور

في منتصف التسعينات حيث أنشئ موقع (CLASSMATES.COM) عام 1995

للربط بين زملاء الدراسة، و موقع SIXDEGREES.COM عام 1997 الذي ركز

على الروابط المباشرة بين الأشخاص، وظهرت تلك المواقع الملفات الشخصية

للمستخدمين و خدمة إرسال الرسائل الخاصة لمجموعة من الأصدقاء .....

4.1 خصائص مواقع التواصل الاجتماعي: .....

1.5 أهمية مواقع التواصل الاجتماعي: .....

## 1.6 أنواع مواقع التواصل الاجتماعي : 22 .....

22 1.6.1 النوع الأول يختص بالاتصالات و إيجاد و تبادل المعلومات

22.....2.6.1 المدونات (BLOGS) .....

23.....3.6.1 مواقع الترابط الشبكي الاجتماعي .....

23.....4.6.1 مواقع الفعاليات (EVENTS): .....

## 7.1 أشهر مواقع شبكات التواصل الاجتماعي : 27 .....

### 1.7.1 الفيس بوك (FACEBOOK): 27 .....

29 2.7.1 تويتر (TWITTER)

30 3.7.1 موقع اليوتيوب (YOU TUBE)

30 4.7.1 أنستغرام (INSTAGRAM):

### 8.1 إيجابيات و سلبيات مواقع التواصل الاجتماعي: 31 .....

ERREUR ! SIGNET NON DEFINI. 1.8.1 ايجابيات مواقع التواصل الاجتماعي :

32 2.8.1 سلبيات مواقع التواصل الاجتماعي :

### 34 .....: خلاصة

### 37 .....: تمهيد

### 38 .....: 1.2 النشاط

38 2.2. مفهوم النشاط:

39 2.1.2 أغراض الأنشطة

39 3.2 مفهوم الترويج: .....

1.3.2 أغراض الترويج: تتلخص أغراض الترويج تبعاً للاهتمامات و الرغبات التي

41 يمكن إعتبارها دوافع لممارسة الأنشطة الترويجية في:

42 4.2 سمات الترويج: .....

43 5.2- مستويات و أنواع مناشط الترويج: .....

43 1.5.2-المستويات حسب بريتل وناش

2.5.2- المستويات حسب ريبلتز: يقسم ريبلتز مستويات المشاركة إلى ثلاثة و

44 هي: .....

6.2- الهدف من الترويج: أجمع العلماء أن أهداف الترويج تتلخص في هدفين

أولهما باطني وهو تحقيق السعادة والسرور للفرد الممارس، أما الثاني ظاهري

يتحقق حسب طبيعة الأنشطة الترويجية الممارسة حيث لكل نشاط أهداف محددة،

فالأنشطة الترويجية متعددة ومتنوعة ولكل منها أهداف وأغراضه التي تسهم في بناء

44 الفرد وتنميه. ....

45 7.2- أهمية الترويج: .....

8.2- الأنشطة الرياضية الترويحية: ..... 45

45 1.8.2 - مفهوم الأنشطة الرياضية الترويحية:

استخلص الطالب الباحث فيما ذكره عبد الوهاب شاهد في كتاب "الرياضة للجميع الفلسفة والتطبيق" د. محمد الحماحي (1997) على أنها تعد وسيلة معبرة عن حاجة الفرد للدفاع عن ذاته في مواجهة متغيرات التقدم التقني، كما أنها تعد طريقة للبحث

45 عن حياة أفضل للجميع. (الحماحي أ.، 1997)

46 2.8.2- مميزات النشاط الترويحي الرياضي

46 3.8.2-أنشطة الترويحي الرياضي:

47 4.8.2-خصائص الترويحي الرياضي

48 5.8.2 أهمية النشاطات الرياضية و الاجتماعية في استثمار أوقات الفراغ:

49 6.8.2 العوامل المؤثرة في الأنشطة الرياضية الترويحية:

9.8.2 مقارنة خصائص الرياضة الترويحية و الرياضة التنافسية: ..... 51

51 1.9.8.2- الرياضة الترويحية:

51 2.9.8.2- الرياضة التنافسية:

52 9.2- أهداف الترويحي الرياضي:

10.2- النشاط الرياضي في الجامعات: ..... 55

55 1.10.2 أهداف النشاط الرياضي في الجامعات:

11.2- الآثار الاجتماعية للتكنولوجيا و علاقتها بوقت الفراغ والترويحي: ..... 56

12.2- المشكلات التي تواجه مشاركة المتعلمين في مناشط الترويج:.....57

الخلاصة: .....60

تمهيد: .....63

1.1 منهج البحث: .....63

2.1 مجتمع وعينة البحث : .....63

3.1.متغيرات البحث: .....63

4.1 . مجالات البحث: .....63

5.1 . الأدوات البحث: .....64

1.5.1. الخصائص السيكومترية لأداة : .....64

69 4.1.5.1 الموضوعية:

2.5.1 الأساليب الإحصائية: .....69

6.1 صعوبات البحث .....70

الخلاصة: .....70

الاستنتاجات: .....108

108 ..... مناقشة الفرضيات:

111 ..... التوصيات:

112 ..... خلاصة عامة

## قائمة الجداول

- الجدول 1: يوضح محاور الاستثمارة الاستثنائية.....64
- الجدول 2: يوضح الأسس السيكومترية للمحور الأول من الاستثمارة الاستثنائية.....65
- الجدول 3: يوضح الأسس السيكومترية للمحور الثاني من الاستثمارة الاستثنائية.....66
- الجدول 4: يوضح الأسس السيكومترية الاستثمارة الاستثنائية ككل.....68
- الجدول 5: يوضح إجابات الطلبة على السؤال 1 من المحور الأول.....72
- الجدول 6: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 2 من المحور الأول.....73
- الجدول 7: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 3 من المحور الأول.....74
- الجدول 8: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 4 من المحور الأول.....75
- الجدول 9: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 5 من المحور الأول.....76
- الجدول 10: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 6 من المحور الأول.....77
- الجدول 11: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 7 من المحور الأول.....78
- الجدول 12: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 8 من المحور الأول.....79
- الجدول 13: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 9 من المحور الأول.....80
- الجدول 14: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 10 من المحور الأول.....81
- الجدول 15: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 11 من المحور الأول.....82
- الجدول 16: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 12 من المحور الأول.....83
- الجدول 17: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 12 من المحور الأول.....84
- الجدول 18: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 14 من المحور الأول.....85
- الجدول 19: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 15 من المحور الأول.....86
- الجدول 20: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 16 من المحور الأول.....87
- الجدول 21: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 1 من المحور الثاني.....88
- الجدول 22: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 2 من المحور الثاني.....89

- الجدول 23: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 3 من المحور الثاني.....90
- الجدول 24: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 4 من المحور الثاني.....91
- الجدول 25: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 5 من المحور الثاني.....92
- الجدول 26: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 6 من المحور الثاني.....93
- الجدول 27: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 7 من المحور الثاني.....94
- الجدول 28: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 8 من المحور الثاني:.....95
- الجدول 29: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 9 من المحور الثاني.....96
- الجدول 30: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 10 من المحور الثاني.....97
- الجدول 31: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 11 من المحور الثاني.....98
- الجدول 32: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 12 من المحور الثاني.....99
- الجدول 33: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 13 من المحور الثاني.....100
- الجدول 34: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 14 من المحور الثاني.....101
- الجدول 35: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 15 من المحور الثاني.....102
- الجدول 36: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 16 من المحور الثاني.....103
- الجدول 37: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 17 من المحور الثاني.....104
- الجدول 38: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 18 من المحور الثاني.....105
- الجدول 39: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 19 من المحور الثاني.....106
- الجدول 40: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 20 من المحور الثاني.....107

ملخص الدراسة: هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن أهمية مواقع التواصل الاجتماعي في تشجيع الطلبة المقيمين في الإقامات الجامعية لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية، وكذا دورها الفعال في تشجيع النشاطات الترويحية في الإقامات الجامعية، و للإجابة عن أسئلة الدراسة، قام الطالب بتحضير استبيان مكون من مجالين الأول يحمل أسئلة خاصة بالممارسة الرياضية الترويحية في الإقامات الجامعية، والمجال الثاني يحمل أسئلة خاصة بالتواصل الاجتماعي والترويج الرياضي، حيث تكونت عينة البحث من (105) طالب موزعين بشكل عشوائي في ثلاثة إقامات بمدينة مستغانم، حيث خلصت نتائج الدراسة إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي تساهم بشكل كبير في تشجيع الممارسة الترويحية الرياضية، كما أن الطلاب المقيمين لا يقبلون على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية، حيث تبين على أن لمواقع التواصل الاجتماعي أهمية في زيادة وعي الطلاب بأهمية استثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية أثناء تواجدهم في الإقامة.

**الكلمات المفتاحية:** مواقع التواصل الاجتماعي - الأنشطة الرياضية الترويحية - الإقامات الجامعية.

**Study summary:** The current study aimed to reveal the importance of social networking sites in encouraging students residing in university neighborhoods to practice recreational sports activities, as well as its effective role in encouraging recreational activities in university residences, and to answer study questions the student prepared a questionnaire consisting of two areas, the first carrying questions regarding practice Recreational sports in university residences, and the second field carries questions related to social communication and sports recreation, where the research sample consisted of (105) students randomly distributed in three residencies in Mostaganem, the study results concluded that social networking sites contribute significantly to Encouraging sports recreational practice, just as resident students do not accept sports recreational activities, as it has proven that social networking sites are important in increasing students' awareness of the importance of practicing the importance of investing free time to practice sports recreational activities while they are in the residence.

**Keywords:** Social media - Recreational sporting activities - University residencies.

التعريف

بالبحر

## مقدمة:

شهدت البشرية تطورا هائلا وتغيرا في أنماط المعيشة في العقود الأخيرة نتيجة لظهور ما يسمى بثورة المعلومات، حيث نعيش اليوم في عصر التكنولوجيا التي سيطر على قطاع الإعلام والاتصال عن طريق الحضور الشبه المطلق لتكنولوجيا الكمبيوتر والوسائط المتعددة، و أضحت تتميز الحياة العصرية بكثرة الارتباطات وسهولة الاتصال بفضل التقنيات الحديثة التي استطاعت وبسرعة كبيرة أن تقلب المعادلة الكبرى التي قامت عليها عملية الاتصال ومن ابرز شواهد ذلك ظهور مواقع التواصل الاجتماعي التي غيرت تماما من نمطية تدفق المعلومات الإعلامية والاتصالية و بات الفرد منتجا ومرسلا ومستقبلا في ذات الوقت. (عطلاوي، 2017)

وقد سهلت الشبكة العنكبوتية على المستخدم إنشاء موقع خاص به ثم ربطه من خلال نظام اجتماعي إلكتروني مع أعضاء آخرين لديهم نفس الاهتمامات، كما تعددت المواقع الاجتماعية كلا حسب ميوله و موقعه الاجتماعي و المعيشي، و من أشهر المواقع الاجتماعية (الفايسبوك، التويتر، انستغرام، اليوتوب...) الذي استأثروا بالقبول لدى شريحة كبيرة من المجتمع خاصة فئة الشباب، الذين يستطيعون من خلالها ممارسة العديد من الأنشطة التي تساعدهم على التقرب والتواصل فيما بينهم ويفتحوا لهم أبوابا تمكنهم من إطلاق إبداعاتهم ومواهبهم. (عطلاوي، 2017) كانت بداية الفكرة التي أنشئها مارك جوكربيرج عند تصميمه لموقع الفيس بوك و وقتها كانت طالبا في جامعة هارفارد الأمريكية، هو إنشاء موقع إلكتروني يجمع زملائه في الجامعة ويمكنهم تبادل الأخبار والصور و الآراء في مختلف الموضوعات، وبالفعل أطلق جوكربيرج موقعه في فبراير من عام 2004، وسرعان ما لقي الموقع رواجاً بين طلبة جامعة هارفرد، واكتسب شعبية واسعة بينهم، الأمر الذي شجعه على توسيع قاعدة من يحق لهم الدخول إلى الموقع لتشمل طلبة جامعات أخرى أو طلبة مدارس ثانوية يسعون إلى التعرف على الحياة الجامعية، واستمر موقع فيس بوك قاصراً على طلبة الجامعات والمدارس الثانوية لمدة سنتين، ثم قرر جوكربيرج أن يخطو خطوة أخرى

للأمام، وهي ان يفتح أبواب موقعه أمام كل من يرغب في استخدامه، وكانت النتيجة طفرة في عدد مستخدمي الموقع، إذ ارتفع من 12 مليون مستخدم في شهر ديسمبر من عام 2006 إلى أكثر من 40 مليون مستخدم حالياً، ويأمل أن يبلغ العدد 50 مليون مستخدم بنهاية عام 2007 ، وفي نفس الوقت قرر أيضا أن يفتح أبواب الموقع أمام المبرمجين ليقدموا خدمات جديدة لزواره، وان يدخل في تعاقدات مع معلنين يسعون للاستفادة من قاعدته الجماهيرية الواسعة.

وكان من الطبيعي ان يلفت النجاح السريع الذي حققه الموقع أنظار العاملين في صناعة المعلومات ، فمن ناحية بات واضحاً أن سوق شبكات التواصل الاجتماعي عبر الانترنت ينمو بشكل هائل، ويسد احتياجا هاما لدى مستخدمي الانترنت خاصة من صغار السن. ومن ناحية أخرى نجح موقع فيس بوك في هذا المجال بشكل كبير. (<https://www.marefa.org> ، 2018)

استمر الموقع قاصرا على طلبة الجامعات والمدارس الثانوية لسنتين، ثم قرر "مارك" أن يخطو خطوة أخرى للأمام من خلال فتح الموقع أمام كل من يرغب في استخدامه، وكانت نتيجتها طفرة في عدد المستخدمين للموقع إذ ارتفع إلى ما يزيد عن 12 مليون مستخدم عام 2006 إلى ما يزيد عن 40 مليون مستخدم في بداية 2007. (ebersole، 2000)

وتعددت استخدامات "الفيس بوك" لتشمل جميع تفاصيل حياة الإنسان، مذكراته، مواعيده، صورته و أفضل أصدقاءه، كما يعمل على تكوين المجموعات "التجمعات" التي على الفيس بوك على شتى توجهاتها وأغراضها فمنها الاجتماعية، الرياضية، السياسية والتعليمية (عطالوي، 2017)

ومثلما ساعدت هذه الحياة العصرية على حل عديد من المشاكل تسببت بخلق أخرى من أبرزها سوء تسيير وقت الفراغ، حيث صار الشباب عرضة للكثير من المؤثرات فتعددت توجهاتهم وافتقدوا القدرة على تحديد ذاتهم، مما خلق لدى بعضهم

ضغوطا وأمراض نفسية، ولحل هذه الإشكال توجه العلماء والأخصائيون إلى إيجاد نوعا من الممارسة الرياضية والتي تقام في وقت الفراغ اصطلح عليها بالرياضة الترويحية أو الترويح الرياضي الذي يقصد به ذلك النوع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من المناشط الرياضية والبدنية. (محمد الحماحي، 2001، ص 84)

كما تعتبر فئة الشباب الجزائري على غرار شباب العالم التي ليست بالفئة المعزولة على ما حققته مواقع التواصل الاجتماعي، التي أتاحت لهم تأسيس جمعيات ومجموعات ثقافية، فكرية، رياضية وغيرها يعرضون فيها نشاطاتهم وحل مشاكلهم وآرائهم والتي ساعدتهم على استقطاب لفئات عريضة من المجتمع خصوصا لفئة الشباب الجامعي الذين اعتبرها مدونة شخصية يقومون فيها بطرح الأفكار والمقالات الخاصة التي بإمكان الأصدقاء التعليق عليها مع الحرية في نشر الفيديوهات والصور. (نجاه، 2015)

وبالحديث عن فئة الشباب الجامعي فإننا نجد أنهم يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي بكثرة خاصة الطلاب المقيمين وذلك لتوفر أوقات فراغهم أثناء تواجدهم في الإقامة مما يعرضهم للعديد من الضغوطات والأمراض النفسية، لذا وجب على الطالب الجامعي استثمار وقت فراغه في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية حتى يزيل أو يقلل من حجم هذه الضغوطات الناتجة عن الدراسة وما فيها من واجبات تتخلل كل فترة دراسته وتواجهه في الإقامة. (العجال، 2013).

## 2-مشكلة الدراسة:

أحدثت التطورات التكنولوجية ثورة في مجال الاتصال، حيث ولدت العديد من التقنيات و الوسائل المساهمة في هذا التطور و على رأسها شبكة الأنترنت التي انتشرت في كافة أرجاء العالم، و كونت ترابط بين كل أجزائه، وسهلت الطريق لكافة المجتمعات للتقارب و التعارف و تبادل الآراء و الأفكار و الرغبات، و استفاد كل متصفح لهذه الشبكة من الوسائل المتعددة فيها، و أوضحت من بين أفضل الوسائل المستعملة في تحقيق التواصل في مجال الاتصال ، حيث ساهمت في تبلور فكرة إنشاء عالم افتراضي في هذه الشبكة العنكبوتية يجمع كل المجتمعات في فضاءات افتراضية تكون بمثابة نافذة للاتصال بالعالم و معرفة كل ما يدور حوله من تطورات.

و بالفعل تجسدت هذه الفكرة و ظهرت العديد من المواقع الالكترونية التي لم تعد تمثل مصدرا للمعلومات فقط، بل تحولت إلى فضاءات توفر الكثير من الخدمات و تبني الكثير من العلاقات الاجتماعية ، كما تصنف هذه المواقع الالكترونية من حيث هدفها و الوظيفة التي تؤديها إلى: مواقع تعريفية، مواقع تجارية، مواقع صحفية، خدمات الكترونية، إضافة إلى المواقع الشخصية، و كذلك المواقع الاجتماعية التي من ضمنها مواقع التواصل الاجتماعي. (فضيلة، 2005-2007)

وأصبحت مواقع التواصل الاجتماعي التي في مقدمتها "الفايس بوك" ظاهرة عالمية واسعة الانتشار، استطاعت أن تجعل الشباب يتعلقون بها بشكل كبير نظرا للخدمات التي أتاحتها. (نورمار، 2012)

كما أصبحت هذه المواقع الاجتماعية تحظى بانتشار واسع بين الطلبة خاصة المقيمين في الأحياء الجامعية الذين يتوفر لديهم أوقات فراغ و طاقات خاصة هم بحاجة إلى من يرشدهم ويوجههم لاستغلالها استغلالا ايجابيا يخدم قدراتهم العقلية والبدنية، و من هنا يأتي دور هذه المواقع الاجتماعية -خاصة الفايس بوك- لنشر ثقافة استغلال وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية عبر ما تحتويه من منشورات كمقاطع الفيديو و الصور التحفيزية (ملكي، 2015).

وتأسيسا على ما تقدم جاءت هذه الدراسة لتبين وتظهر دور مواقع التواصل الاجتماعي في تشجيع وتوجيه الطلاب المقيمين لاستثمار أوقات فراغهم في ممارسة الأنشطة الرياضية من خلال ما تحتويه من معلومات ومنشورات لأهمية ممارسة النشاط الرياضي والتي يستفيد منها الطالب في إشباع رغباته وحاجاته الرياضية، وانطلاقا من هذا كله انبثق عنه التساؤل العام التالي: هل لمواقع التواصل الاجتماعي دور في تفعيل ممارسة النشاطات الترويحية لدى الطلبة المقيمين في الإقامات الجامعية؟

التساؤلات الفرعية:

- ما مدى تفعيل الممارسة الترويحية الرياضية في الإقامات الجامعية؟
- هل مواقع التواصل الاجتماعي تزيد من وعي الطلبة بأهمية الترويح الرياضي داخل الإقامات الجامعية؟

4. أهداف الدراسة:

الهدف العام: التعرف على دور مواقع التواصل الاجتماعي في تشجيع ممارسة الترويح الرياضي داخل الإقامات الجامعية.

الأهداف الفرعية:

- معرفة مدى تفعيل الممارسة الترويحية الرياضية في الإقامات الجامعية.
- توعية مواقع التواصل الاجتماعي بأهمية الترويح الرياضي داخل الإقامات الجامعية.

5. فرضيات الدراسة:

- الفرضية العامة: مواقع التواصل الاجتماعي تساهم بشكل كبير في تشجيع الممارسة الترويحية الرياضية.

الفرضيات الجزئية:

- الممارسة الترويحية الرياضية في الإقامات الجامعية لا تلقى إقبالاً من طرف الطلبة.

- مواقع التواصل الاجتماعي تزيد من وعي الطلبة بأهمية الترويج الرياضي داخل الأقامات الجامعية.  
6. التعريف بمصطلحات البحث:

1.6. التواصل الاجتماعي: هو الاتصال، والتفاعل الاجتماعي، الذي تفرضه العلاقات الاجتماعية الإنسانية، حيث يحصل هناك كل أنواع الاحتكاك، والتواصل الاجتماعي وهذا ما تدعو له الأغراض الحياتية، والمعيشية للفرد والجماعة، في مجال الحياة العامة، التعليم. . (عيسى، 2012)

2.6. مواقع التواصل الاجتماعي: عبارة عن مواقع ويب تقدم مجموعة من الخدمات للمستخدمين مثل المحدثات الفورية والرسائل الخاصة والفيديوهات وتديوين ومشاركة الملفات وغيرها، ومن الواضح أن مواقع التواصل الاجتماعي أحدثت تغيرا في أنماط الاتصال والمشاركة بين الأشخاص والمجتمعات وتبادل المعلومات، وتجمع هذه الشبكات الملايين من المستخدمين وهي أنواع منها شبكات تجمع بين أصدقاء الدراسة و أخرى تجمع بين أصدقاء العمل بالإضافة إلى شبكات التدوين، ويشكل الفيسبوك أضخم هذه الشبكات على الإطلاق يليه كل من يوتيوب وتويتر.  
(عشية، 2010)

- التعريف الإجرائي: يقصد بمواقع التواصل الاجتماعي في هذه الدراسة هي تلك المواقع الإلكترونية الموجودة على شبكة الإنترنت والتي تستخدم في الدردشة ونشر الأخبار والمعلومات وكذا النقاشات الخاصة في جميع المجالات (السياسية الاقتصادية، الرياضية... الخ) كالفاسبوك واليوتيوب والانستغرام... الخ.

### 3.6 الأنشطة الرياضية الترويحية:

أ. النشاط: هو كل ما يمارسه الأفراد من أعمال تتحد طبقا لبرامج والسياسات المحددة، أو هي الأعمال العادية التي يقوم بها الناس مجتمعين، وتتطوي على التعاون وبذل الجهد والجهد في العمل أو أثناء ممارسة النشاط.

(فرغلي، 2003، الصفحات 152,153)

ب. النشاط الرياضي الترويحي: تشير أماني عن الحماحمي وعائدة عبد العزيز أن المقصود بالترويح الرياضي هو ذلك النوع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من المناشط البدنية والرياضية، يعتبر أكثر أنواع الترويح تأثير على الجوانب البدنية والفسولوجية للفرد الممارس لأوجه نشاطاته التي تشتمل على الألعاب والرياضات. (أماني متولي د.البطراوي، 2013، صفحة 22)

ج. الترويح: عن كراوس إن الترويح هو تلك الأوجه من النشاط والخبرات التي تنتج عن وقت الفراغ والتي يتم اختيارها وفقا لإرادة الفرد وذلك بغرض تحقيق السرور والمتعة لذاته واكتسابه العديد من القيم الشخصية والاجتماعية. (أماني متولي د.البطراوي، 2013، صفحة 12)

#### 7. الدراسات المشابهة:

الدراسة الأولى: دراسة ماجستير قرأش العجال(2013): "كيفية استثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية عند طلبة الإقامات الجامعية".

أهداف الدراسة: التعرف على إستراتيجية استثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية بالإقامات الجامعية.

#### الأهداف الفرعية:

- 1- التعرف على الأنشطة التي يمارسها الطالب المقيم أثناء وقت فراغه.
- 2- التعرف على مدى استثمار الطالب الجامعي المقيم وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية.
- 3- التعرف على إستراتيجية المتبعة من طرف إدارة الإقامة الجامعية في تسيير وقت الفراغ.

الفرضيات: الإستراتيجية المتمثلة في الإمكانيات والمعوقات وتنظيم البرامج غير كافية لاستثمار الطلبة لأوقات فراغهم في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية.

المنهج المتبع: المنهج الوصفي (دراسة مسحية)

أداة القياس: استمارة استبائية.

العينة: 630 طالبا (235ذكور، 395إناث)

الاستنتاجات:

-إن أغلب الأنشطة الترويحية التي يمارسها الطلاب الجامعيين المقيمين ذات طابع رياضي.

- الذكور أكثر استثمارا لوقت الفراغ من الإناث في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية

- قلة الإمكانيات داخل الإقامات الجامعية تعرقل ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية.

- يواجه الطلبة صعوبات في تنظيم وقتهم نظرا لعدم انتظام الوقت الحر جلال الدراسة.

الدراسة الثانية: شمس الدين زهر (2017): " دور مواقع التواصل الاجتماعي في تشجيع ممارسة الرياضة المدرسية". دراسة ميدانية بثانوية هواري بومدين-ولاية مسيلة-

أسئلة الدراسة: هل لمواقع التواصل الاجتماعي دور في تشجيع ممارسة الرياضة المدرسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية؟

أهداف الدراسة: معرفة مساهمة مواقع التواصل الاجتماعي في تشجيع ممارسة الرياضة.

أهداف جزئية:

1- معرفة مساهمة مواقع التواصل الاجتماعي في التعريف بالرياضة المدرسية.

2- معرفة مساهمة مواقع التواصل الاجتماعي في نشر الوعي بأهمية ممارسة الرياضة المدرسية.

3- معرفة مساهمة مواقع التواصل الاجتماعي في المساعدة على الإقبال على ممارستها.

أهمية الدراسة: تكمن أهمية الدراسة إلى الوصول لدور الذي تلعبه مواقع التواصل الاجتماعي في تشجيع ممارسة الرياضة المدرسية باعتبارها أنها أصبحت العامل الأساسي والأكثر استعمالاً لدى التلاميذ.

**المنهج المتبع: المنهج الوصفي**

العينة: مكونة من 50 تلميذ من المرحلة النهائية بثانوية هواري بومدين

**الاستنتاجات:**

- 1- إن مواقع التواصل الاجتماعي منتشرة في أوساط التلاميذ.
- 2- مواقع التواصل الاجتماعي تساهم في تشجيع الرياضة المدرسية.
- 3- الرياضة المدرسية هي أولية التلاميذ عند تصفح مواقع التواصل الاجتماعي.
- 4- مواقع التواصل الاجتماعي وما تحتويه يساهم في نشر المعلومات والأخبار الرياضية في شتى المجالات.

الدراسة الثالثة: دراسة عمر عطلاوي (2017) : "أهمية استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلبة في الحصول على المعلومة الرياضية- الفيسبوك كنموذج- " دراسة ميدانية لطلبة الإعلام والاتصال الرياضي بجامعة المسيلة .

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الجمهور الرياضي ومواقع التواصل الاجتماعي من خلال تلبية و إشباع حاجاته الإعلامية، التي تخص الجانب الرياضي

**تساؤلات الدراسة:**

- هل هناك اشباكات في المعلومة التي تقدمها مواقع التواصل الاجتماعي لطلبة الإعلام الرياضي؟

- هل لطلبة الإعلام الرياضي عادات و أنماط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي أثناء البحث عن المعلومة الرياضية؟

- هل هناك اشباكات في موضوعية المعلومة الرياضية التي تقدمها مواقع التواصل الاجتماعي لطلبة الإعلام الرياضي؟

فرضيات الدراسة:

- هناك اشباكات في المعلومة التي تقدمها مواقع التواصل الاجتماعي لطلبة الإعلام الرياضي

- لطلبة الإعلام الرياضي عادات و أنماط في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي أثناء البحث عن المعلومة الرياضية.

- هناك اشباكات في موضوعية المعلومة الرياضية التي تقدمها مواقع التواصل الاجتماعي لطلبة الإعلام الرياضي.

أهمية الدراسة: استشراف مستقبل الطلبة و إلقاء الضوء على هذه التجربة و ذلك بمعرفة مدى اعتماد طلبة الإعلام و الاتصال الرياضي على شبكة التواصل الاجتماعي و ما يقدم هذه الشبكة من امتيازات و تسهيلات في الحصول على المعلومة.

العينة: تمثلت في (50) طالب (8 إناث و 42 ذكور).

المنهج المتبع: المنهج الوصفي

نتائج الدراسة:

-تباين في استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لصالح الذكور، ويرجع ذلك للفرات الطويلة وأماكن الربط بالإنترنت كالمنزل و المقاهي.

-تندرج حاجات تلبية هذه الخصائص إلى الاسترخاء و التسلية بين الطلبة قبل الحاجة إلى التواصل و التفاعل الاجتماعي و من الحصول على المعلومات المتنوعة

-يتحقق من استخدام شبكة التواصل الاجتماعي فيسبوك إشباع لعدة حاجات منها:

-تحقيق التواصل بين الزملاء و أصدقاء الدراسة.

-خلق علاقات جديدة.

- التزود بالمعلومات الرياضية المتنوعة.

- التنقيف وتوسيع المدارك.

الدراسات الأجنبية:

1- دراسة (استيتية، 1997):"أثر متغيرات الجنس و مكان السكن و المستوى الاقتصادي على مدى ممارسة مجالات أنشطة أوقات الفراغ"

هدف الدراسة: هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر متغيرات الجنس و مكان السكن و المستوى الاقتصادي على مدى ممارسة مجالات أنشطة أوقات الفراغ في عينة أردنية.

عينة الدراسة: أجريت الدراسة على عينة تتألف من(339) طالبا وطالبة في كلية العلوم بالجامعة الأردنية.

نتائج الدراسة: أشارت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الجنسين في بعدي مشاهدة البرامج التلفزيونية والأنشطة الرياضية لصالح الذكور، بينما لا توجد فروق دالة بين الجنسين في أبعاد البرامج الفنية والعلمية، البرامج الاجتماعية، موضوعات المطالعة حضور الندوات و خدمة المجتمع. كما أشارت الدراسة إلى عدم وجود أثر ذي دلالة إحصائية لكل من متغير المكان والمستوى الاقتصادي على مدى ممارسة مجالات أنشطة أوقات الفراغ لدى عينة الدراسة.

## 8. التعليق على الدراسات المشابهة:

نستخلص من عرض الدراسات السابقة والتي اهتمت بدور مواقع التواصل الاجتماعي والإعلام المرئي بصفة عامة على تشجيع ممارسة الرياضة في وقت الفراغ وكيفية استثماره، حيث تشابهت مع دراستنا في العديد من النقاط منها:

- من حيث الهدف : حيث نجد أن الدراسة الأولى هدفت إلى التعرف على استراتيجية استثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية بالإقامات الجامعية وتخدم هذه الدراسة دراستنا التي تهدف إلى دفع الطلبة للممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ عبر مواقع التواصل الاجتماعي، أما الدراسة الثانية فقد وافقت دراستنا الحالية في أهمية استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في التشجيع على ممارسة الأنشطة الرياضية كمفهوم عام أما دراستنا فتخصصت في جانب أو مجال واحد من الرياضة وهي رياضة وقت الفراغ أو ما يطلق عليه بالترويج الرياضي أما الدراسة الثالثة فقد هدفت إلى معرفة العلاقة بين الجمهور الرياضي ومواقع التواصل الاجتماعي من خلال تلبية وإشباع حاجاته الإعلامية، التي تخص الجانب الرياضي وهذا هدف من أهداف المرجوة من إجرائنا لهذه الدراسة التي تهدف إلى استقطاب الجمهور الرياضي إلى ممارسة الرياضة في وقت الفراغ، أما الدراسات الأجنبية فقد أكدت أن المكان والمستوى الاقتصادي لا يؤثر على ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية، ولكن أثبتت هذه الدراسات أن متغير الجنس يؤثر على ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لصالح الذكور.

من حيث المنهج المستخدم: اتفقت معظم الدراسات على استخدام المنهج الوصفي وذلك من خلال طرح أسئلة على المفحوصين عن طريق تقديم استمارة استبيانية وهذا ما اتفقنا على فعله في دراستنا الحالية وكان الاختلاف في عدد ونوع المفحوصين في جميع الدراسات السابقة.

- من حيث أدوات جمع البيانات: اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في استخدام استمارة استبيانية لجمع البيانات والمعلومات الخاصة بالدراسة من المفحوصين.

- من حيث الاستفادة من الدراسات السابقة: إن هذه الدراسات السابقة في مجملها قد ساهمت بقسط كبير في إلقاء الضوء على تحديدي الأسس الهامة لهذه الدراسة مثل:
- تحديد موضوع الدراسة الحالية والهدف منها.
- تحديد المنهج المناسب لموضوع الدراسة الحالية.
- تحديد العينة وحجمها وطريقة اختيارها.
- تحديد الأدوات المناسبة لجمع البيانات.
- تحديد المعالجات الإحصائية بما يتناسب مع طبيعة فروض وأهداف الدراسة الحالية.

الباب الأول =

الدراسة النظرية

# الفصل الأول:

مواقع التواصل الإجتماعي

## تمهيد:

لقد أثر التقدم التقني الهائل الذي شهده قطاع التكنولوجيا و الاتصال في السنوات الأخيرة من اقرن الماضي على سكان الأرض خاصة مع انتشار شبكة الانترنت حيث جعلتهم يتواصلون في عالم افتراضي ما نشئت افتراضاته تتحكم شيئاً فشيئاً على الواقع الاجتماعي والثقافي والسياسي والاقتصادي لسكان الكرة الأرضية ولعل من نتائج التكنولوجيا الحديثة التي قسمت العالم إلى حقيقي وافتراضي ما يعرف بالشبكات الاجتماعية social network وهي عبارة عن مواقع الالكترونية على شبكة الانترنت تجمع الأشخاص ذوي الاهتمامات المشتركة كالأصدقاء ليتبادلوا الحوار في موضوعات تهمهم، وتوفر هذه المواقع لمستخدميها سواء كانوا أفراداً أو جماعات فرصة التلاقي وتبادل الأفكار والمعلومات ومشاركة مشاكلهم أو أفراحهم عبر الصور والفيديوهات وغرف للدردشة ومن أمثلتها الفيسبوك facebook، تويتر twitter، أنستغرام instagram وساعدت هذه المواقع على تقريب المسافات بين الشعوب، وألغت الحدود و استأثرت بجمهور واسع خاصة فئة الشباب .

1.1 مفهوم مواقع التواصل الاجتماعي: من أهم التعاريف التي تصف هذه المواقع ما يلي:

1.2.1 تعريف التواصل الاجتماعي لغة: التواصل في اللغة يعني جعل الشيء مشتركاً

فالتواصل يعني عملية انتقال الفرد من وضع فردي إلى وضع اجتماعي وهو ما تفيد فعل اتصال الذي يتضمن الإخبار والتخاطب والإبلاغ، ويتعلق بنقل الرموز الحاملة للدلالة .

2.1 تعريف مواقع التواصل الاجتماعي : من بين التعريفات التي تناولت مصطلح مواقع

التواصل الاجتماعي ما يلي:

الشبكة الاجتماعية: هي مواقع على الإنترنت يتلقى عبرها أشخاص أو جماعات أو منظمات تتقاطع اهتماماتهم عند نقطة معينة أو أكثر سواء تعلق الأمر بالقيم أو الرؤى أو الأفكار أو التبادلات المالية أو الصداقة أو التجارة و غيرها.

(الخواندار، 2011)

الشبكة الاجتماعية : تعرف الشبكة الاجتماعية على أنها تلك المواقع الضخمة التي تجمع الآلاف بل الملايين أين يمكنهم تكوين صداقات و مشاركة صورهم و ملفاتهم، كما يمكنهم تكوين الجمعيات و تنظيم الحملات الإلكترونية و غيرها.

الشبكة الاجتماعية: يعرفها (زاهر، 2003) شبكات التواصل الاجتماعي بأنها الطرق الجديدة في الاتصال في البيئة الرقمية و التجمع على الإنترنت بما يسمح للمجموعات الأصغر مكن الناس بإمكانية الالتقاء و التجمع على الإنترنت و تبادل المنافع و هي بيئة تسمح للأفراد أو المجموعات بإسماع صوتهم و صوت مجتمعهم إلى العالم أجمع.

الشبكة الاجتماعية: يعرفها بالاس (2006) على أنها برنامج يستخدم لبناء المجتمعات على شبكة الإنترنت، أين يمكن للأفراد أن يتصلوا ببعضهم البعض لعدد من الأسباب المختلفة.

الشبكة الاجتماعية: \_ يعرفها محمد عواد بأنها : تركيبة اجتماعية إلكترونية ، تتم صناعتها من أفراد أو جماعات أو مؤسسات ، و قد تصل هذه العلاقات لدرجات أكثر عمقا ، كطبيعة الوضع الاجتماعي أو المعتقدات أو الطبقة التي ينتمي إليها الشخص.

3.1 نشأة مواقع التواصل الاجتماعي: بدأت مواقع التواصل الاجتماعي في الظهور في منتصف التسعينات حيث أنشئ موقع (classmates.com) عام 1995 للربط بين زملاء الدراسة، و موقع sixdegrees. Com عام 1997 الذي ركز على الروابط المباشرة بين الأشخاص، وظهرت تلك المواقع الملفات الشخصية للمستخدمين و خدمة إرسال الرسائل الخاصة لمجموعة من الأصدقاء .

في عام 2003 ظهر موقع "myspace" الأمريكي و نمى بسرعة حتى أصبح أكبر شبكات التواصل الاجتماعي في عام 2006 و نشأ في فيفري من عام 2004 شبكة الفيسبوك face book على يد "مارك زوكربيرج" في جامعة هارفارد ، وكانت فكرته اجتماعية بالدرجة الأولى ،بحيث يستطيع الطلبة التواصل مع بعضهم البعض إذا أرادوا، و في الرابع عشر فيفري من عام 2005 تأسس موقع اليوتيوب ( youtub ) و كانت ولادة هذا الموقع في مدينة monlopark في ولاية كاليفورنيا بالولايات المتحدة الأمريكية و كان الإصدار التجريبي له في عام 2005. و في مارس من عام 2006 تأسس موقع التويتر twiter على يد "جاك درزي" و "بيترستون" و "إيفان ويليامز"، وتويتر خدمة أطلقها شركة "obvious" والتي مقرها سان فرانسيسكو. (عبد الرزاق محمد الدليمي، 2011) فعلى العالم بلغ عدد مستخدمي شبكات التواصل

الاجتماعي حوالي 1.15 مليار مستخدم نشط شهريا، وذلك في الربع الثاني من عام 2013، و220 مليون مستخدم لتويتر وذلك حسب إحصائيات الشركة المالكة لموقع التويتر في شهر أكتوبر 2013، أما مستخدمو الفيسبوك فهم الأكثر من بين مستوى شبكات التواصل الاجتماعي على مستوى العالم، و ذلك لأنه متاح بأكثر من سبعين لغة، في حين بلغت النسبة المئوية لمستخدم الفيسبوك على مستوى العالم 63.28% من إجمالي مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي، ثم تليها شبكة اليوتيوب بنسبة 60.06% ثم شبكة التويتر 1.96%، ثم تليها بقية الشبكات وفق تقرير أعد بواسطة "Expraine Hitwis" مارس 2012 (Buzzetto MORE, 2012). أما على مستوى الوطن العربي فقد تزايد مستخدمي هذه الشبكات، و ذلك بناء على دراسة قام بها "داميان روكليف" بمعهد البي بي سي للصحافة في مارس 2013 حيث تعتبر مصر الأولى في عدد مستخدمي الفيسبوك، حيث وصل العدد إلى 16% من إجمالي عدد السكان، أما من حيث مستخدمي التويتر فقد كانت مصر الثانية بعد المملكة العربية السعودية (ردكليف، 2013)، ويوجد حاليا حوالي أكثر من 400 موقع للتواصل الاجتماعي في العالم، يتم استخدامها بمختلف اللغات وشرائح المجتمع والمؤسسات، كما أن تلك الشبكات الاجتماعية قد استقطبت أكثر من ثلثي مستخدمي الشبكة العنكبوتية وبهذا فقد فرضت شبكات التواصل الاجتماعي نفسها بشكل كبير جدا على الكثير من المستخدمين وأصبح العديد من الأشخاص يقضون أوقات كثيرة أمام مثل هذه المواقع ويمارسون العديد من الأعمال والمنافع المختلفة من خلالها. (صالح، 2011)

#### 4.1 خصائص مواقع التواصل الاجتماعي:

لقد انتشرت شبكات التواصل الاجتماعي كما سبق بشكل كبير جدا و أصبحت هي الأكثر استخداما على الإنترنت ، و ذلك لما لها من السمات و الخصائص المميزة لها منها سهولة تعرف الزملاء على المستخدم: وهذا من خلال الصفحة الخاصة به ، و التي تحمل البيانات و المعلومات اللازمة للتعرف عليه، والتي يضعها على حسابه، كما أنها سهلة الاستخدام حيث أنها لا تحتاج إلى إجراءات معقدة للاشتراك بها و لا تحتاج إلى مهارات تصعب في اكتسابها في التعامل معها . تتميز بالمجانة في عمل الحساب فهي تساعد على اشتراك أكبر عدد ممكن من الأفراد في هذه المواقع ، حيث إنها لا تتطلب أكثر من وجود الانترنت و جهاز الاتصال به ، وهذه المجانية أتاحت إمكانية الاشتراك للجميع . تساعد بناء مجتمعات من البشر بسرعة حيث يتشاركون الاهتمامات و الأنشطة المختلفة و المصالح المشتركة ، مثل مجتمع الدراسة و مجتمع العمل و مجتمع التسلية و الترفيه ، كما أن لشبكات التواصل الاجتماعي السرعة للوصول إلى حلول المشكلات التي قد تواجه بعض الأفراد المشتركين فيها ، وذلك بتبادل الآراء و المقترحات من الآخرين ، واستخدامها لأشكال متعددة من الاتصال الكتابي و اللفظ و البصري و السمعي و ذلك إثراء لعملية التواصل و يجعلها تحقق أهدافها بسهولة، و خاصة توفير البيانات و المعلومات المطلوبة للمستخدمين بسهولة و هذا عن طريق الصور و الفيديوهات و الوثائق و الملفات و المعلومات و الأخبار في أسرع وقت ، كما أن لها إمكانية استخدام العديد من أدوات الاتصال مثل الرسائل و غرف الدردشة ، لوحات الرسائل و التعليق ، التراسل المباشر و الفوري ، تبادل كل أنواع الملفات ، وذلك يزيد القدرة على التفاعل الاجتماعي داخل المنظمات و المؤسسات و بين الأفراد والمعاهد من أجل المصالح المشتركة وذلك لأنها تترك خيارات متعددة للمستخدمين و تلبى جميع رغباتهم

،اللاتزامنية في التفاعل و الانتشار السريع حول العالم و هذا ما يجعلها تتسم بالعالمية ، بالإضافة إلى تحويل المعلومات من المحلية إلى العالمية مما يكسبها الانتشار الواسع التفاعل و الإيجابي و ذلك لأنها تجعل من المستخدم مشاركا إيجابيا بالإضافة و التجديد المستمر لحسابه مما يعكس شخصية المستخدم و تفرده ، و هذه الخاصية تعلمه المبادرة و الابتكار. (محمد، 2003)

### 1.5 أهمية مواقع التواصل الاجتماعي:

أحدثت مواقع التواصل الاجتماعي انعكاسات كبيرة على قواعد حرية النشر و التعبير و تدعيم الفكر الديمقراطي و حقوق الإنسان ، و غيرها من المفاهيم التي تكونت حولها الجماعات مستفيدة من سهولة استخدامها دون خبرات تقنية أو تكليف مادية . (حمودة، 2013)

تبرز أهمية مواقع التواصل الاجتماعي في أنها تساعد مستخدميها على متابعة كل ما هو جديد في مجالات الحياة المتعددة ، فهي توفر المعلومات التي تمنح مستخدميها فرصة التواصل لتبادل الأفكار و الآراء ، كما حولت المستخدم لها من متلقي للمعلومات إلى منتج للمعلومات و مشارك بها كما يشاء و بشكل حر للتعبير عن وجهة نظره .

كما أكدت العديد من الدراسات و البحوث التي تناولت مواقع التواصل الاجتماعي الالكتروني أنها وسيلة اتصال تفاعلية قد تحقق العديد من الفوائد لمستخدميها فهي:

✓ تساعد مستخدميها على متابعة كل ما هو جديد في مجالات الحياة المتعدد

من خلال الإطلاع على المؤتمرات و الندوات .

✓ تحقق التفاعلية و المرونة لمستخدميها فهي تجعل المستخدم لها في متلقيا

وملقيا .

- ✓ تنمي العديد من المهارات لدى مستخدميها كالبحت و التفكير، مهارات الحياتية كالاتصالات ، آداب الحوار و الإقناع و التفاوض.
- ✓ تساهم في نشر الوعي لقضايا تههم الرأي العام و المجتمع
- ✓ ينمي لدى المستخدم روح المبادرة و الحوار و اتساع الأفق مما يساعد على تبادل الآراء و المقترحات. (معبد، 2012)

أضحت مواقع التواصل الاجتماعي وسيلة مؤثرة في حياتنا اليومية، حيث أتاحت لجميع الأفراد مشاركة أفكارهم ومناقشة قضاياهم الاجتماعية والسياسية وكذا الرياضية، وصارت مصدر للصحفيين ووسائل الإعلام المختلفة التي باتت تقل كافة أنواع الأخبار والمعلومات لمستخدميها من خلال مشاركة الأنشطة والاهتمامات.

فمواقع التواصل الاجتماعي تقدم معلومات كاملة و فورية حول القضايا المختلفة التي تههم المستخدمين، و تقوم على تجنيد المتطوعين للمشاركة في القضايا و الفعاليات الرياضية، و جمع التبرعات و الحصول على الدعم المالي من المواطنين ، كما يمكن اعتبار مواقع التواصل الاجتماعي منبرا للتعبير عن الرأي و الرأي الآخر.

## 1.6 أنواع مواقع التواصل الاجتماعي :

يوجد العديد من أنواع مواقع التواصل الاجتماعي ، و لتسهيل عملية إحصائها سوف نقوم بتصنيفها :

### 1.6.1 النوع الأول يختص بالاتصالات و إيجاد و تبادل المعلومات : و من الأمثلة على هذا

النوع من التواصل الاجتماعي نذكر ما يلي:

### 2.6.1 المدونات (blogs) : المدونة هي التعريب الأكثر قبولا لكلمة "blog" التي هي

نحت من كلمتي "web log" و تعني سجل الشبكة. (ويكيبيديا)

يمكننا تعريف المدونة بأنها آلية للنشر الإلكتروني بأسلوب سهل للمستخدم عن التعقيدات التقنية المرتبطة بالنشر على الانترنت ، و يتيح لكل شخص أن ينشر كتابه بسهولة بالغة ، و تتم المدونة وفقا لتعان بين الموفر و خدمة استضافة المدونات على الموقع و بين المدونين أنفسهم و ذلك بأن يقوم مقدم الخدمة بتوفير آليات أشبه بواجهات البريد الإلكتروني على الانترنت تتيح لأي شخص أن يحتفظ بمدونة ينشر من خلالها ما يريد بمجرد ملء نماذج و الضغط على بعض الأزرار كما يتيحون أيضا خصائص مكملة تقوم على تقنيات مشهورة لنشر التحديثات مثل ( XML ; Atome ; RSS ) وخدمات أخرى للربط بين المدونات و تقديم التفاعل بين المدونين و القراء من خلال التعليق على مداخلات المدونة المختلفة .

### 3.6.1 مواقع الترابط الشبكي الاجتماعي : لعل من أشهر هي موقع فيس بوك و تويتر

و هي مواقع تمكن المستخدمين من التواصل مباشرة ببعضهم و مشاركة الاهتمامات و الفعاليات، كما يمكن استخدام تلك المواقع للبحث عن أصدقاء الدراسة أو البحث عن عمل جديد ، أو حتى التعرف على كل ما هو جديد في حياة من تعرف من دون الحاجة للسؤال المباشر، فهذه المواقع توفر العديد من الفوائد للمستخدمين.

يقوم المستخدم بالاشتراك في إحداها و تقديم المعلومات عن نفسه ، كما يمكنه نشر صور أو مقاطع مرئية لمشاركتها مع أصدقائه في نفس الشبكة . في الماضي كان الناس يرسلون بريدا الكترونيا يحوي معلومات أو مقاطع ،الآن يمكن للمستخدم من نشر اهتماماته على شبكته الخاصة. (زاهر ، 2003)

### 4.6.1 مواقع الفعاليات (Events): هذه النوعية من المواقع لتنظيم الفعاليات و التحكم

بعدد الأشخاص المدعويين ، كما يمكن هذه المواقع استخدام خدمات تحديد المواقع

الجغرافية (LBS) لتحديد موقع التجمع . مما يميز هذه المواقع الإلكترونية إمكانية التحديث التلقائي ، فيمكن للفعالية تغيير الموقع و الزمان و بالتالي سيعرف كل المدعويين بهذا التغيير مباشرة دون الحاجة لإبلاغهم كل على حدة .وفي هذا الموقع نجد أيضا:

- الملاحة الاجتماعية (social navigation): إن برنامج الملاحة الاجتماعية عبارة عن برمجيات يقوم المستخدم بنثبيتها على جهاز الهاتف الخليوي ومن ثم الاستعانة بالGPS لرسم خريطة حركته بالمدينة. الآن تخيل الآلاف المستخدمين يقومون بنفس العملية على مدار الساعة، المحصلة هي خريطة دقيقة مرسومة من قبل المستخدمين.

كما يمكن هذه البرامج تقديم توجيه دقيق للمستخدم عند رغبة الوصول لمكان محدد أو التنبيه بوجود مخاطر على الطريق أو حتى تغيير المسارات، فكما يمكنك أن تتخيل سرعة ودقة و تزامن المعومات بشكل دائم:

أ- مواقع التعاون و بناء فرق العمل:و نذكر منها :

- الويكي (wiki):و هي مواقع تمكن العديد من الناس من الإشتراك في تكوين معلومات مترابطة بشكل منطقي عن طريق روابط إلكترونية، من أفضل الأمثلة موقع ويكيبيديا الموسوعة العلمية و التي بينت من قبل مستخدمين عن طريق مشاركة المعلومات . لشرح الفكرة بشكل أفضل لنفترض أنني بدأت هذا المقال و وضعته على موقع ويكي بعد نشره سيقوم شخص لديه معلومة أدق بإضافة أو تعديل ما كتبت، ثم سيأتي شخص آخر بمعلومة أفضل و أحدث بالتعديل الثاني و هكذا، المحصلة أن القارئ سيحصل على معلومات دقيقة بسبب اهتمام كل الأشخاص المتفاعلين مع الموضوع. ومما يميز مواقع الويكي سرعة تفاعلها. (زاهر، 2003)

## ب- مواقع الوسائط المتعددة:

-مواقع التصوير و الفن(photo sharing): تقدم هذه المواقع العديد من الفوائد حيث تمنحك مكانا يمكنك فيه حفظ، تخزين، و عرض أعمالك الفنية سواء كانت صور أو رسومات فنية حيث يتمكن الناس من رؤيتها و إبداء الإعجاب أو النقد لها، كما تفيد في إمكانية بيع أعمالك للغير و إيجاد داخل منها، كما يمكن الاشتراك من العديد من مواقع تخزين و بث الفيديو، باستخدام هذه النوعية من المواقع يمكنك مشاركة الآخرين مقاطع صوتية و الاستماع على الموسيقى ، كما يمكن الموسيقيين من نشر إبداعاتهم الموسيقية و التعرف على رأي الجمهور فيها، كما تمنحهم فرصة استكشافها من قبل شركات الإنتاج الفني. (زاهر، 2003)

- مواقع مشاركة الفيديو و البث المباشر(video sharing & streaming) في هذه النوعية من المواقع يمكن أيجاد و البحث عن العديد من مقاطع الفيديو المرئية و تقييمها، كما تقدم معظم هذه المواقع خدمة مشاركتها على المواقع الاجتماعية الأخرى حتى يتمكن أصدقائك من التعرف عليها و إعادة نشرها على شبكتهم الخاصة، و بإمكانك إضافتها لمدونتك مباشرة.

- مواقع مشاركة الإهتمامات (social interesses) : هذه النوعية المختلفة من المواقع تساعدك على نشر و مشاركة شبكتك نوعية الأجهزة التي تستخدمها أو اهتماماتك مثل ما تشاهد الآن أو ما تقرأ في الوقت الحالي.

- مواقع تجميع المعلومات(information aggregators): تقوم هذه المواقع و البرامج بتجميع المعلومات التي تهتمك فقط ،فما يميز هذا العصر الذي نعيشه هو كمية

المعلومات المتداولة بشكل سريع عن طريق الإنترنت ، حيث تقوم هذه المواقع بتجميع المعلومات في مكان واحد بدلا من البحث عنها و إضاعة الوقت.

- مواقع المرجعيات(**social bookmarking**):يمكن استخدام هذه المواقع لوضع علامة مرجعية لمواقع تهتمك أو قد تهتم غيرك، مثلما هو الحال عند حفظك لموقع في برامج تصفح الإنترنت الخاص بك، لكن مع إضافة مشاركة الآخرين هذه المواقع المرجعية، كما تمكنك هذه النوعية من اكتشاف مواقع جديدة عليك.

- مواقع الأخبار الاجتماعية(**social news**): بدلا من استقاء الأخبار من قنوات الأخبار المتعارف عليها، يمكنك الاعتماد على شبكة واسعة من المستخدمين لإيجاد الأخبار المهمة، حيث يقوم المستخدمون من تقديم الأخبار التي يجدونها مهمة و من ثم يقوم القراء بتريقيتها إن كانت مهمة. (زاهر، 2003)

- مواقع الرأي و الاستعراض(**ravines & opinions**):

ج- استعراضات السلع(**Product Ravines**): تخيل أنك تود شراء سيارة جديدة أو جهاز كمبيوتر حديث يمكنك زيارة مواقع الآراء لمعرفة رأي من اشتروا هذه السلع قبلك و تقييمهم لها، كما يمكنك معرفة جودة المنتج و مدى تحمله لعوامل الزمن و الاستخدام اليومي، كما أنك ستجد رأي المستهلكين في نهاية التقييم لإعطائك صورة واضحة عن المنتج ومميزاته.

د- الأسئلة و الأجوبة الاجتماعية(**Community Q & A**): كما هو الحال مع استخدام المواقع الاجتماعية لاستعراض السلع أو الحصول على آراء المستهلكين، يمكنك الحصول على إجابات محددة لأسئلة قد تدور في ذهنك. تحدثت عن مواقع الويكي حيث يقوم العديد من المستخدمين بعملية إضافة و تنقيح المعلومات المطروحة، بناء

على نفس الفكرة الأساسية فمواقع الأسئلة و الأجوبة الاجتماعية تعمل بنفس المنطق حيث تقوم بتقديم سؤال و يقوم المستخدمين بتقديم إجابات، و من ثم يقوم كل من له دراية بتعديل الإجابة لإعطائك أدق إجابة ممكنة.

هـ- مواقع الترفيهية الاجتماعية:

- مواقع العوالم الافتراضية ( Virtual Worlds ) : قد يعتقد البعض أن هذه من ضروب الخيال العلمي كما قد نشاهد في بعض أفلام هوليوود، لكن الواقع أن مواقع العوالم الافتراضية كانت و لزالمتوفرة منذ زمن بعيد، كما أنها في تطور دائم ...

يمكنك التواصل و التحدث بالصوت مع أي من الشخصيات المتواجدة في تلك العوالم كما بإمكانك شراء و بيع سلع على هذه العوالم. بعض ألعاب العوالم الافتراضية تقوم على فكرة الحروب و القتال بينما البعض الآخر يقوم على فكرة إيجاد حياة أو عالم بديل لعالمنا الحقيقي.

- مواقع مشاركة الألعاب الاجتماعية (Game Sharing): تعتمد فكرة هذه المواقع على مشاركة الآخرين على شبكتك الاجتماعية ألعاب تتطلب العديد من اللاعبين على الشبكة. كما يمكن بعض هذه المواقع المطورين من عرض ألعابهم على المستخدمين للاستمتاع . (زاهر ، 2003)

7.1. أشهر مواقع شبكات التواصل الاجتماعي :

1.7.1 الفيس بوك (Facebook): فيس بوك موقع للتواصل الاجتماعي يمكنك الدخول إليه مجانا و تديره شركة "فيس بوك" محدودة المسؤولية كملكية خاصة لها فالمستخدمون بإمكانهم الانضمام إلى الشبكات التي تنضمها المدينة أو جهة العمل أو المدرسة أو الإقليم، و ذلك من أجل الاتصال بالآخرين و التفاعل معهم كذلك يمكن

للمستخدمين إضافة أصدقاء إلى قائمة أصدقائهم و إرسال الرسائل إليهم، و أيضا تحديث ملفاتهم الشخصية و تعريف الأصدقاء بأنفسهم. (قلاتي، 2014/2015)

استطاع "الفييس بوك" خلال 3 سنوات أن يستحوذ على أكثر من 52 مليون مستخدم حول العالم ، و اشتراك أكثر من 150 ألف مستخدم جديد في الموقع يوميا يتواصلون معا عبر صفحة شخصية خاصة بكل منهم، و يبدو أن أكثر مستخدمي المواقع من الشباب و طلبة الجامعة و المراحل الدراسية المختلفة، الذين يسعون إلى التعرف و تكوين المجموعات و التجمعات التي تعبر عن آرائهم في الحياة، أو حلقة دراسية، زملاء رحلة الصيف، محبي الرياضة، غير أن الأمر لا يقتصر على الطلبة و الشباب فستجد داخل الفييس بوك أيضا عددا كبيرا من الإعلاميين الذين وجدوا فيه عالما آخر لهم ينشرون من خلاله أعمالهم ، و يبحثون عن قرائهم و مشاهديهم.

على حائط الفييس بوك يمكن للأصدقاء أن يكتبوا و يعلقوا ما يريدون و يمكنهم أيضا أن يسموا لصاحب الصفحة، وأن يستمعوا إلى موسيقاه المفضلة فلمه المفضل، صورته الخاصة التي تحكي تفاصيل حياته، مذكراته، مواعيده، صور تفاصيل حياته، ويلعب الفييس بوك بشكل كبير على الحنين إلى الماضي ، البحث عن أصدقاء قدامى ربما فقدوا منك، البحث عن ذكريات الطفولة، تكوين مجموعات لفترات مرحلة المراهقة، وربما يبدو هذا أكثر ما يلفت النظر في المجموعات الفييس بوك ، التجمعات، فمعظمها ينتمي إلى فكرة البكاء على الأطلال، و نرى أن من يتأمل في شبكة الفييس بوك فسيفاجاً بهذا الكم من التوصلات، و التشبيكات بين البشر في العالم كله من شرقه وغربه، و تجد لدى كل شخص عشرات الأصدقاء من شتى أنحاء العالم، و لدى كل شخص صفحة خاصة به يتصرف فيها كما يريد. وأسوأ ما في الفييس بوك هو عندما تغيب سمات الشخصية ، و يعتمد صاحبها إخفاءها، مما يجعل السباب و

الشتائم و العري الفكري، أو أن يقوم بإذاء الآخرين بفكرة شاذة قد لا يوافق عليها المستخدم ذاته إذا عرف الناس شخصيته. (<http://www.moheet.com>, 2019)

**2.7.1 تويتر (Twitter):** هو إحدى شبكات التواصل الاجتماعي التي انتشرت في السنوات الأخيرة كانت بدايات ميلاد هذه الخدمة المصغرة أوائل عام 2002 و أخذ تويتر اسمه من مصطلح "تويت" الذي يعني التغريد و اتخذ من العصفورة رمزاً له و هو خدمة مصغرة تسمح للمغردين إرسال رسائل نصية قصيرة لا تتعدى 140 حرفاً للرسالة الواحدة و يجوز للإنسان أن يسميها نصاً موجزاً مكثفاً لتفاصيل كثيرة و يمكن لمن لديه حساب في موقع تويتر أن يتبادل مع أصدقائه تلك التغريدات من خلال ظهورها على صفحاتهم الشخصية ، و تتيح شبكة تويتر خدمة التدوين المصغرة هذه إمكانية الردود و التحديثات عبر البريد الإلكتروني، كذلك أهم الأحداث من خلال خدمة (RSS) عبر رسائل نصية (SMS).

(قلاتي، 2014/2015)

يعد تويتر الرابع في الاستخدام من بين شبكات التواصل الاجتماعي، ويوفر التعامل بعدة لغات منها الإنجليزية واليابانية، لكثرة عدد المستخدمين والمطورين اليابانيين ويتميز بعدم وجود خدمة الإعلانات على المواقع باللغة الإنجليزية، و قد تغلغل الموقع بشكل متزايد في الحياة اليومية للشعوب، و أصبح هناك اهتمام كبير بآثاره الاجتماعية والسياسية والاقتصادية في حياة الإنسان، و استطاع بانتشاره الواسع و خدماته السهلة السريعة أن يضعف نظرية مقص الرقيب، ويخرج من حالة التصنيف التي فرضتها بعض الحكومات على شبكة الإنترنت.

**3.7.1 موقع اليوتيوب (You Tube):** مما لا شك فيه أن عالم الويب اليوم أصبح أكثر تطورا و أسرع نموا من أي وقت مضى، كما أن الويب على المستوى العالمي أصبح لا يعترف إلى بالتميز والابتكار والتفرد، فمن يريد النجاح عليه أن يعمل من أجله و لن يحققه إلا من يعطيه حقه، اليوتيوب اسم سطع في عالم الإنترنت ليصبح بين عشية وضحاها أكبر مستضيف لملفات والفيديو المنتجة على المستوى الشخصي في العالم...

وتدخل في مصاف الشركات التقنية ذات الوجود المؤثر في عالم الإنترنت على المستوى العالمي، ولقد بدأت يوتيوب كمقدم لخدمة مشاركة ملفات الفيديو الشخصية وامتدت لتصبح من كبريات كقدي خدمات الفيديو و الترفيه في العالم.

(عبد الرزاق محمد الدليمي، 2011)

موقع يوتيوب هو ثالث أكبر مواقع الإنترنت شعبية بعد جوجل و ياهو ، و صرح المسؤولون عن موقع يوتيوب أن عدد مشاهدي الأفلام من زوار الموقع عبر العالم يصل إلى 100 مليون يوميا، في شهر يناير 2008 فقط، 79 مليون مستخدم شاهدوا أكثر من 3 مليارات فيلم في موقع يوتيوب. (خالد غسان، 2013)

**4.7.1 أنستغرام (Instagrame):** هو تطبيق مجاني لتبادل الصور، أطلق في أكتوبر عام 2010 يتيح للمستخدمين التقاط الصور، و إضافة فلتر رقمي إليها، و من ثم مشاركتها في مجموعة متنوعة من خدمات الشبكات الاجتماعية و في شبكة انستغرام نفسه ، و تضاف الصور على شكل مربع. (عالية، 2011)

## 8.1. إيجابيات و سلبيات مواقع التواصل الاجتماعي:

- التواصل مع الأصدقاء و الأقارب: تساعد شبكات التواصل الاجتماعي الأفراد على التقارب و الاتصال ببعضهم البعض مهما تباعدت المسافات و ذلك بتكلفة قليلة و لفترة طويلة.

- الانفتاح على الآخر و تبادل الأفكار و الآراء و المعلومات و البيانات: يسهم الحوار البناء عبر منتديات الحوار بترسيخ مبادئ التجانس و التفاوض، و تبادل الأفكار و المعلومات و البيانات باستخدام أساليب حوارية تركز على الإقناع بالحجج والبراهين و تنبذ التنافر و رفض الآخر ، لذلك يجب حسن استغلال الحوار و دعم نتائجه.

-توعية الأفراد بحقوقهم و واجباتهم: تساعد مواقع التواصل الاجتماعي الفرد على معرفة ما له و ما عليه من حقوق و واجبات، بفضل ما ينشره المثقفون في مختلف المجالات من نصائح و إرشادات.

-القضاء على ثقافة الخوف من الآخر: شجعت شبكات التواصل الاجتماعي التواصل مع جميع الشعوب لي اختلاف دياناتهم و مستوياتهم.

- التسلية و الترفيه: وذلك ترفيهها للنفس ، و هروبا من ضغوطات العمل و الدراسة و مشاكل الحياة.

-تشكيل الرأي الموحد حول القضايا المصيرية: تساهم مواقع التواصل الاجتماعي في توحيد الآراء حول بعض القضايا الداخلة للمجتمع ، و -أفضل مثال على ذلك تغريدة اللاعب الألماني ذو الأصول التركية المسلم "مسعود أوزيل" حول ما يتعرض له مسلمو الإيغور في الصين من اضطهاد و تطهير عرقي .

### 2.8.1 سلبيات مواقع التواصل الاجتماعي :

- العزلة الاجتماعية: شبكات التواصل الاجتماعي تقلل من التواصل المباشر للفرد مع أفراد أسرته و مجتمعه، إذ يقضي وقت طويل في استخدام هذه الشبكات، الأمر الذي يخلق نوع من التفكك الأسري.

-التأثير السلبي على الصحة: أثبتت الدراسات أن الجلوس كثيرا أمام الحاسب الآلي يؤدي إضعاف البصر، و على معانات الأشخاص من ضغوطات نفسية نتيجة تعرضهم المتكرر لمضامين شبكات التواصل الاجتماعي.

-انتحال صفة الغير: و ذلك لتحقيق مكاسب مادية، أو لغرض الانتقام من شخص ما حيث يتم تشويه صورته في المجتمع.

-انتهاك الخصوصية: تتيح شبكات التواصل الاجتماعي للآخرين الإطلاع على أسرارنا و التدخل في حياتنا.

-تشجيع الدعارة و الانحلال الأخلاقي: و ذلك من خلال دعوة الشباب و الفتيات إلى ربط علاقات غرامية و السهر إلى ساعات متأخرة من الليل، و التقنن في ارتداء الملابس الفاضحة بالنسبة للفتيات تحت مسمى العصرنة و مواكبة الموضة بالإضافة إلى نشر الصور و الأفلام الإباحية.

-إضاعة الوقت: بمجرد أن يبدأ المستخدم بتصفح أي موقع من مواقع التواصل الاجتماعي حتى تجده يقضي ساعات طويلة جدا أمام جهاز الكمبيوتر فيهمل عمله أو واجباته المدرسية أو العائلية وغيرها من نشاطات حياته.

- السرقة العلمية: يقوم بعض الأشخاص بسرقة أفكار الغير التي قام بنشرها على إحدى مواقع التواصل الاجتماعي ثم يدخل بعض التعديلات عليها و ينسبها إليه.

-تهديد أمن الأشخاص: يتجسد ذلك من خلال الحصول على بعض الصور الشخصية و تهديد أصحابها بنشرها.

-الغزو الثقافي: استخدام شبكات التواصل الاجتماعي بشكل مفرط يجعل الفرد يكتسب ثقافات وقيم المجتمعات الأخرى ، نتكلم عن القيم والأفكار السلبية التي تؤدي إلى انهيار النظام الاجتماعي لدى المجتمعات المحافظة. (قلاتي، 2015/2014)

## خلاصة:

إن شبكات التواصل الاجتماعي كانت لها القدر الأكبر من التأثير و التغيير على عدة مستويات سياسية ، اقتصادية ، إعلامية ،اجتماعية و ثقافية تعليمية كما أن التزايد المطرد لمستعمليها حول العالم جعلها تستخدم لأغراض أخرى غير التي عرفت عنها و منها مجال التعليم ، هذا الأخير يجب أن يستفيد على غرار بقية المجالات من تجربة شبكات التواصل الاجتماعي التي تشكل أكبر تطور يحصل في عالم اليوم و أكبر مجتمع افتراضي يوازي المجتمع الواقعي ،حيث يمكن أن تتحول هذه الشبكات من وسيلة للتعرف و تكوين الصداقات إلى أهم أداة تعليمية لطلبة جيل الانترنت الذين يمكن أن نطلق عليهم اسم الطلبة الرقميين، وذلك نظرا لما تتميز به من خصائص تؤهلها لذلك، ولكن رغم أهمية استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في تفعيل العملية التعليمية عن بعد ،إلا أن هذه التجربة تبقى محصورة بدول و مجتمعات معينة تجاوزت مرحلة الولوج إلى مجتمع المعلومات ، دون غيرها من الدول بما فيها معظم دول العالم العربي التي مازالت تحاول جاهدة إرساء البنية التحتية لتكنولوجيا المعلومات و الاتصال و من ثم الانتقال إلى مجتمع المعلومات فمثلا الجزائر مازالت تعاني من مشكل بطئ التدفق في شبكة الانترنت رغم انطلاق خدمة الجيل الثالث و الرابع لها ، كما أن الطالب الجامعي ما زال لا يعي أهمية استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في أمور تفيده بما فيها المجال التعليمي.

الباب الأول =

الدراسة النظرية

# الفصل الثاني:

الأنشطة الترويحية الرياضية

## تمهيد:

لقد اهتمت المجتمعات البشرية بالرياضية منذ زمن بعيد، و لكن الاهتمام بها تضاعف في العصر الحديث نتيجة التقدم التكنولوجي و اعتماد الإنسان على الآلات في كثير من مرافق الحياة مما انجر عليه ظهور ما يسمى بأمراض نقص الحركة كالسمنة و ما يرافقها من أمراض، لذلك استلزم على الفرد أن يستثمر وقت فراغه في ممارسة الأنشطة الرياضية تجنباً لهذه الأمراض ، إن استثمار وقت الفراغ من الضروريات التي يجب علينا أن نوليها اهتماما كبيرا و على المسؤولين أن يخططوا لتوجيه الفرد نحو فراغه توجيهها صحيحا باستخدام الأجهزة الحديثة و المتطورة لنشر الوعي بأهمية استغلال وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية.

## 1.2 النشاط:

### 2.2. مفهوم النشاط:

يرى عبد الله فرغلي أحمد (2003) أن النشاط يقصد به اللغة أنه ضد الكسل وبتضح من المفهوم اللغوي للنشاط أنه يصف حالة الكائن عندما يتفاعل مع شيء يتطلب حركة، بالإضافة إلى وجود باعث للحركة و النشاط . (فرغلي، 2003)

ولقد اصطلح على أن النشاط هو كل ما يمارسه الأفراد من أعمال تتحد طبقاً للبرامج والسياسات المحددة، أو هي الأعمال العادية التي يقوم بها الناس مجتمعين وتتطوي على التعاون وبذل الجهد في العمل أو في أثناء ممارسة النشاط.

(فرغلي، 2003)

ويرى الطالب الباحث أن ممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ بالأحياء الجامعية في غاية الأهمية، حيث تعمل على بناء شخصية الطالب وصقلها وتقيه من الأمراض الجسمية والنفسية كما أن العديد من الأهداف التربوية لا تتحقق إلا من خلال ممارسة الأنشطة المختلفة التي يقبل عليها الفرد بصفة اختيارية.

اختلف التربويون حول تعريفهم للنشاط من الناحية المنهجية، وانبثق من هذا الاختلاف العديد من المسميات منها كما ذكر عبد الله فرغلي أحمد (2003) ما يلي:

**1.2.2 النشاط المنهجي:** إنه يرتبط بالتعليم النظام و ما يتم داخله من تدريس للمقررات الدراسية التي تتطلب ممارسة النشاط.

**2.2.2 النشاط الغير منهجي:** إن هذا النشاط ينفذ خارج الخطة الدراسية و خارج قاعات الدرس أو الكلية أو في مساكن الطلاب (الإقامة الجامعية) ...

2.1.2 أغراض الأنشطة: حسب (فرغلي، 2003) هي على النحو التالي:

1.2.1.2 غرض حركي: يعد النشاط دافعا أساسيا لجميع أفراد المجتمع، حيث يتفق هذا مع الطبيعة الذاتية للأفراد والتي تميل بطبيعتها للنشاط و الحركة ،و الغرض الحركي أساس النشاط البدني في برامج الأنشطة الرياضية.

2.2.1.2 غرض اجتماعي: إن الرغبة أن يكون الفرد مع الآخرين تعد أقوى الرغبات الإنسانية، فالإنسان اجتماعي بطبعه، و هذا يتطلب نوها من النشاط المنظم و غير المنظم لمقابلة الحاجة إلى الانتماء.

3.2.1.2 غرض ذاتي: يسعى الفرد عن طريق الأنشطة المتنوعة إلى إتباع اهتماماته و التعبير عن أحاسيسه ،و اكتشاف إمكاناته و صقلها، و نقل هذه المشاعر والأحاسيس والأفكار التي تدور في ذهنه إلى الآخرين لإثبات ذاته.

### 3.2 مفهوم الترويح:

إن مفهوم الترويح بالإنجليزية (Recreation) يعني التجديد و الخلق و الابتكار فالمقطع الأول من المصطلح (re) يعني إعادة البناء و الجزء الثاني منه (creation) يعني الخلق و بصفة عامة فقد تباينت الآراء حول مفهوم الترويح و ذلك لعدم وجود تعريف محدد له ولذا سوف نتناول عرضا لأهم آراء المهتمين لدراسة مفهوم الترويح حتى نتمكن من فهم الترويح وفقا لاتجاهات المعاصرة في المجالين التربوي و الاجتماعي.

عرفته تهاني عبد السلام(2001)على أنه رد فعل عاطفي أو حالة نفسية و شعور يحسه الفرد قبل، أثناء و بعد ممارسته لنشاط ما سلبيا أو ايجابيا هادفا و يتم أثناء وقت الفراغ و أن يكون الفرد مدفوعا برغبة شخصية و يتصف بحرية الاختيار.

وعن "كراوس" أن الترويح هو تلك الأوجه من النشاط أو الخبرات التي تنتج عن وقت الفراغ، و التي يتم اختيارها وفقا لإرادة الفرد و ذلك بغرض تحقيق السرور و المتعة لذاته و اكتسابه العديد من القيم الشخصية و الاجتماعية (أماني متولي د.البطراوي، مقدمة في الترويح و أوقات الفراغ ط1، 2013) حسب "مارسكا" وآخرون(2004) الترويح هو نمط نشاط الذي يأتي مباشرة بعد الواجبات الاجتماعية، علاوة على بعده التحرري و التعويضي إزاء الضغوط .

(Maresca & Tardieu pierre, 2004)

يذكر كمال درويش و محمد الحماحي (1997) عن "بيلر" أن الترويح يعد نوعا من أوجه النشاط التي تمارس في وقت الفراغ و التي يختارها الفرد بدافع شخصي لممارستها و التي يكون من نواتجها اكتسابه العديد من القيم البدنية و الخلقية و المعرفية والاجتماعية.

في حين يرى " أحمد محمد فاضل " أن الترويح بشكل عام هو عبارة عن مساعدة الأفراد للحصول على خبرات ايجابية تساعدهم على تجديد الروح و استعادة ( Leisure Experiences) أثناء وقت الفراغ الطاقة البشرية ولذا من الممكن أن نعرف الترويح على أنه " يشمل جميع أوجه الأنشطة البناءة و المقبولة اجتماعيا و التي تؤدي أثناء وقت الفراغ و يتم اختيارها و الاشتراك بها لدوافع ما وفقا لإرادة الفرد و ذلك بغرض اكتساب العديد من (Intrinsic Mitivation) داخلية القيم الشخصية و تحقق الرضا و السرور و المتعة من المشاركة ذاتها و ليس لدافع كالكسب المادي أو المعنوي.

(أماني متولي د.البطراوي، مقدمة في الترويح و أوقات الفراغ ط1، 2013)

و نتيجة ما سبق من مفاهيم وتعريفات هي أن الترويح نشاط اختياري يحدث في وقت الفراغ و يهدف إلى تنمية جميع جوانب الحياة الإنسانية سواء البدنية الانفعالية الصحية ، الاجتماعية و الثقافية ، كما يستنتج أن النشاط الترويحي يتماشى مع قدرات الفرد وهدفه إشباع حاجيات و دوافعه سواء كان سعادة شخصية أو اكتساب لياقة بدنية و صحية، فالترويح يمنح الفرصة للشباب و الكبار و كافة أطراف المجتمع في اختلاف ألسنتهم و ألوانهم و ظروفهم المعيشية إلى المشاركة الاجتماعية و الصحية و التعاونية مع الآخرين.

**1.3.2 أغراض الترويح:** تتلخص أغراض الترويح تبعاً للاهتمامات و الرغبات التي يمكن إعتبارها دوافع لممارسة الأنشطة الترويحية في:

**1.1.3.2-غرض حركي:** حيث إن الدوافع للحركة والنشاط يعتبر دافعا أساسيا لجميع الأفراد، و يزداد في الأهمية لدى الصغار و الشباب، و الغرض الحركي أساس النشاط في البرنامج ترويجي.

**2.1.3.2-غرض الاتصال بالآخرين:** من الأنشطة التي تشبع الرغبة في الاتصال بالآخرين وتبادل الآراء والأفكار قراءة الشعر، القصة، المناقشات الجماعية و يضيف الباحث الرياضات الجماعية.

**3.1.3.2-غرض تعليمي:** دائما ما يبحث الفرد عن اهتمامات جديدة تمهد للفرد معرفة ما يجهله، فالرغبة في المعرفة تدفع الفرد إلى التعرف على كل ما هو في دائرة اهتمامه.

**4.1.3.2-غرض ابتكاري فني:** تعتمد الرغبة لابتكار الجمال تبعاً لما يتذوقه الفرد، و ما يعتبره الفرد خبرة جمالية من حيث الشكل و اللون و كذلك الصوت و الحركة.

**5.1.3.2- غرض اجتماعي:** إن الإنسان اجتماعي بطبعه ، فالرغبة في أن يكون الفرد مع الآخرين من أقوى الرغبات الإنسانية ، و هناك جزء ليس بالقليل في الترويح المنظم أو غير المنظم يعتمد أساسا على تحقيق الحاجة إلى الانتماء. (أمانى متولى د.البطراوي، مقدمة في الترويح و أوقات الفراغ ط1، 2013)

**4.2 سمات الترويح:** للترويح سمات تميزه عن غيره من المناشط الأخرى، ومن دراستنا لمفهوم الترويح يتضح أن من أهم سماته هي:

**1.4.2- نشاط بناء:** وهذا يعني أن الترويح يعتبر نشاطا هادفا ، فهو يساهم في تنمية و تطوير الفرد من خلال المشاركة في ممارسة المناشط المختلفة.

**2.4.2- نشاط اختياري:** أي أنه نشاط يختاره الفرد وفقا لرغبته و ميوله ودوافعه و كذلك يتفق هذا النشاط مع استعداداته و قدراته.

**3.4.2- حالة سارة:** و يعني ذلك أن الترويح يجلب السعادة إلى نفوس ممارسيه، تنمية التعبير عن الذات و الإبداع في النشاط.

**4.4.2- يتم في وقت الفراغ:** بمعنى أن الترويح يتم في الوقت الذي يتحرر فيه الفرد من القيود و الارتباطات العمل أو أي ارتباطات أخرى.

**5.4.2- يحقق التوازن النفسي:** و ذلك من خلال إشباع الفرد الممارس لمناشط الترويح لحاجاته النفسية كما أن المشاركة في مناشط الترويح تؤدي إلى تحقيق الاسترخاء و الرضا النفسي مما يحقق الفرد التوازن النفسي.

و يرى الباحث أن هذه السمات التي تميز النشاط الترويحي عن الأنشطة الأخرى هي التي تدفع الفرد لممارسته، لأن خصائصه تتماشى مع مختلف جوانب الحياة المختلفة للمشاركين في هذه الأنشطة.

## 5.2- مستويات و أنواع مناشط الترويح:

1.5.2-المستويات حسب بريتل وناش: إن للترويح مناشط متعددة، حيث يذكر محمد الحماحمي وعايدة عبد العزيز مصطفى(2001) عن بريتل و ناش أن مستويات المشاركة في المناشط الترويحية تتمثل في:

أ- المشاركة الإبتكارية: و هي المشاركة التي تتميز بالإبداع و الابتكار وذلك كالاختراعات و القيام بعمل غير مألوف من قبل.

ب- المشاركة الإيجابية: و هي ذلك المستوى من المشاركة الذي يقوم الفرد من خلاله بالممارسة الفعلية لأوجه مناشط الترويح .

ج- المشاركة السلبية: هي تلك المشاركة التي يستمتع الفرد من خلالها بالمشاهدة و الاستمتاع دون مشاركة فعلية منه في المناشط الترويحية.

و عن حلمي إبراهيم الذي أضافت إلى المستويات السابقة مستوى آخر و هو المشاركة العاطفية و هي تمثل المستوى الذي يسمح للفرد بالمشاركة الوجدانية من خلال الاستمتاع بمشاهدة المناشط الترويحية أو الاستمتاع بها.

أما عن المشاركة السلبية فهي تختلف في نظرتها عن سابقتها حيث ترى أنها تمثل المستوى الذي لا يتيح للفرد الممارس للمناشط الترويحية فرص الاندماج أو الاستمتاع

بها و من ثم فإن ذلك المستوى من المشاركة لا يرقى إلى مستوى من التأثير الانفعالي أو الوجداني على الفرد .

## 2.5.2- المستويات حسب ريبيلتز: يقسم ريبيلتز مستويات المشاركة إلى ثلاثة و هي:

أ- المشاركة الايجابية: تتمثل في المشاركة الفعلية لمختلف أوجه مناشط الترويح.

ب- المشاركة الاستقبالية: و هي تلك المشاركة التي يتم من خلالها استقبال الفرد لنشاط عن طريق الحواس سواء بالمشاهدة أو الاستماع.

ج- المشاركة السلبية: و هي ذلك النوع من المشاركة التي تتطلب القيام بأي نشاط إيجابي أو استقبالي، وذلك كما هو الحال في النوم و الاسترخاء. (محمد الحماحي، الترويح بين النظرية و التطبيق ط1، 2001)

ومن خلال ما ذكر سابقا نستخلص أن مستويات المشاركة في الأنشطة الترويحية تتلخص في أربع مستويات وهي : المشاركة الإبتكارية ،الإيجابية، السلبية و العاطفية .

6.2- الهدف من الترويح: أجمع العلماء أن أهداف الترويح تتلخص في هدفين أولهما باطني وهو تحقيق السعادة والسرور للفرد الممارس، أما الثاني ظاهري يتحقق حسب طبيعة الأنشطة الترويحية الممارسة حيث لكل نشاط أهداف محددة، فالأنشطة الترويحية متعددة ومتنوعة ولكل منها أهداف وأغراضه التي تسهم في بناء الفرد وتنميه. تذكر تهاني عبد السلام (2001) أن المحور الأساسي للترويح هو السعادة إلا أن هناك بعض الأحاسيس والمشاعر التي يكتسبها الفرد من خلال ممارسته للأنشطة

الترويحية تتمثل في الإخاء ، الإنجاز ، الابتكار و كذلك الإبداع على جانب بعض القدرات البدنية و العقلية و العاطفية .

## 7.2- أهمية الترويح:

إن المتعة هي حالة نفسية ناتجة عن ممارسة النشاط الترويحي و بالتالي فهو يساهم في خلق نوع من التوازن النفسي الجسماني حيث يذكر (محمد الحماحي، الترويح بين النظرية و التطبيق ط1، 2001) أهمية الترويح في النقاط التالية:

- ✦ تحقيق الحاجات الإنسانية للتعبير الخلاق عن الذات.
- ✦ تطوير الصحة البدنية و الصحة الانفعالية و الصحة العقلية للفرد.
- ✦ التحرر من الضغوط و التوتر الصحي المصاحب للحياة العصرية.
- ✦ توفير حياة صحية و عائلية زاخرة بالسعادة و بالاستقرار.
- ✦ تنمية و دعم الديمقراطية. (محمد الحماحي، الترويح بين النظرية و التطبيق ط1، صفحة 34)

## 8.2- الأنشطة الرياضية الترويحية:

### 1.8.2 - مفهوم الأنشطة الرياضية الترويحية:

استخلص الطالب الباحث فيما ذكره عبد الوهاب شاهد في كتاب "الرياضة للجميع الفلسفة والتطبيق" د. محمد الحماحي(1997) على أنها تعد وسيلة معبرة عن حاجة الفرد للدفاع عن ذاته في مواجهة متغيرات التقدم التقني، كما أنها تعد طريقة للبحث عن حياة أفضل للجميع. (الحماحي أ.، 1997)

كما أن الأنشطة الرياضية الترويحية تصب في مفهوم الترويح الرياضي الذي هو ذلك النوع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من المناشط البدنية و الرياضية كما أنه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيرا على الجوانب البدنية و الفسيولوجية للفرد الممارس لأوجهه مناشطه التي تشتمل على الرياضات والألعاب.

(Maresca و Tardieu pierre ، 2004 ، صفحة 71)

ويرى الطالب الباحث أن الأنشطة الرياضية الترويحية هي الأنشطة التي تختارها الفرد ويمارس في وقت الفراغ لأجل الحصول على السعادة والسرور.

2.8.2- مميزات النشاط الترويحي الرياضي: للنشاط الترويحي أثر على الإنسان ،ومن الصعب حصر جميع الفوائد المستفادة من ممارسته حيث يعمل على تشكيل الإنسان ويعيد تكيفه بالمجتمع ويساعده في قيامه بأدواره بالإضافة إلى مميزات جسمية عديدة منها:

- ✦ المتعة بغرض المتعة وليس لأجل الوصول إلى مستوى عال أو إتقان الأداء.
- ✦ يعمل النشاط الترويحي الرياضي على رفع مستوى الحيوية و مقاومة التعب.
- ✦ يعمل على التخلص من الضغط العصبي
- ✦ يعمل على رفع كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري و التنفسي.
- ✦ يعمل على التخلص من الطاقة الزائدة . (قلاوز ، 2012)

3.8.2-أنشطة الترويح الرياضي:

تمثل الرياضات و الألعاب الجانب الأعظم من برامج الترويح الرياضي كما أنه يمكن تنظيم مناشطها وفقا لأهداف و احتياجات و اهتمامات الأفراد و الجماعات و من

أهم العناصر التي تتأثر بها تلك المناشط هي: المستوى المهاري، السن، الجنس الحالة البدنية و الحالة الصحية للفرد.

و عليه يتم تقسيم مناشط الترويح الرياضي إلى المجموعات الأساسية التالية:

أ- الألعاب أو الرياضات الفردية: هناك بعض الذين يفضلون ممارسة الألعاب أو الرياضات الفردية ، و يرجع ذلك إلى بعض الصفات النفسية و الاجتماعية أو نتيجة لاستمتاعهم بالأداء الفردي، و مثال ذلك صيد الأسماك، المشي ، السباحة و ركوب الدرجات.

ب- الألعاب أو الرياضات الزوجية: هي الألعاب التي تستلزم اشتراك فردين على الأقل للعب معا و مثال ذلك التنس الأرضي، تنس الطاولة، المبارزة

ج- ألعاب أو رياضات الفرق: الألعاب أو الرياضات الجماعية التي تعتمد على تكوين الفرق ذات أهمية للشباب نظرا لأنها تتفق مع ميولهم و اهتماماتهم و مثال ذلك كرة القدم ، كرة الطائرة ،كرة السلة (آماني متولي د.البطراوي، مقدمة في الترويح و أوقات الفراغ ط1، 2013، الصفحات 23،24)

**4.8.2-خصائص الترويح الرياضي:** من أهم الخصائص التي يتميز بها الترويح الرياضي ما يلي:

**1.4.8.2-تهيئة الفرص للنشاط الحرمي:** إتاحة فرصة المشاركة للجميع من خلال توفير المنشآت و التجهيزات اللازمة و إعداد البرامج المناسبة.

**2.4.8.2-الهادفية:** نشاط هادف و بناء يسهم في تنمية المهارات و القيم و الاتجاهات التربوية و تطوير الشخصية.

3.4.8.2- الإيجابية: ممارسة النشاط و عدم الاقتصار على المشاهدة.

4.4.8.2 المساواة: لكل فرد الحق في المشاركة بغض النظر عن المراحل العمرية أو

الجنس أو المستوى المهاري .

5.4.8.2- حرية الاختيار: اختيار أي نوع أو مستوى من الرياضات المختلفة .

6.4.8.2- الدافعية: المشاركة في النشاط تتم بدافع ذاتي ( برغبة و إرادة الفرد)

7.4.8.2- التنوع: تتوفر الأنشطة التنافسية و غير التنافسية في مستويات مختلفة لكي

تتفق مع حاجات و رغبات و ميول الأفراد.

8.4.8.2- الوقاية و التأهيل: يساعد الممارسين على الوقاية من الأمراض العصرية

المرتبطة بنقص الحركة كالسمنة، أمراض القلب، بالإضافة إلى الأمراض النفسية و

الاجتماعية، ويساعد بشكل كبير في تأهيل المرضى و المصابين و المعاقين.

9.4.8.2- التفاؤل: المشاركة الايجابية التي تؤدي إلى تحقيق السعادة و تطوير صحة

الفرد و زيادة الإنتاجية، مما يبعث روح التفاؤل لدى الممارسين

10.4.8.2- الكشف عن الموهوبين: تعتبر نشاطات الترويج الرياضي القاعدة الأساسية

التي تركز عليها عملية كشف الموهوبين و أصحاب القدرات المتميزة في مختلف

الرياضات.

11.4.8.2- استثمار وقت الفراغ: يعتبر الترويج وسيلة مثلى لاستثمار أوقات الفراغ

المتزايدة لدى جميع أفراد المجتمع. (فاضل، 2007)

5.8.2 أهمية النشاطات الرياضية و الاجتماعية في استثمار أوقات الفراغ:

يذكرها (الداهري، 2008) في النقاط التالية:

- تنمية الكثير من الصفات و القدرات الايجابية لدى الفرد.
  - تحقيق التوافق النفسي و الصحة النفسية للشباب.
  - تدعيم الصداقات بين الشباب بالأنشطة الرياضية و الاجتماعية
  - التعبير عن الذات و إثباتها
  - حماية الشباب من كل أنواع الانحراف .
  - إن الأنشطة الرياضية و الأنشطة الاجتماعية تعد وسائل تربية لها أثر على نمو الشباب و صحتهم .
  - مساعدة الشباب على تحمل الضغوط النفسية و الشدائد.
  - إشباع الحاجات النفسية لدى الشباب و التي تتمثل في الحاجة للأمن و للتقدير و الاحترام و الحاجة للانتماء.
  - اكتساب الشباب لنواحي السلوك الاجتماعي المقبول
  - غرس الروح الجماعية لدى الشباب و التعود على الصبر و التسامح.
- (الداهري، 2008، صفحة 269)

### 6.8.2 العوامل المؤثرة في الأنشطة الرياضية الترويحية:

هناك مجموعة من الفوائد التي تعود على الشخص عند اشتراكه في أنشطة رياضية ترويحية ، أول هذه الفوائد نعطس على القدرة الحركية و الفسيولوجية و هذا بالطبع يساعد الشخص على مواجهة ظروف الحياة بأسلوب أسهل.

(حلمي ابراهيم، 1998، صفحة 71)

وتشير الدراسات التي تمت في الدول الأوروبية أن الترويح و نشاطاته يتأثران بالعديد من المتغيرات من أهمها:

-الوسط الاجتماعي: تؤكد الكثير من الدراسات أن العادات و التقاليد تعتبر عاملا هاما في تحديد نوعية الأنشطة الترويحية المرغوبة و ذلك حسب ثقافة المجتمع.

- الوسط والمستوى الاقتصادي: إذ يؤثر دخل الفرد بدرجة كبيرة على اختياراته و كيفية قضاء وقت الفراغ كما لوحظ أن هناك أنواع من الترويح ترتبط بمستوى دخل الفرد كالرحلات السياحية و الخروج إلى المطعم و المنتجات و غيرها.

-النسبة و الجنس: إن كل مرحلة عمرية لها سلوكياتها الترويحية الخاصة فالطفل يمرح ويلعب و الشيخ يسترخي و يرتاح في حين أن الشباب ينطلقون بحرية في مزاوله كافة الأنشطة و تشير الدراسات أيضا أن الأنشطة الترويحية التي يمارسها الذكر تختلف عن تلك التي يمارسها الأنثى فعادة الأولاد يميلون إلى الألعاب الضيقة بينما البنات يملن إلى اللعب بالرمي و الألعاب المرتبطة بالتدابير المنزلية.

- المستوى الثقافي و درجة التعليم: فالمستوى التعليمي و الثقافي يؤثر على الأفراد و أساليب تسليتهم و هواياتهم خاصة أن الإنسان اليوم يتلقى كثيرا من التدريبات في مجال الترويح أثناء حياته الدراسية مما قد يربي فيه أذواقا معينة لهوايات ربما يظل يمارسها مدى حياته.

## 9.8.2 مقارنة خصائص الرياضة الترويحية و الرياضة التنافسية:

### 1.9.8.2- الرياضة الترويحية:

- تحقيق الذات
- الحرية الشخصية
- الإبداع و الابتكار
- التفاعل الاجتماعي
- الاتصال
- التضامن
- التعاون
- تحسين نوعية الحياة
- المصروفات تكون غير مكلفة للممارسين للنشاط الرياضي الترويحي

### 2.9.8.2- الرياضة التنافسية:

- العزلة الاجتماعية
- التصارع
- التنافس
- التفاعل الاجتماعي و التعاون لتحقيق مستوى أفضل
- أكثر تكلفة (الحماحي أ.، 1997، صفحة 58)

## 9.2- أهداف الترويج الرياضي:

يرى محمد الحماحي أن للترويج الرياضي (الرياضة للجميع) إسهامات في التأثير الإيجابي على العديد من جوانب نمو المشاركين في ممارسة أوجه نشاطه. كما يهدف الترويج الرياضي إلى الوقاية من المتغيرات المدنية الحديثة و إلى زيادة المردود الإنتاجي لهؤلاء المشاركين في برامجهم و لذا فقد قم الحماحي بتحديد أهداف الترويج الرياضي وفقا لطبيعة تلك الأهداف و ذلك على النحو التالي:

1.9.2-الأهداف الصحية: و هي الأهداف المرتبطة بوجه عام بصحة الممارس و تتضمن:

- تطوير الحالة الصحية للفرد.
  - تنمية العادات الصحية المرغوبة.
  - الوقاية و الإقلال من فرص الإصابة بأمراض القلب
  - زيادة مناعة الجسم و مقاومته للأمراض.
  - الحد من الآثار السلبية للتوتر النفسي وللقلق و للتوتر العصبي.
- 2.9.2- الأهداف البدنية: و التي تهتم بالحالة البدنية للممارس وهي:

- تنمية اللياقة البدنية
- تحديد نشاط و حيوية الجسم
- الاحتفاظ بالقوام الرشيق
- الوقاية من بعض انحرافات القوام

- مقاومة الانهيار البدني في سن الشيخوخة

3.9.2- الأهداف المهارية: وهي الأهداف المرتبطة بالتعليم و تنمية المهارات الحركية و

تشمل :

- تنمية الحس الحركي منذ الصغر

- تعليم المهارات الحركية للألعاب و للرياضات المختلفة منذ الصغر و تعليم مناشط

الحركية التي تتميز بطابع الاستمرارية على مدى الحياة، و ذلك كألعاب تنس الطاولة

، كرة السلة ، المشي، الجري ...

- تنمية المهارات الحركية للفرد

- الارتقاء لمستوى الموهوبين رياضيا.

4.9.2- الأهداف النفسية: تهتم بالفرد الممارس لمناشطها من الجانب النفسي، وتحتوي

على أهم الأهداف التالية:

- تنمية الرغبة و استثارة دافعية الفرد نحو ممارسة النشاط الحركي

- تحقيق السعادة لحياة الفرد و الترويح عن الذات

- إشباع الميل للحركة أو اللعب أو لهواية الرياضة

- التعبير عن الذات و تفريغ الانفعالات المكبوتة

- الحد من التوتر النفسي و العصبي الناتج عن ظروف الحياة في المجتمعات

المعاصرة

- تنمية مفهوم الذات

- إشباع الدافع للمغامرة

5.9.2- الأهداف الاجتماعية: تهتم بالجانب الاجتماعي للفرد الممارس بانتظام

لمنشطها نذكر منها:

- التغلب على ظاهرة العزلة الاجتماعية التي تسود المجتمع المعاصر بتكوين علاقات و صدقات مع الآخرين من الأفراد والجماعات

- إشباع الحاجات للالتقاء مع الآخرين من ذوي الميول و الاهتمامات المشتركة

- تحقيق التوافق الاجتماعي للأفراد و الجماعات المشاركين في مناشط الرياضة للجميع

- تشكيل السلوك الاجتماعي السوي

- المشاركة في الاحتفالات و المهرجانات الرياضية و التعاون بين الجماعات في تنظيمها

- تنمية مهارات التواصل و التفاوض بين الجماعات لدعم العمل الجماعي

- ممارسة الحياة الاجتماعية الديمقراطية الناجحة

6.9.2- الأهداف الثقافية: تشمل الأهداف المرتبطة بتزويد الفرد بالعديد من أنواع

المعرفة، و منها:

- تزويد الفرد بالثقافة الرياضية و ذلك بتزويده بالعديد من أنواع المعرفة و الاتجاهات و العادات المرتبطة بمجال الرياضة للجميع

- تشكيل تنمية مدركات الفرد بأهمية الرياضة في الحياة العصرية

- إدراك الفرد لقدرات و لحجات الجسم للحركة

- فهم أفضل للبيئة المحيطة بالفرد

- التعرف على الألعاب الشعبية المتصلة في التراث الثقافي للجميع

التعرف على العديد من أنشطة وقت الفراغ وأنشطة الخلاء و استيعاب طرق تنظيمها

## 10.2- النشاط الرياضي في الجامعات:

يرى (حمدي أحمد، 2011) أن ممارسة الأنشطة الرياضية في أوقات الفراغ لدى الطلاب في الوقت الحاضر تعتبر من الموضوعات المهمة التي يهتم بها كثير من القيادات الجامعية التربوية، ولقد أصبح النشاط الرياضي في عصرنا له أهمية - ليس من أجل النشاط ذاته فقط- و لكن لأنه يستخدم كذلك كوسيلة تربوية هامة في إعداد الطالب، و اكتسابه العادات والتقاليد المرغوبة لتكوين مجتمع أفضل و يتفق ذلك مع ما ذكره "تشارلز بيوكر" بأن قيمة النشاط الرياضي الحقيقية تظهر إذا تم استخدامها كوسيلة للحصول على حياة أفضل . (حمدي أحمد، 2011، صفحة 62)

## 1.10.2 أهداف النشاط الرياضي في الجامعات:

- شغل أوقات الفراغ لتوظيف طاقات الشباب في أنشطة مفيدة.

- اكتساب و تنمية الثقافة و المعرفة الرياضية.

- الكشف عن القيادات الطلابية و تنميتها و صقلها.

- اكتساب الخلق الرياضي و تربية المواطن الصالح

- جعل الرياضة نمط في حياة الفرد.

- اكتشاف و تنمية المواهب من خلال استثمار وقت الفراغ.

تقوية روح التعاون .

- تدعيم روح الابتكار و الإبداع من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية.

- تنمية العلاقات الاجتماعية.

- تحمل المسؤولية. (حمدي أحمد، 2011، صفحة 63)

و مما سبق يتضح لنا أن مجموعة المعلومات و الخبرات و كذا المهارات و القيم التي يكتسبها الفرد من مشاركته في الأنشطة الرياضية الترويحية، تعد جزا كبيرا يساهم في تنمية و تطوير مختلف دوافعه، كما تؤثر ايجابيا على مجموعة سلوكيات و اتجاهات و صحة الفرد و بالتالي تحقق الحاجات الإنسانية للتعبير الخلاق عن الذات و تطور اللياقة البدنية ، الصحية ، الانفعالية و كذا العقلية ، وفي وقتنا الحلي نسعى جميعا في المساهمة في بناء الفرد من كل النواحي خدمة للمجتمع و الإنسانية ككل.

## 11.2- الآثار الاجتماعية للتكنولوجيا و علاقتها بوقت الفراغ والترويح:

يكشف المجتمع الصناعي الحديث عن عدد من الملاح التي تميزه عن كل المجتمعات التي سبقته إلى الوجود و ذلك لارتباطه بالثورة العلمية التي اجتاحت علم اليوم.

و يرى العديد من المفكرين الذين يهتمون بدراسة الآثار المترتبة عن الثورة العلية و التكنولوجيا على المجتمع ، يرون أن هذا التقدم في مجال العلم و التكنولوجيا و انعكاساته على الصناعة يقابله تدهور سريع في العديد من القيم المرتبطة بالمجتمع مما ينتج عنه العديد من المشكلات و التعقيدات.

و من جانب آخر يرى المهتمون بوقت الفراغ و الترويح أن وقت الفراغ الترويح يعد أساسا للمجتمع الصناعي المنتج ، حيث يرون أن الوجه الآخر للعمل في هذا المجتمع ، و أنه أصبح يمثل نظاما اجتماعيا له خصائصه المميزة.

و يشير روبرتز Roberts إلى أن المناشط التي يمارسها الأفراد في أوقات فراغهم تؤثر بفعالية في تطوير إحساسهم بذاتهم مما جعل وقت الفراغ يمثل نظاما شأنه في ذلك شأن النظم الأخرى ، كما أنه يتبادل التأثير و التأثير مع هذه النظم. (كمال د.درويش، صفحة 76)

## 12.2- المشكلات التي تواجه مشاركة المتعلمين في مناشط الترويح:

لقد اهتم العديد من الباحثين بموضوع المشكلات التي تواجه مشاركة المتعلمين في مناشط الترويح سوا داخل نطاق الجامعة أو خارجه و ذلك لإيجاد حلول لهذه المشكلات و مراعاة عند التخطيط لبرامج الترويح على مستوى الجامعة أو على المستوى المحلي حتى تكون زيادة المشاركة الايجابية في مناشط الترويح من قبل المتعلمين.

و في دراسة أجراها محمد الحماحي عن معوقات ممارسة المناشط و الهوايات الترويحية لدى طلبة الجامعة(1983) و ذلك على عينة مكونة من (200) طالب و طالبة من كلية الآداب بجامعة عين الشمس، أشارت نتائج الدراسة إلى أهم المعوقات:

أولا: أكثر المعوقات شيوعا لدى الطلاب هي وفقا للترتيب التالي:

- الكلية لا تنظم مناشط للترويح لطلابها.

- عدم توفر المنشآت الرياضية .

- عدم توفر الأجهزة و الأدوات الرياضية
- عدم ملائمة مواعيد النشاط الذي تنظمه الكلية للطلبة.
- عدم مناسبة المناشط التي تنظمها الكلية لميول الطلبة.
- قضاء وقت الفراغ في التحصيل الدراسي.

**ثانيا: أكثر المعوقات شيوعا لدى الطلبات هي وفقا للترتيب التالي:**

- الإرهاق و الحاجة للنوم بعد الانتهاء من اليوم الدراسي.
- يستغرق الانتقال من المنزل إلى الكلية و العودة وقت طويل.
- قضاء وقت الفراغ في التحصيل الدراسي.
- عدم الاشتراك في عضوية إحدى الأندية.
- عدم توفر الأجهزة و الأدوات الرياضية.
- عدم التشجيع من الزملاء على ممارسة الهوايات الترويحية.
- الشعور بالقلق و عدم اعتدال الحالة المزاجية.
- عدم توفر المنشآت الرياضية. (كمال د.درويش، صفحة 136)

### **13.2- دور المسؤولين عن التعليم نحو وقت الفراغ و الترويح:**

تتأكد العلاقة بين التعليم و وقت الفراغ في ضوء فكرة استمرار التعليم أو في ضوء التعلم المستمر أو التربية المستديمة (مدى الحياة) إذ أن لكل مرحلة من مراحل العمر

اهتماماتها الخاصة بها مما يقتضي توجيه النظام التعليمي للمتعلمين للإفادة من أفضل الطرق لاستثمار أوقات الفراغ.

و لذا يجب على المهتمين بمناشط أوقات الفراغ و الترويج مراعاة أهم الأسس التالية:

- توعية المتعلمين بأهمية مناشط وقت الفراغ و الترويج.
- تنمية اتجاهات المتعلمين نحو مناشط وقت الفراغ والترويج.
- تعريف المتعلمين بميولهم واستعداداتهم و قدراتهم.
- إشباع ميول و حاجات المتعلمين لمناشط الترويج.
- اكتشاف المواهب المختلفة في مجالات الترويج.
- توفير الإمكانيات المناسبة لممارسة المناشط الترويحية.
- مساعدة المتعلمين على حسن اختيار المناشط المناسبة لهم.
- إشراك المتعلمين و استثارة دوافعهم نحو ممارسة المناشط الترويحية و زيادة الإقبال عليها. (كمال د.درويش، صفحة 142)

## الخلاصة:

نستنتج في ما سبق أن الأنشطة الرياضية الترويحية تساهم بشكل كبير في حياة الأفراد والرقى بالمجتمعات ،وتجعل الفرد في حالة من السعادة و الرضا التي تؤهله ليكون مواطنا صالحا ونافعا للمجتمع، فزيادة وقت الفراغ بسبب التقدم العلمي والتقني أدى إلى ظهور الأمراض مما وجب على الفرد اللجوء إلى ممارسة الأنشطة الرياضية للوقاية منها ، كما أن الرياضة عموما أصبحت معيارا يقاس به تقدم الدول في التنمية البشرية و زيادة الإنتاج.

الباب الثاني

الدراسة التطبيقية

# الفصل الأول:

منهجية البحث

و الإجراءات الميدانية

## تمهيد:

من أجل الوصول إلى حل مشكلة البحث المطروحة حول معرفة أهمية مواقع التواصل الاجتماعي في تفعيل ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى الطالب الجامعي في مختلف الأحياء الجامعية كان لوزما على الطالب الباحث توضيح المنهجية المتبعة وإجراءاتها الميدانية و هي كالتالي:

### 1.1 منهج البحث:

عمد الطالب الباحث إلى استخدام المنهج الوصفي المسحي للائمته لنوع الدراسة ونوع المشكل المطروح، وبحكم الموضوع الذي نحن بصدد دراسته فالمنهج الوصفي يعتبر طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميًا عن طريق جمع المعلومات المقننة عن المشكلة وتصنيفها و إخضاعها لدراسة دقيقة.

### 2.1 مجتمع وعينة البحث :

يتكون مجتمع البحث من الطلاب الذكور المقيمين في ثلاثة أحياء جامعية تشمل كل من إقامة المجدوب، إقامة 2000 سرير وإقامة 1000 يقعون كلهم بمدينة مستغانم البالغ عددهم 2587 مقيم، حيث اخترنا منهم بطريقة عشوائية عينة الدراسة التي بلغ عددها 105 طالب بنسبة 4.05%، موزعين على النحو التالي:

-إقامة المجدوب : 36 طالب.

-إقامة 2000 سرير: 24 طالب.

-إقامة 1000 سرير: 45 طالب

### 3.1.متغيرات البحث:

-المتغير المستقل: مواقع التواصل الاجتماعي.

- المتغير التابع: الأنشطة الرياضية الترويحية.

### 4.1 . مجالات البحث:

أ- المجال البشري: احتوى مجال بحثنا على 105 طالب ذكور مقيم في ثلاثة أحياء جامعية في ولاية مستغانم.

ب- المجال المكاني: تم توزيع الاستبيانات على الطلبة في الأحياء الثلاث وبلاستعانة بمساعدين مقيمين نظرا لأنني لست مقيما.

ج- المجال الزمني: تم تقسيم دراستنا على مجالين اثنين هما:

- الجانب النظري: امتد من بداية أكتوبر 2019 إلى نوفمبر 2019 .

- الجانب التطبيقي: بدأ من نهاية شهر نوفمبر ثم توقف بسبب جائحة كورونا في جانفي 2020 إلى غاية أواخر شهر ماي 2020 ثم استأنف من جديد إلى في شهر جوان 2020.

#### 5.1 . الأدوات البحث:

الاستبيان: تمتاز هذه الطريقة بكونها تساعد على جمع المعلومات الجديدة المستمدة مباشرة من المصدر والمعلومات التي يتحصل عليها الطالب الباحث والتي لا يمكن إيجادها في الكتب، إلا أن هذا الأسلوب الخاص بجمع المعلومات يتطلب إجراءات دقيقة منذ البداية، حيث قام الطالب بتصميم استمارة استبائية وذلك بمسح العديد من المراجع التي تشابهت مع موضوعه ثم تم عرضها على السادة الأساتذة المحكمين من جامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم للأخذ بأرائهم وتوجهاتهم، وقد شملت الاستمارة الاستبائية محورين.

#### الجدول 1 : يوضح محاور الاستمارة الاستبائية

عدد العبارات	المحاور
16	الممارسة الترويحية الرياضية
20	التواصل الاجتماعي والترويح الرياضي
36	المجموع

#### 1.5.1. الخصائص السيكومترية لأداة :

صدق الاتساق الداخلي لفقرات الاستبيان: وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط 'بيرسون' بين كل فقرة من فقرات المحور.

صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الأول :

الجدول 2: يوضح الأسس السيكومترية للمحور الأول من الاستمارة الاستبائية

الرقم	العبارات	معامل الارتباط	مستوى المعنوية	النتيجة
01	أمارس الأنشطة الرياضية في وقت فراغ	0.898**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
02	أكثر الأنشطة التي أمارسها ذات طابع	0.895**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
03	أسباب ممارستي للرياضة في وقت الفراغ	0.932**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
04	أشجع على ممارسة الرياضة في وقت الفراغ	0.858**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
05	الوقت المناسب لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية	0.918**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
06	أمارس الرياضة بشكل	0.870**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
07	أمارس رياضة المشي أثناء تواجدي بالإقامة الجامعية	0.934**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
08	أمارس الأنشطة الرياضية أثناء وقت فراغ	0.922**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
09	تحتوي الإقامة على مرافق رياضية (ملاعب- صالات)	0.868**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
10	توفر الإضاءة في ملاعب ليلا	0.922**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
11	تشجع الإقامة على ممارسة الرياضة الترويحية	0.918**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
12	إدارة الإقامة تنظم مسابقات رياضية خلال العطل و المناسبات	0.945**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
13	-أكثر الرياضات ممارسة في الحي الجامعي	0.866**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
14	أشرك في الأنشطة الرياضية التي تنظمها إدارة الإقامة	0.930**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
15	تتوفر أماكن للاستحمام بعد ممارسة الرياضة الترويحية داخل الإقامة.	0.915**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
16	يتم عقد لقاءات مع الطلاب لتنمية الوعي بأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية والمشاركة فيه.	0.889**	0.000	ارتباط دال إحصائيا

يتضح من خلال الجدول أعلاه بان جميع فقرات ترتبط مع المحور الأول أي أن فقراته دالة إحصائيا ، حيث نجد أن معاملات الارتباط المحسوبة لكل فقرة من فقراته اكبر من قيمة R الجدولية، كما أن قيمة SIG (مستوى المعنوية) اقل من بمستوى دلالة 0.05 في جميع فقرات المحور أي يوجد ارتباط معنوي ومنه تعتبر فقرات المحور الاول صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

صدق الاتساق الداخلي لفقرات المحور الثاني:

الجدول 3: يوضح الأسس السيكومترية للمحور الثاني من الاستمارة الاستبائية.

الرقم	العبارات	معامل الارتباط	مستوى المعنوية	النتيجة
01	-أستخدم الإنترنت في الإطلاع على أهمية ممارسة الرياضة أثناء وقت الفراغ	0.950**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
02	-الخدمة المفضلة لدي الموجودة على مواقع التواصل الاجتماعي هي	0.854**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
03	-الفترة المناسبة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي هي:	0.865**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
04	-المجالات الأكثر استقطابا في مواقع التواصل الاجتماعي:	0.949**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
05	-أكثر الشبكات نشرا للقضايا الرياضية هي:	0.867**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
06	-الدافع وراء استخدام مواقع التواصل الاجتماعي هو:	0.921**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
07	-أتفاعل مع القضايا الرياضية على مواقع التواصل الاجتماعي	0.940**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
08	-أتابع المنتديات الرياضية على مواقع التواصل الاجتماعي	0.919**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
09	-أتاحت مواقع التواصل الاجتماعي حاجتي من المعارف الرياضية	0.950**	0.000	ارتباط دال إحصائيا

10	-استخدم مواقع التواصل الاجتماعي للتشهير لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	0.953**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
11	-أُتلقى الكثير من الإعجاب و التعاليق على منشوراتي الرياضية التثقيفية	0.923**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
12	-ساهمت مواقع التواصل الاجتماعي في تعزيز قدراتي المعرفية و الفكرية لممارسة الرياضة الترويحية	0.956**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
13	-أستخدم مواقع التواصل الاجتماعي للتشجيع على ممارسة الرياضة الترويحية	0.927**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
14	-أعمل على نشر الوعي الصحي لفوائد ممارسة الرياضة الترويحية عبر مواقع التواصل الاجتماعي	0.938**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
15	-مشاركتي في مواقع التواصل الاجتماعي تسهم في التعريف و الترويج لثقافة	0.943**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
16	-أتناقش و أتبادل الحوار مع أصدقائي حول ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية	0.966**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
17	-أعمل من خلال منشوراتي الرياضية على تحفيز ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	0.963**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
18	-أستخدم مواقع التواصل الاجتماعي لدعوة أصدقائي على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية	0.959**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
19	-أتابع المنشورات الرياضية و أتعلم منها المهارات الرياضية	0.914**	0.000	ارتباط دال إحصائيا
20	-تحفز المنشورات الرياضية على ممارسة الرياضة الترويحية	0.963**	0.000	ارتباط دال إحصائيا

يتضح من خلال الجدول أعلاه بان جميع فقرات ترتبط مع المحور الثاني، أي أن فقراته دالة إحصائيا، حيث نجد أن معاملات الارتباط المحسوبة لكل فقرة من فقراته

أكبر من قيمة  $r$  الجدولية، كما أن قيمة SIG (مستوى المعنوية) أقل من بمستوى دلالة 0.05 في جميع فقرات المحور أي يوجد ارتباط معنوي ومنه تعتبر فقرات المحور الثاني صادقة ومتسقة داخليا، لما وضعت لقياسه.

ثبات وصدق أداة الدراسة: تم التحقق من ثبات استبيان الدراسة، من خلال معامل ألفا كرونباخ

الجدول 4: يوضح الأسس السيكومترية الاستثمارية الاستبائية ككل.

محاور الاستبيان	معامل ألفا كرونباخ	عدد الفقرات	النتيجة
01 المحور الأول	0.984	16	ثابت
02 المحور الثاني	0.992	20	ثابت
جميع فقرات الاستبيان	0.994	36	ثابت

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ هي معاملات مرتفعة وكذلك معامل ألفا لجميع محاور الاستبيان معا بلغ 0.994 وهذا يدل على أن قيمة الثبات مرتفعة لأداة الدراسة ذات ثبات كبير مما يجعلنا على ثقة تامة بصحة الاستبيان وصلاحيته لتحليل وتفسير نتائج الدراسة واختبار فرضياتها، تجدر الإشارة إلى أن معامل الثبات ألفا كرونباخ، تتراوح بين (0-1)، وكلما أقترب من الواحد دل على وجود ثبات عال، وكلما اقترب من الصفر؛ دل على عدم وجود ثبات، وإن الحد الأدنى المتفق عليه لمعامل ألفا كرونباخ هو 0.6.

**4.1.5.1 الموضوعية:** من أهم صفات البحث أن يكون موضوعيا في قياس الظاهرة التي أعد أصلا لقياسها أن يكون هناك فهم كامل من جميع المفحوصين بما سيؤدونه وأن يكون هناك واضح للجميع وأن تكون هناك فرصة لفهم معنى آخر غير المقصود منه وعدم الموضوعية يؤدي إلى التأثير في صدقه وبالتالي في ثباته أي أن

الموضوعية تتحقق باتفاق الجميع و كلما ارتفعت نسبة الاتفاق كلما دل ذلك على موضوعية الاختبار في البحث. (ابراهيم، 2000)

2.5.1 الأساليب الإحصائية: بعد عملية جمع البيانات الخاصة بالطلبة قمنا بعملية تفرغها وفرزها حيث تم في هذه العملية حساب عدد التكرارات لأجوبة الطلبة على أسئلة الإستبيان وبعدها حساب النسب المئوية.

- النسبة المئوية: يساعدنا قانون النسب المئوية في تحليل نتائج الأجوبة التلاميذ المتحصل عليها بعد جمع الاستبيانات و إحصاء عدد التكرارات لكل سؤال، حيث يعطى قانون النسب المئوية على الشكل التالي:

$$\frac{\text{عدد التكرارات} \times 100}{\text{مجموع التكرارات}} = \text{النسبة المئوية}$$

\_اختبار حسن المطابقة كا<sup>2</sup>: يسمح لنا هذا القانون بمعرفة مدى وجود فروق معنوية في إجابات التلاميذ كا<sup>2</sup> على أسئلة الاستبيان، حيث يعطى قانونه على الشكل التالي:

$$\frac{(\text{التكرار المتوقع} - \text{التكرار المشاهد})}{\text{التكرار المتوقع}} = \text{كا}^2$$

## 6.1 صعوبات البحث: تمثلت صعوبات البحث في ما يلي:

- ظهور وباء كورونا وخروج الطلبة عطلة في شهر جانفي 2020 عقد من إجراء دراستي الميدانية، حيث لم يبلغ عدد الاستمارات التي وزعتها العدد الكافي هذا لأنني وزعت 150 استمارة واسترجعت فقط 105 .

### الخلاصة:

من خلال هذا الفصل بينا الخطوات المنهجية التي يتبعها الباحث من أجل ضبط الإجراءات الميدانية الخاصة بالدراسة، وكذا توضيح الطرق والأدوات المستعملة في جمع البيانات وتنظيمها وقمنا في هذا الفصل بعرض جميع الوسائل و الأدوات المستعملة والطرق الإحصائية في هذا البحث في أحسن وذلك لأجل الوصول إلى نتائج مصاغة بطريقة علمية تساعد على إيجاد حلول للمشكلة المطروحة سابقا.

# الفصل الثاني:

عرض ومناقشة

النتائج

عرض ومناقشة نتائج الاستمارة الاستبائية:

المحور الأول: الممارسة الترويحية الرياضية

1-أمارس الأنشطة الرياضية في وقت فراغ.

الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يمارسون الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ

الجدول 5: يوضح إجابات الطلبة على السؤال 1 من المحور الأول

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
دائماً	29	27.6	5.991	26.743	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	59	56.2					
نادراً	17	16.2					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (26.743) عند درجة حرية تساوي (2) ومستوى دلالة 0.05، أكبر من قيمتها الجدولية والتي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائية بين إجابات الطلبة.  
- الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن معظم الطلبة يمارسون الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ .

## 2- أكثر الأنشطة التي أمارسها ذات طابع

الغرض منه: معرفة طبيعة الأنشطة التي يمارسها الطلبة

الجدول 6: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 02 من المحور الأول

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
ترفيهي	48	45.7	5.991	22.800	0.05	2	دالة إحصائياً
عضلي	45	42.9					
فكري	12	11.4					
المجموع	105	%100					

**التعليق:** نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (22.800) عند درجة حرية تساوي (2) ومستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية والتي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة كم نلاحظ من الجدول أن الطلاب يميلون إلى ممارسة الأنشطة ترفيهية و العضلية.

- الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الأنشطة المفضلة عند الطلبة ذات طابع ترفيهي و يليها ذات الطابع العضلي .

### 3-أسباب ممارستي للرياضة في وقت الفراغ

الغرض منه: معرفة الأسباب التي تدفع الطلبة لممارسة الرياضة في وقت الفراغ

الجدول 7: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 3 من المحور الأول

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
الترويح عن النفس	45	42.9	5.991	4.286	0.05	2	غير دال
حب الرياضة	30	28.6					
الحصول على جسم رشيق	30	28.6					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (4.286) عند درجة حرية تساوي (2) ومستوى دلالة 0.05، أصغر من قيمتها الجدولية والتي تساوي 5.991 ومنه نستنتج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن أسباب ممارسة الطلبة للرياضة أثناء تواجدهم بالإقامة هو للترويح عن أنفسهم.

#### 4- أشجع على ممارسة الرياضة في وقت الفراغ

الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يشجعون على ممارسة الرياضة في وقت الفراغ

الجدول 8: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 4 من المحور الأول

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
دائماً	32	30.5	5.991	43.60	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	64	61					
نادراً	9	8.6					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (43.600) عند درجة حرية تساوي (2) ومستوى دلالة 0.05، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن أغلب الطلبة يشجعون على ممارسة الرياضة في وقت الفراغ.

5- الوقت المناسب لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية

الغرض منه: معرفة الوقت المناسب لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية في الإقامة

الجدول 9: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 5 من المحور الأول

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
صباحا	32	32	5.991	15.943	0.05	2	دالة إحصائياً
مساء	53	50.5					
نادرا	20	19					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (15.943) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الطلبة يمارسون الأنشطة الرياضية مساء لتوفر الوقت

6- أمارس الرياضة بشكل...

الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يحبذون الأنشطة الجماعية أو الفردية

الجدول 10: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 6 من المحور الأول

الإحصائية	الدرجة الحرة	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup>		النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات
			المجدولة	المحسوبة			
غير دال	1	0.05	3.841	1.152	44.8	47	فردى
					55.2	58	جماعى
					%100	105	المجموع

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (1.152) عند درجة حرية تساوي (1) و مستوى دلالة 0.05 ، أصغر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 3.841 ومنه نستنتج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الطلبة يمارسون يفضلون الأنشطة الرياضية الجماعية

7- أمارس رياضة المشي أثناء تواجدي بالإقامة الجامعية

الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يمارسون رياضة المشي

الجدول 11: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 7 من المحور الأول

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
دائماً	23	23					
أحياناً	48	48	5.991	8.971	0.05	2	دالة إحصائياً
نادراً	34	32.4					
المجموع	105	100%					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (8.971) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن أغلب الطلبة يمارسون رياضة المشي أثناء تواجدهم في الإقامة الجامعية .

## 8-أمارس الأنشطة الرياضية أثناء وقت فراغ

الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يمارسون الأنشطة الرياضية داخل الإقامة أو خارجها

الجدول 12: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 8 من المحور الأول

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
داخل الحي الجامعي	56	53.3	3.841	0.467	0.05	1	غير دالة
خارج الحي الجامعي	49	46.7					
المجموع	105	%100					

**التعليق:** نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (0.467) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أصغر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 3.841 ومنه نستنتج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الطلبة يفضلون ممارسة الأنشطة الرياضية خارج الإقامة.

9- تحتوي الإقامة على مرافق رياضية (ملاعب-صالات)

الغرض منه: معرفة إذا كانت الإقامة تحتوي على مرافق و منشآت رياضية

الجدول 13: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 9 من المحور الأول

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
دائماً	26	24.8	5.991	15.486	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	54	51.4					
نادراً	25	23.8					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (15.486) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الإقامة الجامعية تحتوي على عدد كافي من المرافق الرياضية.

## 10- توفر الإضاءة في ملاعب ليلا

الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يمارسون الأنشطة الرياضية ليلا

الجدول 14: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 10 من المحور الأول

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
دائما	26	24.8	5.991	3.829	0.05	2	غير دال
أحيانا	37	35.2					
نادرا	42	40					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (3.829) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أصغر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الطلبة نادرا ما يمارسون الأنشطة الرياضية ليلا لعدم توفر الإضاءة في الملاعب .

## 11- تشجع إدارة الإقامة على ممارسة الرياضة الترويحية

الغرض منه: معرفة إذا تلقى الطلبة التشجيع من الإقامة لممارسة الرياضة الترويحية

الجدول 15: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 11 من المحور الأول

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى دلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المجدولة	المحسوبة			
دائماً	18	17.1	5.991	13.543	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	48	45.7					
نادراً	39	37.1					
المجموع	105	%100					

**التعليق:** نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (13.543) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن إدارة الإقامة تشجع على ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية داخل الإقامة .

12- إدارة الإقامة تنظم مسابقات رياضية خلال العطل و المناسبات

الغرض منه: معرفة إذا كانت إدارة الإقامة تعمل على تنظيم المسابقات الرياضية خلال العطل و المناسبات لتشجيع على ممارسة الرياضة

الجدول 16: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 12 من المحور الأول

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
دائماً	23	21.9	5.991	6.229	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	42	40					
نادراً	40	38.1					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (6.229) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة.  
- الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن إدارة الإقامة تعمل على تنظيم المسابقات الرياضية خلال العطل و المناسبات لتشجيع على ممارسة الرياضة

### 13- أكثر الرياضات ممارسة في الحي الجامعي

الغرض منه: معرفة أكثر الرياضات ممارسة في الحي الجامعي

الجدول 17: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 12 من المحور الأول

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى دلالة	درجة الحرية	الدالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
كرة القدم	63	60	5.991	33.829	0.05	2	دالة إحصائياً
كمال الأجسام	19	18.1					
كرة الطائرة	23	21.9					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (33.829) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الرياضة الأكثر ممارسة في الحي الجامعي هي كرة القدم

#### 14- أشرك في الأنشطة الرياضية التي تنظمها إدارة الإقامة

الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة ينشطون في الأنشطة الرياضية المنظمة من طرف الإقامة

الجدول 18 يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 14 من المحور الأول

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
دائماً	23	21.9	5.991	11.886	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	31	29.5					
نادراً	51	48.6					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (11.886) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الطلبة لا يحبذون الاشتراك في الأنشطة الرياضية التي تنظمها إدارة الإقامة

15- تتوفر أماكن للاستحمام بعد ممارسة الرياضة الترويحية داخل الإقامة.

الغرض منه: معرفة إذا كانت تتوفر أماكن للاستحمام بعد ممارسة الرياضة الترويحية داخل الإقامة.

الجدول 19: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 15 من المحور الأول

الدلالة الإحصائية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup>		النسبة المئوية	التكرارات	الإجابات
			الجدولة	المحسوبة			
دالة إحصائياً	2	0.05	5.991	12.743	39	41	دائماً
					43.8	46	أحياناً
					17.1	18	نادراً
					%100	105	المجموع

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (12.743) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن مراكز الإقامة الجامعية تتوفر على عدد كافي من أماكن للاستحمام

16- يتم عقد لقاءات مع الطلاب لتنمية الوعي بأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحي والمشاركة فيه.

الغرض منه: معرفة إذا كان يتم عقد لقاءات مع الطلاب لتنمية الوعي بأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحي و المشاركة فيه.

الجدول 20: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 16 من المحور الأول

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
دائماً	14	13.3	5.991	23.029	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	37	35.2					
نادراً	54	51.4					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (23.029) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن إدارة الإقامة لا تقوم بدورها التوعوي اتجاه الطلبة بأهمية استثمار وقت الفراغ في ممارسة الرياضة

## المحور الثاني: التواصل الاجتماعي و الترويج الرياضي

1-أستخدم الإنترنت في الإطلاع على أهمية ممارسة الرياضة أثناء وقت الفراغ الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يستخدمون الإنترنت في الإطلاع على أهمية ممارسة الرياضة أثناء وقت الفراغ

الجدول 21: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 1 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
دائماً	31	29.5	5.991	7.600	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	48	45.7					
نادراً	26	24.8					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (7.600) عند درجة حرية تساوي(2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن معظم الطلبة يستخدمون الإنترنت في الإطلاع على أهمية ممارسة الرياضة أثناء وقت الفراغ

2- الخدمة المفضلة لدي الموجودة على مواقع التواصل الاجتماعي هي الغرض منه: معرفة الخدمة المفضلة لدى الطلبة الموجودة على مواقع التواصل الاجتماعي

الجدول 22: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 2 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى دلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
الدرشة	30	28.6	5.991	50.800	0.05	2	دالة إحصائياً
مشاهدة الفيديوهات	67	63.8					
التعليق	8	7.6					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (50,800) عند درجة

حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة ،تعتبر خدمة مشاهدة الفيديوهات الخدمة المفضلة لدى الطلبة (63.8%) ثم تليها خدمة الدردشة بنسبة (28.6%) خدمة التعليق (7.6%).

- الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الخدمة المفضلة لدي الموجودة على مواقع التواصل الاجتماعي هي مشاهدة الفيديوهات

3-الفترة المناسبة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي هي:  
الغرض منه: معرفة الفترة المناسبة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلبة

الجدول 23: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 3 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى دلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
صباحا	13	12.4	5.991	22.800	0.05	2	دالة إحصائياً
مساء	40	38.1					
ليلا	52	49.5					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (22.800) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الفترات المناسبة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي هي ليلا

4-المجالات الأكثر استقطابا في مواقع التواصل الاجتماعي :  
الغرض منه: معرفة المجالات الأكثر استقطابا في مواقع التواصل الاجتماعي

الجدول 24: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 4 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى دلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المحسوبة	الجدولة			
سياسي	21	20	8.915	5.991	0.05	2	دالة إحصائياً
اجتماعي	45	42.9					
رياضي	39	37.1					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (7.600) عند درجة حرية تساوي(2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائية بين إجابات الطلبة.  
- الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن معظم الطلبة يستخدمون الإنترنت في الإطلاع على أهمية ممارسة الرياضة أثناء وقت الفراغ

5- أكثر الشبكات نشرًا للقضايا الرياضية هي :

الغرض منه: معرفة الشبكات الأكثر نشرًا للقضايا الرياضية

الجدول 25: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 5 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
فيسبوك	43	41	5.991	17.371	0.05	2	دالة إحصائياً
يوتيوب	47	44.8					
انستغرام	15	14.3					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (17.371) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن يوتيوب و فيسبوك أكثر الشبكات نشرًا للقضايا الرياضية

6- الدافع وراء استخدام مواقع التواصل الاجتماعي هو:  
الغرض منه: معرفة الدافع وراء استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلبة

الجدول 26: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 6 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى دلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
التسليية	27	25.7	5.991	23.371	0.05	2	دالة إحصائياً
التثقيف	58	55.2					
التواصل	20	19					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (23.371) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الطلبة يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي لأجل التثقيف

7-أنتفاع مع القضايا الرياضية على مواقع التواصل الاجتماعي  
الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يتفاعلون مع القضايا الرياضية على مواقع التواصل  
الاجتماعي

الجدول 27:يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 7 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
دائماً	29	27.6	5.991	14.400	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	53	50.5					
نادراً	23	21.9					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (14.400) عند درجة  
حرية تساوي(2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي  
تساوي5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة.  
- الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن أغلب الطلبة  
يتفاعلون مع القضايا الرياضية على مواقع التواصل الاجتماعي

8-أتابع المنتديات الرياضية على مواقع التواصل الاجتماعي  
الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يتابعون المنتديات الرياضية على مواقع التواصل  
الاجتماعي

الجدول 28 :يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 8 من المحور الثاني:

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المحسوبة	الجدولة			
دائماً	40	38.1	4.286	5.991	0.05	2	غيردالة إحصائياً
أحياناً	40	38.1					
نادراً	25	23.8					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (4.286) عند درجة حرية  
تساوي(2) و مستوى دلالة 0.05 ، أصغر من قيمتها الجدولية و التي  
تساوي5.991 ومنه نستنتج عدم وجود ذات فروق دالة إحصائية بين إجابات الطلبة.  
- الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن معظم الطلبة  
يتابعون المنتديات الرياضية على مواقع التواصل الاجتماعي

9- أتاحت مواقع التواصل الاجتماعي حاجتي من المعارف الرياضية  
الغرض منه: معرفة إذا أتاحت مواقع التواصل الاجتماعي المعارف الرياضية

الجدول 29: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 9 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المحسوبة	الجدولة			
دائماً	32	30.5	5.543	5.991	0.05	2	غير دال
أحياناً	46	43.8					
نادراً	27	25.7					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (5.543) عند درجة حرية  
تساوي(2) و مستوى دلالة 0.05 ، أصغر من قيمتها الجدولية و التي  
تساوي 5.991 ومنه نستنتج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين إجابات الطلبة.  
- الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن مواقع التواصل  
الاجتماعي لا تحتوي على معلومات رياضية ترضي الطلبة

10- استخدم مواقع التواصل الاجتماعي للتشهير لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

الغرض منه: معرفة إذا الطلبة يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي للتشهير لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

الجدول 30: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 10 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المحسوبة	الجدولة			
دائماً	22	21	7.600	5.991	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	44	41.9					
نادراً	39	37					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (7.600) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الطلبة يساهمون في التشهير لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية عبر مواقع التواصل الاجتماعي.

11- أتلقى الكثير من الإعجاب و التعاليق على منشوراتي الرياضية التثقيفية  
الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يتفاعلون مع المنشورات التثقيفية الرياضية

الجدول 31: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 11 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
دائماً	20	19	5.991	10.343	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	39	37.1					
نادراً	46	43.8					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (10.343) عند درجة  
حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي  
تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة.  
- الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن يهتمون بمتابعة  
المنشورات الرياضية عبر مواقع التواصل الاجتماعي لأجل التثقيف

12- ساهمت مواقع التواصل الاجتماعي في تعزيز قدراتي المعرفية و الفكرية لممارسة الرياضة الترويحية

الغرض منه: معرفة إذا ساهمت مواقع التواصل الاجتماعي في تعزيز قدرات الطلبة المعرفية و الفكرية لممارسة الرياضة الترويحية

الجدول 32: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 12 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى دلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
دائماً	25	16.2	5.991	11.200	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	54	51.4					
نادراً	34	32.4					
المجموع	105	100%					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (11.200) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبيّنة في الجدول أعلاه نستنتج أن مواقع التواصل الاجتماعي تعتبر وسيلة يستخدمها الطلبة في تعزيز قدراتهم الفكرية و المعرفية لممارسة الرياضية .

13-أستخدم مواقع التواصل الاجتماعي للتشجيع على ممارسة الرياضة الترويحية  
الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي للتشجيع على  
ممارسة الرياضة الترويحية

الجدول 33:يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 13 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
دائماً	19	18.1	5.991	19.600	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	46	43.8					
نادراً	40	38.1					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (19.600) عند درجة  
حرية تساوي(2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي  
تساوي5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة.  
- الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الطلبة يستخدمون  
مواقع التواصل الاجتماعي للتشجيع على ممارسة الرياضة

14-أعمل على نشر الوعي الصحي لفوائد ممارسة الرياضة الترويحية عبر مواقع التواصل الاجتماعي

الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يعملون على نشر الوعي الصحي لفوائد ممارسة الرياضة الترويحية عبر مواقع التواصل الاجتماعي

الجدول 34: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 14 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
دائماً	19	18.1	5.991	11.486	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	46	43.8					
نادراً	40	38.1					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (11.486) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الطلبة يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي في نشر الوعي بأهمية ممارسة الرياضة

15-مشاركتي في مواقع التواصل الاجتماعي تسهم في التعريف و الترويج لثقافة استثمار وقت الفراغ في ممارسة الرياضة  
الغرض منه: معرفة إذا كان مشاركة الطلبة في مواقع التواصل الاجتماعي تسهم في التعريف و الترويج لثقافة استثمار وقت الفراغ في ممارسة الرياضة

الجدول 35: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 15 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى دلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
دائماً	20	19	5.991	10.000	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	45	42.9					
نادراً	40	38.1					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (10.000) عند درجة حرية تساوي(2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الطلبة ينشطون في التعريف و الترويج لثقافة استثمار وقت الفراغ في ممارسة الرياضة عبر مواقع التواصل الاجتماعي .

16-أتناقش و أتبادل الحوار مع أصدقائي حول ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية

الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يثرون الحوار مع أصدقائهم حول ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية عبر مواقع التواصل الاجتماعي

الجدول 36: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 16 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
دائماً	29	27.6	5.991	2.057	0.05	2	غير دالة إحصائياً
أحياناً	41	39					
نادراً	35	33.4					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (2.057) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الطلبة قليلا ما يتناقشون في القضايا الرياضية عبر مواقع التواصل الاجتماعي

17-أعمل من خلال منشوراتي الرياضية على تحفيز ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية

الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يعملون على التحفيز لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية عبر منشوراتهم

الجدول 37: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 17 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			المحسوبة	الجدولة			
دائماً	30	38.6	3.48	5.991	0.05	2	غير دال
أحياناً	44	41.9					
نادراً	31	29.5					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (3.48) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الطلبة لا يقومون بالتحفيز على ممارسة الرياضة عبر منشوراتهم على مواقع التواصل الاجتماعي

18-أستخدم مواقع التواصل الاجتماعي لدعوة أصدقائي لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية

الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي لدعوة أصدقائي لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية

الجدول 38: يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 18 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى دلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
دائماً	23	21.9	5.991	8.229	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	47	44.8					
نادراً	35	33.3					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (8.229) عند درجة حرية تساوي (2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائية بين إجابات الطلبة. - الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن الطلبة يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي كوسيلة لدعوة أصدقائهم لممارسة الأنشطة الرياضية.

19-أتابع المنشورات الرياضية و أتعلم منها المهارات الرياضية  
الغرض منه: معرفة إذا كان الطلبة يتابعون المنشورات الرياضية و يتعلمون منها  
المهارات الرياضية

الجدول 39:يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 19 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
دائماً	35	33.3	5.991	12.857	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	50	47.6					
نادراً	20	19					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (12.857) عند درجة  
حرية تساوي(2) و مستوى دلالة 0.05 ، أكبر من قيمتها الجدولية و التي  
تساوي 5.991 ومنه نستنتج وجود فروق دالة إحصائياً بين إجابات الطلبة.  
- الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن أغلب الطلبة  
يتابعون المنشورات الرياضية لاكتساب المهارات الرياضية عبر مواقع التواصل  
الاجتماعي

20-تحفز المنشورات الرياضية على ممارسة الرياضة الترويحية  
الغرض منه: معرفة إذا كانت المنشورات الرياضية تحفز على ممارسة الرياضة  
الترويحية

الجدول 40:يوضح إجابات الطلبة على السؤال رقم 20 من المحور الثاني

الإجابات	التكرارات	النسبة المئوية	كا <sup>2</sup>		مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
			الجدولة	المحسوبة			
دائماً	25	23.8	5.991	7.086	0.05	2	دالة إحصائياً
أحياناً	47	44.8					
نادراً	33	31.4					
المجموع	105	%100					

التعليق: نلاحظ من الجدول أن قيمة كا<sup>2</sup> المحسوبة تساوي (7.086) عند درجة حرية  
تساوي(2) و مستوى دلالة 0.05، أكبر من قيمتها الجدولية والتي تساوي 5.991 ومنه  
نستنتج وجود فروق دالة إحصائية بين إجابات الطلبة.  
- الاستنتاج: من خلال النتائج المبينة في الجدول أعلاه نستنتج أن المنشورات  
الرياضية عبر مواقع التواصل الاجتماعي قليلا ما تحفز الطلبة على ممارسة الرياضة.

## • الاستنتاجات:

- مواقع التواصل الاجتماعي تساهم بشكل كبير في تشجيع الممارسة الترويحية الرياضية.
- الممارسة الترويحية الرياضية في الإقامات الجامعية لا تلقى إقبالاً من طرف الطلبة.
- مواقع التواصل الاجتماعي تزيد من وعي الطلبة بأهمية الترويج الرياضي داخل الإقامات الجامعية.
- تعمل إدارة الإقامة الجامعية على تشجيع الطلاب على ممارسة الأنشطة الرياضية من خلال توفير كافة المنشآت الرياضية
- كرة القدم هي النشاط الرياضي الذي يطغى في الإقامات الجامعية
- يفضل الطلاب في الإقامات مشاهدة الفيديوهات على مواقع التواصل الاجتماعي للترفيه و لاكتساب المعلومات الرياضية و تثقيف أنفسهم
- يحتل موقع يوتيوب أكثر المواقع استخداماً من طرف الطلبة المقيمين بعد الفيس بوك

## مناقشة الفرضيات:

الفرضية الرئيسية: التي تشير الفرضية الرئيسية إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي تساهم بشكل كبير في تشجيع الممارسة الترويحية الرياضية، وبعد المعالجة الإحصائية لنتائج أجوبة الطلبة على أسئلة الاستبيان دلت النتائج الموضحة في الجداول رقم (25.33.38.39.40) على أن مواقع التواصل الاجتماعي تساهم في التشجيع على ممارسة الأنشطة الرياضية، كما دلت الجداول رقم (13.14.15.16) على أن إدارة الإقامة الجامعية تساهم في تشجيع الطلبة على ممارسة الأنشطة الرياضية غير أن نسب المشاركة في الأنشطة قليلة من طرف الطلبة، كما دلت دراسة (شمس الدين زاهر، 2017) " دور مواقع التواصل الاجتماعي في تشجيع ممارسة الرياضة

المدرسية". دراسة ميدانية بثنائية هوارى بومدين-ولاية مسيلة-على أن مواقع التواصل الاجتماعي تساهم في تشجيع الرياضة المدرسية و الرياضة المدرسية هي أولية التلاميذ عند تصفح مواقع التواصل الاجتماعي، مواقع التواصل الاجتماعي وما تحويه يساهم في نشر المعلومات والأخبار الرياضية في شتى المجالات، هذه النتائج التي وصلت إليها هذه الدراسة تدعم فرضيتنا الرئيسية .

الفرضية الجزئية الأولى: التي مفادها أن الممارسة الترويحية الرياضية في الإقامات الجامعية لا تلقى إقبال من طرف الطلبة، وهذا ما دلت عليه نتائج الجداول الإحصائية رقم(5.8.11.18.20) وهذا راجع لعدم وجود الوقت الكافي لممارسة الرياضة وعدم وجود الإضاءة في الملاعب ليلا ونقص المنشآت الرياضية كالقاعات الرياضية والعتاد الرياضي، كما دلت الدراسات السابقة **كدراسة (قراش العجال 2013):** " كيفية استثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية عند طلبة الإقامات الجامعية"، والتي من نتائجها أن الطلبة يجدون صعوبات في تنظيم وقتهم لعدم انتظام الوقت الحر خلال الدراسة وكذا دراسة أجراها **محمد الحماحي** عن معوقات ممارسة النشاطات والهوايات الترويحية لدى طلبة الجامعة أشارت نتائج الدراسة إلى أهم المعوقات:

- الإرهاق و الحاجة للنوم بعد الانتهاء من اليوم الدراسي.

- قضاء وقت الفراغ في التحصيل الدراسي.

- عدم توفر الأجهزة والأدوات الرياضية.

- الشعور بالقلق وعدم اعتدال الحالة المزاجية.

الفرضية الجزئية الثانية: التي تشير الفرضية إلى أن مواقع التواصل الاجتماعي تزيد من وعي الطلبة في أهمية الترويح الرياضي داخل الاقامات ويظهر هذا في الجداول رقم

(21,26,27,30.32,34,35) حيث دلت على أن الطلبة يقومون بالمشاركة في المنتديات الرياضية والتفاعل عبر مواقع التواصل الاجتماعي على المنشورات الرياضية، كم أن الطلبة يستخدمون الشبكات الاجتماعية لتواعد من أجل ممارسة الأنشطة الرياضية كما يساهمون في نشر الوعي بأهمية الترويج الرياضي عبر المنشورات الرياضية من خلال حساباتهم الاجتماعية وهذا ما دلت عليه الجداول (38.37.36.35) كما أشارت الدراسات السابقة كالدراسة الثالثة دراسة (عمر عطلاوي، 2017) "أهمية استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلبة في الحصول على المعلومة الرياضية- الفيسبوك كنموذج- دراسة ميدانية لطلبة الإعلام والاتصال الرياضي بجامعة المسيلة، إلى أن الطلبة يميلون إلى الاسترخاء والتسلية بينهم قبل الحاجة إلى التواصل والتفاعل الاجتماعي ومن الحصول على المعلومات المتنوعة، ويرى (حمدي أحمد، 2011) أن ممارسة الأنشطة الرياضية في أوقات الفراغ لدى الطلاب في الوقت الحاضر تعتبر من الموضوعات المهمة التي يهتم بها كثير من القيادات الجامعية التربوية، ولقد أصبح النشاط الرياضي في عصرنا له أهمية - ليس من أجل النشاط ذاته فقط- ولكن لأنه يستخدم كذلك كوسيلة تربوية هامة في إعداد الطالب، واكتسابه العادات والتقاليد المرغوبة لتكوين مجتمع أفضل ويتفق ذلك مع ما ذكره "تشارلز بيوكر" بأن قيمة النشاط الرياضي الحقيقية تظهر إذا تم استخدامها كوسيلة للحصول على حياة أفضل، (حمدي أحمد، 2011، صفحة 62) لذا وجب التوعية عبر كافة الوسائط الاجتماعية إلى ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية في الإقامات الجامعية من طرف المسؤولين والقائمين على عن التعليم في كافة المجالات.

التوصيات: مما سبق واعتمادا على الدراسة التي قمنا بها في الإقامات الجامعية بمدينة  
مستغانم نخلص إلى التوصيات التالية:

- تفعيل دور الإقامة الجامعية في التوعية بأهمية استغلال وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الترويحية لطلاب المقيمين
- استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لتشهير بالأنشطة الرياضية التي تنظمها إدارة الإقامة لجذب الطلاب للمشاركة فيها
- توجيه الطلبة الباحثين للعديد من البحوث العلمية التي تحث على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية في الإقامات و تعديل سلوكهم في طرق استثمار أوقات فراغهم .
- تجسيد ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية واقعا و ليس افتراضيا.

## خلاصة عامة:

إن مواقع التواصل الاجتماعي من المواضيع التي نالت قسطا كبيرا من الاهتمام في شتى الميادين كونها تجذب عدد كبير من المستخدمين من جميع الفئات، خاصة فئة الشباب التي تعتبر أكثر عرضة لمختلف الأفكار والمفاهيم عبر هذه الوسائل وما تقدمه، كما أصبحت جزء من حياته يستخدمها أينما كان و في شتى المجالات.

لقد سعينا من خلال هذه الدراسة إلى تناول موضوع أهمية هذه المواقع في تشجيع الطلبة المقيمين على استثمار أوقات فراغه في ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية من خلال نشر ثقافة الترويح عبرها كونها تعتبر من الوسائل الأكثر تداولاً في الإقامات الجامعية التي يمكن أن يستفيد منها الطلاب في زيادة قدراتهم المعرفية و الجسدية .

ومن خلال النتائج المتحصل عليها تبين لنا أن لمواقع التواصل الاجتماعي أهمية في تشجيع على استثمار أوقات الفراغ لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية، كما كشفت الدراسة على إقبال محتشم لممارسة الطلبة لهذه الأنشطة في الإقامات الجامعية حيث ترجع أسباب ذلك لعدم توفر المنشآت وعدم تلبية ميول واتجاهات الطلبة للممارسة الرياضية، ولعدم التشجيع الكافي من طرف إدارة الإقامات، مواقع التواصل الاجتماعي سلاح ذو حدين، فهي بقدر ما تقدم خدمات جليلة للأفراد و تمكنهم من تبادل الأفكار والآراء و توسيع ثقافتهم، بقدر ما تساهم في نشر بعض الأفكار و القيم السلبية.

# قائمة المصادر والمراجع

## المصادر العربية

1. أحمد محمد محمد الحماحي. (1997). الرياضة للجميع الفلسفة و التطبيق. 21: مركز الكتاب للنشر القاهرة.
2. أمين د .الخولي كمال د .درويش. (2001). الترويج و أوقات الفراغ ط2. القاهرة دار الفكر العرب
3. الموسوعة الحرة ويكيبيديا. (بلا تاريخ). تم الاسترداد من [wiki /blogs:](http://wiki/blogs) [www.wikipedia.org/wiki/blogs](http://www.wikipedia.org/wiki/blogs)
4. تهاني عبد السلام. (2001). الترويج و التربية الترويجية ط1. القاهرة دار الفكر.
5. د. علاء الدين حمدي أحمد. (2011). استراتيجية تسويق خدمات النشاط الرياضي ط1. الاسكندرية . دار الوفاء لدنيا النشر و الطباعة.
6. د. فيصل أبو عشية. (2010). الإعلام الإلكتروني . ص37: دار أسامة للنشر ، عمان ط1.
7. سعود صالح. (2011). كاتب الإعلام الجديد و قضايا المجتمع . جدة: المؤتمر العلمي .
8. صالح حسن د. الداھري. (2008). علم النفس ط1. عمان : دار صفاء للنشر و التوزيع.
9. عبد الرزاق محمد الدليمي. (2011). الإعلام الجديد و الصحافة الإلكترونية . عمان: دار وائل للنشر.
10. عبد الله أحمد فرغلي. (2003). منظومة مراكز الشباب التربوية ط1. مركز الكتاب للنشر.

11. محمد حسن د. علاوي. سيكولوجيا النمو للمربي الرياضي ط1. 1998:  
القاهرة مركز الكتاب للنشر.
12. محمد خطاب د . عطيات. (1990). أوقات الفراغ و الترويح)  
الاصدار بدون طبعة). القاهرة دار الفكر العربي.
13. محمد خطاب د. عطيات. (1990). أوقات الفراغ و الترويح . دار  
الفكر العربي . القاهرة.
14. محمد حسن د. علاوي. سيكولوجيا النمو للمربي الرياضي ط1. 1998:  
القاهرة مركز الكتاب للنشر.
15. محمد خطاب د . عطيات. (1990). أوقات الفراغ و الترويح )  
الاصدار بدون طبعة). القاهرة دار الفكر العربي.
16. محمد خطاب د. عطيات. (1990). أوقات الفراغ و الترويح . دار  
الفكر العربي . القاهرة.
17. محمد حسن د. علاوي. سيكولوجيا النمو للمربي الرياضي ط1. 1998:  
القاهرة مركز الكتاب للنشر.
18. محمد خطاب د . عطيات. (1990). أوقات الفراغ و الترويح)  
الاصدار بدون طبعة). القاهرة دار الفكر العربي.
19. محمد خطاب د. عطيات. (1990). أوقات الفراغ و الترويح . دار  
الفكر العربي . القاهرة.
20. محمد د. الحماحي. (1997). الرياضة للجميع - الفلسفة و التطبيق  
- ط1. مركز الكتاب للنشر . القاهرة.
21. محمد محمود الذنياب عمار بحوش. (1995). مناهج البحث العلمي و  
طرق اعداد البحوث . ص130: الجزائر . ديوان المطبوعات الجامعية.

22. محمد د. الحماحي كمال د.درويش. رؤية عصرية للترويج و أوقات الفراغ ط1. 1997: القاهرة مركز الكتاب للنشر.

23. مروان عبد المجيد ابراهيم. (2000). أسس البحث العلمي في إعداد الرسائل الجامعية. 44: مؤسسة الوراق للنشر و التوزيع ،ط1. عمان ،الأردن.

24. مصطفى عايدة عبد العزيز محمد محمد الحماحي. (2001). الترويج بين النظرية و التطبيق ط1. القاهرة : مركز الكتاب للنشر.

قائمة المذكرات و الرسائل الجامعية:

25. بورياح عالية. (2011). دور الانترنت في مجال تسويق الخدمات ، دراسة حالة قطاع الاتصالات مذكرة نيل شهادة نيل الماجستير في العلوم التجارية . جامعة منتوري - قسنطينة-.

26. حمدي نجاه. (2015). درجة استخدام طلبة الإعلام و الاتصال الرياضي لشبكات التواصل الاجماعي في الحصول على المعلومة. مذكرة ماستر في علوم الاعلام والاتصال الرياضي - معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية - جامعة مسيلة-.

27. د. تواتي احمد بن قلاوز. (2012). البرامج الترويجية. مستغانم . الجزائر ، معهد التربية و الرياضية بمستغانم.

28. راضي زاهر. (2003). استخدام مواقع التواصل الاجتماعي في العلم العربي. مجلة التربية. ع15 جامعة عمان الاهلية ،عمان ، ص23.

29. صارة شهرة. يزيد قلاتي. (2015/2014). دور مواقع التواصل الاجتماعي في نشر القيم الاجتماعية لدى الفرد الجزائري. مذكرة لنيل شهادة الماستر في علوم الإعلام و الاتصال ام البواقي ، 47،49.

30. سورية ولهة .صهيب عيسى. (2012). تأثير استخدام شبكات التواصل الاجتماعي على الممارسة المهنية للصحفي الجزائري .ص:12 جامعة المسيلة .
31. عايدة عبد العزيز. (1984). اتجاهات خريجات جامعات انديانا نحو ممارسة النشاط الترويحي في وقت الفراغ. دار الفكر العربي ، القاهرة.
32. علي معبد. (2012). أثر استخدام طلاب الدراسة الاجتماعية بكلية التربية للمواقع الاجتماعية الالكترونية على تنمية الوعي السياسي و بعض المهارات الحياتية . كلية التربية ، جامعة أسيوط . مصر .
33. عمار عمارو ياسمين تلمات محمد فراغ. أثر ممارسة النشاط البدني على الجانب الترويحي بالنسبة لطلبة الأحياء الجامعية . مذكرة ليسانس 43 جامعة شلف .
34. عمر عطلاوي. (2017). أهمية استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلبة في الحصول على المعلومات الرياضية. المسيلة: مذكرة لنيل شهادة الماستر ، معهد التربية البدنية والرياضية جامعة المسيلة.
35. قاصدي حميدة. (2016). دوافع الطلبة الجامعيين نحو ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في وقات الفراغ. معهد التربية البدنية و الرياضية . جامعة الجزائر3 ، صفحة 19.
36. قراش العجال. (2013). كيفية استثمار اوقات الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية عند طلبة الإقامات الجامعية. مستغانم: جامعة عبد الحميد بن باديس ، معهد تربية البدنية والرياضية ،مستغانم.
37. مريم نريمان نومار. (2012). تأثير الشبكات الاجتماعية على و يآثيره في العلاقات الاجتماعية. 54: رسالة ماجستير الاكاديمية العربية،الدنمارك.

38. مريم نورمار. (2012). استخدام مواقع الاجتماعية و تأثيره في العلاقات الاجتماعية. 109-115.
39. ندى الخواندار. (2011). استخدامات الشبكات الاجتماعية في الإعلان. غزة: الجامعة الإسلامية.
40. هيدرا سليمان ملكي. (2015). دور المدرسة الثانوية في تنمية الثقافة الترويحية. جامعة دمشق. كلية التربية. قسم أصول التربية ، صفحة 4.
41. وليد مارديني. (1999). اتجاهات طلبة جامعة اليرموك -الأردن- نحو الأنشطة الرياضية و أوقات الفراغ. الأردن . مجلة جامعة دمشق.
42. محمد عبد العزيز د. سلامة أماني متولي د.البطراوي. (2013). مقدمة في الترويح و أوقات الفراغ. الاسكندرية: للنشر و التوزيع.
43. يوسف المقدادي خالد غسان. (2013). ثورة الشبكات الاجتماعية ( ماهية شبكات التواصل الاجتماعي أبعادها) ط1. 52ص: دار النفاس للنشر و التوزيع، الأردن.

#### المصادر باللغة الأجنبية:

1. Bruno Maresca و Gerard Sophie Tardieu pierre. (2004) .  
*Ocupation du temp libre* .paris.
2. Buzzetto MORE.(2012) .
3. (2019 ، 12 18) . تاريخ الاسترداد 2019 ، <http://www.moheet.com> ،  
www.mrheet.com/show:  
<http://www.moheet.com/show files.aspx?fid=46338&pg=10>

4. <https://www.marefa.org> ، / / تاريخ الاسترداد (2018 ، / /) . /  
من ،2020<https://www.marefa.org/>:  
<https://www.marefa.org/>.
5. samuel ebersole .(2000) .*uses and gratification of the  
aming students/ on line* من تاريخ الاسترداد 05 25 ،2020 ،  
indiana edu: [http://ieme.indiana.edu /vol6/ issuel  
/ebersole. html](http://ieme.indiana.edu/vol6/issuel/ebersole.html)

الملاحق



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة عبد الحميد بن باديس  
معهد التربية البدنية والرياضية  
قسم التربية البدنية والرياضية  
تخصص نشاط البدني الرياضي ترويحي



### استمارة استبيان

بعد كامل التحية والاحترام ...

في إطار البحث العلمي وضمن تكملة انجاز مذكرة لنيل شهادة الماستر تخصص نشاط البدني الرياضي ترويحي تحت عنوان:

" مواقع التواصل الاجتماعي وأهميتها في تفعيل ممارسة أنشطة الترويحية الرياضية لدى الطلبة "

نضع بين أيديكم هذه الاستمارة و نرجوا منكم اختيار الإجابة التي تناسب آراءكم وذلك بوضع علامة (X) في المربع المناسب.

**ملاحظة:** إجابتك تستخدم لأغراض البحث العلمي، وتأكدوا بأنها لا توجد أجوبة صحيحة وأخرى خاطئة بقدر ما يهمننا رأيكم الشخصي.

تحت إشراف:

من إعداد الطالب:

- د/ حرياش إبراهيم

- مغتات منصور

الموسم الجامعي: 2019 / 2020

## المحور الأول: الممارسة الترويحية الرياضية

- 1- أمارس الأنشطة الرياضية في وقت فراغ  دائما  أحيانا  نادرا
- 2- أكثر الأنشطة التي أمارسها ذات طابع:  ترفيهي  عضلي  فكري
- 3- أسباب ممارستي للرياضة في وقت الفراغ. الترويح عن النفس  حب الرياضة
- الحصول على جسم رشيق
- 4- أشجع على ممارسة الرياضة في وقت الفراغ  دائما  أحيانا  نادرا
- 5- الوقت المناسب لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية. صباحا  مساء  ليلا
- 6- أمارس الرياضة بشكل  فردي  جماعي
- 7- أمارس رياضة المشي أثناء تواجدي بالإقامة الجامعية  دائما  أحيانا  درأ
- 8- أمارس الأنشطة الرياضية أثناء وقت فراغ. داخل الحي الجامعي  ارج الحي الجامعي
- 9- تحتوي الإقامة على مرافق رياضية (ملاعب-صالات)  دائما  أحيانا  ادرا
- 10- توفر الإضاءة في ملاعب ليلا  دائما  أحيانا  نادرا
- 11- تشجع الإقامة على ممارسة الرياضة الترويح  دائما  أحيانا  نادرا
- 12- إدارة الإقامة تنظم مسابقات رياضية خلال العطل و المناسبات.

دائما  أحيانا  نادرا

13- أكثر الرياضات ممارسة في الحي الجامعي:

كرة القدم  كمال الأجسام  كرة الطائرة

14- أشرك في الأنشطة الرياضية التي تنظمها إدارة الإقامة

دائماً  أحياناً  نادراً

15 تتوفر أماكن للاستحمام بعد ممارسة الرياضة الترويحية داخل الإقامة.

دائماً  أحياناً  نادراً

16- يتم عقد لقاءات مع الطلاب لتنمية الوعي بأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية

والمشاركة فيه. دائماً  أحياناً  نادراً

## المحور الثاني: التواصل الاجتماعي والترويج الرياضي

1-أستخدم الإنترنت في الإطلاع على أهمية ممارسة الرياضة أثناء وقت الفراغ

دائما  أحيانا  نادرا

2-الخدمة المفضلة لدي الموجودة على مواقع التواصل الاجتماعي هي:

الدردشة  مشاهدة الفيديوهات  التعليق

3-الفترة المناسبة لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي هي:

صباحا  مساء  ليلا

4-المجالات الأكثر استقطابا في مواقع التواصل الاجتماعي

سياسي  اجتماعي  رياضي

5-أكثر الشبكات نشرا للقضايا الرياضية هي :

فايسبوك  يوتيوب  انستغرام

6-الدافع وراء استخدام مواقع التواصل الاجتماعي هو:

التسلية  التثقيف  التواصل

7-أتفاعل مع القضايا الرياضية على مواقع التواصل الاجتماعي

دائما  أحيانا  نادرا

8-أتابع المنتديات الرياضية على مواقع التواصل الاجتماعي

دائما  أحيانا  نادرا

9-أتاحت مواقع التواصل الاجتماعي حاجتي من المعارف الرياضية

دائماً  أحياناً  نادراً

10-استخدم مواقع التواصل الاجتماعي للتشهير لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

دائماً  أحياناً  نادراً

11-أتلقي الكثير من الإعجاب و التعاليق على منشوراتي الرياضية التثقيفية

دائماً  أحياناً  نادراً

12-ساهمت مواقع التواصل الاجتماعي في تعزيز قدراتي المعرفية و الفكرية لممارسة الرياضة

الترويحية دائماً  أحياناً  نادراً

13-أستخدم مواقع التواصل الاجتماعي للتشجيع على ممارسة الرياضة الترويحية

دائماً  أحياناً  نادراً

14-أعمل على نشر الوعي الصحي لفوائد ممارسة الرياضة الترويحية عبر مواقع التواصل

الاجتماعي دائماً  أحياناً  نادراً

15-مشاركتي في مواقع التواصل الاجتماعي تسهم في التعريف و الترويج لثقافة استثمار وقت

الفراغ في ممارسة الرياضة دائماً  أحياناً  نادراً

16-أتناقش و أتبادل الحوار مع أصدقائي حول ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية

دائماً  أحياناً  نادراً

17-أعمل من خلال منشوراتي الرياضية على تحفيز ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

دائماً  أحياناً  نادراً

18-أستخدم مواقع التواصل الاجتماعي لدعوة أصدقائي على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية

دائماً  أحياناً  نادراً

19-أتابع المنشورات الرياضية و أتعلم منها المهارات الرياضية

دائماً  أحياناً  نادراً

20-تحفز المنشورات الرياضية على ممارسة الرياضة الترويحية

دائماً  أحياناً  نادراً

