الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس_مستغانم_
معهد التربية البدنية و الرياضية
قسم التربية البدنية و الرياضية
فرع النشاط البدني الرياضي الترويحي

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

معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي وعلاقتها بالثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط

إعـداد الطالب
بلعربي ميسور

إشراف الأستاذ:
د/ بوعزيز محمد

السنة الجامعية:2025/2024

الشكر والعرفان

اللهم اجعلنا من الشاكرين لنعمك، الواقفين على فضلك، العارفين بكرمك، فأنت الغفور الشكور. الحمد لله حمداً كثيراً طيباً مباركاً فيه، كما يُحبُّ ربنا ويرضى، والصلاة والسلام على سيدنا محمدٍ، خيرِ رسله وأنبيائه، وعلى آله وصحبه أجمعين.

يسرني أن أعبر عن خالص امتناني وعرفاني لكل من ساهم بدورٍ فعَّال في إنجاز هذا العمل، سواءً بالنصح والتوجيه، أو بالدعم والإرشاد، منذ بدايته حتى اكتماله على هذه الصورة. أسأل الله أن يجزيهم خير الجزاء، ويوفقهم في كل ما يُحب ويرضى.

واخص بالشكر والتقدير:

الدكتور/ بوعزيز محمد، المشرف على هذه المذكرة، الذي بذل جهوداً كبيرة في توجيهي وتشجيعي، ولم يبخل عليَّ بوقته الثمين أو علمه الغزير، فكانت توجيهاته السديدة حجر الأساس في إثراء هذا البحث.

كما أتوجه بالعرفان إلى أساتذتي الأفاضل في مجال التدريس، الذين أغدقوا عليَّ بنصائحهم القيمة وإرشاداتهم المفيدة، فكانت بصمتهم واضحة في مسيرتي.

ولا أنسى أن أُبدي امتناني لأساتذتي في معهد التربية البدنية الرياضة ـ عبد الحميد بن باديس (مستغانم)، الذين أفادوني بعلمهم وخبراتهم وكل عمال المعهد خاصة عمال المكتبة .

وأخيراً، أرفع كلمة شكرٍ وعرفانٍ إلى كل من ساهم ولو بكلمة طيبة أو جهدٍ مُخلِصٍ في إتمام هذه المذكرة. وأعتذر لمن لم تُسعفني الذاكرة بذكرهم، ففضل الجميع عليَّ عظيم، وأسأل الله أن يتقبل منا جميعاً خير الأعمال.

والحمد لله رب العالمين.

إهـــــــــــــــــــداء

أهدي أجر هذا العمل إن كتب الله لنا فيه أجر...

إلى من وهبوني الحب والحنان، وأضاءوا دربي بوجودهم :

إلى الراحلة أمي رحمة الله عليها، كانت ربيع قلبي الدائم، ومرفأي الآمن في كلِّ حين.

إلى الراحل أبي رحمه الله وغفر له، الذي جعل من التعبِ سبيلاً، ومن الكفاحِ نوراً، فعلَّمني أن النجاح ثمرةُ الصبر، وأن العزمَ يُشرقُ بعد كلِّ عتمة.

إلى عائلتي الغالية، صغيرها وكبيرها، فأنتم سندي وحضني الدافئ، وسببٌ لكلِّ إنجاز.

إلى رفاق الدرب، زملاء الدراسة والأصدقاء، الذين شاركوني لحظات التحدي والفرح، فكانت رحلتي معكم أجمل.

"لَا غِنَى كَالْعِلْمِ، وَلَا فَقْرَ كَالْجَهْلِ، وَلَا مِيرَاثَ كَالأَدَبِ".

ملخص البحث

عنوان الدراسة : معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي وعلاقتها بالثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي والثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط و معرفة المعوقات التي تحول دون ممارسة النشاط الترويحي الرياضي لدى أساتذة التعليم المتوسط و تحديد مستوى الثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط ، تماشيا مع موضوع الدراسة وطبيعة البيانات المراد الحصول عليها،استخدم الطالب المنهج الوصفي ، و اشتملت عينة الدراسة على مئة (100) أستاذ وأستاذة التعليم المتوسط بولاية مستغانم (الجزائر) ، و أظهرت نتائج الدراسة وجود معوقات متعددة تعترض

ممارسة النشاط الترويحي الرياضي لدى أساتذة التعليم المتوسط، موزعة على الجوانب *الاجتماعية، الشخصية، المهنية، والإمكانيات* و بينت نتائج الفرضية الثانية أن أساتذة التعليم المتوسط يتمتعون بمستوى **مرتفع** من الثقافة الترويحية الرياضية، وهو ما يدل على وعيهم بأهمية النشاط الترويحي رغم وجود المعوقات.
وقد تمت الاستعانة بالوسائل الإحصائية التالية :
- المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية .
- اختبار بيرسون.
- اختبار ت ستيودنت.
- اختبار حسن المطابقة كا2.

الكلمات المفتاحية : النشاط الترويحي الرياضي ،الثقافة الترويحية ، أساتذة التعليم المتوسط .

Abstract :

Study title: Obstacles to practicing recreational sports activity and their relationship to the recreational sports culture among middle education teachers

The study aimed to identify the relationship between the obstacles to practicing recreational sports activity and the recreational sports culture among intermediate education professors, to know the obstacles that prevent practicing recreational sports activity among intermediate education professors, and to determine the level of recreational sports culture among intermediate education professors, in line with the subject of the study and the nature of the data.To be obtained, the student used the descriptive approach The study sample included one hundred (100) male and female professors of intermediate education in the state of Mostaganem (Algeria).The results of the study showed the presence of multiple obstacles to the practice of recreational sports activity among intermediate education teachers, distributed among social, personal, professional, and capabilities aspects.The results of the second hypothesis showed that Intermediate education teachers enjoy a high level of recreational sports culture, which indicates their awareness of the importance of recreational activity despite the presence of obstacles.

The following statistical methods were used :

Arithmetic means and standard deviations.

-Pearson test.

-Test T Student.

-Ka2 good-conformity test.

Keywords: recreational sports activity, recreational culture, intermediate education teachers

المحتويات

الشكر والعرفان ..... أ
إهـــــــــــــــداء ..... ب
ملخص البحث ..... ج
المحتويات ..... د
قائمة الجداول ..... ه
قائمة الأشكال ..... و
مقدمة 1
2-الاشكالية 3
3- الفرضيات 5
4- أهداف الدراسة 5
5- أهمية الدراسة 5
6- تعريف المصطلحا: 6
7. الدراسات المشابهة 6
1.7. عرض الدراسات السابقة و المشابهة 6
7-2- التعليق على الدراسات السابقة و المشابهة 13

الباب الأول

الفصل الأول الترويح الرياضي

تمهيد 23
1-1-الترويح 23
1-2-مفهوم ومعنى الترويح 24
1-3-أهداف الترويح 24
1-4-أهمية الترويح 25

1-5-أغراض الترويح 26
1-6-سمات النشاط الترويحي 27
1-7- مميزات الأنشطة الترويحية 27
1-8-علاقة الترويح وأوقات الفراغ بعلم النفس 29
1-9-خصائص الترويح 31
1-10-نظريات الترويح 31
1-11-مميزات النشاط الترويحي الرياضي 32
1-12-تأثير الأنشطة الرياضية على المشاكل النفسية 33
1-13-النشاط الرياضي البدني و الخمول البدني 33
خلاصة 34

الفصل الثاني : الثقافة الترويحية و أساتذة التعليم المتوسط

تمهيد 42
2-1- تعريف الثقافة 42
2-2- مفهوم الثقافة الترويحية 44
2-3- مجالات الثقافة الترويحية 44
2-4-اهداف الثقافة الترويحية 45
2-5-عناصر الثقافة الترويحية 45
2-6- العوامل المؤثرة في الترويح 46
2-7-تعريف الأستاذ/المدرس اصطلاحا 48
2-8-دور الأستاذ /المدرس 48
2-9-تعريف أستاذ التعليم المتوسط 49
2-10-العلاقة بين الثقافة الترويحية وأسااذة التعليم المتوسط 49
خلاصة 50

الباب الثاني : الدراسة الميدانية

الفصل الأول منهجية البحث و إجراءاته الميدانية

تمهيد 58
الجزء الأول: الدراسة الاستطلاعية 58
1- أهداف الدراسة الاستطلاعية 58
2- المجال الزماني والجغرافي للدراسة الاستطلاعية المجال الزمني58.Error! Bookmark not defined
3-عينة الدراسة الاستطلاعية 58
4-أداة الدراسة الاستطلاعية 58
5-الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة 59
ثانيا: الدراسة الأساسية 66
1-أهداف الدراسة الأساسية 66
3- منهج الدراسة 67
4- مجتمع الدراسة الأساسية 67
5- متغيرات البحث
6- عينة الدراسة الأساسية 67
7- الأدوات المستخدمة في الدراسة الأساسية 69
8-الخصائص السيكو مترية لأداة الدراسة الأساسية 69
9-أساليب المعالجة الاحصائية 79
خلاصة 73

الفصل الثاني عرض و مناقشة النتائج

تمهيد 81
2-1-عرض و تحليل نتائج الفرضية الأولى 81
2-2-عرض و تحليل نتائج الفرضية الثانية 87
2-3-عرض و تحليل نتائج الفرضية الثالثة..... 91
2-4-مناقشة النتائج بالفرضيات 89
الاستنتاجات 94
التوصيات..... 95
خاتمة..... 103
المصادر و المراجع..... 105
الملاحق.....

قائمة الجداول

	عنوان الجدول	رقم الصفحة
-1	عدد الاستمارات الموزعة والمسترجعة	59
-2	توزيع درجات مقياس ليكارت الخماسي و اتجاهها	60
-3	أبعاد و بنود الاستبيان	60
-4	المتوسط المرجع و المستويات للاستبيان	61
-5	صدق الاتساق الداخلي لبعد المجال الاجتماعي	62
-6	صدق الاتساق الداخلي لبعد المجال الشخصي	63
-7	صدق الاتساق الداخلي لبعد المجال المهني	64
-8	صدق الاتساق الداخلي لبعد مجال الامكانات	65
-9	معامل الثبات الكلي (ألفاكرونباخ) لأبعاد الاستبيان و الاستبيان ككل.	66
-10	معامل الثبات باستخدام التجزئة النصفية	67
-11	صدق الاتساق الداخلي لبعد مفهوم النشاط الترويحي الرياضي.	68
-12	صدق الاتساق الداخلي لبعد أهداف النشاط الترويحي الرياضي.	69

-13	معامل الثبات الكلي (ألفاكرونباخ) لأبعاد الاستبيان و الاستبيان ككل	70
-14	معامل الارتباط الكلي باستخدام التجزئة النصفية	71
-15	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس	73
-16	توزيع أفراد العينة حسب متغير العمر	74
-17	توزيع أفراد العينة حسب متغير الأقدمية.	75
-18	الصدق البنائي لاستبيان المعوقات	76
-19	معامل الثبات الكلي (ألفاكرونباخ) لأبعاد المقياس الاستبيان و الدرجة الكلية للاستبيان	77
-20	معامل الثبات باستخدام التجزئة النصفية	78
-21	الصدق البنائي لاستبيان الثقافة الترويحية	79
-22	معامل الثبات الكلي (ألفاكرونباخ) لأبعاد الاستبيان و الاستبيان ككل	80
-23	معامل الارتباط الكلي باستخدام التجزئة النصفية	81
-24	ميزان تقديري وفقا لمقياس ليكارت الخماسي	86
-25	المتوسط المرجح و قيم كا2 لمجموع الدرجات الخاصة ببعد المجال الاجتماعي	87
-26	المتوسط المرجح و قيم كا2 لمجموع الدرجات الخاصة ببعد المجال الشخصي	89
-27	المتوسط المرجح و قيم كا2 لمجموع الدرجات الخاصة ببعد المجال المهني	91
-28	المتوسط المرجح و قيم كا2 لمجموع الدرجات الخاصة ببعد مجال الإمكانات	93
-29	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى التقييم لمتغير الثقافة الرياضية الترويحية	95
-30	نتائج علاقة الارتباط بين معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي والثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط.	96

قائمة الأشكال

	عنوان الشكل	رقم الصفحة
-1	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس	73
-2	توزيع أفراد العينة حسب متغير العمر	74

3-	توزيع أفراد العينة حسب متغير الأقدمية.	75

التعريف بالبحث

مقدمة :

يشهد العصر الحديث تطورًا متسارعًا في مختلف مجالات الحياة، مما أدى إلى تراكم الضغوط النفسية والاجتماعية والمهنية على الأفراد، وهو ما جعل الحاجة إلى الترويح ــ ضرورة نفسية وتربوية وصحية لا غنى عنها. فقد أصبح استثمار وقت الفراغ في القرن الحادي والعشرين ــ الذي يُشار إليه أحيانًا بعصر الفراغ ــ من التحديات الكبرى التي تواجه المجتمعات، نظرًا لِما يترتب على إهماله من نتائج سلبية على الفرد والمجتمع (إبراهيم، 2010، ص91).

وقد اهتمت المؤسسات التربوية والاجتماعية والإعلامية بدراسة أبعاد وقت الفراغ، من حيث معناه، ووظائفه، والوسائل الممكنة لاستثماره بطرق إيجابية. وفي هذا السياق، يُعد النشاط الترويحي الرياضي أحد أبرز الوسائل التي تتيح للفرد تحقيق التوازن النفسي والجسدي، إذ يسهم في خفض القلق والتوتر، وتحسين المزاج، وتعزيز التفاعل الاجتماعي، وإعادة التوازن الداخلي للفرد (محاميد و عوادي، 2006، ص64). إلا أن ممارسة هذه الأنشطة ترتبط بشكل كبير بـالثقافة الترويحية الرياضية، والتي تُشير إلى مجموعة القيم والمفاهيم والمعارف والاتجاهات المرتبطة بممارسة الأنشطة الترويحية، ومدى وعي الفرد بأهميتها وأثرها في تحسين جودة حياته.

و تُعد الثقافة الترويحية أمرًا حيويًا لا غنى عنه بالنسبة لأفراد، حيث إن الثقافة تعد من المعرفة التي يكتسبها الفرد وتوجه سلوكياته في الحياة، وخاصة في المواقف المختلفة.

فالثقافة الترويحية تُعدّ من المقومات الرئيسة التي تعبر عن هوية الفرد، والتي تسهم في بناء ثقافته الشخصية أو الفردية، وتساعده في التفاعل مع الجماعة المدرسية والمجتمعية، وتكسبه الوعي الترويحي للمشاركة في الأنشطة الترويحية بطريقة إيجابية.

(الرفاعي، 2016، ص 450)

تلعب وسائل الإعلام دورًا فاعلًا في محو الأمية الترويحية، عبر توجيه الأفراد نحو استثمار أوقات فراغهم بطريقة هادفة من خلال البرامج التثقيفية، سواء المسموعة أو المرئية أو المكتوبة، والتي تُرسّخ المفهوم التربوي للفراغ وتعرّف بأهمية الترويح وأشكاله (السباعي، 2007، ص47). كما أن للأسرة والمدرسة والمؤسسات التعليمية دورًا محوريًا في تكوين الميل والاتجاهات الترويحية لدى الأفراد، وبناء عادات صحية إيجابية نحو ممارسة النشاط البدني.

وتتأكد أهمية هذا الجانب عندما نركّز على فئة أساتذة التعليم المتوسط، نظرًا لخصوصية المهام الملقاة على عاتقهم، وتفاعلهم اليومي مع تلاميذ يمرون بمرحلة المراهقة الأولى (11–14 سنة)، والتي تتميز بحساسية نفسية وسلوكية عالية. ويتعرض الأستاذ في هذه المرحلة إلى ضغوط مهنية متراكمة، منها: كثافة البرامج، انفعالات المتعلمين، ضعف الوسائل، والإرهاق الجسدي، ما يجعله في أمسّ الحاجة إلى متنفس نفسي وجسدي يُعيد له توازنه الداخلي. لكن الواقع يشير إلى ضعف ممارسة هذه الفئة للأنشطة الترويحية الرياضية، نتيجة جملة من المعوقات، منها ما هو ذاتي

مرتبط بنقص الدافعية والوعي الترويحي، ومنها ما هو مؤسساتي وثقافي واجتماعي (عبد العزيز، 2014، ص11).

إن النشاط الترويحي الرياضي يتميز عن غيره من الأنشطة الترويحية بكونه لا يتطلب بالضرورة موهبة أو تدريبًا مكثفًا، بل يكفي وجود الرغبة والوعي بأثره الإيجابي. كما يُعتبر أداة فعالة لتحسين الصحة النفسية والجسمية، وتفريغ الشحنات الانفعالية، وبناء التفاعل الاجتماعي الإيجابي داخل المجتمع المدرسي (الدارع، 2008، ص18). ولذلك فإن غياب الثقافة الترويحية الرياضية لدى هذه الفئة قد يكون سببًا رئيسيًا في تفاقم مشكلات نفسية واجتماعية ومهنية لديها.

انطلاقًا من ذلك، يهدف هذا البحث إلى دراسة العلاقة بين الثقافة الترويحية الرياضية والمعوقات التي تحدّ من ممارستها لدى أساتذة التعليم المتوسط، والكشف عن مدى إدراكهم لأهمية هذه الأنشطة، ودور الثقافة الترويحية في تحفيزهم للمشاركة الفعالة. كما يسلط الضوء على دور المؤسسات التعليمية والإعلامية والاجتماعية في دعم هذه الثقافة، ويفتح آفاقًا لتحسين جودة الحياة المهنية لهذه الفئة التربوية الحساسة.

2- مشكلة :

يشهد العصر الحديث، الموصوف بـ"عصر الفراغ"، زيادة مطّردة في أوقات الفراغ نتيجة التطورات التقنية والاجتماعية والاقتصادية التي قللت من الجهد والوقت اللازمين لإنجاز المهام اليومية، ما جعل قضية استثمار هذا الوقت من القضايا التربوية والاجتماعية المهمة. وقد تنبّهت مختلف المؤسسات التربوية والسياسية والثقافية إلى أهمية الترويح، خاصةً من خلال ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية، كوسيلة فعالة لمواجهة الفراغ، وتقوية التوازن النفسي والجسدي، وتحقيق الصحة الشاملة للأفراد (فهمي، 2004، ص. 132).

و أصبح الاهتمام بصحة الإنسان وجودة حياته مطلبًا عالميًا في ظل التحديات المعاصرة التي يفرضها تسارع وتيرة الحياة، وتزايد الضغوط النفسية والاجتماعية والمهنية. إذ تؤكد منظمة الصحة العالمية أن الصحة لا تعني فقط الخلو من المرض، بل تشمل حالة من **الرفاه** الجسدي والعقلي والاجتماعي(WHO, 2023)، وهي الحالة التي يصعب تحقيقها في ظل ضغوط العمل المستمرة، خاصة في مهنة التعليم، التي تُعدّ من أكثر المهن تعرضًا للضغوط النفسية.

و يُعدّ مفهوم الثقافة الترويحية من أكثر المفاهيم المعقدة في العلوم الإنسانية، فقد حازت على اهتمام علمي كبير، وذلك بالنظر إلى ما تؤديه من وظائف أساسية، فالثقافة الترويحية تسهم في التكيف للفرد داخل الأطر الاجتماعية، والشخصية الثقافية للأفراد، وتنميّته عقليًا وانفعاليًا وجسديًا. حيث إن الثقافة العامة بمساراتها المختلفة من فنية ورياضية واجتماعية ومهارية، تُعدُّ من وسائل التقدم المجتمعي، ومن العناصر الأساسية التي ترافق المراحل التعليمية، فلابد من وجودها في البرامج الدراسية لتحقيق السعادة والسرور لممارسيها.(الشاذلي، 2012، ص: 121)

وتعد الأنشطة الترويحية، وخصوصًا الرياضية منها، من بين الوسائل الفعالة لتحقيق الصحة الشاملة للفرد، لما لها من تأثيرات إيجابية موثوقة في تحسين اللياقة البدنية، وتقوية الجهاز التنفسي، وتنظيم ضربات القلب، وخفض ضغط الدم، والتقليل من مخاطر الأمراض المزمنة كالسمنة والسكري وأمراض القلب .(Mark, 2007) كما تسهم هذه الأنشطة في تحسين الحالة النفسية من خلال تقليل التوتر والانفعالات وتحقيق التوازن العاطفي والاجتماعي (نوره وآخرون، 2010).

غير أن الواقع يبيّن أن كثيرًا من الأفراد صغارا كانو أو كبارا رجالا أو نساءا لا ينجحون في استثمار أوقات فراغهم في ممارسة هذه الأنشطة . ومن بين هذه الفئات كنا بصدد اختيار فئة تلاميذ المتوسط (بحكم عملنا في هذه المرحلة كمشرف تربوي)لدراسة مدى تأثير الأنشطة الرياضية الترويحية على تغيير بعض السلوكات السلبية لدى هذه الفئة، وعند نقاشنا مع بعض أساتذة التربية البدنية والرياضة والاستفسار عن سبب قلة ممارسة الأنشطة الرياضية لهذه الفئة (تلاميذ المتوسط) كان جوابهم بأن حتى هم(أساتذة الت.ب.ر) لديهم قلة في ممارسة هذا النشاط. فكان هذا هو دافعنا لطرح هذه الاشكالية

;يرتبط ذلك بعوامل متعددة، من أبرزها غياب الثقافة الترويحية الرياضية، وهي تلك المعارف والاتجاهات والسلوكيات التي تدفع الفرد إلى الوعي بأهمية النشاط الترويحي الرياضي والمبادرة إلى ممارسته (معين، 2018).

وفي السياق ذاته، تؤكد الدراسات أن هناك علاقة طردية بين الثقافة الترويحية ومستوى الممارسة الفعلية للأنشطة الترويحية، حيث أظهرت دراسة كمال (2015) أن ضعف الثقافة الترويحية يشكل أحد العوائق الرئيسة أمام انخراط فئات المجتمع، بما فيها المعلمون، في النشاطات الترويحية المنتظمة، رغم إدراكهم لفوائدها.

ومن جهة أخرى، فإن فئة أساتذة التعليم المتوسط تعاني من ظروف مهنية ونفسية خاصة، نظرًا لطبيعة الفئة العمرية التي تدرسها (11–15 سنة)، وما يصاحب ذلك من صعوبات تربوية وسلوكية، مثل التمرد والانفعال وضعف الدافعية، مما يفاقم الضغوط عليهم ويزيد من حاجتهم إلى وسائل ترويحية تعيد لهم التوازن والطاقة، لكنهم غالبًا ما يعجزون عن ممارستها بسبب معوقات متعددة، منها ما هو شخصي (ضعف الدافع، الوقت، التعب)، وما هو مهني (ضغط العمل، غياب التشجيع المؤسسي)، وما هو اجتماعي (نقص الوعي، غياب الفضاءات الرياضية المناسبة).

إلا أن الواقع يشير إلى وجود فجوة واضحة في ترسيخ الثقافة الترويحية الرياضية لدى العديد من شرائح المجتمع، ومنها فئة أساتذة التعليم المتوسط، الذين يعانون من ضغوط العمل، خصوصًا نتيجة تعاملهم مع فئة عمرية حساسة (المراهقة الأولى)، ما يجعلهم في حاجة ماسّة إلى نشاط ترويحي يساعدهم على تجديد نشاطهم، وتجاوز الإرهاق والانفعالات اليومية، ويمنحهم التوازن الشخصي والمهني (زروقي، 2010).

غير أن عدداً من الدراسات أشار إلى أن هذه الفئة لا تمارس الأنشطة الترويحية الرياضية بانتظام، إمّا لغياب الوعي الكافي بأهميتها، أو بسبب معوقات متعددة نفسية، مهنية، تنظيمية، أو اجتماعية (بوزيدي، 2016؛ يكمم، 2015). وقد نبهت دراسة فاسيمس (1991، ص. 102) إلى أن غياب التوجيه الثقافي الترويحي قد يؤدي إلى لجوء البعض لسلوكيات سلبية كالإدمان أو الانسحاب أو العنف.

كما أوضحت دراسات سابقة (مثل: محاميد، 2006؛ دعاس، 2008؛ زعزوع، 2014) أن التثقيف الترويحي يمثل الأساس الذي تنبني عليه الممارسات السليمة للأنشطة البدنية، حيث تسهم الثقافة الترويحية في بناء اتجاهات إيجابية، وتعزز دوافع المشاركة، وتساعد على التغلب على التردد أو الانسحاب من هذه الأنشطة.

وفي ظل هذا الوضع، تبرز الحاجة إلى دراسة العلاقة بين معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي والثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط، لفهم أبعاد هذا الضعف في الممارسة، وتحديد دور الثقافة الترويحية في تجاوزه، باعتبارها أحد أهم المفاتيح لفهم السلوك الترويحي وتوجيهه نحو المسارات الصحية والتربوية السليمة.

2-1- التساؤل العام:

هل توجد علاقة بين معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي والثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط؟

2-2- التساؤلات الفرعية:

1- ما هي معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي لدى أساتذة التعليم المتوسط؟

2- ما هو مستوى الثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط؟

3- ما طبيعة العلاقة بين معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي والثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط؟

3- الفرضيات :

3-1- الفرضية العامة:- توجد علاقة بين معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي والثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط

3-2- الفرضيات الفرعية:

1 - توجد هناك معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي مرتبطة بالمجالين الاجتماعي و الشخصي لدى أساتذة التعليم المتوسط.

2 - يتميز أساتذة التعليم المتوسط بمستوى متدني من الثقافة الترويحية الرياضية .

3 - هناك علاقة ارتباطية سلبية بين معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي والثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط.

4- أهداف الدراسة :

4-1- الهدف العام:

التعرف على العلاقة بين معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي والثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط

4-2- الأهداف الفرعية:

- معرفة المعوقات التي تحول دون ممارسة النشاط الترويحي الرياضي لدى أساتذة التعليم المتوسط.

- تحديد مستوى الثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط

- الكشف عن طبيعة العلاقة بين معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي والثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط.

5- أهمية الدراسة:

تنبع أهمية هذه الدراسة من عدة اعتبارات :

تسدّ فراغًا في البحوث الميدانية التي تناولت العلاقة بين الثقافة الترويحية ومعوقات ممارسة النشاط الرياضي لدى أساتذة التعليم، وهي فئة نادرًا ما تحظى باهتمام كاف في البحوث الترويحية.

تسلط الضوء على التحديات الحقيقية التي يواجهها الأساتذة في ممارسة النشاطات الترويحية، مما يسهم في وضع سياسات دعم ملائمة.

تعزز من الوعي بأهمية الثقافة الترويحية كعامل مؤثر في الصحة النفسية والبدنية للأساتذة، وتساعد على تحسين الأداء المهني والتفاعل مع المتعلمين.

تؤكد الدور الحيوي الذي يمكن أن يلعبه الأستاذ كمروج للثقافة الترويحية في المجتمع، من خلال النموذج الإيجابي والممارسة المنتظمة.

6- تعريف المصطلحات:

6-1- النشاط الترويحي الرياضي:

اصطلاحًا :هو النشاط الذي يمارسه الفرد في وقت فراغه بحرية ورغبة شخصية، بغرض التسلية أو الترفيه أو الاسترخاء أو تنمية المهارات (حسن، 2006).

إجرائيًا :يقصد به أي ممارسة لنشاط رياضي يقوم به الأستاذ خارج اوقات العمل الرسمي، بغية تحقيق الإشباع النفسي والبدني والاجتماعي والتخفيف من ضغوط الحياة.

6-2- الثقافة الترويحية الرياضية:

اصطلاحًا : هي مجموعة القيم والمعارف والاتجاهات والمهارات التي يمتلكها الفرد وتوجهه نحو ممارسة الأنشطة الترويحية بشكل واعٍ وفعّال (معين، 2018؛ يكمم، 2015).

إجرائيًا : يقصد بها في هذه الدراسة مدى معرفة الأستاذ بماهية وأهداف وفوائد ممارسة النشاط الترويحي الرياضي، ودرجة اهتمامه ورغبته في ممارسته.

6-3- المعوقات:

اصطلاحًا : هي العوامل أو الظروف التي تقف حائلًا دون تحقيق نشاط معين، سواء كانت مادية أو معنوية أو تنظيمية أو اجتماعية (عبد العزيز، 2010).

إجرائيًا : يقصد بها جميع الصعوبات والتحديات التي تمنع أساتذة التعليم المتوسط من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية، كما تظهر من خلال استجاباتهم على الاستبيان المعتمد في البحث.

7. الدراسات المشابهة :

1.7. عرض الدراسات السابقة و المشابهة :

1.دراسة عبد الإله أحمد الصلوي (2006)

بعنوان " معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب كلبات المعلمين بالسعودية"

هدف الدراسة : هدفت دراسة "اليُوصلي" (2006) إلى التعرف على معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى طلاب كليات المعلمين في المملكة العربية السعودية.

منهج الدراسة : وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي – بأسلوب الدراسات المسحية .
عينة الدراسة : وشملت عينة الدراسة (950) طالبًا من كليات متعددة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية وفقًا للتوزيع الجغرافي.
أداة الدراسة : اعتمدت الدراسة على استبيان صممه الباحث شمل ستة محاور تمثل الجوانب المختلفة للمعوقات.
نتائج الدراسة : وقد توصلت الدراسة إلى أن أهم المعوقات التي تعترض ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية من وجهة نظر الطلبة جاءت على الترتيب التالي:

- أولًا: المعوقات المرتبطة بالبرامج.
- ثانيًا: المعوقات الإدارية.
- ثالثًا: المعوقات الشخصية.
- وأخيرًا: المعوقات النفسية الاجتماعية.

كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيًا في المعوقات تبعًا لعدد من المتغيرات، مثل: التخصص الدراسي، المرحلة الدراسية (الثانوية أو الجامعية)، نوع المشاركة في الأنشطة، المستوى الدراسي، التحصيل الأكاديمي، الكلية، ومدى الرغبة في المشاركة، وعدد الساعات المسجلة في الفصل الدراسي.
بينما لم تظهر فروق دالة إحصائيًا في بعض المحاور تبعًا لمتغيرات مثل: العمر، الحالة الاجتماعية، عدد ساعات الدراسة.

2. توفيق علي الجمعة وعلي آخرون (2014) "بعنوان:
معوقات ممارسة الترويح الرياضي في أوقات الفراغ لدى الشباب الجامعي.
هدف الدراسة :هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على نسبة رغبة الشباب الجامعي في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية خلال أوقات فراغهم، وتحديد الأسباب التي تعيق ممارستهم لها، رغم توفر الرغبة لدى بعضهم.
منهج الدراسة : وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي.
عينة الدراسة : وشملت عينة الدراسة (840) طالبًا من طلبة الإقامات الجامعية بجامعة مستغانم (الجزائر) خلال السنة الجامعية 2014/2013، تم اختيارهم بطريقة عشوائية.
نتائج الدراسة :وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج المهمة، من أبرزها:
وجود رغبة حقيقية لدى الشباب الجامعي في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية داخل الإقامات الجامعية، بالإضافة إلى توفر وقت فراغ كافٍ يسمح بذلك.
وجود عدد من المعوقات التي تحول دون ممارستهم لهذه الأنشطة، أبرزها: ضعف الإمكانيات المادية، النقص في الموارد البشرية والإدارية داخل الإقامات، وغياب التأطير المناسب.

كما أشارت النتائج إلى وجود معوقات أخرى ذات طابع نفسي، أكاديمي، واجتماعي، إضافة إلى معوقات شخصية تحول دون انخراط الطلبة في النشاط الترويحي الرياضي بفعالية.

3. محمد حمود عناية الله (2015) "بعنوان :

معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية وعلاقتها باتجاه الترويح وأوقات الفراغ.

هدفت هذه الدراسة :التعرف على معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية وعلاقتها باتجاه الطلبة نحو الترويح وأوقات الفراغ، وذلك لدى طلبة جامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية.

منهج الدراسة :وقد اعتمد الباحث على المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي، وبلغت عينة الدراسة (1700) طالبًا تم اختيارهم عشوائيًا من مختلف كليات الجامعة.

أداة الدراسة : استخدم الباحث عدة مقاييس، شملت مقياسًا لاتجاهات الطلبة نحو الترويح، ومقياسًا لقضاء وقت الفراغ، وآخر للتعرف على معوقات ممارسة النشاط الترويحي. وبعد تحليل البيانات.

توصلت الدراسة إلى عدة نتائج مهمة، أبرزها:

وجود عزوف واضح عن ممارسة الأنشطة الترويحية لدى طلبة جامعة الحدود الشمالية.

رغم ذلك، أظهرت النتائج وجود اتجاه إيجابي لدى الطلبة نحو النشاط الترويحي، إلا أن هذا التوجه لا يُترجم إلى ممارسة فعلية.

سادت لدى الطلبة حالة من العزلة، وتمثل فهمهم للنشاط الترويحي في كونه مجرد ترفيه وتسلية دون مضمون تنموي أو تربوي.

من أبرز المعوقات التي أشار إليها الطلبة: نقص الكوادر المتخصصة في مجال الترويح، ضعف الإمكانيات، غياب برامج ترويحية جاذبة، وقلة اهتمام القيادات الجامعية بالترويح كمجال مهم في حياة الطالب الجامعي.

4. دراسة قراش العجال 2019 :

بعنوان معوقات ممراسة الأنشطة الرياضية الترويحية في وقت الفراغ لدى الطالب الجامعي المقيم

هدف الدراسة :هدفت الدراسة إلى التعرف على المعوقات التي تواجه الطالب الجامعي المقيم في ممراسة الانشطو الرياضية الترويحية أثناء وقت الفراغ .

عينة الدراسة : و قد شملت عينة الدراسة على 338 طالبا (141ذكورا ، 198 إناث) موزعين على ست إقامات جامعية (2 للذكور و 2للأناث) تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجموع 5816 طالبا .

منهج الدراسة : المنهج الوصفي .

نتائج الدراسة : برنامج الأنشطة الرياضية لا يحفز الطلبة على الممارسة و أن الدعاية و الإعلان عن الأنشطة الرياضية غير كاف لجلب أكبر عدد من الممارسين للنشاط الرياضي بالإقامات الجامعية .

5. دراسة صفوت مبروك حشيش 2021

بعنوان معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة الأزهر

هدف الدراسة :تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على:

1. أهم المعوقات الإدارية التي تحول دون ممارسة الأنشطة الترويحية لدى طلاب كلية التربية الرياضية بجامعة الأزهر.
2. أهم المعوقات المرتبطة بالإمكانات والتجهيزات التي تعيق ممارسة الأنشطة الترويحية لدى طلاب كلية التربية الرياضية بجامعة الأزهر.
3. أهم المعوقات المرتبطة بمحتوى البرامج الترويحية والتي تحدّ من ممارسة الطلاب للأنشطة الترويحية الرياضية بالكلية.

منهج الدراسة :اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي.

عينة الدراسة: تم اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية طبقية ممثلة لمجتمع البحث، حيث بلغ عدد أفرادها (130) طالبًا من طلاب الفرقة الثالثة بكلية التربية الرياضية للبنين – جامعة الأزهر. وقد تم تقسيم العينة إلى جزئين:

أداة جمع البيانات :استخدم الباحث استبيانًا من تصميمه لجمع البيانات، وقد مرّ بعدة خطوات أساسية في إعداده.

الاستنتاجات:

لا تسمح إدارة الكلية للطلاب بممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية خلال اليوم الدراسي، مما يحدّ من فرص المشاركة الفعلية في هذه الأنشطة.

هناك نقص واضح في توفر الأدوات والمستلزمات الرياضية الخاصة بممارسة الأنشطة الترويحية داخل الكلية.

تفتقر الكلية إلى تخصيص مواعيد محددة وثابتة لممارسة الأنشطة الترويحية داخل الحرم الجامعي.

الملاعب المتوفرة داخل الكلية غير صالحة لممارسة الأنشطة الترويحية من حيث السلامة أو التجهيزات.

لا تتماشى برامج الترويح المقدمة مع العادات والتقاليد السائدة في المجتمع، مما يؤدي إلى عزوف بعض الطلبة عن المشاركة.

6. دراسة محاوشي ريمة 2022 .

بعنوان معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية و علاقتها بالاتجاه نحو الترويح الرياضي و أوقات الفراغ لدى طالبات الإقامة الجامعية .

هدف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى إبراز العلاقة بين معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية وجودة التوجه نحو الترويح واستغلال أوقات الفراغ لدى طالبات الإقامات الجامعية.

منهج الدراسة : المنهج الوصفي.

عينة الدراسة : وتم اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية طبقية، مكونة من (378) طالبة موزعة على (13) إقامة جامعية في ولاية الجزائر العاصمة.

أداة الدراسة : واستُخدم في جمع البيانات استبيان ومقاييس خاصة صُمّمت لهذا الغرض، وفق المنهج الوصفي التحليلي.

نتائج الدراسة : وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج المهمة، أبرزها وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المعوقات الإدارية واتجاه الطالبات نحو الترويح. كما تبين وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المعوقات الشخصية المرتبطة بفهم مفهوم وقت الفراغ واتجاه الطالبات نحو استغلاله. كما وُجدت علاقة دالة بين المعوقات المرتبطة بالإمكانات واتجاهات الطالبات نحو ممارسة الأنشطة الترويحية. وأكدت النتائج كذلك وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين البرامج الترويحية المقدّمة وبين اتجاه الطالبات نحو استغلال أوقات الفراغ وممارسة الأنشطة الترويحية في الإقامات الجامعية. وتشير هذه النتائج إلى أهمية تذليل المعوقات التنظيمية والبشرية واللوجستية بما يعزز المشاركة الإيجابية في النشاط الترويحي داخل الوسط الجامعي.

7. دراسة صفاء طلعت مدكور 2023

بعنوان متطلبات تنمية ثقافة التربية الترويحية لدى طلاب الجامعة في ظل تداعيات العصر الرقمي .

هدف الدراسة : هدفت الدراسة إلى تعميق الفهم الفلسفي والتربوي لموضوع الثقافة البيئية الترويحية، وذلك من خلال الكشف عن مدى تمثل طلاب الجامعة لهذه الثقافة، وتحديد متطلبات تنميتها لديهم في ظل التحديات المعاصرة. كما سعت الدراسة إلى الوقوف على انعكاسات التحولات البيئية الحديثة على سلوك الطلبة، باستخدام المنهج الوصفي التحليلي كأداة مناسبة لطبيعة الموضوع.

وقد أظهرت النتائج وجود علاقة وثيقة بين الثقافة البيئية العامة والأنشطة الترويحية، كما بينت أن غياب الوعي الثقافي البيئي يشكل أحد أهم المعوقات التي تحد من انخراط

الطلبة في أنشطة بيئية هادفة. كما تبيّن أن أغلب مصادر الثقافة البيئية التي يعتمد عليها الطلبة تأتي من الإعلام الرقمي والتقنيات الحديثة، مما يفتح المجال أمام إدماج البعد البيئي في البرامج الترويحية عبر الوسائط الجديدة.
وقد أوصت الدراسة بضرورة تكثيف الأنشطة التثقيفية البيئية داخل الجامعة، وتطوير البرامج التربوية والترويحية التي تعزز من الوعي البيئي في أوساط الطلبة، إضافة إلى توظيف التقنيات الرقمية في هذا المجال.

8. دراسة لكحل فاطمة (2024) مستوى الثقافة الرياضية الترويحية والصحية لدى النساء المشاركات في المرافق الرياضية بمدينة سعيدة

هدف الدراسة : سعت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الثقافة الرياضية الترويحية والصحية لدى النساء المرتادات للمرافق الرياضية بمدينة سعيدة خلال سنة 2023، مع التركيز على الفروق المرتبطة ببعض المتغيرات المستقلة.
المنهج والعينة : اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي، وتم اختيار عينة مكونة من (81) امرأة تشارك بشكل منتظم في الأنشطة الرياضية داخل المرافق الرياضية في مدينة سعيدة، باستخدام الطريقة العشوائية.
أداة الدراسة : تم استخدام استبيان مصمم لجمع البيانات المتعلقة بمستوى الثقافة الصحية والترويحية، وتم تحليل البيانات باستخدام البرنامج الإحصائي.SPSS

النتائج:
توصلت الدراسة إلى ما يلي:
وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الثقافة الرياضية الترويحية والصحية وبعض المتغيرات المستقلة.
سجلت عينة البحث مستوى متوسطًا إلى جيد في الثقافة الترويحية والرياضية، في حين أظهر مستوى الثقافة الصحية هيمنة أعلى.
أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية مقبولة إحصائيًا بين مستوى الثقافة الصحية وبعض المتغيرات لدى المشاركات.

9. دراسة علاء هادي علي القريشي 2024 .
بعنوان الثقافة الترويحية و علاقتها بالروح المعنوية عند مدرسي التربية الرياضية في محافظة واسط
هدف الدراسة : إيجاد العلاقة الارتباطية بين الثقافة الترويحية و الروح المعنوية عند مدرسي التربية الرياضية .
منهج الدراسة : استخدم المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية .

عينة اليحث : بلغت عينة البحث 45 مدرسا .
أهم النتائج : ضرورة إقامة الندوات التعريفية التي توضح مفاهيم الثقافة الترويحية و الروح المعنوية للاطلاع عليها و الإفادة منها من قبل مدرسي التربية الرياضية .

الدراسات الأجنبية :

10. دراسة "ناديروفا وجاكسون "
Nadirova & Jackson (2000)
بعنوان : " معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية لدى المقيمين بمدينة إدمونتون – كندا"
هدفت الدراسة : التعرف على المعوقات التي تواجه الأسر المقيمة في مدينة إدمونتون الكندية عند ممارسة الأنشطة الترويحية.
منهج الدراسة : استخدم الباحثان المنهج الوصفي، واعتمدا على أداة الاستبيان التي وُزعت على عينة مكونة من (296) أسرة كندية.
نتائج الداراسة : وقد أظهرت النتائج أن أبرز المعوقات التي تواجه هذه الفئة تمثلت فيما يلي:

1. صعوبة الالتزام بالمشاركة واستمرارها.
2. ارتفاع تكاليف المشاركة.
3. ضعف الدافعية الشخصية.
4. نقص المعرفة بالأنشطة الترويحية المتاحة.
5. العزلة الاجتماعية والجغرافية.

11. دراسة "ألكساندريس وآخرون " Alexandris, Tsorbatzoudis, & Grouios (2002)
بعنوان" :تأثير أبعاد المعوقات على الدافعية الذاتية والخارجية للمشاركة في الأنشطة الرياضية الترويحية"
سعت هذه الدراسة إلى معرفة مدى تأثير أبعاد المعوقات المختلفة على نوعي الدافعية (الداخلية والخارجية) للمشاركين في الأنشطة الرياضية الترويحية. أجريت الدراسة على عينة قوامها (257) ممارسًا للأنشطة الترويحية في مدينة ثيسالونيكي باليونان، واعتمد الباحثون على استبانة لجمع البيانات.
وقد بينت النتائج أن هناك مجموعة من المعوقات تحدّ من الاستمرارية في ممارسة الأنشطة الترويحية، جاءت على الترتيب التالي:

1. المعوقات النفسية/الفردية.
2. قلة الوقت المتاح.
3. ضعف المعرفة بالبرامج الترويحية.
4. نقص أماكن ممارسة الأنشطة.
5. محدودية الموارد المادية.
6. غياب الشريك أو الرفيق في النشاط.
7. وجود تجارب سلبية سابقة.

12. دراسة "يونغ وآخرون"

Young, et al. (2003)

بعنوان " :المعوقات المدركة وتأثيرها على مشاركة طلبة الكليات الأمريكية في الأنشطة الرياضية الترويحية"

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على المعوقات التي يدركها الطلبة غير الممارسين للأنشطة الرياضية الترويحية في الكليات الأمريكية، ومدى تأثير هذه المعوقات على مشاركتهم في تلك الأنشطة. اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي، وشملت العينة (416) طالبًا وطالبة من غير الممارسين للأنشطة الترويحية في المرحلة الجامعية.

وقد أظهرت النتائج أن أقوى المعوقات التي حدّت من مشاركة الطلبة تمثلت فيما يلي:

1. غياب الوقت الكافي بسبب الانشغال بالدراسة أو العمل أو الالتزامات العائلية.
2. نقص المعرفة بالأنشطة المتوفرة والمرافق التي يمكن استخدامها.
3. المعوقات المدركة كان لها تأثير ملحوظ على قرار الطلبة بعدم المشاركة.

7-2- التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة :

أولًا: من حيث المنهج المستخدم

جميع الدراسات تقريبًا استخدمت المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي، سواء الدراسات العربية (مثل الصلوي 2006، توفيق الجمعة 2014، محاوشي 2022) أو الأجنبية (Nadirova & Jackson 2000، Young et al. 2003).

هذا يؤكد ملاء مة المنهج الوصفي لدراسة المعوقات، كونه يتيح وصف الظاهرة كما هي واستطلاع آراء الفئة المستهدفة.

الدراسة الحالية تتماشى مع هذا التوجه المنهجي، ما يعزز مصداقيتها العلمية ويُسهم في مقارنتها بالدراسات الأخرى.

ثانيًا: من حيث العينة

تفاوتت أحجام العينات بين الدراسات، فمثلًا:

عينة كبيرة :عناية الله (1700 طالب)، الصلوي (950 طالب).

عينة متوسطة :محاوشي ريمة (378 طالبة)، قراش العجال (338 طالبًا).

عينة صغيرة :القريشي (45 أستاذًا)، حشيش (130 طالبًا).
معظم العينات كانت من الطلبة الجامعيين، بينما الدراسة الحالية تركز على أساتذة التعليم المتوسط، مما يمنحها خصوصية في البيئة والعوامل المؤثرة.
قلة الدراسات التي تناولت فئة الأساتذة تجعل دراستنا تملأ فراغًا علميًا في هذا المجال، خاصة في الجزائر.

ثالثًا: من حيث أدوات الدراسة

أغلب الدراسات اعتمدت على الاستبيان المصمم من قبل الباحث (الصلوي، محاوشي، حشيش، القريشي)، وهو ما ينسجم مع طبيعة المعوقات كمتغير يصعب قياسه بشكل مباشر.
تنوعت محاور الاستبيانات لتشمل: المعوقات الإدارية، الشخصية، النفسية، الإمكانيات، البرامج، البيئة الاجتماعية.
الدراسة الحالية إذا تضمنت أداة مركبة تقيس المعوقات والاتجاهات نحو الثقافة الترويحية، فإنها تتوافق مع التوجهات الحديثة التي لا تكتفي بتشخيص المشكلة بل تربطها بسلوك أو اتجاه معين.

رابعًا: من حيث النتائج

هناك اتفاق عام بين معظم الدراسات حول المعوقات الأساسية، وأبرزها:
ضعف الإمكانيات المادية والبشرية توفيق الجمعة، قراش، ناديروفا.
غياب التحفيز وغياب البرامج الجاذبة عناية الله، حشيش.
ضعف الثقافة الترويحية أو سوء الفهم لأوقات الفراغ محاوشي، مدكور، القريشي.
ضيق الوقت والانشغالات الأكاديمية أو المهنية .
بينما تميزت بعض الدراسات (مثل محاوشي ومدكور) بربط المعوقات بالثقافة الترويحية أو البيئة الرقمية، مما يقربها أكثر من موضوع دراستنا، خاصة في جانب الثقافة الترويحية.

7-3- نقد الدراسات:

تمنح الدراسات السابقة والبحوث المشابهة خلفية قوية حول أبرز المعوقات المنتشرة عبر شرائح مختلفة، وتدعم تصميم أداة الدراسة الحالية.
تساعد في مقارنة نتائج لاحقًا وفق الفئات المختلفة (طلبة، أساتذة، ذكور، إناث).
الدراسات الأجنبية توسع الرؤية وتظهر أن بعض المعوقات ذات طابع عالمي (مثل ضيق الوقت، ضعف الوعي، النقص في الموارد)، بينما تظهر خصوصية السياق العربي والجزائري في بعض المعوقات الأخرى (كضعف التأطير، العادات والتقاليد، غياب ثقافة الترويح).

الباب الأول :
الدراسة النظرية

الفصل الاول

الانشطة الترويحية

الرياضية

تمهيد:

ان الحاجة للترويح عن النفس حاجة إنسانية ولها أهميتها وعادة ما نجد أننا نضع الترويح في مكان جانبي من حياتنا ولا نعطيه من الأهمية شيء ، ويتوقف ذلك على الوعي الترويحي عند الفرد ، وان يدرك مدى أهميته بالنسبة للمجتمع . فالترويح مظهر من مظاهر النشاط الإنساني يتميز بالصحة والاتزان و الصحة هنا بمعناها الواسع الذي يشمل الصحة الجسمانية والعقلية والعاطفية وليس فقط خلو الفرد من الضعف والمرض فالنشاط الرياضي الترويحي يهدف الى السعادة التي ينشدها كل فرد ، والترويح له مكانة مميزة في جعل الحياة متزنة بين العمل والراحة فتكتمل الحياة في معناها وتزدادا في رونقها بالترويح وتصبح أكثر اشراقا وأكثر بهجة.

1-1-الترويح :

اختلف مفهوم الترويح لدى الشعوب البدائية والنامية والمتقدمة عبر العصور, كما تأثر بعوامل كثيرة يأتي في مقدمتها العوامل الاجتماعية والاقتصادية والتكنولوجية . فالترويح ظاهرة اجتماعية حيوية للجنس البشري, كجوانب تسهم في تحقيق النمو المتزن للفرد من خلال ممارسة أي من جوانب الأنشطة الترويحية المتعددة التي تخفض من التوتر العصبي والصراعات النفسية, بالإضافة الى جوانب أخرى متعددة والتي منها الشعور بالمتعة والرضا, الأمر الذي يؤدي الى تجديد نشاط الفرد وتهيئته لمتابعة العمل من جديد.(كمال عبد الحميد وآخرون ,2012,ص43).

كما يفسر الترويح من وجهة نظر أخرى على أنه رد فعل عاطفي, أو حالة نفسية وشعور يحسه الفرد قبل وأثناء وبعد ممارسته لنشاط ما ايجابيا كان أم سلبيا, يتم أثناء وقت فراغ الفرد, حيث يكون مدفوعا برغبة شخصية للإقبال على نشاط محدد نتيجة لحرية الاختيار وغرضه في حد ذاته.(كمال عبد الحميد وآخرون ,2012, ص43)

1-2-مفهوم ومعنى الترويح :

يستخدم مصطلح الترويح في الغالب بمعنى قريب من مصطلح وقت الفراغ, وبخاصة في سياقات الثقافة الغربية.

ويرى البعض أن المعنى الحرفي للترويح يمكن اعتباره أحد الوظائف الرئيسية لوقت الفراغ,بمعنى : تجديد النفس واعدادها للعمل , ويؤيد هذا المعنى للترويح هؤلاء ممن يعترضون على عبارات مثل وقت فراغ ضائع أو مشتت,اذا فهم ينظرون للمعنى الصحي للترويح وهي الفكرة التي جعلت بعض النقاد يؤيدون استخدام كلمة الترويح بدلا من وقت الفراغ.(كمال درويش وأمين الخولي ,2001,ص118).

وتشير المعاجم اللغوية الى أن أصل الأيتيمولوجي(ETYMOLOGIE) لكلمة ترويح هو أنها كلمة مركبة من جزأين : Re بمعنى اعادة و création : بمعنى خلق , أي أن المعنى الحرفي للكلمة هو اعادة الخلق,Recréation و وهو معنى مجازي يقصد به التجديد والانتعاش كنواتج ممارسة الترويح. (كمال درويش وأمين الخولي ,2001,ص118).

كما عرف قاموس Webester كلمة ترويح بمعنى: إنعاش للقوى والروح

وعرفها قاموس Oxford بأنها تعني " تروح عن نفسك بعد الكد ببعض وظائف التسلية, أو تمضية الوقت أو المتعة , وعرفها قاموس المورد بمعنى " استجمام أو وسيلة استخدام. (كمال عبد الحميد وآخرون,2012,ص44).

1-3-أهداف الترويح :

يهدف الترويح الى :

- اكتساب الحد الأدنى من اللياقة البدنية العامة والوظيفية للأجهزة الحيوية للجسم والمحافظة عليها لجميع مراحل العمر الزمني والمستويات الاجتماعية .
- السيطرة على البدانة، والمحافظة على القوام المقبول، واستكمال تناسق الجسم والابقاء عليه.
- تدريب المهارات الأساسية اليدوية الطبيعية والمكتسبة للإنسان والارتقاء بها عن طريق ممارسة الأنشطة الترويحية المرتبطة بالأداء البدني والمهاري .

- اشباع الميول والرغبات وحب المغامرة من خلال ممارسة الأنشطة الترويحية .
- تنمية واكتساب وتدريب المهارات التي تحقق الامان والسلامة والابقاء عليهما .
- تنمية واكتساب وتدريب القدرات البدنية ، والقدرة على التركيز والادراك، والملاحظة، والتصور، والتخيل، والابداع من خلال الاشتراك في الأنشطة الترويحية .
- تنمية الجوانب الصحية والأمان والسلامة للفرد من خلال تهيئة الفرص عن طريق ممارسة عادات صحية ايجابية من خلال بعض الأنشطة الترويحية .
- تنمية الخصائص والحاجات النفسية المرتبطة بممارسة الأنشطة الترويحية التي تفرض مستوى عالي من الكفاءات النفسية كالثقة بالنفس والاتزان النفسي والاعتماد على النفس والإحساس بقيمة الفرد، وأهميته، وتحقيق الذات، وانخفاض التوتر والقلق النفسي.
- التدريب على التبعية وتنمية صفات القيادة وخلق القيادات المستقبلية من خلال الأنشطة الترويحية التي تفرض التمتع بصفات النظام والطاعة واحترام السلطة والقيادة واتخاذ القرارات الجماعية والتدريب على القيادة الديمقراطية.
- ايجاد الصلات الاجتماعية من خلال العلاقات والصداقات والتقارب بين الأفراد والتعرف على قيم وتقاليد المجتمع من حيث الولاء والتضحية والعطاء والعطف واحترام الآخرين، والنهوض بمستوى آداب اللياقة الاجتماعية والرقى بالسلوك والاتجاهات الاجتماعية .
- تقوية عناصر الايمان والقوى الروحية واثبات القيم والمعاني الروحية.
- تنمية التذوق الجمالي للطبيعة والاستمتاع بها والمحافظة عليها .
- تنمية التذوق الابتكاري الفني والخيال والابداع واكتشاف المواهب في المجالات المختلفة .
- تنمية الميول الفكرية، واكتساب اتجاهات ثقافية ايجابية.
- احساس الفرد بالسعادة خلال أوقات الفراغ نتيجة للاشتراك في النشاط الترويحي. (كمال عبد الحميد وآخرون، 2012، الصفحة 46).

1-4-أهمية الترويح:

يعد الترويح مظهرا من مظاهر النشاط الإنساني وله دور هام في تحقيق التوازن بين العمل والراحة من عنائه، وله اسهاماته في تحقيق السعادة للإنسان.

وتشير الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية وللترويح (AAHPER)الى اسهامات الترويح في الحياة العصرية، في النقاط التالية :

- تحقيق الحاجات الانسانية للتعبير الخلاق عن الذات .

- تطوير الصحة البدنية والصحة الانفعالية والصحة العقلية للفرد.
- التحرر من الضغوط والتوتر العصبي المصاحب للحياة العصرية .
-توفير حياة شخصية وعائلية زاخرة بالسعادة والاستقرار .
-تنمية ودعم القيم الديمقراطية .
(محمد الحمامي وعايدة عبد العزيز مصطفى، 2007، ص 34).

1-5-أغراض الترويح :

يعتبر الترويح حقا انسانيا لجميع الأفراد في كل مكان بغض النظر عن اللون والجنس والعقيدة، ويأسر الترويح العالم بما له من آثار على البشر وما يؤثر فيه من عوامل يدفها عجلة التقدم والتحضر. إن احتياج الفرد للترويح يجعله يبحث يوما بعد يوم عن الحياة الغنية بالمعاني والبهجة والسعادة، حياة تتسم بالاتزان بين العمل والترويح. (تهاني عبد السلام محمد، 2001، ص 115).

ان فلسفة الترويح كأحد مظاهر الحياة اليومية من تعبير طبيعي تلقائي لبعض اهتمامات واحتياجات الفرد تتغير بل تتعدل وتصقل من خلال الممارسة. ويمكن أن نلخص أغراض الترويح تبعا للاهتمامات والرغبات التي يمكن اعتبارها دوافع لممارسة الأنشطة الترويحية في:

غرض حركي :

حيث أن الدافع للحركة والنشاط يعتبر دافعا أساسيا لجميع الأفراد، ويزداد في الأهمية لدى الصغار والشباب، والغرض الحركي أساس النشاط البدني في البرنامج الترويحي .

غرض الاتصال بالآخرين:

تعتبر سمة محاولة لاتصال بالآخرين من خلال استخدام الكلمة المكتوبة أو المنطوقة هي سمة يتميز بها كل البشر، وأن قص القصص أو المناقشات الجماعية، المحادثات، قراءة الشعر، والقصة القصيرة الى آخر كل هذه الأنشطة تشبع الرغبة في الاتصال بالآخرين وتبادل الآراء والأفكار.

غرض تعليمي :

عادة ما تدفع الرغبة في المعرفة الى التعرف على كل ما هو في دائرة اهتمام الفرد، وعادة ما يبحث الفرد عن اهتمامات جديدة تمهد للفرد معرفة ما يجهله، فاذا تتبعنا هواة المراسلة، وهواة جمع طوابع البريد، وهواة جمع العملات المختلفة فإننا نجد أن ما هي الا قنوات لتعلم الجديد.

غرض ابتكاري فني :

تنعكس الرغبة في الابتكار والابداع الفني على الأحاسيس والعواطف والانفعالات، وكذلك تعتمد الرغبة لابتكار الجمال تبعا لما يتذوقه الفرد، وما يعتبره الفرد خبرة جمالية من حيث الشكل واللون وكذلك الصوت أو الحركة .
تهيء الأنشطة الترويحية فرصا عديدة لإشباع الاهتمامات الفنية للفرد كالتمثيل والموسيقى والرقص الحديث، والنحت، والرسم، وكتابة القصص ونظم الشعر الى آخر هذه الأنشطة التي يعبر الفرد من خلالها عن أحاسيسه ومشاعره ويستكشف امكاناته ويصقلها ويحاول أثناءها نقل هذه المشاعر والأحاسيس والأفكار الى الآخرين.

غرض اجتماعي:
ان الرغبة في أن يكون الفرد مع الآخرين من أقوى الرغبات الانسانية، فالإنسان اجتماعي بطبعه، وهناك جزء ليس بالقليل في الترويح المنظم أو غير المنظم يعتمد أساسا على تحقيق الحاجة الى الانتماء.(تهاني عبد السلام محمد، 2001، ص 116).

1-6-سمات النشاط الترويحي :
1- يحدث أثناء وقت الفراغ .
2- يتسم بالاختيارية
3- يحتوي على نشاط.
4- يحدده الدافع من أجله
5- متنوع وأشكاله متعددة
6- يمارسه كل الأجناس والألوان والأديان.
7- جاد وغرضه في ذاته .
8- يتسم بالمرونة
9- التجديد.
10 -الاحساس بالسعادة، ويعتبر الدافع الرئيسي وراء ممارسة النشاط الترويحي، وليس المكسب المادي.(تهاني عبد السلام محمد، 2001، ص 116).

1-7- مميزات الأنشطة الترويحية:
تعتبر كلمة مميزات هنا مرادفة لكلمة قيم أو كل ما هو مميز وجيد، وبالطبع فان معناها نسبي، حيث يمكن أن تحتوي على مميزات موضوعية أو اعتبارية، ومن الصعوبة بمكان أن نصل الى قياس المميزات الخاصة بالأنشطة الترويحية بمقاييس موضوعية بحتة، فمثلا هناك قيم كالصداقة، والاخاء، والاحترام، والسعادة، والغبطة وقيم الجمال من أهم مميزات الأنشطة الترويحية يمكن قياسها بطريقة موضوعية.

وكذلك فالنظرة التفاؤلية، والرغبة في الحياة والحيوية، والتجديد والابتكار، والتعاون وتقبل الأفراد بعضهم لبعض، والقدرة على التكيف، والحياة في تناسق وتناغم مع النفس والجماعة. تلك هي بعض القيم والمميزات للأنشطة الترويحية التي يصعب تعديل قيمتها أو قياسها موضوعيا .(تهاني عبد السلام محمد،2001، ص 119).

1-7-1- المميزات الفيسيولوجية للأنشطة الترويحية :

تتلخص بعض المميزات الفسيولوجية للأنشطة الترويحية في الآتي :

- يعمل النشاط الترويحي على تنمية قوة وتناسق ومرونة عضلات الجسم، والتوافق العضلي العصبي .
- يعمل النشاط الترويحي على رفع مستوى الحيوية، والجلد، ومقاومة التعب .
- يعمل النشاط الترويحي على التخلص من الضغط العصبي، وبالتالي يعمل على الراحة.
- يعتبر النشاط الترويحي من أفضل الوسائل للراحة والاسترخاء.
- يعمل النشاط الترويحي على رفع كفاءة أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز الدوري والتنفسي.
- يعمل النشاط الترويحي على التخلص من الطاقة الزائدة.

1-7-2-المميزات النفسية للأنشطة الترويحية :

يوفر النشاط الترويحي الفرص لتجربة خبرات جديدة، والشعور بالاطمئنان، والأهمية الذاتية.

يوفر النشاط الترويحي الفرص لإشباع رغبة حب الاستطلاع، والاجتماعية، وتأكيد الذات، والتقليد والمحاكاة، والتعبير عن النفس.

يوفر النشاط الترويحي الفرص لتنمية الثقة بالنفس ويقضي على الخجل، ويبعث على السعادة في الوصول وتحقيق النجاح.

يعمل النشاط الترويحي على تنمية صفات مثل الأمانة، والاخاء، والتحكم في المشاعر، والريادة والتبعية، والتلقائية والشجاعة، والأصالة.

يوفر النشاط الترويحي أعظم الفرص للتخلص من الميول العدواني في ظروف اجتماعية.

يعمل النشاط الترويحي على رفع مستوى الصحة العقلية.

يهيئ النشاط الترويحي الفرص لعدم التمادي في أحلام اليقظة.

يوفر النشاط الترويحي التوازن بين الاستقلالية والتبعية للممارس.
يعمل النشاط الترويحي على تنمية النضج العاطفي لدى الممارس من خلال مواقف عديدي ومتنوعة تنشأ أثناء ممارسة الانشطة الترويحية.
يوفر النشاط الترويحي الفرص لتنمية الصفات الاجتماعية والتعاون المنافسة.

1-7-3-المميزات الاجتماعية للأنشطة الترويحية:

يعمل النشاط الترويحي على تنمية الفرد من الناحية الاجتماعية وهناك اتجاهات كالتعاون، والصدق، والعدالة، يمكن تنميتها من خلال ممارسة أنشطة ترويحية.
ان الكيان والروح الرياضية، قد تكون ناتجا جانبيا لممارسة الانشطة الترويحية.
تتوفر فرص عديدة لتبادل الآراء، واكتشاف رغبات جديدة وتكوين صداقات جديدة من خلال ممارسة أنشطة ترويحية.
تهيئ الأنشطة الترويحية الفرص للممارس لان يشعر بالاطمئنان والثقة والتوجيه الذاتي.
تهيئ الأنشطة الترويحية الفرص للتدريب على اصدار القرارات.
انه من خلال المميزات والفوائد الفسيولوجية والنفسية، والاجتماعية تعمل الأنشطة الترويحية على ان يقوم الفرد الممارس للأنشطة الترويحية حياة تتسم بالفعالية والبهجة والرقي.(تهاني عبد السلام محمد، 2001، الصفحة 120).

1-8-علاقة الترويح وأوقات الفراغ بعلم النفس :

الأنشطة الترويحية تحقق التوازن البدني والنفسي :

إن نهج الإنسان لحياة غنية بفرص الترويح يعتبر نتيجة مضمونة لحياة تتسم بالتوازن البدني والنفسي، فمن الناحية البدنية نجد أن لتقنية الحديثة قد حدث من حركة الإنسان اليومية مما أثر على تكوين الفرد ونشاطه وصحته لذا فان استثمار وقت الفراغ هو الحل الأمثل لتعويض ما فقده الإنسان وهو التحدي الحقيقي الذي يواجهه هذا العصر، ومن الناحية النفسية قد يعمل الإنسان في مجال لا يميل إليه ولا يستطيع أن ينجز فيه أي هدف أو يحقق فيه ذاته فيسعى إلى تحقيق ذلك كله أثناء وقت فراغه وذلك بممارسته للأنشطة الترويحية المختلفة.
والنشاط الترويحي وقاية للفرد من الملل والقلق والإرهاق وما يسببه كل ذلك من ضغوط نفسية وعصبية نتيجة لعدم التنوع والتجديد وعدم ممارسة أنشطة تناسب استعداداته وقدراته واهتماماته، وفيه يعبر الفرد عن مشاعره وأحاسيسه وينمى عقله، وتزداد معارفه ومعلوماته، ويتفهم وينتج، ويتحرر فتنطلق طاقاته ويبتكر، وتنمو ميوله وتتعدل اتجاهاته على نحو تكتسب فيه الحياة رونقها وتصبح أكثر إشراقا وبهجة.

1-8-1-الترويح هدفه الأسمى السعادة والرضا عن النفس :

يعتبر نشاط وقت الفراغ الذي يحقق اشباعا للفرد مصدرا هاما ورئيسيا للسعادة لما يحققه من شعور بالرضا الذاتي للفرد ولما يحققه من استثمار لوقته بنجاح واستخدام مهاراته والتفاعل مع الآخرين والاحساس بالانتماء وتحسن صحته البدنية والنفسية وتنظيمه لوقته واستمتاعه بالإجازات وتحقيقه للاسترخاء بأنواعه.(محمود اسماعيل طلبة، ط2010، ص 44).

ويعد الترويح مظهرا من مظاهر النشاط الانساني هدفه الأسمى والأساسي السعادة التي يسعى اليها الانسان مهما اختلفت الأعمار والأجناس والأديان.

1-8-2-الترويح والثقة بالنفس والتفاعل مع الآخرين وخدمة المجتمع :

ان ممارسة الفرد للأنشطة المختلفة في وقت فراغه سوء كانت رياضية أو اجتماعية أو فنية أو ثقافية أو خلوية تؤدي الى اعتزاز الفرد وثقته بنفسه فهو يتفاعل مع الآخرين ويشاركهم ويتبادل معهم الأفكار والآراء وينمي معارفه.

1-8-3-استثمار وقت الفراغ يقهر روتين الحياة :

يجب على الفرد أن يدرب نفسه على كيفية استثمار وقت فراغه حتى يستطيع أن يحقق لها الاستمتاع، فليس الهدف من استخدام وقت الفراغ هو تعلم أو ممارسة أنشطة جديدة أو خلق ميول جديدة فحسب ولكن على الانسان أن يحاول التغلب على قهر روتين الحياة والذي يفرضه عليه عصر الآلة وعليه أن يحاول جاهدا أن يحقق لنفسه قدرا كبيرا من التحرر في الاستمتاع بالحياة الذي ينبغي أن يتاح للجميع على حد سواء .

1-8-4-استثمار وقت الفراغ تنمية لشخصية الفرد:

ان استثمار وقت الفراغ في أنشطة مفيدة وبناءة يسهم في تنمية شخصية الفرد من خلال المشاعر الايجابية والتفاعل والحماس الذي يكون مصدره الرضا والسعادة من خلال ذاتية وحرية النشاط وكذلك حرية التصرف أثناء ممارسته، ولقد وجد أن الفرد يميل الى الأنشطة التي تمنحه المكانة الاجتماعية وتتوافق مع أنشطة استثمار وقت الفراغ الشائعة، لذا فقد أصبح من الواجب على الفرد أن يستمر في البحث عن طرق مفيدة لاستثمار وقت فراغه حتى يتمكن من اكتشاف طرق جديدة ومختلفة عن تلك التي يلتزم بها في حياته اليومية وعن عمله، وهذا من شأنه أن يحقق اشباعا للشخصية واثراء للحياة فتضفى عليه معنا وتمنحها قيمة حقيقية للوجود.)محمود اسماعيل طلبة، ط2010، ص 46).

1-9-خصائص الترويح :

لقد اتفق جميع علماء الاجتماع و التربية و علم النفس على أن الترويح يساعد في تربية الفرد و تكامل شخصيته، حيث أكد فيلسوف التربية "جون ديوي" على أن اللعب هو اتجاه فكري يمكن الحصول عليه في ظرف ما.

يمارس الترويح في وقت الفراغ حتى لا يسود الاعتقاد أن عمل الفرد الذي يحبه و يستريح إليه ما هو إلا ترويح.

يمارس الترويح بحرية تخضع لتقاليد المجتمع وعاداته والنوع الثقافي السائد في مجتمع الفرد.

يمارس الترويح بهدف بناء الفرد وتنميته حتى لا يصبح الترويح هدفا.

1-10-نظريات الترويح:

من الصعب حصر كل الآراء حول مفهوم الترويح بسبب تعدد العوامل المؤثرة عليه والمتأثرة به في الحياة الاجتماعية المعقدة ، إلا أنه يمكن تحديد أهم مفاهيمه حسب ما جاء في التعاريف السابقة ،خاصة تلك التي قدمها " سيجموند فريد " Segmund Freud وكارل جروس " Karl Gros " هذه التعاريف نابعة من نظريات مختلفة نذكر منها:

1-10-1-نظريات التلخيص :

قد نادى بها "تسانلي هول" وتقول هذه النظرية أن الكائن الحي يتطور في لعبه تطور يشابه التطور الذي مر به أجداده منذ بدء خليقتهم فهو تلخيص للحضارات السابقة التي مر عليها الجنس البشري منذ عهد إنسان الغاب الذي في صراع مع الطبيعة والوحوش الى عهد الجماعات البدائية الغير منتظمة التي يغلب عليها طابع الأنانية الفردية ثم العهد الحديث الذي تركز فيه الحياة على التعاون . (صدام احمد ،1997,ص14-15)

1-10-2-نظرية الطاقة الفائضة (نظرية سينسر وشيلر): تقول هذه النظرية أن الأجسام النشيطة الصحيحة، وخاصة للأطفال تختزن أثناء أداءها لوظائفها المختلفة، بعض الطاقة العضلية والعصبية التي تتطلب تنفيس الذي ينجم عنه اللعب.

وتشير هذه النظرية إلى أن الكائنات البشرية قد وصلت إلى قدرات عديدة ولكنها لا تستخدم كلها في وقت واحد و كنتيجة لهذه الظاهرة توجد قوة فائضة ووقت فائض لا يستخدمان في تزويد احتياجات معينة ومع هذا فان لدى الإنسان قوى معطلة لفترات طويلة و أثناء فترات تعطيل هذه تتراكم الطاقة في مراكز الأعصاب السليمة النشطة ويزداد تراكمها بالتالي ضغطها حتى يصل إلى درجة يتحتم فيها وجود منفذ للطاقة

واللعب وسيلة ممتازة لاستنفاذ هذه الطاقة الزائدة المتراكمة (محمد و خطاب ،1994,ص56-57)

ومن جهة ثانية فان اللعب يخلص الفرد من تعبه المتراكم على جسده، ومن تأثيراتها العصبية المشحونة من ممارسة واجباته المهنية والاجتماعية، ويعتبر وسيلة ضرورية للتوازن الإنساني النفسي ومواقفه مع البيئة التي يعيش فيها (sera,1982,p163)

1-10-3-نظرية الترويح:

يؤكد "جستي مونس" القيمة الترويحية للعب في هذه النظرية، ويفترض في نظريته أن الجسم البشري يحتاج إلى اللعب كوسيلة لاستعادته حيويته فهو وسيلة لتنشيط الجسم بعد ساعات العمل الطويلة، والراحة معناها إزالة الإرهاق أو التعب البدني والعصبي وتتمثل في عملية الاستراحة، الاسترخاء، في البيت أو في الحديقة أو في المساحات الخضراء أو على الشاطئ ...الخ.

كل هذه تقوم بإزالة التعب من الفرد، وخاصة العامل النفسي، ولهذا نجد السفر والرحلات والألعاب الرياضية خير علاج للتخلص من العمل النفسي والضجر الناتجين عن الأماكن الضيقة، والمناطق الضيقة ومزعجاتها (درويش كمال ،1990,ص229).

1-10-4-نظرية الإعادة للحياة:

يرى" كارل جروس " Karl Gros " الذي نادى بهذه النظرية بان اللعب هو الدافع العام لتمرين الغرائز الضرورية للبقاء حياة البالغين ،وهذا يكون قد نظر إلى اللعب على انه شيء له غاية كبري ، حيث يقول إن الطفل في لعبة يعد نفسه للحياة المستقبلية ،فالبنت عندما تلعب بدميتها تتدرب على الأمومة ،والولد عندما يلعب بمسدسه يتدرب على الصيد كمظهر للرجولة (بن وذان ،2018,ص33)

ويرى الطالب من خلال النظريات المفسرة للترويح أن نظريات فسرت اللعب على أسس نفسية وفيزيولوجية من أبرزها نظرية الطاقة الفائضة ونرى هناك قواسم مشتركة بين نظرية الطاقة الفائضة ونظرية الاسترخاء رغم تضاربهما الظاهري فكلتا النظريتين تعتبر اللعب نوعا من النشاط الهادف وأن اللعب عامل للحفاظ على الصحة وهو أسلوب للترفيه والتسلية، أما نظرية الإعداد للحياة فإن هذه النظرية اعتمدت على التخيل الرمزي من خلال التصور العقلي لما سوف يكون عليه الطفل في المستقبل لكن تجسيد هذا الطموح والتخيل على أرض الواقع يحتاج إلى تجارب وتدعيم الرصيد الفكري والعلمي والتعليم والتربية للطفل لبناء مستقبله.

1-11-مميزات النشاط الترويحي الرياضي:

النشاط الترويحي له مميزات إيجابية كثيرة على الإنسان. فبجانب أنه ممتع، يساهم في تطوير المهارات والقيم والاتجاهات التربوية، مما يساعد الفرد على تحسين أدائه

وتحقيق نجاحات أكبر في حياته. بالإضافة إلى ذلك، هناك فوائد جسمية عديدة يمكن تحقيقها من خلال النشاط الترويحي، نذكر منها:

- يعمل النشاط الترويحي الرياضي على رفع مستوى الحيوية و مقاومة التعب.
- يعمل النشاط الترويحي الرياضي على التخلص من الضغط العصبي و الإحساس بالراحة.
- يعمل النشاط الترويحي الرياضي على رفع كفاءة الأجهزة المختلفة كالجهاز الدوري التنفسي.
- يعمل النشاط الترويحي الرياضي على التخلص من الطاقة الزائدة. (بن قلاوز ،2012)(نقلا عن الحاج، 2018، صفحة 48)

1-12-تأثير الأنشطة الرياضية على المشاكل النفسية:

يعتبر موضوعًا مهمًا في علم النفس، ويعتبر اللعب أحد العوامل المساعدة على التخفيف من ضغوطات الحياة اليومية، والتي ينبعث منها المشاعر النفسية والطاقة الغريزية. علاوة على ذلك، يعتبر اللعب أسلوبًا مهمًا لدراسة وتشخيص وعلاج المشاكل النفسية.

تؤدي الأنشطة الرياضية إلى التخفيف من الطاقة الزائدة وتساعد على تدريب المهارات التي تساعد الفرد على التكيف والتكيف في حياته ومجتمعه. في الفريق، يتعلم الممارس تقبل الهزيمة بروح من ناحية والفوز بدون غرور، كيفية التعامل مع التنافس، وهذه المهارات أساسية في الحياة. يمكن أن تساعد الأنشطة الرياضية على التحكم في المشاكل النفسية مثل القلق والإحباط والعنف، وتعزز التعبير عن الصراعات بطرق إيجابية وبناءة.

الخمول البدني و الجلوس الثابت

الخمول البدني يُعرَف الخمول البدني بأنه حالة يكون فيها الشخص غير نشط بشكل كبير أو لا يمارس النشاط البدني تقريبًا. أما الجلوس الثابت فيُعرَف بأنه الوقت الذي يقضيه الشخص في أنشطة معينة تتطلب إنفاق طاقة ضئيلة جدًا، وغالبًا ما تكون قريبة من قيم الراحة. (Whitaker RC, 1997)

لا يقتصر سلوك الجلوس على النشاط الضعيف أو الغير موجود بل يشمل أنشطة تتميز بإنفاق طاقة ضئيلة جدًا، غالبًا ما تكون قريبة من الراحة. يوجد العديد من المؤشرات على سلوك الجلوس، ومن بينها عدد السيارات في كل منزل، ولكن الأكثر استخدامًا هو عدد الساعات التي يقضيها الشخص أمام شاشة التلفاز أو الحاسوب أو ألعاب الفيديو. (P. Duché, 2008)

1-13-النشاط الرياضي البدني و الخمول البدني

الخمول البدني يُعتبر سلوكًا مميزًا عن النشاط البدني وتأثير كل منهما على الصحة مختلف، كما أشارت دراسة هاملتون وآخرون في عام 2007. ولا يمكن تقييده فقط بقلة النشاط البدني. ومع ذلك، لا يزال هناك الكثير من الالتباس في الدراسات حتى الآن بين مصطلحات الخمول ونقص النشاط، مما يجعل مقارنة النتائج وتفسيرها أمرًا معقدًا..

فيما يتعلق بالصحة، فإن الخمول البدني والنشاط البدني يؤثران بشكل مختلف ومستقل على الحالة الصحية. ومع ذلك، تشير الدراسات إلى أن الآثار الجانبية الصحية المرتبطة بالخمول البدني، مثل الجلوس المفرط، يمكن تعويضها من خلال ممارسة النشاط البدني. وبالمثل، يمكن تقليل أو حتى إلغاء الآثار الصحية المفيدة المتوقعة للنشاط البدني المنتظم من خلال مستويات عالية من الخمول البدني. (احمد، 2023ص 66)

خلاصة :

من خلال عرضنا لهذا الفصل الذي خصصناه حول كل مايتعلق بالترويح والترويح الرياضي فان الملاحظ تتبع النظريات العلمية وكذلك تحليل الآراء والافكار الخاصة بموضوع الترويح بوجه عام تبين لنا ان الترويح الرياضي بكل اشكاله سوآءا تعلق الامر بممارسة الرياضات الفردية او الجماعية او حتى التنزه في الحدائق العامة والمنتجعات من اجل السياحة وتجديد الطاقة من خلال اغلب الدراسات الأكاديمية التي أكدت على الدور الفعال الذي يحققه الترويح على الفرد من توازن نفسي وتحقيق التفاعل الاجتماعي وكذلك تفريغ الانفعالات والضغوطات النفسية .

الفصل الثاني
الثقافة الترويحية لدى أساتذة التعليم المتوسط

تمهيد :

إن الثقافة الترويحية تعتبر من العوامل المؤثرة في النظام الاجتماعي حيث تعمل على تأمين صحة الفرد وضمان حيويته والارتقاء بكفاءته الوظيفية والبدنية بل هي عامل من العوامل الهامة للنمو العقلي والنفسي والخلقي، فالأفراد الأصحاء القادرون على البذل هم عماد النظام الاقتصادي.

ويتفق سمير عبد اللطيف على أن ممارسة الأنشطة الترويحية تحقق التوازن بين مظاهر الحياة الانسانية الفردية، فالترويح يعتبر حق انساني للجميع، وأن المميزات الايجابية لممارسة الأنشطة الترويحية رفع الروح المعنوية وزيادة ثقتهم بأنفسهم، إن الترويح نشاط ضروري للصغار والكبار، فمن خلال ممارسة الأنشطة الترويحية يمكن للطفل اكتساب بعض القيم وتنمية بعض الصفات الاجتماعية.

ويرى أمين الخولي أن وسائل التثقيف الرياضي هي أدوات ثقافية تساعد الفرد في المواقف والاتجاهات والتأثير فيها عن طريق تقديم الثقافة والمعرفة للملايين من البشر عبر الأشكال والأطراف والوسائل الثقافية المختلفة، حيث يدعو نيكسون الى التثقيف الحركي والرياضي، موضحا الدور الهام الذي يمكن أن تلعبه الكليات والمؤسسات الثقافية وقنوات الإعلام في سبيل تنمية أفضل للمعارف والمعلومات الرياضية ولدا فقد أقدمت الرابطة الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح (AAHPERD) على تأسيس مشروع للمعلومات العامة في التربية البدنية وهو مشروع (PEPT) والذي يستخدم كافة وسائل الاتصال الجماهيرية كالصحافة والإذاعة والتليفزيون وأخيرا شبكة الانترنت، كوسائل تقديم خدمات معلوماتية ومعرفية بهدف نشر أكبر قدر من هذه النوعيات الثقافية.(مجلةسيناء،بدونسنة ، 373)

2-1- تعريف الثقافة:

إن كلمة الثقافة هي ترجمة للمصطلح اللاتيني Culture والتي تعني عزق التربة، حراثتها وزراعتها، وتعبر عادة في أدبيات علم الاجتماع وبعض الأدبيات الأخرى عن نشاط هادف للشعوب ولأية جماعة بشرية حتى البدائية منها، بغرض إمتلاك القوى والمنابع الطبيعية بغرض تطور الإنسان وسموه الذاتي.

الثقافة اصطلاحا : لقد أجمع الكتاب والباحثون على أنه من الصعوبة بمكان تعريف الثقافة تعريفا جامعا مانعا، وذلك لصعوبة تحديد المضمون الشامل والواسع الذي تدل عليه كلمة ثقافة تحديدا لفظيا دقيقا.

ومن أهم التعريفات التي تناولت مفهوم الثقافة تعريف تايلور بأنها:" ذلك الكل الذي يشتمل على المعرفة، العقائد، الفن، الأخلاق ، القانون والعادات وغيرها من القدرات والعادات التي يكتسبها الانسان بوصفه عضوا في المجتمع.

ويعتبر مفهوم الثقافة من المستجدات المعرفية التي تتضمن معاني ودلالات مركبة مكتسبة أو موثوقة، وهي نتاج اجتماعي انساني يكتسبها الفرد ويتتبع بها فهي تسيره وتحدد ماهيته وترسم نمط تفكيره وتبني نماذج سلوكه ومسارات اهتماماته ومنظومة قيمه وعاداته وتقاليده، فتحدد السلوك الاجتماعي.

ويذكر صالح محمد علي نقلا عن تايلور، أن الثقافة بمفهومها هي ذلك الكل المركب المعقد الذي يشمل المعلومات والمعتقدات والفن والتقاليد والعرف والعادات وكل ما يكتسبوا الانسان. ويعرف حسين أحمد الشافعي الثقافة الرياضية هي الزيادة الزاخرة للخبرة الانسانية من خلال الانشطة الرياضية والتي تؤدي بدورها الى فهم وتقدير أفضل للبيئة التي يجد فيها الأفراد أنفسهم جزء منها. كما وعرفها محمد حسن علاوي بأنها مجموعة من القيم المعرفية والاجتماعية والتربوية والصحية المرتبطة بالمفاهيم الرياضية.

ويرى الباحث أن مفهوم الثقافة الرياضية هو قدرة الأفراد على احتواء الأفكار والمفاهيم حول قيم وأهداف الممارسة الرياضية لتشكل حيزا في ثقافتهم الرياضية وتؤثر في شخصيتهم وتنظم علاقاتهم مما يوفر القاعدة الأساسية لتشكيل البنية الثقافية الرياضية وتوجيهها الى ممارسات رياضية منتظمة.

وتعتبر الثقافة الرياضية مظهر من مظاهر المجتمع المتحضر وجزء من الثقافة العامة، والاهتمام بها من المؤشرات الدالة على تقدم المجتمع. كونها تساهم في خلق إنسان لائق من الناحية البدنية والانفعالية والسلوكية والصحية يتسم بروح الإيثار والتضحية والتعاون.

انواع الثقافة وطرق اكتسابها : يمككنا تصنيف الثقافة كما يذكرها عبود الى :

- التثقيف المباشر : ويكون بواسطة المؤسسات التعليمية بكافة أنواعها
- التثقيف شبه المباشر (التربية العامة) : ويتكون بواسطة ما منحنا اياه الله تعالى اياه بالحواس المعروفة فمعظم ما يكسبه الناس من ثقافات عامة وعلوم ومعارف وعادات واخلاق بواسطة حواسهم المعروفة ماهو الا تثقيف عام متاح لكل البشر كافة ، وهذا التثقيف بين في درجته ومقداره حسب قدرات الفرد نفسه التي يكتسب بها هذه المعارف والعلوم فلا رقيب ولاحدود ولامكان أو زمان يقيدها أو يوجهها (يحي ،2020)

2-2- مفهوم الثقافة الترويحية:

الترويح لغة مشتق من المادة الثلاثية (روح) وقيل: مشتق من مادة (راح) فإذا كان من مادة (روح) فله المعاني التالية:(هيدرا ، 2015)

ـ تدل على السعة والفسحة والاطراد (وأصل ذلك كله الربح)

ـ وقيل: إنها بمعنى الأريحية (الانشراح، وسعة الصدر)

أما إذا كان من أصل (راح) فهو بمعنى: السرور والفرح، حيث إن الراحة ضد التعب

الترويح اصطلاحا : تعددت تعريفات المختصين بالترويح باختلاف نظرة من يقوم بتعريفه، ويمكن ملاحظة تعريفين لمدرستين مختلفتين:

المدرسة الكلاسيكية: التي تصورت الترويح أنه : رعاية للنفس وإصلاح وتطوير للحرية الروحية .

المدرسة المعاصرة : التي تضم غالبية علماء الاجتماع المعاصرين والتي وصفت الترويح على أنه النشاطات الترفيهية المتعددة التي ينجذب إليها الناس .

إن الدول المتقدمة اهتمت بالترويح وذلك لإدراكها بأنه أفضل استثمار لوقت الفراغ، إذ توجد علاقة وثيقة بين وقت الفراغ والترويح، فكلما ازداد وقت الفراغ ازدادت الحاجة للثقافة الترويحية.(يحي ، 2020)

2-3- مجالات الثقافة الترويحية

تتوزع الثقافة الترويحية إلى عدة مجالات متكاملة تعكس تنوع النشاطات وعمق التأثير الاجتماعي والثقافي والعلمي والبدني الذي تحدثه في حياة الفرد والمجتمع. ويمكن تصنيف هذه المجالات كما يلي:

المجال الاجتماعي للثقافة الترويحية

يرتبط هذا المجال بكل أشكال النشاطات التي تعزز العلاقات الاجتماعية، مثل: المهرجانات، المناسبات، الحفلات، التظاهرات الثقافية، وأيام الاستجمام الجماعي، وهو يسهم في تعزيز التماسك الاجتماعي والانتماء الجماعي. ويؤكد الحماحمي (2001، ص. 60) أن غياب هذا النوع من الترويح يؤدي إلى العزلة وتراجع الروابط الاجتماعية.

المجال الثقافي للثقافة الترويحية

يشمل الأنشطة المرتبطة بالقراءة، الفنون، المسارح، المعارض، والعروض الأدبية، ويُعَد هذا الجانب ركيزة لترقية الذوق الفني وتعزيز القيم الجمالية والمعرفية. ويرى الحماحمي (2001، ص. 64) أن الممارسة الترويحية في هذا المجال تساهم في نشر الوعي الثقافي وتنمية التفكير النقدي والإبداعي لدى الأفراد.

المجال العلمي للثقافة الترويحية

يتمثل في الأنشطة التي تدمج بين الترفيه والتعلم، كالمعارض العلمية، التجارب التربوية، الابتكارات، والألعاب التعليمية. وتُعتبر هذه الأنشطة وسيلة فعالة في تنمية مهارات البحث والاستقصاء والتفكير العلمي، كما يشير إلى ذلك مصطفى (2008، ص. 118)، الذي أكد أن الثقافة الترويحية العلمية تُسهم في تنمية قدرات التفكير والتحليل لدى المشاركين.

المجال الرياضي للثقافة الترويحية

يتعلق بممارسة النشاط البدني غير التنافسي لأغراض الترفيه، مثل الرياضات الجماعية أو الفردية التي تُمارس بشكل حر. ويُعد هذا المجال من أكثر مجالات الترويح تأثيرًا على الصحة البدنية والنفسية، وقد أكدت دراسة تهاني (2001، ص. 38) أن الرياضة الترويحية تلعب دورًا مهمًا في تحقيق التوازن النفسي والبدني لدى الأفراد، خاصة في فترات الفراغ.

2-4-اهداف الثقافة الترويحية :

_ لها دور متميز في نشر الوعي الثقافي الرياضي بين المجتمعات .
_ تربية الفرد جسميا ونفسيا وسلوكيا وفكريا .
_ اكتساب المهارات المفيدة للحياة العملية
_ ذات اثر تربوي في جميع افراد المجتمع صغارا وكبارا،ذكورا واناثا.(علاء،2024)

2-5-عناصر الثقافة الترويحية

تشير الأدبيات التربوية والرياضية إلى أن الثقافة الترويحية لا تقتصر على المعرفة بالنشاطات الترفيهية، بل تشمل مجموعة من العناصر المتكاملة التي تشكّل وعي الفرد وسلوكه نحو النشاط الترويحي. ومن بين أبرز هذه العناصر:

- المعرفة الترويحية

وهي الإلمام بالمعلومات المتعلقة بأنواع الأنشطة الترويحية، وأهدافها، ووسائلها، وفوائدها النفسية والجسدية والاجتماعية.

معرفة الطالب أو الأستاذ بأن النشاط الترويحي يمكن أن يقلل من التوتر ويزيد من الإنتاجية. (محاوشي، 2022)

الاتجاهات والقيم الترويحية

وهي المواقف النفسية الإيجابية أو السلبية نحو النشاط الترويحي، ومدى اعتباره ضروريًا في الحياة اليومية.

امتلاك الفرد قناعة بأن ممارسة الرياضة الترويحية ليست ترفًا بل حاجة.

(محاوشي، 2022)

- الخبرات والممارسات الترويحية

وهي التجارب العملية السابقة التي خاضها الفرد في مجالات ترويحية مختلفة، وتؤثر في مدى استعداده للمشاركة مستقبلاً.

- الوعي بالزمن والفراغ

يتعلق بقدرة الفرد على إدراك أهمية تنظيم الوقت واستغلال الفراغ بأنشطة نافعة ترويحيًا، بعيدًا عن التبذير أو اللهو السلبي.

- التنشئة الترويحية

وهي البيئة الاجتماعية (الأسرة، المدرسة، الإعلام) التي تزرع ثقافة الترويح لدى الفرد منذ الصغر، وتغرس فيه تقدير الأنشطة البدنية والذهنية المفيدة.

- البعد القيمي والاجتماعي

ويتمثل في إدراك الفرد للآثار الاجتماعية والثقافية للنشاط الترويحي، مثل تعزيز التعاون، والانتماء، والاحترام المتبادل.

2-6- العوامل المؤثرة في الترويح :

ثمة عوامل اجتماعية واقتصادية مؤثرة في الترويح فهو نتاج مجتمع يتأثر ويؤثر في الظروف الاجتماعية،وتكفي الملاحظة العلمية للحياة اليومية من أن تكتشف عن متغيراته السوسيولوجية والنفسية والبيولوجية والاقتصادية . وتشير كل الدراسات التي جرت في بعض الدول الأوروبية لتقدير الوقت الذي يقضيه الأفراد في العديد من نشاطات الترويح ،إلى أن كل من حجم الوقت والترويح ونشاطاته يتأثر بالعديد من المتغيرات أهمها :

- الوسط الإجتماعي :

إن العادات والتقاليد تعتبر عاملا في انتشار كثير من نشاطات اللهو والتسلية واللعب وقد تكون حاجزا أمام بعض العوامل الأخرى . يرى " دومازدين " أن كثير من سكان المناطق الريفية لايشاهدون السينما إلا قليلا،لأن عادات هؤلاء الريفيين تمقت السينما .(Marie- Chorlotte Busch 1975 93) . وقد جاء في استقصاء جزائري،أن شباب المدينة أكثر ممارسة للأنشطة الرياضية من شباب الأرياف،وتزيد الفروق أكثر من ناحية الجنس،ومن أسباب ذلك أن تقاليد الريف لاتشجع على هذا النشاط وخاصة عند الفتيات J.Dumazan Deer، صفحة (26) وتختلف أشكال اللهو واللعب في ممارسة الأفراد لهذا النوع من التسلية أو كرههم لها في دراسة للنشاط " LUSHEN " بحسب ثقافة المجتمع ونظمه المؤثرة، فقد بين " لوسشن " الرياضي وعلاقته بالنظام الديني في دراسة على عينة بلغت 1880 شخص في ألمانيا الغربية تمارس ديانات مختلفة، إلى أن النشاط الترويحي يتأثر بعوامل ثقافية ودينية والوسط الاجتماعي عموما (Ministère de la jeunesse et des sport -

- المستوى الإقتصادي :

تعالج هذه النقطة من حيث استطاعة دخل العمال لإشباع حاجاتهم الترويحية في حياة اجتماعية يسيطر عليها الإنتاج المتنامي لوسائل الراحة والتسلية والترفيه يبدو من خلال كثير من الدراسات أن دخل العامل يحدد بدرجة كبيرة استهلاكه للسلع واختياراته لكيفية قضاء وقت الفراغ عند الموظفين أو التاجر،أو الإطارات السامية . Norber sillamy،1978 ،صفحة (168) كما لاحظ " سوتش " أن هناك بعض الأنواع من الترويح ترتبط بكمية الدخل فكلما ارتفعت زادت المصاريف الخاصة بالترويح،كالخروج إلى المطاعم ومصاريف العمل والعطل والسياحة ، أو تزايد الطلب على الحاجات الترويحية

السن :

تشير الدراسات العلمية إلى أن ألعاب الأطفال تختلف عن ألعاب الكبار وأن الطفل كلما نمى وكبر في السن قل نشاطه في اللعب . يشير سولينجر " SULLENGER " إلى أن الأطفال في نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة وبداية مرحلة المراهقة تأخذ نشاطاتهم أشكالا أخرى غير التي كانوا يمارسونها من قبل ، وذلك كالقيام بمشاهدة التلفزيون والاستماع للموسيقى والقراءة وممارسة النشاط الرياضي . إن كل مرحلة عمر يمر بها الإنسان بها سلوكاته الترويحية الخاصة، فالطفل يمرح والشيخ يرتاح في حين أن الشباب يتعاطون أنشطة حسب أدواتهم ففى دراسة بفرنساعام1967 وجد أن مزاولة الرياضة تقل تدريجيا مع التقدم في العمر حتى تكاد تنعدم في عمر 60 عاما .

4-8-الجنس : تشير الدراسات العلمية إلى أن أوجه النشاط التي يمارسها الذكور تختلف عن تلك التي تمارسها البنات، فالبنات في مرحلة الطفولة تفضل اللعب بالدمى والألعاب المرتبطة بالتدبير المنزلي، بينما يفضل البنين اللعب باللعب المتحركة،وباللعب الآلية وألعاب المطاردة . ولقد أوضحت دراسات " هونزيك " HOUNZIK "أن البنين يميلون إلى اللعب العنيف أكثر من البنات،وأن الفروق بين الجنسين تبدو واضحة في ما يرتبط بالقراءة والاستماع إلى برامج الإذاعة ومشاهدة برامج التلفزيون . كما أوضحت دراسة إليزابيثتشايلد " E.CHILD " أن البنات والبنين في مرحلة الطفولة من سن :(3 - 12) سنة يميلون إلى النشاطات البدنية والإبداعية والتخيلية إلا أن ترتيب تلك النشاطات لدى البنين تختلف حيث تأتي ممارسة النشاطات البدنية لدى البنات في الترتيب الأخيرJ.Dumaza Dieerصفحة (260)

5-8- درجة التعلم : لقد أكدت كثير من الدراسات الاجتماعية أن المستوى التعليمي يؤثر على أذواق الأفراد نحو تسليتهم وهواياتهم ، منها ما جاء بها " دومازوديي " إذ تبين أن التربية والتعليم توجه نشاط الفرد عموما في اختيار لترويحه ، خاصة وأن

إنسان اليوم يتلقى كثيرا من التدريبات في مجال الترويح أثناء حياته الدراسية ، مما قد يربي أذواقا معينة لهوايات ربما قد تبقي مدى الحياة .

2-7-تعريف الأستاذ/المدرس اصطلاحا :

يعرف فيليب جاكسون " Philip Jackson" الاستاذ على أنه صانع القرار يفهم طلبته ويتفهمهم، قادر على إعادة صياغة المادة الدراسية، ويشكلها بشكل يسهل على الطلبة استيعابها، ويعرف ماذا يعمل ومتى يعمل فالأستاذ ليس مجرد شخص مهني يملك معرفة معينة، ونوعا من المهام لكي يؤدي بها وظيفته ، وانما عليه فوق ذلك أن يمتلك الشجاعة اللازمة للقيام بأعمال البحث والتنقيب وعنده الجرأة اللازمة على تحري الحقيقة والبحث عنها والكشف عن المجهول .

ويقول"كومبلس ارتور 1972« ComblaisArthur » إن الأستاذ الجيد هو أولا وأخيرا شخص فريد من نوعه وشخصيته متميزة عن غيرها. أما David Berlin فيرى " أن الأستاذ رجل إجرائي لأنه ينجز عدة أعمال إجرائية في الصف كل يوم. ويخطط وينظم ويرشد ويوجه وله قدرة توطيد العلاقة بينه وبين الطلبة الذين يتعاملون معه، فإذا كانت العلاقة جيدة انعكس ذلك على نشاط الطلبة، و إذا كان العكس مال نشاطهم نحو الفتور. هناك من عرفه : بأنه جزء من الأجهزة المنفذة لرسالة التعليم في المجتمع وهو العامل الأول والأساسي والقائم على نقل المعلومات والمعارف العلمية والخلقية إلى أبناء المجتمع ويتم ذلك ضمن المدرسة (ابراهيم ،1973,ص583)

ويعرف الطالب الأستاذ/ المدرس على أنه هو الذي يقوم بتدريس المواد الدراسية واعداد المواطن الصالح وبتكوين الأجيال .

2-8- دور الأستاذ /المدرس :

يعد الأستاذ عنصرا هاما من عناصر العملية التربوية إذ انه يعمل مع الطلبة لفترة طويلة ويستطيع خلالها ملاحظة تصرفهم وسلوكهم ولهذا يأتي دوره معهم على النحو التالي :

- إيجاد جو اجتماعي سليم في الصف والمدرسة تسوده المحبة والتعاون.
- احترام شخصية الطالب ومبادئه وأفكاره.
- الاتزان الانفعالي في مواقف التعليمية.
- رعاية الفروق الفردية بين الطلبة بحيث يعامل كل طالب حسب قدراته وامكانياته.
- اعتماد الأسلوب العلمي في حل المشكلات التعليمية.
- استخدام الوسائل الإيضاحية المتنوعة عند تقديم المادة.
- التعرف إلى حاجات الطلبة ومشكلاتهم.
- إثارة دافع التحصيل لدى الطلبة بحيث يساعدهم على اكتشاف قدراتهم وامكانياتهم.

- دراسة مشكلات الطلبة أفرادا وجماعات واكتشاف حالات سوء التوافق المبكرة لديهم وإحالتها للمرشد التربوي (سعيد عبد العزيز ،2004,ص254)

2-9- مرحلة التعليم المتوسط :

تمثل هذه المرحلة همزة وصل بين مرحلة الابتدائي ومرحلة الثانوي وتستغرق أربع سنوات تتهيكل في ثلاثة أطوار :

الطور الأول : (السنة الأولى) : أو طور التجانس والتكيف

الطور الثاني : (السنة الثانية والثالثة) : أو طور الدعم والتعميق

الطور الثالث : (السنة الرابعة) : أو طور التعميق والتوجيه. اذ تتوج نهاية هذا الطور بشهادة التعليم المتوسط

أستاذ التعليم المتوسط :

هو الشخص المكلف بأداء مهنة التدريس بمقتضى مرسوم أو وثائق يعمل بها في مرحلة تسمى المتوسط ، وذلك من أجل النهوض بجيل متقدم ومتطور ومتعلم. كما أن للأستاذ تأثير كبير على التلاميذ، إذ أنه يؤثر في دافعية المتعلم نحو التعليم وميوله ورغباته وتوجيهه نحو بناء تعليمات جديدة وتغيير من بعض الأفكار غير الملائمة عنده مع أفكار ومعلومات أخرى أكثر علمية تتماشى وتحديات العصر الذي نعيشه ومواكبة لمختلف التطورات الحاصلة ، خصوصا في ما يخص التعامل مع الوسائل التعليمية الحديثة وكيفية توظيفها والتي بدورها تحتاج إلى إشراف بتوجيه من المشرف التربوي الذي هو حلقة وصل بين الوازرة الوصية والمعلم والتلميذ حتى يكون التدريس بشكل فعال ونوعي بك (اروي الميلود ،2012,ص52)

2-10- العلاقة بين الثقافة الترويحية وأستاذ التعليم المتوسط :

تُعد الثقافة الترويحية أحد الأبعاد الأساسية التي تسهم في بناء شخصية الفرد المتكاملة، لما لها من أثر مباشر على جودة الحياة، والتوازن النفسي والاجتماعي، وتنمية روح المبادرة والمشاركة. وتمثل الثقافة الترويحية مجموعة المعارف والمفاهيم والاتجاهات التي يمتلكها الأفراد حول أهمية النشاط الترويحي، وطرق ممارسته، وأهدافه التربوية والصحية والاجتماعية (مدكور، 2023). وفي هذا السياق، يبرز دور أساتذة التعليم المتوسط كفئة مهنية واجتماعية لها وزن خاص في المجتمع، نظرًا لارتباطها الوثيق بتنشئة الجيل وتوجيهه، ما يجعل من الضروري أن تمتلك مستوى جيدًا من الوعي والثقافة الترويحية.

إن توفر الثقافة الترويحية لدى أساتذة التعليم المتوسط لا ينعكس فقط على نمط حياتهم وصحتهم النفسية، بل يمتد أيضًا إلى دورهم المهني والتربوي، حيث تساهم هذه الثقافة في تحسين أدائهم الوظيفي من خلال تعزيز مهارات التنظيم، والتواصل، والقدرة على التخفيف من ضغوط العمل، واستثمار أوقات الفراغ بشكل إيجابي (محاوشي، 2022). كما تساعد الثقافة الترويحية في بناء اتجاهات إيجابية نحو ممارسة النشاط البدني الترويحي، ما ينعكس على سلوك الأساتذة كقدوة للتلاميذ، ويسهم في خلق مناخ تربوي نشط ومشجع داخل المؤسسة التعليمية.

وتشير بعض الدراسات (محاوشي، 2022؛ مدكور، 2023؛ القريشي، 2024) إلى وجود علاقة ارتباطية قوية بين الثقافة الترويحية ومستوى الانخراط في الأنشطة الرياضية الترويحية، حيث أوضحت أن غياب الثقافة أو ضعفها يمثل أحد أهم المعوقات الذاتية والاجتماعية التي تحد من المشاركة، خصوصًا في أوساط الإناث، مثل الأستاذات، اللواتي قد يتأثرن بعوامل تقليدية أو اجتماعية تحدّ من ممارستهن الحرة للنشاطات الترويحية.

لذا فإن تعزيز الثقافة الترويحية لدى أساتذة التعليم المتوسط يمثل خطوة استراتيجية نحو ترقية الصحة النفسية والجسدية، والارتقاء بكفاءة الأداء الوظيفي، وتكريس قيم التوازن بين الواجبات المهنية وحق الراحة والترفيه، وهو ما يُشكل بعدًا تربويًا وتنمويًا بالغ الأهمية في الوسط المدرسي (لكحل، 2024).

خلاصة :

في ختام هذا الفصل، يتبين بوضوح أن الثقافة الترويحية تمثل حجر الزاوية في تكوين الإنسان المتوازن، كونها تتعدى حدود التسلية والمتعة إلى أبعاد أعمق تشمل التربية، والتنمية النفسية، والاجتماعية، والصحية. وقد أثبتت الدراسات النظرية والميدانية أن للثقافة الترويحية تأثيرًا مباشرًا على جودة حياة الأفراد، وبخاصة أولئك المنخرطين في مهام تربوية وتعليمية كأساتذة التعليم المتوسط، حيث تشكل الأنشطة الترويحية مساحة ضرورية لتجديد الطاقة وتخفيف الضغوط النفسية الناتجة عن العمل اليومي.

لقد أظهر تحليل مفاهيم الثقافة والترويح، وأهميتها، ومجالاتها المتعددة (الاجتماعية، الثقافية، العلمية، الرياضية)، وكذا عناصرها الأساسية، أن هذه الثقافة ليست ترفًا أو نشاطًا هامشيًا، بل هي رافد تنموي له آثار إيجابية ملموسة على سلوك الأفراد، واتجاهاتهم، وقدرتهم على التفاعل السليم داخل محيطهم الاجتماعي والمهني.

كما تم التأكيد على أن الأستاذية في مرحلة التعليم المتوسط تلعب دورًا محوريًا في نشر وترسيخ قيم الثقافة الترويحية من خلال كونها نموذجًا يحتذى به في السلوك والممارسات اليومية. وعليه، فإن تفعيل هذه الثقافة في بيئة العمل التعليمي لا يعزز فقط الصحة الجسدية والنفسية للأساتذة، بل يُسهم أيضًا في خلق مناخ تربوي إيجابي داخل المؤسسة،يرتكز على التوازن بين متطلبات العمل وضرورات الترفيه والاستجمام.

وعليه، فإن الاهتمام بالثقافة الترويحية وتعميمها داخل الأوساط التربوية يُعد ضرورة تربوية وتكاملية لا يمكن الاستغناء عنها، لما لها من دور فاعل في دعم الكفاءة المهنية، وبناء الشخصية المتكاملة، وتحقيق التنمية الشاملة للفرد والمجتمع على حد سواء.

الباب الثاني : الدراسة الميدانية

- مدخل إلى الباب الثاني
- الفصل الأول : منهجية البحث و الإجراءات الميدانية .
- الفصل الثاني : عرض و تحليل وتفسير النتائج

مدخل الباب الثاني :

لقد قام الطالب بتقسيم هذا الباب إلى فصلين حيث تم التطرق في الفصل الأول إلى منهجية البحث و إجراءاته االميدانية ، من ناحية المنهج المستخدم و مجالات البحث و متغيرات الدراسة و ضبط متغيرات الدراسة . أما في الفصل الثاني تم **عرض وتحليل وتفسير النتائج ومناقشة النتائج بالفرضيات واستنتاجات الدراسة و التوصيات**

الفصل الاول :

منهجية البحث و إجراءاته الميدانية

تمهيد:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية مرحلة أساسية في البحث العلمي، حيث تمثل اللبنة الأولى للدراسة الأساسية، وتمكن الباحث من بناء مرتكز علمي واقعي لتحديد مشكلة البحث بشكل دقيق. يسعى الباحث من خلال إجراء الدراسة الاستطلاعية إلى تقديم وصفا للإجراءات التي تم إتباعها في إعداد الدراسة الميدانية من خلال عرض منهجية الدراسة، ووصف لمجتمع الدراسة وعينتها، وتقديم توضيحات حول طريقة جمع البيانات والأداة المنتهجة لذلك، والتأكد من صدقها وثباتها، والمعالجات الإحصائية التي تم استخدامها في تحليل البيانات واستخلاص النتائج.

3-عينة الدراسة الاستطلاعية:

أُجريت الدراسة الاستطلاعية التي قام بها الطالب الباحث على أساتذة التعليم المتوسط بولاية مستغانم، حيث بلغ عددهم 30 أستاذًا. تم توزيع 40 استمارة، لكن لم يتم استرجاع سوى 30 استمارة فقط. تم اختيار العينة بطريقة عرضية، وقد شملت الأساتذة من

الجدول رقم (01): عدد الاستمارات الموزعة والمسترجعة

	الاستمارات غير المسترجعة	الاستمارات المسترجعة	مجموع الاستمارات
العدد	**10**	**30**	**40**
النسبة	**25%**	**75%**	**100%**

4-أداة الدراسة الاستطلاعية:

الجزء الأول: وقد خصص لمتغيرات الشخصية والوظيفية للموظفين وتشمل (الجنس، العمر ، الخبرة).

الجزء الثاني :

بالنسبة للمتغير الاول : استبيان معوقات ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي.

بعد الاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة مثل دراسة (الحجايا، الزغيلات ،2016)، ودراسة (محاوشي، 2022). اعتمد الطالب على الاستبيان الذي قام بإعداده(الصلوي، 2006)،حيث تم تعديل هذا الاستبيان في بعض فقراته ومجالاته بما يتناسب مع أهداف الدراسة الحالية،بحيث أصبحت عدد فقراته(32) فقرة موزعة على أربعة مجالات المجال الأول: المجال الاجتماعي (08)، المجال الشخصي (10)، المجال المهني (06)، مجال الإمكانات (06).

الجدول رقم (02) يبين توزيع درجات مقياس ليكارت الخماسي و اتجاهها:

دائما	غالبا	احيانا	نادرا	ابدا

1	2	3	4	5

المصدر: من إعداد الطالبان

بالنسبة للمتغير الثاني: تم الاعتماد على استبيان الثقافة الترويحية الرياضية

بعد الاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة مثل دراسة(يحي كمال محمد ،2020) ودراسة (وليد عبد الرزاق واخرون،2022) تبنى الطالب لاستبيان الذي قام بإعداده (احمد عبد الله احمد،2019) ببعدين: بعد مفهوم النشاط الترويحي الرياضي (13) وبعد أهداف ممارسة النشاط الترويحي الرياضي.

الجدول رقم (03) : يبين أبعاد و بنود الاستبيان

الأبعاد	البنود
البعد الأول: مفهوم النشاط الترويحي الرياضي	**9-8-7-6-5-4-3-2-1**
البعد الثاني: أهداف النشاط الترويحي الرياضي	**-19-18-17-16-15-14-13-12-11-10 22-21-20**

ترتيب العبارة من خلال أهميتها في المحور بالاعتماد على أكبر قيمة متوسط حسابي في المحور وعدد تساوي المتوسط الحسابي بين عبارتين فإنه يأخذ بعين الاعتبار أقل قيمة للانحراف المعياري بينهما.

الخطوة الأولى " تمثلت في قيام الباحث باستطلاع رأي الخبراء، إلى جانب الاعتماد على المصادر والمراجع والدراسات السابقة والبحوث المشابهة بغرض التحليل والتفكير المنطقي لأهم المتغيرات التي سيتم التطرق إليها في الدراسة.

الجدول رقم (04) : يبين المتوسط المرجح و المستويات للاستبيان

المتوسط المرجح	المستوى
من 1 إلى 1.8	**غير موافق بشدة**
من 1.9 إلى 2.6	**غير موافق**
من 2.7 إلى 3.4	**محايد**
من 3.5 إلى 4.2	**موافق**
من 4.3 إلى 5	**موافق بشدة**

5-الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة:

أولًا: صدق وثبات لاستبيان معوقات ممارسة النشاط الرياضي الترويحي:

أ-الصدق:

- تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي باستخدام برنامج SPSS، وذلك بحساب معامل الارتباط بيرسون بين كل فقرة والبعد الذي تنتمي اليه.

البعدالأول : المجال الاجتماعي

جدول رقم (05) يبين صدق الاتساق الداخلي لبعد المجال الاجتماعي.

الرقم	العبارة	معامل الارتباط مع البعد	معامل الارتباط مع المؤشر العام
01	قلة عدد المشاركين للأنشطة الرياضية الترويحية يحول دون مشاركتي في تلك الأنشطة	0.755**	0.303
02	لان أفراد أسرتي لا يشجعون على ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية	0.546**	0.887**
03	تفرض علي بعض العلاقات مع بعض الأشخاص الذين لا ارغب في التعامل معهم	0.876**	0.626**
04	عدم تقدير المجتمع لأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية	0.514**	0.753**
05	عدم رغبة زملائي ف يممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية	0.555**	0.638**
06	العادات والتقاليد تحول بيني وبين ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية	0.723	0.320
07	عدم التنسيق الجماعي بين الزملاء لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية	0.491**	0.672**
08	لا أتمتع بعلاقات اجتماعية كافية لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية	0.366*	0.521**

يوضح الجدول رقم (05) معامل الارتباط كل عبارة من عبارات البعد المتعلق بالمتغير المجال الاجتماعي مع الدرجة الكلية للمحور، والذي يبين أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة 0.05 حيث بلغ معامل الارتباط كل سؤال مع البعد أقل قيمة (0.491) وأعلى قيمة (0.876) ، وبالنسبة لمعامل الارتباط لكل سؤال مع المقياس ، أقل قيمة (0.303) وأعلى قيمة (0.887) وهي محصورة بين **r= [-1 , 1]** مما يطمئن الطالب الباحث، ويعتبر البعد صادقا لما وضع لقياسه.

البعد الثاني : المجال الشخصي

جدول رقم (06) يبين صدق الاتساق الداخلي لبعد المجال الشخصي

الرقم	العبارة	معامل الارتباط مع البعد	معامل الارتباط المؤشر العام
01	أخجل من ارتداء الزي الرياضي	0.778**	0.700**
02	اعتبر المشاركة بالنشاط الرياضي الترويحي مضيعة للوقت	0.866**	0.814**

03	الاستهتار وعدم جدية زملائي في ممارسة النشاط الرياضي الترويحي	0.863**	0.767**
04	الخوف من التعرض للإصابة جراء المشاركة المتتالية في النشاط الرياضي الترويحي	0.700**	0.650**
05	أخشى من عدم قدرتي على مجاراة زملائي المشاركين في النشاط الرياضي	0.603**	0.539**
06	لعدم قدرتي البدنية والصحية علي ممارسة الأنشطة الرياضية	0.759**	0712**
07	عدم اتقاني لبعض الألعاب الرياضية يجعلني اشعر بالحرج عند ممارستي للنشاط	0.740**	0.770**
08	لعدم قناعتي بأهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية في إكساب الصحة الجيدة	0.670**	0.578**
09	عدم مناسبة وقت فراغي مع أوقات فراغ زملائي	0.669**	0.752**
10	لأنني لا أحب ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية منذ الصغر	0.713**	0.739**

يوضح الجدول رقم (06) معامل الارتباط كل عبارة من عبارات البعد المتعلق بالمتغير ببعد المجال الشخصي مع الدرجة الكلية للمقياس، والذي يبين أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة 0.05 حيث بلغ معامل الارتباط كل سؤال مع البعد أقل قيمة (0.699) وأعلى قيمة (0.866) ، وبالنسبة لمعامل الارتباط لكل سؤال مع المقياس ، أقل قيمة (0.578) وأعلى قيمة (0.814) وهي محصورة بين**[1 , 1-] =r**- [r= مما يطمئن الطالب الباحث ويعتبر البعد صادقا لما وضع لقياسه.

البعد الثالث : المجال المهني

جدول رقم (07) يبين صدق الاتساق الداخلي لبعد المجال المهني .

الرقم	العبارة	معامل الارتباط مع البعد	معامل الارتباط مع المؤشر العام
01	لايوجد لدي متسع من الوقت للمشاركة بالأنشطة الترويحية الرياضية	0.773**	0.756**
02	-شعوري بالإنهاك الشديد في نهاية العمل يصعب علي ممارسة الأنشطة الترويحية .	0.636**	0.470**
03	تتعارض أوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي مع أوقات عملي	0.698**	0.746**
04	صعوبة الجمع بين المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية ومهامي التدريسية	0.670**	0.598**
05	طبيعة مهنة التدريس تحول دون التزامي لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية	0.808**	0.769**
06	عدم تشجيع أعضاء الهيئة التدريسية على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية	0.794**	0.743**

يوضح الجدول رقم (07) معامل الارتباط كل عبارة من عبارات البعد المتعلق ببعد المجال المهني مع الدرجة الكلية للمحور، والذي يبين أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة 0.05 حيث بلغ معامل الارتباط كل سؤال مع البعد أقل قيمة (0.636) وأعلى قيمة (0.808) ، وبالنسبة لمعامل الارتباط لكل سؤال مع المقياس ، أقل قيمة (0.470) وأعلى قيمة (0.769) وهي محصورة بين.**[1 , 1-] =r** مما يطمئن الطالب الباحث ويعتبر البعد صادقا لما وضع لقياسه.

البعد الرابع : مجال الإمكانات

جدول رقم (08) يبين صدق الاتساق الداخلي لبعد مجال الإمكانات.

الرقم	العبارة	معامل الارتباط مع البعد	معامل الارتباط المؤشر العام
01	لا استطيع ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية بسب ببعد الصالات والمرافق.	0.675**	0.558**
02	عدم توفر الأجهزة الرياضية والأدوات المناسبة لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية	0.473**	0.298
03	عدم توفر الصالات والملاعب الرياضية المناسبة	0.705**	0.731**
04	عدم مناسبة أرضيات الملاعب.	0.712**	0.392*
05	قلة المشرفين والمتخصصين في إدارة أماكن ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.	0.649**	0.433*
06	عد متوفر المرافق الصحية المناسبة والملائمة.	0.701**	0.672**
07	عدم كفاية وصلاحية المرا فق والخدمات العامة في الصالات الرياضية.	0.744**	0.750**
08	عدم توفر الملابس والأدوات الرياضية	0.326	0.553**

يوضح الجدول رقم (08) معامل الارتباط كل عبارة من عبارات البعد المتعلق بالمتغير ببعد مجال الإمكانات مع الدرجة الكلية للمحور، والذي يبين أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة 0.05 حيث بلغ معامل الارتباط كل سؤال مع البعد أقل قيمة (0.326) وأعلى قيمة (0.712)، وبالنسبة لمعامل الارتباط لكل سؤال مع المقياس، أقل قيمة (0.298) وأعلى قيمة (0.731) وهي محصورة بين.[1 , 1-] =r مما يطمئن الطالب الباحث ويعتبر البعد صادقا لما وضع لقياسه.

- تم التحقق كذلك من صدق الاتساق الداخلي باستخدام برنامج SPSS، وذلك بحساب معامل الارتباط بيرسون بين كل بعد والمؤشر العام.

ب- ثبات أداة الاستبيان:

-طريقة الفا كرومباخ:

جدول رقم (09) يبين معامل الثبات الكلي (ألفاكرونباخ) لأبعاد الاستبيان و الاستبيان ككل.

الأبعاد	Cronbach's Alpha

المجال الاجتماعي	0.591
المجال الشخصي	0.781
المجال المهني	0.845
مجال الامكانات	0.648
استبيان معوقات ممارسة النشاط الرياضي الترويحي	0.900

نلاحظ من خلال الجدول رقم (09) أن قيمة معامل ألفا كرونباخ (Alpha de cronbach) لعبارات استبيان معوقات ممارسة النشاط الرياضي الترويحي حيث بلغت من خلال أبعاد الاستبيان بين (0.591 – 0.845)، في حين أن القيمة الإجمالية لكافة عبارات المقياس ككل بلغت (0.900) وقد كانت القيمة أكبر من(0.6)، مما يدل على أنه في حالة ما تم توزيع هذه الاستبانة على نفس المجموعة وفي ظروف مماثلة سيتم الحصول على نفس الاستنتاجات وهذا ما يدل على تمتع كل الأبعاد و المقياس ككل بدرجة عالية من الثبات.

-عن طريق التجزئة النصفية:

جدول رقم (10) يبين معامل الثبات باستخدام التجزئة النصفية :

الأبعاد	التجزئة النصفية	
	معامل الارتباط	Spearman-brown معامل الارتباط بعد التصحيح
المجال الاجتماعي	0.327	0.493
المجال الشخصي	0.628	0.772
المجال المهني	0.693	0.821
مجال الامكانات	0.287	0.452
استبيان معوقات ممارسة النشاط الرياضي الترويحي	0.794	0.886

نلاحظ من خلال الجدول رقم (10) أن قيمة معامل التجزئة النصفية سبيرمان براون لعبارات المقياس الخاص باستبيان معوقات ممارسة النشاط الترويحي، بلغت من خلال أبعاد الاستبيان بين (0.452 – 0.821) ، في حين أن القيمة الإجمالية لكافة عبارات المقياس ككل بلغت (0.886) وقد كانت القيمة أكبر من(0.6)، مما يدل على

أنه في حالة ما تم توزيع هذه الاستبانة على نفس المجموعة وفي ظروف مماثلة سيتم الحصول على نفس الاستنتاجات وهذا ما يدل على تمتع كل الأبعاد و المقياس ككل بدرجة عالية من الثبات .

ثانيا: صدق وثبات مقياس الثقافة الترويحية الرياضية:

أ- **الصدق :** تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي باستخدام برنامج SPSS، وذلك بحساب معامل الارتباط بيرسون بين كل فقرة والبعد الذي تنتمي اليه.

البعد الأول: مفهوم النشاط الترويحي الرياضي

جدول رقم (11)يبين صدق الاتساق الداخلي لبعد مفهوم النشاط الترويحي الرياضي.

الرقم	العبارة	معامل الارتباط مع البعد	معامل الارتباط مع المؤشر العام
01	تتسم ممارسة النشاط الترويحي الرياضي بالتنوع والتعدد.	0.544**	0.494**
02	يقتصر ممارسة النشاط الترويحي الرياضي على الإبطال و المتفوقين رياضيا.	0.528**	0.497**
03	يعمل على تكامل الشخصية.	0.547**	0.605**
04	نشاط يتميز بأنه ممتع للممارسين لمناشطه (أنشطته المختلفة).	0.512**	0.627**
05	جزءاً من التربية العامة يكون من نواتجها اكتساب القيم (الخلقية و الاجتماعية.)	0.503**	0.492**
06	نشاط يسهم في تنمية المهارات والاتجاهات التربوية الاجتماعية.	0.695**	0.616**
07	يعتبر ممارسته حالة وجدانية (نفسية) تمثل أسلوب لاستعادة حيوية الفرد للعمل بكفاءة	0.244	0.260
08	هو نتاج نشاط ورد فعل عاطفي من الاشتراك في أنشطته الترويحية الرياضية.	0.718**	0.690**
09	إتاحة الفرصة للتعبير عن الذات.	0.492**	0.535**

يوضح الجدول رقم (11) معامل الارتباط كل عبارة من عبارات البعد المتعلق ببعد مفهوم النشاط الترويحي الرياضي ، والذي يبين أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة 0.05 حيث بلغ معامل الارتباط كل سؤال مع البعد أقل قيمة (0.244) وأعلى قيمة (0.718) ، وبالنسبة لمعامل الارتباط لكل سؤال مع المقياس ، أقل قيمة (0.260) وأعلى قيمة (0.690) مما يطئمن الطالب الباحث و يعتبر البعد صادقا لما وضع لقياسه.

البعد الثاني :أهداف النشاط الترويحي الرياضي

جدول رقم (12) يبين صدق الاتساق الداخلي لبعد أهداف النشاط الترويحي الرياضي.

الرقم	العبارة	معامل الارتباط مع البعد	معامل الارتباط المؤشر العام
01	منح الفرد الشعور بالسعادة والسرور.	0.340	0.342
02	تنمية المهارات والمواهب الرياضية المختلفة لدى الفرد.	0.387*	0.413*
03	الاهتمام بتكامل وتوازن شخصية الفرد.	0.499*	0.385*
04	إكساب الفرد احترام حقوق الآخرين ومساعدتهم.	0.713**	0.783**
05	استثمار وقت الفراغ بطريقة بنائة و هادفة.	0.601**	0.659**
06	أكساب الفرد القوام السليم المتناسق.	0.542**	0.655**
07	التخلص من الميولات العدوانية والسلوك الغير أخلاقي بشكل مقبول اجتماعيا.	0.806**	0.792**
08	تزويد الفرد بخبرات متنوعة.	0.560**	0.593**
09	يساعد على استثمار الطاقة الزائدة.	0.579**	0.601**
10	إشباع الميل للحركة أو للعب أو لهواية معينة.	0.536**	0.564**
11	التفوق والتغلب على الذات(الأنانية.)	0.486**	0.397*
12	التعود على احترام مواعيد الممارسة للنشاط الترويحي الرياضي.	0.520**	0.688**
13	التعرف على عوامل الأمان والسلامة المرتبطة بالممارسة.	0.447*	0.500**

يوضح الجدول رقم (12) معامل الارتباط كل عبارة من عبارات البعد المتعلق أهداف النشاط الترويحي الرياضي مع الدرجة الكلية للمقياس، والذي يبين أن معاملات الارتباط دالة عند مستوى الدلالة 0.05 حيث بلغ معامل الارتباط كل سؤال مع البعد أقل قيمة (0.340) وأعلى قيمة (0.806) ، وبالنسبة لمعامل الارتباط لكل سؤال مع المقياس ، أقل قيمة (0.342) وأعلى قيمة (0.792) مما يطمئن الطالب الباحث و يعتبر البعد صادقا لما وضع لقياسه.

ب-الثبات:

-عن طريق الفا كرومباخ:

جدول رقم (13) يبين معامل الثبات الكلي (ألفاكرونباخ) لأبعاد الاستبيان و الاستبيان ككل:

الأبعاد	Cronbach's Alpha
البعد الأول: مفهوم النشاط الترويحي الرياضي	0.865
البعد الثاني: أهداف النشاط الترويحي الرياضي	0.787
استبيان الثقافة الرياضية الترويحية	0.957

نلاحظ من خلا الجدول رقم (13) أن قيمة معامل ألفا كرونباخ (Alpha de cronbach) لعبارات استبيان الثقافة الرياضية حيث بلغت من خلال أبعاد الاستبيان بين (0.787 – 0.865) ، في حين أن القيمة الإجمالية لكافة عبارات المقياس ككل

بلغت (0.957) وقد كانت القيمة أكبر من(0.6)، مما يدل على أنه في حالة ما تم توزيع هذه الاستبانة على نفس المجموعة وفي ظروف مماثلة سيتم الحصول على نفس الاستنتاجات وهذا ما يدل على تمتع كل الأبعاد و المقياس ككل بدرجة عالية من الثبات .

عن طريق التجزئة النصفية:تم حساب ثبات أداة المقياس بمعامل الثبات التجزئة النصفية

جدول رقم (14) يبين معامل الارتباط الكلي باستخدام التجزئة النصفية :

الأبعاد	التجزئة النصفية	
	معامل الارتباط	Spearman-brown معامل الارتباط بعد التصحيح
البعد الأول: مفهوم النشاط الترويحي الرياضي	0.736	0.848
البعد الثاني: أهداف النشاط الترويحي الرياضي	0.652	0.790
استبيان الثقافة الرياضية الترويحية	0.869	0.930

نلاحظ من خلال الجدول رقم (14) أن قيمة معامل التجزئة النصفية سبيرمان براون لعبارات استبيان الثقافة الرياضية الترويحية حيث بلغت من خلال أبعاد الاستبيان بين (0.790 – 0.848)، في حين أن القيمة الإجمالية لكافة عبارات المقياس ككل بلغت (0.930) وقد كانت القيمة أكبر من(0.6)، مما يدل على أنه في حالة ما تم توزيع هذه الاستبانة على نفس المجموعة وفي ظروف مماثلة سيتم الحصول على نفس الاستنتاجات وهذا ما يدل على تمتع كل الأبعاد و المقياس ككل بدرجة عالية من الثبات.

ثانيا : الدراسة الأساسية :

على ضوء ما كشفت عنه الدراسة الاستطلاعية من مدى صلاحية أداة الدراسة، بعد التأكد من صدقها وثباتها، ووضوح تعليماتها وبنودها، وتعديلها، شرع الباحث في القيام بالدراسة الأساسية.

1-أهداف الدراسة الأساسية :

- ✓ تطبيق المقياسين على عينة الدراسة الأساسية بعدما التأكد من خصائصهم السيكومترية.
- ✓ جمع المعطيات وتحليلها إحصائيا.
- ✓ اختبار صحة فرضيات الدراسة وبالتالي تأكيدها أو نفيها.

2- المجال الزماني والجغرافي للدراسة الأساسية :

تم إجراء الدراسة الأساسية خلال الفترة الممتدة من 20 فبراير 2025 إلى 15ماي 2025، وقد تم تنفيذها على مستوى عدة متوسطات تابعة لولاية مستغانم.

3- منهج الدراسة :

تماشيا مع موضوع الدراسة وطبيعة البيانات المراد الحصول عليها،استخدم الطالب المنهج الوصفي ، الذي يعني بوصف الظاهرة وتحليلها، والذي يتلاءم وطبيعة الدراسة الحالية.

4- مجتمع الدراسة الأساسية :

يتكون المجتمع الأصلي للدراسة من أساتذة التعليم المتوسط لولاية مستغانم . عينة البحث

شملت الدراسة أساتذة التعليم المتوسط بولاية مستغانم (الجزائر) .

5- متغيرات الدراسة :

النتغير المستقل : هو المتغير الذي يؤثر على المتغير التابع أو يفترض أنه السبب في حدوث شيء معين .

وفي دراستنا هذه هو : **معوقات ممارسة النشاط الترويحي .**

المتغير التابع : هو المتغير الذي يتأثر بالمتغير المستقل أو هو النتيجة أو الأثر الذي نريد قياسه .

وفي دراستنا هذه هو : **الثقافة الترويحية لدى اساتذة التعليم المتوسط .**

6- عينة الدراسة الأساسية :

اشتملت عينة الدراسة على مئة (100) أستاذ وأستاذة التعليم المتوسط بولاية مستغانم (الجزائر) .

حيث تم اختيار العينة بطريقة عرضية،وقد توزعت العينة كما يلي:

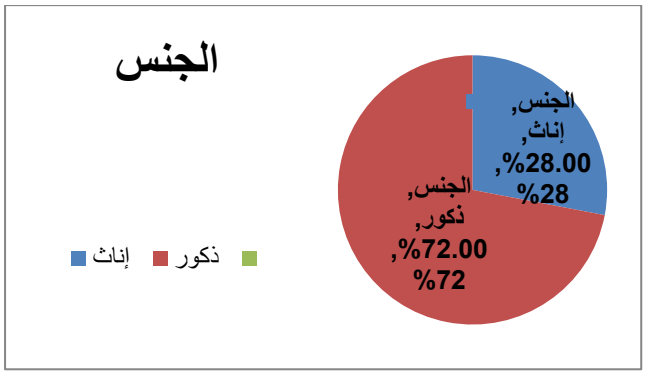
خصائص عينة الدراسة:

-توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس :

جدول رقم (15) يمثل توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس.

المؤهل العلمي	التكرار	النسبة المئوية
إناث	28	28%
ذكور	72	72%
المجموع	100	100%

نلاحظ من خلال الجدول رقم (15) توزيع أفراد عينة البحث حسب الجنس حيث بلغ عدد الذكور (72) وبنسبة (72%) وبلغ عدد الإناث (28) بنسبة (28%).



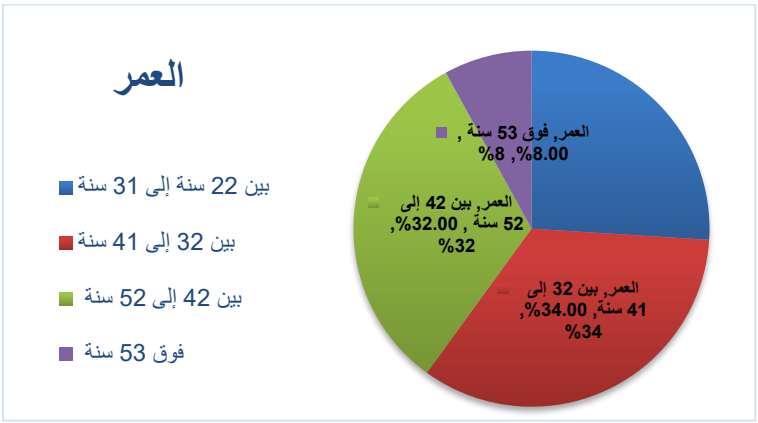
الشكل رقم (01): توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس

-توزيع أفراد العينة حسب متغير العمر :

جدول رقم (16) توزيع أفراد العينة حسب متغير العمر

العمر	التكرار	النسبة المئوية
من 22 إلى 31 سنة	26	26%
من 32 إلى 41 سنة	34	34%
من 42 إلى 52 سنة	32	32%
فوق 53 سنة	8	8%
المجموع	100	100%

يمثل الجدول رقم (16) توزيع أفراد العينة حسب العمر حيث بلغ غالبية العمر بين 32 سنة و 41سنة بمجموع (34) وبنسبة (34%) بينما بعمر من 42 إلى 52 بمجموع (32) وبنسبة (32%) وكذا من 22 إلى 31 سنة بلغ عددهم (26) بنسبة (26%) بينما فوق 53 سنة بمجموع (8) و بنسبة (8%). ويدل ذلك على وجود عدد معتبر من الشباب العامل في المؤسسات .



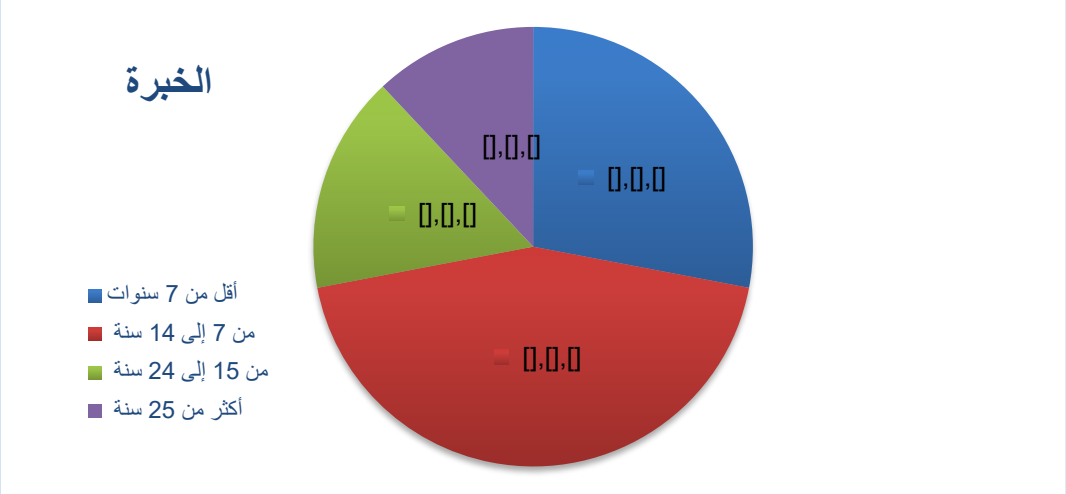
الشكل رقم (02): توزيع أفراد العينة حسب متغير العمر

- توزيع أفراد العينة حسب متغير الأقدمية :

جدول رقم (17) توزيع أفراد العينة حسب متغير الأقدمية.

العمر	التكرار	النسبة المئوية
أقل من 7 سنوات	28	28%
بين 7و 14 سنوات	44	44%
بين15و 24 سنة	16	16%
أكثر من 25 سنة	12	12%
المجموع	100	100%

يمثل الجدول رقم (17) توزيع أفراد العينة حسب الأقدمية حيث بلغ غالبية من 7 إلى 14 سنة بمجموع (44) و بنسبة (44%) بينما أقل من 7 سنوات بمجموع (28) وبنسبة (428%) ،و بين 15 و 24سنة بمجموع (16) وبنسبة (16%) ،و أكثر من 25 سنة بمجموع (12) وبنسبة (12%).



الشكل رقم (03): توزيع أفراد العينة حسب متغير الخبرة

7- الأدوات المستخدمة في الدراسة الأساسية :

من أجل التأكد من صحة الفرضيات، تم استخدام المقياسين نفسهما اللذان استخدما في الدراسة الاستطلاعية، اللذين تم التأكد من خصائصه السيكو مترية من خلال الدراسة الاستطلاعية، متمثلين في :

- استبيان معوقات ممارسة النشاط الرياضي الترويحية.
- استبيان الثقافة الرياضية الترويحية .

8- الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة الأساسية :

أولا : صدق وثبات الاستبيان الخاص بمعوقات ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.

أ- الصـــــدق :

جدول رقم (18) يبين الصدق البنائي لاستبيان المعوقات

الأبعاد	المجال الاجتماعي	مجال الشخصي	المجال المهني	مجال الامكانات	استبيان معوقات

المجال الاجتماعي	معامل الارتباط	1	0.600**	0.748**	0.779**	0.889**
	القيمة الاحتمالية		0.000	0.000	0.000	0.000
مجال الشخصي	معامل الارتباط	0.600**	1	0.598**	0.586**	0.801**
	القيمة الاحتمالية	0.000		0.000	0.000	0.000
المجال المهني	معامل الارتباط	0.748**	0.598**	1	0.825**	0.904**
	القيمة الاحتمالية	0.000	0.000		0.000	0.000
مجال الامكانات	معامل الارتباط	0.779**	0.586**	0.825**	1	0.908**
	القيمة الاحتمالية	0.000	0.000	0.000		0.000
استبيان معوقات ممارسة	معامل الارتباط	0.889**	0.801**	0.904**	0.908**	1
	القيمة الاحتمالية	0.000	0.000	0.000	0.000	

يتضح من نتائج الجدول رقم (18) أن استبيان معوقات ممارسة النشاط الرياضي الترويحي يتمتع بدرجة عالية من الصدق البنائي، حيث أظهرت معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد الاستبيان (المجال الاجتماعي، المجال الشخصي، المجال المهني، مجال الإمكانات) والمجموع الكلي للاستبيان قيمًا مرتفعة ودالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0.000). فقد تراوحت هذه القيم بين 0.801 كأدنى ارتباط في بعد "المجال الشخصي" و0.908 كأعلى ارتباط في بعد "مجال الإمكانات"، مما يدل على وجود علاقة قوية بين كل بعد والمفهوم العام الذي يقيسه الاستبيان. كما أن وجود معاملات ارتباط دالة بين الأبعاد الفرعية نفسها يشير إلى درجة عالية من التماسك الداخلي بين مكونات الاستبيان. وعليه، فإن هذه النتائج تعكس قدرة الأداة على قياس معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي بشكل دقيق وفعّال، وتؤكد صلاحيتها من حيث الصدق البنائي للاستخدام في البحث الحالي.

الثبـــــــات :

- **عن طريق ألفا كرومباخ:**

جدول رقم (19) يبين معامل الثبات الكلي (ألفاكرونباخ) لأبعاد المقياس الاستبيان و الدرجة الكلية للاستبيان

الأبعاد	Cronbach's Alpha
المجال الاجتماعي	0.840
المجال الشخصي	0.774
المجال المهني	0.846
مجال الامكانات	0.869
استبيان معوقات ممارسة النشاط الرياضي الترويحي	0.933

نلاحظ من خلال الجدول رقم (19) أن قيمة معامل ألفا كرونباخ (Alpha de cronbach) لعبارات استبيان معوقات ممارسة النشاط الرياضي الترويحي بلغت من خلال أبعاد الاستبيان بين (0.591 – 0.845)، في حين أن القيمة الإجمالية لكافة عبارات المقياس ككل بلغت (0.900) وقد كانت القيمة أكبر من(0.6)، مما يدل على أنه في حالة ما تم توزيع هذه الاستبانة على نفس المجموعة وفي ظروف مماثلة سيتم الحصول على نفس الاستنتاجات وهذا ما يدل على تمتع كل الأبعاد و المقياس ككل بدرجة عالية من الثبات.

- عن طريق التجزئة النصفية:

- جدول رقم (20) يبين معامل الثبات باستخدام التجزئة النصفية :

الأبعاد	التجزئة النصفية	
	معامل الارتباط	Spearman-brown معامل الارتباط بعد التصحيح
المجال الاجتماعي	0.689	0.816
المجال الشخصي	0.559	0.717
المجال المهني	0.749	0.857
مجال الامكانات	0.744	0.853
استبيان معوقات ممارسة النشاط الرياضي الترويحي	0.779	0.876

نلاحظ من خلال الجدول رقم (20) أن قيمة معامل التجزئة النصفية سبيرمان براون لعبارات المقياس الخاص باستبيان معوقات ممارسة النشاط الترويحي، بلغت من خلال أبعاد الاستبيان بين (0.452 – 0.821) ، في حين أن القيمة الإجمالية لكافة عبارات المقياس ككل بلغت (0.886) وقد كانت القيمة أكبر من(0.6)، مما يدل على أنه في حالة ما تم توزيع هذه الاستبانة على نفس المجموعة وفي ظروف مماثلة سيتم الحصول على نفس الاستنتاجات وهذا ما يدل على تمتع كل الأبعاد و المقياس ككل بدرجة عالية من الثبات .

ثانيا: صدق وثبات استبيان الثقافة الترويحية:

أ-الصـــــــدق : عن طريق الاتساق الداخلي:

جدول رقم (21) يبين الصدق البنائي لاستبيان الثقافة الترويحية

الأبعاد		البعد الأول	البعد الثاني	الاستبيان ككل
البعد الأول	معامل الارتباط	1	0.725**	0.939**
	القيمة الاحتمالية		0.000	0.000

البعد الثاني	معامل الارتباط	0.725**	1	0.917**
	القيمة الاحتمالية	0.000		0.000
الاستبيان ككل	معامل الارتباط	0.939**	0.917*	1
	القيمة الاحتمالية	0.000	0.000	

نلاحظ من الجدول رقم (21) أن قيمة معامل الارتباط تراوحت قيمته ما بين (0.873 – 0.946) مما يدل على تمتع كل الأبعاد بدرجة عالية من الصدق البنائي و هذا ما يؤكد على ارتفاع معامل الصدق البنائي الكلي للمقياس و هذا ما يطمئن الطالب الباحث على تطبيقه على عينة البحث.

ب-الثبـــــــــــات:

-عن طريق الفا كرومباخ:

جدول رقم (22) يبين معامل الثبات الكلي (ألفاكرونباخ) لأبعاد الاستبيان و الاستبيان ككل:

الأبعاد	Cronbach's Alpha
البعد الأول: مفهوم النشاط الترويحي الرياضي	0.865
البعد الثاني: أهداف النشاط الترويحي الرياضي	0.787
استبيان الثقافة الرياضية الترويحية	0.957

نلاحظ من خلا الجدول رقم (22) أن قيمة معامل ألفا كرونباخ (Alpha de cronbach) لعبارات استبيان الثقافة الرياضية حيث بلغت من خلال أبعاد الاستبيان بين (0.787 – 0.865) ، في حين أن القيمة الإجمالية لكافة عبارات المقياس ككل بلغت (0.957) وقد كانت القيمة أكبر من(0.6)، مما يدل على أنه في حالة ما تم توزيع هذه الاستبانة على نفس المجموعة وفي ظروف مماثلة سيتم الحصول على نفس الاستنتاجات وهذا ما يدل على تمتع كل الأبعاد و المقياس ككل بدرجة عالية من الثبات

.

عن طريق التجزئة النصفية : تم حساب ثبات أداة المقياس بمعامل الثبات التجزئة النصفية

جدول رقم (23) يبين معامل الارتباط الكلي باستخدام التجزئة النصفية :

الأبعاد	التجزئة النصفية	
	معامل الارتباط	Spearman-brown معامل الارتباط بعد التصحيح
البعد الأول: مفهوم النشاط الترويحي الرياضي	0.736	0.848
البعد الثاني: أهداف النشاط الترويحي الرياضي	0.652	0.790
استبيان الثقافة الرياضية الترويحية	0.869	0.930

نلاحظ من خلال الجدول رقم (23) أن قيمة معامل التجزئة النصفية سبيرمان براون لعبارات استبيان الثقافة الرياضية الترويحية حيث بلغت من خلال أبعاد الاستبيان بين (0.790 – 0.848)، في حين أن القيمة الإجمالية لكافة عبارات المقياس ككل بلغت (0.930) وقد كانت القيمة أكبر من(0.6)، مما يدل على أنه في حالة ما تم توزيع هذه الاستبانة على نفس المجموعة وفي ظروف مماثلة سيتم الحصول على نفس الاستنتاجات وهذا ما يدل على تمتع كل الأبعاد و المقياس ككل بدرجة عالية من الثبات.

9- أساليب المعالجة الاحصائية:

بعد تطبيق أدوات البحث (مقياسي تقدير الذات والمواطنة التنظيمية واستبيان الإبداع الإداري) وتفريغ البيانات، قام الطالب باستخدام برنامج SPSS(نسخة 25) وهو اختصار العبارة :

Statistical Package for Social Sciences–التي تعني الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية– في معالجة البيانات، حيث قام الباحث بإدخال البيانات للحاسوب، ثم استخدم مجموعة من الأساليب الإحصائية في معالجة معطيات البحث، حيث تمثلت هذه الأساليب الإحصائية في:

- **- الإحصاء الوصفي**: التكرارات- النسب المئوية- المتوسط الحسابي- الانحراف المعياري، الوسيط. اختبار التوزيع الطبيعي لشابيرو ويلك و كومغروف سيميرنوف .
- **- الإحصاء الاستدلالي:**
- معامل ارتباط بيرسون لدراسة العلاقة بين متغيرات الدراسة.
- تحليل الانحدار البسيط.
- اختبار "ت" لدراسة الفروق بين مجموعتين مستقلتين.
- اختبار تحليل التباين الأحادي لدراسة الفروق بين أكثر من مجموعتين.

خلاصـــــــــــــة :

يمكن اعتبار هذا الفصل الذي تناولنا فيه منهجية البحث من بين أهم الفصول التي ضمتها دراستنا هذه لأنه يحتوي على أهم العناصر الأساسية التي قادتنا إلى احتواء أهم المتغيرات و العوامل التي كان بالإمكان أن تعيق السير الحسن لهذه الدراسة . إلى أن هذا الفصل يعتبر الدليل المرشد الذي ساعدنا على تخطي كل الصعوبات و بالتالي الوصول إلى تحقيق أهداف البحث بطريقة منهجية و علمية صحيحة كما تناولنا فيه أهم

العناصر التي تهم الدراسة بشكل كبير ، منها المنهج ، أدوات البحث متغيرات البحث .... إلى الدراسة الاستطلاعية التي تعد من أهم مراحل البحث العلمي التي ينبغي على الباحث الالتزام بها قصد جمع أكبر من المعلومات و الحقائق التي تخدم موضوع البحث و كذلك إلى تحقيق بعض الأغراض العلمية و هذا بناء على الوسائل المستخدمة و في ظل المنهج المتبع

الفصل الثاني
عرض، تحليل ومناقشة النتائج

تمهيد :

من خلال هذا الفصل سنقوم بعرض وتحليل و مناقشة النتائج التي تم جمعها و التحصيل عليها من خلال الدراسة الميدانية التي أجريت على عينة البحث، و سنحاول من خلال هذا الفصل إعطاء التفاسير لحل الإشكالية المطروحة

و لقد حرصنا أن تكون عملية التحليل والمناقشة بطريقة علمية ومنظمة حيث سنقوم بعرض و تحليل النتائج الإحصائية لاستبيان .

أولا: عرض النتائج:

2-1-عرض و تحليل نتائج الفرضية الأولى :

توجد هناك معوقات لممارسة النشاط الترويحي الرياضي مرتبطة بالمجالين الاجتماعي و الشخصي لدى أساتذة التعليم المتوسط.

ولإيجاد دليل الموافقة من أجل تحليل مختلف إجابات أفراد عينة الدراسة على كل عبارة من فقرات الاستبيان، فإنه قد تم الاعتماد على الأدوات الإحصائية الآتية : المدى، المتوسط الحسابي والانحراف المعياري .

المدى : من أجل تحديد المجالات لمقياس ليكارت الخماسي المستخدم في استبيان الدراسة تم حساب المدى على النحو التالي : المدى = (أعلى درجة في المقياس – أدنى درجة في المقياس)04 = 05-01 =، ومن أجل الحصول على طول الفئة بغرض التنقل بين مجالات الموافقة نقوم بالعملية الحسابية التالية:

طول الفئة = (المدى/ عدد درجات المقياس) = (05/04) = 0.8 بإضافة هذه القيمة (0.8) في كل مرة للحد الأدنى لدرجة الموافقة يتم الحصول على الحد الأعلى لكل مجال ، ويتم ذلك على النحو التالي: (1+0.8)=1,80 و بهذا نحصل على المجال =01 – [1,80] و هو مجال الموافقة بدرجة منخفضة جدا، وهكذا يتم ذلك مع بقية المجالات وتتم هذه العملية بغية التعرف على الموقف المشترك الإجمالي لأفراد العينة على كل عبارة من عبارات الاستبيان وعلى كل محور من محاور الاستبيان و الجدول التالي يوضح ذلك :

جدول رقم (24) ميزان تقديري وفقا لمقياس ليكارت الخماسي

المتوسط المرجح	المستوى	التقييم
من 1 إلى 1.80	غير موافق بشدة	منخفض جدا
من 1.81 إلى 2.60	غير موافق	منخفض
من 2.61 إلى 3.40	محايد	متوسط
من 3.41 إلى 4.20	موافق	مرتفع
من 4.21 إلى 5	موافق بشدة	مرتفع جدا

البعد الأول : المجال الاجتماعي

جدول رقم (25) يبين المتوسط المرجح و قيم كا2 لمجموع الدرجات الخاصة ببعد المجال الاجتماعي

الفقرات	غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	كا 2	كا 2 الجدولية	Sig	الاتجاه العام
	التكرار										
	النسبة										
الفقرة 01	1	4	42	42	11	3.58	0.78	83.30	9.49	0.000	مرتفع
	1%	4%	42%	42%	11%						
الفقرة 02	3	20	41	20	16	3.26	1.05	37.30	9.49	0.000	متوسط
	3%	20%	41%	20%	16%						
الفقرة 03	2	28	47	14	9	3	0.93	63.70	9.49	0.000	متوسط
	2%	28%	47%	14%	9%						
الفقرة 04	2	7	38	36	17	3.59	0.92	54.10	9.49	0.000	مرتفع
	2%	7%	38%	36%	17%						
الفقرة 05	0	4	39	49	8	3.61	0.69	60.08	9.49	0.000	مرتفع
	0%	4%	39%	49%	8%						
الفقرة 06	0	7	41	44	8	3.53	0.74	49.20	9.49	0.000	مرتفع
	0%	7%	41%	44%	8%						
الفقرة 07	1	7	54	32	6	3.35	0.74	101.30	9.49	0.000	متوسط
	1%	7%	54%	32%	6%						
الفقرة 08	10	21	41	21	7	2.94	1.05	35.60	9.49	0.000	متوسط
	10%	21%	41%	21%	7%						
الاتجاه العام للبعد						3.35	0.60	60.40	9.49	0.000	متوسط

تضح من خلال النتائج الواردة في الجدول رقم25أن المتوسط المرجح تراوح بين 2.94و 3.58مما يشير إلى أن مستوى الانتباه العام لجميع الفقرات مرتفع ، ومن أجل التأكد من دلالة الفروق الإحصائية في النتائج المتعلقة بتكرارات استجابات العينة على مستوى كل فقرة، تم استخدام اختبار حسن المطابقة(Chi-square test) ، حيث كانت أعلى قيمة محسوبة ، (101) بينما بلغت أدنى قيمة (35.60) في حين كانت القيمة الجدولية الكلية(9.49)عند درجة حرية (4) ومستوى دلالة إحصائية 0.05.

وبمقارنة القيم المحسوبة بالقيمة الجدولية، يتضح أن كل القيم المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية، مما يسمح بقبول صحة التفسير بدرجة ثقة 95 .%وتشير هذه النتائج إلى أن الفرق يميل لصالح الإجابة ذات التكرار الأعلى ("محايد")، مما يدعم صحة الاتجاه المستخلص سابقًا من المتوسط المرجح للبعد ككل 3.35.وبالتالي، يمكن الاستنتاج بأن غالبية الأساتذة لديهم معوقات متوسطة في المجال الاجتماعي.

البعد الثاني : المجال الشخصي

جدول رقم (26) يبين المتوسط المرجح و قيم كا2 لمجموع الدرجات الخاصة ببعد المجال الشخصي

الفقرات	غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	كا 2	كا 2 الجدولية	Sig	الاتجاه العام
	التكرار										
	النسبة										
الفقرة 9	7	33	36	17	7	2.84	1.02	38.60	9.49	0.000	متوسط
	7%	33%	36%	17%	7%						
الفقرة 10	26	9	33	26	6	2.77	1.026	27.90	9.49	0.000	متوسط
	26%	9%	33%	26%	6%						
الفقرة 11	30	6	33	27	4	2.69	1.26	38.50	9.49	0.000	متوسط
	30%	6%	33%	27%	4%						
الفقرة 12	26	9	36	24	5	2.73	1.22	32.70	9.49	0.000	متوسط
	26%	9%	36%	24%	5%						
الفقرة 13	17	7	34	34	8	3.09	1.18	35.70	9.49	0.000	متوسط
	17%	7%	34%	34%	8%						
الفقرة 14	7	4	41	41	7	3.37	0.93	73.80	9.49	0.000	متوسط
	7%	4%	41%	41%	7%						
الفقرة 15	3	6	44	38	9	3.44	0.85	35.30	9.49	0.000	مرتفع
	3%	6%	44%	38%	9%						
الفقرة 16	32	9	33	18	8	2.61	1.31	29.10	9.49	0.000	متوسط
	32%	9%	33%	18%	8%						
الفقرة 17	28	4	33	26	9	2.84	1.33	32.30	9.49	0.000	متوسط
	28%	4%	33%	26%	9%						
الفقرة 18	1	6	38	45	10	3.57	0.79	80.30	9.49	0.000	مرتفع
	1%	6%	38%	45%	10%						
الاتجاه العام للبعد						2.99	0.65	59.30	9.49	0.000	متوسط

توضح نتائج البعد الثاني: المجال الشخصي، الواردة في الجدول رقم 26، أن المتوسطات المرجحة للفقرات تراوحت بين (2.61) و(3.57)، ما يدل على أن مستوى إدراك أفراد العينة للبعد الشخصي يتفاوت بين متوسط ومرتفع، مع غالبية الفقرات تميل نحو التقدير المتوسط. وللتأكد من دلالة الفروق الإحصائية في استجابات أفراد العينة، تم استخدام اختبار حسن المطابقة(Chi-square) ، حيث بلغت أعلى قيمة محسوبة كا^2 (80.30) في الفقرة 18، في حين سجلت أدنى قيمة (27.90) في الفقرة 10، مع ثبات القيمة الجدولية عند (9.49) بدرجة حرية (4) ومستوى دلالة 0.05. وبمقارنة القيم المحسوبة بالقيمة الجدولية، يُلاحظ أن جميع القيم المحسوبة تفوق القيمة

الجدولية، ما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين تكرارات الإجابات، تسمح بقبول صحة التفسير بدرجة ثقة 95%. ويشير ذلك إلى أن الاتجاه العام يميل إلى استجابات "محايد" و"موافق "في معظم الفقرات، وهو ما تؤكده القيمة العامة للمتوسط المرجح للبعد والتي بلغت (2.99)، أي أن الأساتذة يُواجهون معوقات شخصية بدرجة متوسطة، وقد تكون هذه المعوقات ناتجة عن ضغوط نفسية أو افتقار للحافز الذاتي أو مشكلات متعلقة بالثقة أو التكيف المهني، مما يستدعي الالتفات إلى الدعم الذاتي والنفسي لهم من قبل المؤسسة التربوية.

البعد الثالث : المجال المهني

جدول رقم (27) يبين المتوسط المرجح و قيم كا2 لمجموع الدرجات الخاصة ببعد المجال المهني

الفقرات	غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	كا 2	كا 2 الجدولية	Sig	الاتجاه العام
	التكرار										
	النسبة										
الفقرة 19	2	13	44	36	5	3.29	0.83	71.50	9.49	0.000	متوسط
	2%	13%	44%	36%	5%						
الفقرة 20	3	20	38	34	5	3.18	0.91	51.70	9.49	0.000	متوسط
	3%	20%	38%	34%	5%						
الفقرة 21	0	11	44	40	5	3.39	0.75	47.28	9.49	0.000	متوسط
	0%	11%	44%	40%	5%						
الفقرة 22	0	12	51	32	5	3.30	0.74	51.76	9.49	0.000	متوسط
	0%	12%	51%	32%	5%						
الفقرة 23	3	10	45	37	5	3.31	0.83	76.40	9.49	0.000	متوسط
	3%	10%	45%	%37	5%						
الفقرة 24	2	12	48	31	7	3.29	0.84	73.10	9.49	0.000	متوسط
	2%	12%	48%	31%	7%						
الاتجاه العام للبعد						3.29	0.61	40.56	9.49	0.000	متوسط

توضح نتائج البعد الثالث: المجال المهني، الواردة في الجدول رقم 27 أن المتوسطات المرجحة لجميع الفقرات تراوحت بين (3.18) و(3.39)، مما يعكس إدراكًا متوسطًا لدى أفراد العينة لوجود معوقات مهنية تؤثر على ممارسة النشاط الترويحي داخل البيئة

التربوية. كما أظهرت جميع الفقرات دلالة إحصائية قوية باختبار كا²، حيث تجاوزت القيم المحسوبة القيمة الجدولية (9.49) بدرجة دلالة(Sig = 0.000) ، مما يدل على وجود فروق معنوية حقيقية في استجابات أفراد العينة.

وتتفق هذه النتائج مع ما أشارت إليه الأدبيات التربوية من أن المعوقات المهنية تُعد من أبرز التحديات التي تحد من فاعلية النشاط الترويحي في المؤسسات التربوية. وتشمل هذه المعوقات ضعف التكوين المتخصص في مجال الترويح، وغياب الحوافز والتشجيع المهني، بالإضافة إلى ضغط العمل وكثرة المهام الإدارية التي تُثقل كاهل الأساتذة وتحد من قدرتهم على تنظيم أو المشاركة في الأنشطة الترويحية. كما أن غياب الدعم الإداري وضعف التنسيق بين الأقسام والهيئات التربوية يمكن أن يُفرغ النشاط الترويحي من مضمونه التربوي ويُحوله إلى نشاط شكلي.

وتؤكد العديد من الدراسات (مثل دراسة "القرني، 2017" ودراسة "مراد، 2021") أن نجاح النشاط الترويحي في تحقيق أهدافه يتطلب تهيئة بيئة مهنية مشجعة، تتوفر فيها شروط الراحة النفسية، وتقدير الجهد التربوي، وتوفير الوسائل الضرورية. في ضوء ذلك، فإن المتوسط العام للبعد المهني (3.29) يدل على أن هناك إدراكًا واضحًا لدى الأساتذة بوجود معوقات مهنية تحتاج إلى معالجة منهجية لضمان تعزيز الدور الترويحي للنشاط داخل الوسط المدرسي، بما يسهم في تنمية العلاقات الاجتماعية وتخفيف الضغوط النفسية لدى التلاميذ والأساتذة على حد سواء.

البعد الرابع : مجال الإمكانات

جدول رقم (28) يبين المتوسط المرجح و قيم كا2 لمجموع الدرجات الخاصة ببعد مجال الإمكانات

الفقرات	غير موافق بشدة	غير موافق	محايد	موافق	موافق بشدة	المتوسط المرجح	الانحراف المعياري	كا 2	كا 2 الجدولية	Sig	الاتجاه العام
	التكرار										
	النسبة										
الفقرة 25	0	17	45	30	8	3.29	0.84	31.12	9.49	0.000	متوسط
	0%	17%	45%	30%	8%						

الفقرة 26	1	13	44	35	7	3.34	0.83	69.00	9.49	0.000	متوسط
	1%	13%	44%	35%	7%						
الفقرة 27	5	27	37	23	8	3.02	1.01	35.80	9.49	0.000	متوسط
	5%	27%	37%	23%	8%						
الفقرة 28	1	7	49	33	10	3.44	0.80	82	9.49	0.000	مرتفع
	1%	7%	49%	33%	10%						
الفقرة 29	0	5	42	42	11	3.59	0.75	46.96	9.49	0.000	مرتفع
	0%	5%	42%	42%	11%						
الفقرة 30	0	7	50	34	9	3.45	0.75	51.44	9.49	0.000	مرتفع
	0%	7%	50%	34%	9%						
الفقرة 31	1	8	52	30	9	3.38	0.80	87.50	9.49	0.000	متوسط
	1%	8%	52%	30%	9%						
الفقرة 32	5	18	43	26	8	3.14	0.97	46.90	9.49	0.000	متوسط
	5%	18%	43%	26%	8%						
الاتجاه العام للبعد						3.33	0.61	60.36	9.49	0.000	متوسط

بناءً على بيانات الجدول رقم 28 الخاصة بـ البعد الرابع: مجال الإمكانات، يتبين أن المتوسطات المرجحة للفقرات الثماني تراوحت بين (3.02) و(3.59)، مع انحراف معياري معتدل، مما يشير إلى وجود مستوى متوسط يميل إلى المرتفع من توفر الإمكانات من وجهة نظر أفراد العينة. أما قيمة كا² فقد تراوحت بين (31.12) و(87.50)، وهي جميعها أكبر بكثير من القيمة الجدولية (9.49) عند درجة حرية (4) ومستوى دلالة (0.05)، مما يدل إحصائيًا على وجود فروق دالة ومعنوية في استجابات أفراد العينة، تسمح بتعميم النتائج بدرجة ثقة 95.%

ويمثل هذا البعد أحد الجوانب المحورية في تفسير معوقات ممارسة النشاط الترويحي، إذ تشير النتائج إلى أن توفر الإمكانات لا يزال غير كافٍ لتحقيق المردود التربوي والترويحي المرجو. وعلى الرغم من أن بعض الفقرات (مثل 28، 29، 30) سجلت متوسطات مرتفعة تعكس توفرًا نسبيًا في بعض التجهيزات أو الظروف المناسبة، إلا أن الفقرات الأخرى – خاصة 27 و32 – تعكس نقصًا ملحوظًا في بعض الإمكانات أو ضعفًا في استغلالها.

وتتفق هذه المعطيات مع ما ورد في الدراسات السابقة (مثل دراسة "علوان، 2019" ودراسة "العلي، 2021") التي أبرزت أن غياب أو محدودية الإمكانات (كالمرافق المناسبة، الأدوات، التمويل، الموارد البشرية المختصة) يمثل عائقًا فعليًا أمام ممارسة النشاط الترويحي في المؤسسات التربوية. فغياب الملاعب أو ضيق الفضاءات، وعدم توفر الوسائل اللوجستيكية، والافتقار إلى صيانة التجهيزات، كلها عوامل تؤدي إلى تحجيم دور النشاط الترويحي وإفراغه من محتواه الإيجابي.

إن الاتجاه العام للبعد، بمتوسط قدره (3.33)، يؤكد أن توفر الإمكانات لا يزال عند مستوى متوسط، مما يتطلب تدخلًا إداريًا وتربويًا لتحسين البنية التحتية وتوفير ظروف

داعمة أكثر للنشاط الترويحي، باعتباره أداة فعالة في دعم التفاعل الاجتماعي وتخفيف الضغوط لدى التلاميذ والمعلمين على حد سواء.

2-2-عرض و تحليل نتائج الفرضية الثانية

يتميز أساتذة التعليم المتوسط بمستوى متدني من الثقافة الترويحية الرياضية .

جدول رقم (29) يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى التقييم لمتغير الثقافة الرياضية الترويحية

		البعد الأول	البعد الثاني	الاستبيان ككل
متغير الثقافة الترويحية الرياضية	العينة	100	100	100
	المتوسط الحسابي	3.45	3.60	3.53
	الانحراف المعياري	0.65	0.56	0.568
	الوسيـــط	3.44	3.69	3.52
	درجة الاستجابات	345.67	360.88	353.28
	المجال	5-3.41	5-3.41	5-3.41
	مستوى التقييم	مرتفع	مرتفع	مرتفع

تُظهر نتائج الجدول رقم (29) أن أساتذة التعليم المتوسط يتمتعون بمستوى مرتفع من الثقافة الترويحية الرياضية، حيث بلغ المتوسط الحسابي العام للاستبيان ككل (3.53)، وهو ما يندرج ضمن المجال التقييمي (3.41 – 5) الذي يدل على مستوى مرتفع، كما أن المتوسط في البعد الأول بلغ (3.45) وفي البعد الثاني (3.60)، وهو ما يؤكد هذا الاتجاه. وتشير الانحرافات المعيارية المنخفضة نسبيًا (ما بين 0.56 و0.65) إلى وجود تجانس واضح في استجابات أفراد العينة، مما يعزز موثوقية هذه النتائج. ويُلاحظ تقارب كبير بين المتوسطات والوسيط (3.52)، ما يدل على توازن توزيع الاستجابات وميولها نحو التقدير المرتفع. وبذلك، تُرفض الفرضية الثانية التي نصّت على أن "أساتذة التعليم المتوسط يتميزون بمستوى متدني من الثقافة الترويحية الرياضية"، حيث أظهرت النتائج عكس ذلك تمامًا، ما يعني أن لديهم مستوىً جيدًا من الوعي بأهمية النشاط الترويحي الرياضي، وهو ما قد يُعزى إلى تكوينهم الأكاديمي

وممارساتهم المهنية ووعيهم بدور الأنشطة الترويحية في التخفيف من الضغوط النفسية وتحقيق التوازن التربوي والاجتماعي داخل المؤسسة التعليمية.

2-3-عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة :

هناك علاقة ارتباطية سلبية بين معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي والثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط.

الجدول رقم (30) نتائج علاقة الارتباط بين معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي والثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط.

معامل الارتباط		
الثقافة الترويحية الرياضية		
-0.397**	**معامل الارتباط بيرسون**	**معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي**
98	**درجة الحرية**	
0.000	**مستوى الدلالة** Sig	

تشير نتائج الجدول رقم (30) إلى وجود علاقة ارتباط سالبة ذات دلالة إحصائية بين معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي والثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط، حيث بلغ معامل الارتباط (بيرسون) 0.397-، وهو معامل ارتباط متوسط السلبية ودال عند مستوى معنوية (Sig = 0.000)أقل من 0.05، مما يدل على أن العلاقة بين المتغيرين علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية.

ويعني ذلك أنه كلما زادت المعوقات التي يواجهها الأساتذة في ممارسة النشاط الترويحي (مثل ضعف البنية التحتية، نقص الوقت، غياب الدعم الإداري أو الثقافي)، انخفض مستوى ثقافتهم الترويحية الرياضية. ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن عدم توفر بيئة مناسبة أو ظروف مشجعة على ممارسة الأنشطة الترويحية من شأنه أن يحد من احتكاك الفرد بهذه الأنشطة، وبالتالي يحد من تطوره المعرفي والثقافي في المجال الترويحي الرياضي.

وبناءً على ذلك، تُقبل الفرضية الثالثة التي تنص على وجود علاقة بين معوقات ممارسة النشاط الترويحي والثقافة الترويحية الرياضية، مع التأكيد أن هذه العلاقة تتسم بالسلبية، ما يستدعي ضرورة العمل على تقليل هذه المعوقات لتعزيز الوعي والثقافة الترويحية لدى أساتذة التعليم المتوسط.

2-4-مناقشة النتائج بالفرضيات

مناقشة نتائج الفرضية الأولى :

أظهرت نتائج تحليل الفرضية الأولى أن أساتذة التعليم المتوسط يواجهون معوقات متعددة تعيق ممارستهم للنشاط الترويحي الرياضي، وهي معوقات تتوزع عبر أربعة مجالات رئيسية: اجتماعي، شخصي، مهني، وإمكاناتي. ففي المجال الاجتماعي، تضمّنت الفقرات مظاهر مثل قلة المشاركين، غياب التشجيع الأسري، ضعف العلاقات الاجتماعية، غياب التنسيق الجماعي، وتأثير العادات والتقاليد، وقد تراوحت المتوسطات المرجحة بين (2.94) و(3.58) مع متوسط عام بلغ (3.35)، ما يدل على إدراك مرتفع نسبيًا لهذه المعوقات. وأكد اختبار كا^2 دلالة الفروق الإحصائية في جميع الفقرات، مما يعكس وضوحًا في إدراك الأساتذة للعوائق الاجتماعية التي تحد من مشاركتهم في النشاطات الترويحية، أبرزها غياب الدعم الاجتماعي وعدم تقدير المجتمع لأهمية هذه الأنشطة.

أما في المجال الشخصي، فقد تناولت الفقرات معوقات نفسية وسلوكية مثل الخجل، انخفاض الدافعية، الخوف من الإصابة أو الإخفاق، ضعف اللياقة البدنية، عدم اتقان الألعاب، ومشكلة التوقيت. وتراوحت المتوسطات المرجحة بين (2.61) و(3.57)، بمتوسط عام قدره (2.99)، مما يشير إلى وجود إدراك متوسط إلى مرتفع لهذه العوائق، مع توجه عام نحو "محايد" و"موافق"، وهو ما يعكس تأثير عوامل شخصية داخلية – مثل ضعف الثقة بالنفس أو القناعات السلبية حول أهمية النشاط – في تعطيل المشاركة الفعلية للأساتذة. وقد أظهرت نتائج اختبار كا^2 دلالة إحصائية في جميع الفقرات، مما يعزز من مصداقية النتائج.

وفيما يتعلق بالمجال المهني، فقد تمثلت المعوقات في ضيق الوقت، الشعور بالإرهاق، تضارب التوقيت مع المهام التدريسية، وعدم وجود تشجيع من الهيئة التربوية. وجاءت المتوسطات المرجحة بين (3.18) و(3.39)، بمتوسط عام (3.29)، ما يعكس إدراكًا واضحًا من طرف الأساتذة لوجود معوقات تنظيمية ومهنية تحد من مشاركتهم. وتؤكد هذه النتائج أن أعباء العمل والضغط الوظيفي ونقص الحوافز يشكلون عوائق واقعية أمام إدماج النشاط الترويحي في حياتهم اليومية.

أما في مجال الإمكانات، فقد شملت الفقرات مشكلات تتعلق ببعد المسافات، نقص الأدوات والتجهيزات، سوء أرضيات الملاعب، غياب المشرفين، وضعف المرافق الصحية والخدماتية، وتوفر الألبسة الرياضية. وتراوحت المتوسطات المرجحة بين (3.02) و(3.59)، بمتوسط عام (3.33)، مما يشير إلى مستوى متوسط يميل إلى المرتفع في إدراك محدودية الإمكانات، وهي نتيجة تعززها الفروق الإحصائية الدالة في جميع الفقرات حسب اختبار كا². وتؤكد هذه النتائج أن توفير البنية التحتية والوسائل الملائمة يُعد عاملًا حاسمًا لتفعيل النشاط الترويحي داخل المؤسسات.

وبناءً على مقارنة المتوسطات العامة لكل مجال، يتبين أن المجال الاجتماعي هو الأكثر تأثيرًا في تعطيل ممارسة النشاط الترويحي الرياضي لدى الأساتذة، يليه على التوالي مجال الإمكانات (3.33)، ثم المجال المهني (3.29)، وأخيرًا المجال الشخصي (2.99)كأقل المجالات تأثيرًا نسبيًا. هذا الترتيب يُظهر أن الجوانب البيئية والاجتماعية تشكل العائق الأكبر أمام ممارسة النشاط الترويحي، وهو ما يستدعي تدخلاً إداريًا وتربويًا مركزًا على تحسين المناخ الاجتماعي داخل المؤسسة، وتوفير الدعم النفسي واللوجستي للأساتذة.

وجاءت هذه النتائج متوافقة مع عدة دراسات سابقة:

فقد أكدت دراسة محاوشي ريمة (2022) على الأثر الكبير للمعوقات المرتبطة بالإمكانات والظروف الشخصية في الحد من المشاركة، كما أظهرت علاقة دالة بين هذه المعوقات واتجاه الطالبات نحو استغلال وقت الفراغ، وهو ما يتطابق مع تصدر "مجال الإمكانات" في دراستنا، خاصة ما تعلق بعدم توفر المرافق أو بعدها أو قلة المشرفين المختصين.

كما تتفق نتائج الدراسة مع ما توصل إليه توفيق الجمعة وآخرون (2014) الذين أشاروا إلى أن أبرز المعوقات كانت ضعف الإمكانيات المادية واللوجستية والنقص في الموارد البشرية، إضافة إلى المعوقات النفسية والاجتماعية، مما يدعم النتائج التي أظهرت أن المعوقات الاجتماعية والشخصية تحتل مراكز متقدمة في ترتيب التأثير.

أما دراسة عبد الإله الصلوي(2006) ، فقد أعطت الأولوية للمعوقات المرتبطة بالبرامج ثم الإدارية فالشخصية، ما يبرز نوعًا من الاختلاف عن نتائج دراستنا، خاصة أن المعوقات المهنية لم تكن الأبرز لدينا، وهو ما قد يُعزى إلى اختلاف السياق الأكاديمي (طلبة مقابل أساتذة) وطبيعة الالتزامات المهنية.

وفي السياق ذاته، أشارت دراسة محمد حمود عناية الله (2015) إلى غياب استراتيجيات واضحة من المؤسسات الجامعية لاستثمار وقت الفراغ، وضعف استفادة الطلبة من البيئة الترويحية، إضافة إلى العزلة وعدم فهم أهمية الترويح، وهي نتائج تلتقي مع معوقات "الجانب الاجتماعي" في دراستنا، كضعف الدعم الأسري، وغياب العلاقات الاجتماعية، وعدم التنسيق بين الزملاء.

وفي المقابل، أوضحت دراسات أجنبية مثل يونغ وآخرون (2003) أن غياب الوقت ونقص المعرفة بالأنشطة كانت من بين أبرز العوائق، وهذا يتفق جزئيًا مع نتائج المجال المهني في دراستنا، حيث أظهر المشاركون صعوبة في التوفيق بين المهام التدريسية والمشاركة الترويحية، وإن كانت هذه المعوقات أقل تأثيرًا نسبيًا لديهم.

أما فيما يخص دراسة صفوت مبروك حشيش(2021) ، فقد جاءت نتائجها متوافقة مع محور "الإمكانات" في دراستنا، حيث أشار إلى نقص التجهيزات الرياضية، وعدم صلاحية الملاعب، وهي نفسها المعوقات التي صنفها الأساتذة كأكبر عائق أمام ممارسة النشاط الترويحي.

بناءً على ما سبق، يمكن تأكيد صحة الفرضية الأولى، حيث أن المعوقات المرتبطة بالمجالات الأربعة تظهر بدرجة متوسطة إلى مرتفعة، ما يستوجب معالجة شاملة تأخذ في الحسبان الجوانب الاجتماعية والمهنية والشخصية والإمكانات المتاحة، لضمان تعزيز المشاركة الفعالة للأساتذة في النشاطات الترويحية الرياضية.

مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

نصّت الفرضية الثانية في هذه الدراسة على أن" :أساتذة التعليم المتوسط يتميزون بمستوى متدني من الثقافة الترويحية الرياضية ."غير أن النتائج الإحصائية المستخلصة من الجدول رقم (29) تُظهر عكس ذلك تمامًا، إذ بلغ المتوسط الحسابي العام للاستبيان ككل 3.53 ضمن المجال التقييمي (3.41 – 5)، وهو ما يُصنف ضمن المستوى المرتفع من حيث الثقافة الترويحية الرياضية. كما بلغ المتوسط في البعد الأول (3.45) وفي البعد الثاني (3.60)، في حين تراوحت الانحرافات المعيارية ما بين (0.56 و0.65)، ما يشير إلى تجانس كبير في استجابات أفراد العينة واستقرار آرائهم، كما يُدلل على موثوقية المعطيات المستخلصة. كما أن تقارب الوسيط مع

المتوسط (3.52) يعكس ميل التقديرات نحو التقييم المرتفع، دون وجود تباينات حادة في الإجابات.

وبناءً عليه، تُرفض الفرضية الثانية، إذ أظهرت النتائج أن أساتذة التعليم المتوسط يتمتعون بمستوى مرتفع من الثقافة الترويحية الرياضية، وهو ما قد يُعزى إلى وعيهم المتزايد بأهمية النشاط الترويحي في التخفيف من ضغوط العمل، وتحقيق التوازن النفسي والاجتماعي داخل البيئة التعليمية، وربما يعود أيضًا إلى تكوينهم الأكاديمي ومتابعتهم للمستجدات التربوية والصحية المرتبطة بمفاهيم الترويح.

وتتوافق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة لكحل فاطمة (2024) التي بيّنت أن النساء المشاركات في الأنشطة الرياضية بمدينة سعيدة يتمتعن بمستوى متوسط إلى جيد من الثقافة الترويحية والرياضية، كما أظهرت ارتباطات ذات دلالة إحصائية بين هذه الثقافة وبعض المتغيرات الصحية والاجتماعية. كما تؤكد دراسة صفاء طلعت مدكور (2023) أهمية الثقافة الترويحية لدى الطلبة، مشيرة إلى ضرورة دمج البعد الثقافي البيئي والرقمي في توجيه الممارسات الترويحية، مما يعكس توجهًا عامًا نحو تعزيز هذا النوع من الثقافة في الأوساط التربوية.

في المقابل، تُظهر نتائج دراستنا تباينًا مع دراسة محمد حمود عناية الله (2015) التي أشارت إلى عزوف الطلبة عن ممارسة الأنشطة الترويحية، وتحديدهم لفهم النشاط الترويحي باعتباره مجرد ترفيه لا يحمل مضمونًا تنمويًا، ما يعكس ضعفًا في الثقافة الترويحية لدى الطلبة مقارنة بمستواها المرتفع عند الأساتذة في دراستنا. كما تختلف نتائجنا عن دراسة ناديروفا وجاكسون التي أوضحت وجود نقص في المعرفة بالأنشطة الترويحية المتاحة، ما يبرز السياق الثقافي والمجتمعي كعامل فارق بين البيئات الدراسية والمهنية.

يمكن القول إن الثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط تشكّل عنصرًا إيجابيًا داعمًا للممارسة، رغم وجود معوقات تنظيمية أو لوجستية قد تحد منها، وهو ما يُبرز أهمية استثمار هذا المستوى الثقافي المرتفع في تصميم برامج ترويحية فعالة داخل المؤسسات التعليمية. وبالتالي، فإن نتائج هذه الفرضية تخدم توجهًا تربويًا يعزز دور الأستاذ كنموذج موجه وممارس واعٍ للنشاط الترويحي الرياضي.

مناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

تنص الفرضية الثالثة على أن" :هناك علاقة بين معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي والثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط ."وقد بيّنت نتائج الجدول رقم (30) وجود علاقة ارتباط سالبة ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين، حيث بلغ معامل ارتباط بيرسون 0.397-، وهو معامل ارتباط سلبي متوسط القوة، دال

إحصائيًا عند مستوى معنوية (Sig = 0.000) أقل من 0.05. وهذا يعني أنه كلما زادت معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي لدى الأساتذة، انخفض مستوى ثقافتهم الترويحية الرياضية، والعكس صحيح، ما يؤكد القبول الإحصائي للفرضية.

ويُفسّر هذا الارتباط السلبي من منظور علم النفس الاجتماعي والتربوي، حيث إن المعوقات المادية والتنظيمية والشخصية مثل نقص الإمكانات، غياب الدعم المؤسسي، ضيق الوقت، وغياب الوعي الإداري تحد من فرص الانخراط في الممارسات الترويحية، وبالتالي تقلل من فرص التعلّم واكتساب المفاهيم والمعارف المتعلقة بالثقافة الترويحية الرياضية. فغياب التجربة المباشرة يُضعف بدوره بناء الوعي والسلوك الترويحي السليم.

وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة محاوشي ريمة(2022) ، التي أثبتت أن المعوقات المرتبطة بالإمكانات والإدارة تؤثر سلبًا على اتجاهات الطالبات نحو استغلال أوقات الفراغ وممارسة النشاط الترويحي، ما يشير إلى أثر مباشر للمعوقات على المستوى الثقافي والسلوكي في هذا المجال. كما تتوافق مع دراسة قراش العجال (2019)التي أوصت بضرورة إقامة ندوات تعريفية لتصحيح المفاهيم الترويحية ورفع الوعي، مما يدل على أن ضعف الممارسات يرتبط بضعف الثقافة.

وفي السياق ذاته، أظهرت دراسة محمد حمود عناية الله (2015) أن الطلبة يعانون من عزلة مفاهيمية في فهم النشاط الترويحي، ويربطونه غالبًا بالترفيه فقط، مما يعكس أثر غياب التوجيه والبرامج المناسبة على مستوى الثقافة الترويحية. وهو ما يُعزز الفكرة القائلة إن البيئة المحفزة شرط أساسي لنمو الوعي الترويحي، سواء عند الطلبة أو الأساتذة.

من جهة أخرى، تختلف نتائج هذه الدراسة عن ما أظهرته دراسة لكحل فاطمة (2024)، التي توصلت إلى أن المشاركات أظهرن مستوى جيدًا من الثقافة الترويحية والصحية رغم وجود بعض العوائق، مما قد يُعزى إلى اختلاف السياق (البيئة الرياضية الخاصة) أو إلى وجود دافعية شخصية أعلى لدى عينة الدراسة. وكذلك تختلف عن نتائج دراسة ألكساندريس وآخرون التي اعتبرت المعوقات الفردية والنفسية أكبر عائق، بينما في هذه الدراسة تظهر المعوقات المادية والتنظيمية كأهم المؤثرات على الثقافة الترويحية.

مناقشة نتائج الفرضية العامة :

أظهرت نتائج الدراسة المتعلقة بالفرضية العامة وجود علاقة ارتباط سالبة ذات دلالة إحصائية بين معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي والثقافة الترويحية

الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط، حيث بلغ معامل الارتباط (بيرسون) -0.397 عند مستوى دلالة(Sig = 0.000) ، وهو ما يدل على علاقة عكسية متوسطة القوة، ذات دلالة إحصائية قوية. وتُفسَّر هذه العلاقة بأنه كلما زادت المعوقات التي تواجه الأساتذة في ممارسة النشاط الترويحي، سواء كانت معوقات شخصية أو اجتماعية أو مرتبطة بالإمكانات والبيئة التنظيمية، انخفض مستوى ثقافتهم الترويحية الرياضية. وهو ما يُشير إلى أن الممارسة الفعلية للنشاط الترويحي تُعدّ مدخلًا أساسيًا لبناء وعي ثقافي سليم حول مفهوم الترويح وأبعاده النفسية والاجتماعية والصحية. وتتوافق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه العديد من الدراسات السابقة مثل دراسة محاوشي ريمة (2022) التي أكدت وجود علاقة دالة بين المعوقات الإدارية والإمكانات والثقافة الترويحية، ودراسة محمد حمود عناية الله (2015) التي أبرزت أن غياب البرامج والاستراتيجيات الترويحية أدى إلى ضعف الممارسة والتثقيف الترويحي، ودراسة قراش العجال (2019) التي شددت على دور الوعي الترويحي وأوصت بإقامة ندوات تثقيفية لتعزيزه. كما تتفق نتائج الدراسة مع ما ورد في دراسات عالمية مثل دراسة Youngوآخرون (2003) التي بيّنت أن المعوقات المدركة تؤثر بشكل مباشر على مشاركة الطلبة وبالتالي على ثقافتهم الترويحية. وبناءً على ذلك، تؤكد الدراسة أن تعزيز الثقافة الترويحية لدى الأساتذة يتطلب بالضرورة تقليص حجم المعوقات وتوفير بيئة تنظيمية ومادية داعمة للنشاط الترويحي داخل المؤسسات التعليمية، بما يُسهم في تحقيق التوازن النفسي والمهني لدى الهيئة التدريسية.

الاستنتاجات

أظهرت نتائج الدراسة وجود معوقات متعددة تعترض ممارسة النشاط الترويحي الرياضي لدى أساتذة التعليم المتوسط، موزعة على الجوانب *الاجتماعية، الشخصية، المهنية، والإمكانيات*.

بينت نتائج الفرضية الثانية أن أساتذة التعليم المتوسط يتمتعون بمستوى **مرتفع** من الثقافة الترويحية الرياضية، وهو ما يدل على وعيهم بأهمية النشاط الترويحي رغم وجود المعوقات.

كشفت نتائج الفرضية الثالثة والعامة عن وجود علاقة ارتباط سالبة ذات دلالة إحصائية بين المعوقات ومستوى الثقافة الترويحية الرياضية، أي أن زيادة حجم المعوقات يرتبط بانخفاض الثقافة الترويحية لدى الأساتذة.

التوصيات :

ضرورة العمل على توفير المرافق والمنشآت الرياضية داخل المؤسسات التعليمية، وتجهيزها بالصورة الملائمة التي تحفز الأساتذة على المشاركة في الأنشطة الترويحية.

يجب على إدارات التربية تخصيص أوقات مرنة وداعمة تسمح للأساتذة بالمشاركة في أنشطة ترويحية دون تعارض مع التزاماتهم المهنية.

تنظيم دورات تحسيسية وورش عمل تهدف إلى رفع مستوى الثقافة الترويحية والرياضية، وإبراز فوائدها الصحية والنفسية والاجتماعية للأساتذة.

تعزيز روح المبادرة بين الأساتذة وتشجيعهم على تنظيم الأنشطة الرياضية الترويحية الجماعية لتقوية العلاقات الاجتماعية داخل الوسط المهني.

من الضروري إشراك الجمعيات الناشطة في المجال التربوي والرياضي في دعم وتطوير برامج ترفيهية خاصة بالهيئة التعليمية.

خاتمة:

تمثل ممارسة النشاط الترويحي الرياضي أحد المرتكزات الجوهرية للحفاظ على التوازن النفسي، والراحة البدنية، والاستقرار الاجتماعي في بيئات العمل، لا سيما بالنسبة لأساتذة التعليم المتوسط الذين يواجهون ضغوطًا يومية متعددة ناتجة عن طبيعة المهنة، وضيق الوقت، والالتزامات البيداغوجية المتزايدة. وفي هذا الإطار، هدفت هذه الدراسة إلى تسليط الضوء على أبرز المعوقات التي تعيق ممارسة النشاط الترويحي الرياضي، وبيان أثر هذه المعوقات على مستوى الثقافة الترويحية الرياضية لدى هذه الفئة التربوية الهامة.

وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج المهمة التي أكدت أن المعوقات التي تواجه الأساتذة لا تقتصر على جانب واحد فقط، بل تشمل جوانب اجتماعية، شخصية، مهنية، وإمكانيات مادية ولوجستية. وبرزت معوقات الإمكانات في صدارة العوائق الأكثر تأثيرًا، إذ يعاني أغلب الأساتذة من ضعف البنى التحتية، قلة الوسائل، وعدم توفر مرافق أو منشآت تتيح لهم ممارسة النشاطات الترويحية بصورة منتظمة. وعلى الرغم من ذلك، كشفت النتائج عن مستوى مرتفع من الثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط، ما يعكس وجود وعي نظري ومعرفي بأهمية النشاط الترويحي حتى وإن لم يقترن هذا الوعي دومًا بالممارسة الفعلية.

كما أثبتت الدراسة وجود علاقة ارتباط عكسية دالة إحصائيًا بين حجم المعوقات ومستوى الثقافة الترويحية، ما يعني أن تزايد المعوقات يسهم في الحدّ من تطور وعي الأساتذة في هذا المجال، أو يضعف من قدرتهم على تفعيل معارفهم الترويحية في الواقع العملي.

وفي ضوء هذه النتائج، يتضح أن مسألة الترويح الرياضي لا ينبغي أن تُهمّش أو تُختزل في كونها ترفًا ثانويًا، بل يجب أن تُدرج ضمن أولويات السياسات التربوية والصحية لما لها من انعكاسات إيجابية على الأداء المهني، الصحة النفسية، جودة الحياة، والتفاعل الاجتماعي داخل الوسط المدرسي.

إنّ توجيه الجهود نحو تقليص المعوقات وتوفير بيئة مشجعة على ممارسة النشاطات الترويحية من شأنه أن يرفع من مستوى الثقافة الترويحية ويُفعّلها بشكل عملي في حياة الأساتذة، كما يسهم في تنمية حس الانتماء، وتخفيف الضغوط، وتحسين جودة الأداء التربوي داخل المدرسة الجزائرية.

خاتمة

ومن هذا المنطلق، فإن هذه الدراسة لا تكتفي بتشخيص الواقع، بل تقدم دعوة صريحة إلى الجهات المعنية، من إدارات، ومفتشيات، ومؤسسات داعمة، للعمل على تهيئة الظروف المادية والبشرية والتنظيمية التي تُمكّن أساتذة التعليم المتوسط من الاستفادة من النشاط الترويحي الرياضي باعتباره حقًا تربويًا وصحيًا، لا يقل أهمية عن باقي مكونات الحياة المهنية الناجحة.

المصادر و المراجع

المصادر و المراجع باللغة العربية :

- إبراهيم، ع .(1973) .*دور المعلم في العملية التربوية* .دار المعرفة.
- ابن باديس، ع .(2018) .*الترويح الرياضي وعلاقته بالصحة النفسية* .دار الهدى للنشر.
- أبو النصر، م .(2022) .*الترويح الرياضي: معوقات وحلول* .دار الفكر العربي.

- احمد بن قلاوز تواتي. (2008). *السمات الدافعية لدى عدائي المسافات الطويلة ونصف الطويلة و علاقتها بدافعية الانجاز لا لعاب القوى*. رسالة دكتورة.

- أحمد عبد العزيز أبو سمك .(1999) .*التربية الترويحية في الاسلام*.الاسكندرية: دار النقاش.

- أحمد، ص .(2023) .*النشاط البدني والخمول: آثارهما على الصحة* .مجلة العلوم الرياضية، 15(3).

- الأحمدي, ح .(2002) .*ضغوط العمل لدى الاطباء*. الرياض: معهد الإدارة العامة.

- أروي الميلود، م .(2012) .*أستاذ التعليم المتوسط وتحديات العصر* .دار الوفاء للطباعة.

- أسامة كامل راتب .(2004) .*النشاط البدني و الاسترخاء مدخل لمراجهة الضغوط و تحسين نوعية الحياة ط1*.القاهرة: دار الفكر العر بي.

- أمين نور الخولي جمال الدين الشافعي .(2000) .*مناهج التربية البدنية المعاصرة*.دار الفكر العربي: القاهرة.

- أمين نورالخولي .(1998) .*أصول التربية البدنية و الرياضية*.دار الفكر العربي: القاهرة.

- التنفيذي, ا .(2009) .*المادة 01 من المرسوم التنفيذي 09- 393*.29/11/2009 .

- الحاج، ع .(2018) .*النشاط الترويحي الرياضي وفوائده النفسية والفسيولوجية* .المؤسسة الجامعية للدراسات.
- الحارثي، س .(2017) .*العوامل النفسية المؤثرة على ممارسة الرياضة* .مجلة البحوث التربوية، 5(1).

- حسين أحمد الشافعي .(2003) .*تطبيقات ميدانية للعلاقة العامة في التربية البدنية ط1*.دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر: الاسكندرية.

- حسين, ح .(2004) .*سلوك الأفراد و الجماعات في منظمات الأعمال*. عمان: دار الحامد للنشر و التوزيع ط2.

- حسين, ط. ع .(2006) .استراتيجيات إدارة الضغوط النفسية التربوية .عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.

- الحماحمي, أ. ن .(1990) .*أسس بناء برامج التربية الرياضية*. دار الفكر العربي: القاهرة.

- حماحمي, د .(1988) .*الترويح الرياضي في المجتمعات المعاصرة*. مكة المكرمة : مكتبة الطالب الجامعي.
- الحمامي, ع. ع .(2013) .*الترويح بين النظرية و التطبيق*.
- الحمامي، م.، &عبد العزيز مصطفى، ع .(2007) .*أهمية الترويح في الحياة العصرية* .دار المعارف.
- الخولي, أ. ن .(1998) .*أصول التربية البدنية والرياضية*.دار الفكر العربي: القاهرة.
- درويش، ك.، &الخولي، أ .(2001) .*الترويح ووقت الفراغ: دراسة تحليلية* .دار الفكر العربي.
- سعيد، ع .(2004) .*الإرشاد التربوي ودور المعلم* .مكتبة الفلاح.
- سيلامي، ن .(1978) .*الاقتصاد والترويح: دراسة تحليلية* .(ترجمة درويش، ك.). دار العلوم.
- طلبة، م. إ .(2010) .*سيكولوجية الترويح واستثمار وقت الفراغ* .دار الغريب للنشر.
- عبد الحميد، ك.، وآخرون .(2012) .*الترويح الرياضي: مفاهيم وتطبيقات* .دار السلام للطباعة والنشر.
- القريشي، ل .(2024) .*الترويح الرياضي والتنمية الاجتماعية* .المركز العربي للدراسات.
- لكحل، ف .(2024) .*الترويح في المؤسسات التعليمية* .المركز العربي للدراسات.
- محاوشي، ن .(2022) .*دور الثقافة الترويحية في تحسين جودة الحياة* .دار العلوم الإنسانية.
- محاوشي، ن .(2022) .*دور الثقافة الترويحية في تحسين جودة الحياة* .دار العلوم الإنسانية.
- محمد، ت. ع .(2001) .*الأنشطة الترويحية وأثرها على الفرد والمجتمع* .دار النهضة العربية.
- مدكور، ع .(2023) .*الثقافة الترويحية وأثرها على الصحة النفسية* .مجلة التربية والرياضة، 12(2).
- مدكور، ع .(2023) .*الثقافة الترويحية وأثرها على الصحة النفسية* .مجلة التربية والرياضة، 12(2)، 45-60.
- وزارة الشباب والرياضة .(2023) .*استراتيجية تطوير الرياضة الترويحية في الوطن العربي* . الهيئة العامة للرياضة.
- عطيات محمد خطاب .(1990) .*اوقات الفراغ و الترويح ط1*.

المراجع الأجنبية (المترجمة):

- Hamilton, M. T., et al. (2007). *الخمول البدني وتأثيراته الصحية*. (ترجمة أحمد، ص.). مجلة العلوم الرياضية، 5(1)، 30-45.
- Sullenger, P. (1960). *النشاط الترويحي لدى الأطفال والمراهقين*. (ترجمة محمد، ت.). دار المعارف.
- Whitaker, R. C. (1997). *Physical inactivity and sedentary behavior*. Journal of Health Psychology, 10(4), 567-580. (نقلاً عن أحمد، 2023).
- Duché, P. (2008). *Sedentary lifestyle and health risks*. International Journal of Obesity, 32(6), 45-59. (نقلاً عن أحمد، 2023).

- Busch, M. C. (1975). *التأثير الاجتماعي على الأنشطة الترويحية* (ترجمة يحيى، ع.). دار المستقبل.
- Dumazedier, J. (1975). *علم اجتماع الترويح* (ترجمة الخولي، أ.). دار النهضة العربية.

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية

الموضوع : تحكيـــم أداة البحث

السلام عليكم و رحمة الله تعالى و بركاته

يشرفني أن أضع بين أيديكم فقرات هذه الأداة، و التي تشكل أداة قياس لجمع بعض المعلومات اللازمة لإجراء هذه الدراسة، التي تندرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر تخصص نشاط بدني رياضي ترويحي .

بعنوان : "معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي وعلاقتها بالثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط "

و نظرا لخبرتكم الواسعة ، أرجو من سيادتكم التكرم بالإطلاع على الفقرات من حيث دقتها ووضوحها لغويا ، مناسبتها لموضوع الدراسة ، إضافة أو حذف ما ترونه مناسبا .

شكرا على حسن تعاونكم معنا

الطالب :

المشرف:

بلعربي ميسور
د/بوعزيز محمد

البيانات الشخصية :

- الجنس : ذكر ☐ أنثى ☐
- الحالة الاجتماعية : متزوج ☐ أعزب ☐
- العمر :.....سنة
- الخبرة المهنية : 1-10 ☐ 11 – 20 ☐ 21 فأكثر ☐
- الإقامة : الريف ☐ المدينة ☐

<u>الترويح الرياضي:</u> هو مجموعة من الأنشطة الترويحية الرياضية المختلفة مثل (الجري،المشي،الكرةالطائرة،العاب مختلفة...)تلقائية مقصودة لذاتها تمارس في أوقات الفراغ من اجل المتعة وتحقيق السعادة والسرور والتي تتماشى وميولات ،رغبات والاحتياجات(البدنية، النفسية...)للأساتذة.

- **أولا: استبيان معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي**

بعد الاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة مثل دراسة (الحجايا، الزغيلات،2016)، ودراسة (محاوشي، 2022). اعتمد الطالب على الاستبيان الذي قام بإعداده(الصلوي، 2006)،حيث تم تعديل هذا الاستبيان في بعض فقراته ومجالاته بمايتناسب مع أهداف الدراسة الحالية،بحيث أصبح تعداد فقراته(32)فقرة موزعة على أربعة مجالات المجال الأول: المجال الاجتماعي (08)، المجال الشخصي (10)، المجال المهني (06)، مجال الإمكانات (06).

الرقم	العبارات	دائما	غالبا	احيانا	نادرا	ابدا
1- المجال الاجتماعي						
01	قلة عدد المشاركين للأنشطة الرياضية الترويحية يحول دون مشاركتي في تلك الأنشطة					
02	لان أفراد أسرتي لايشجعون على ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية					
03	تفرض علي بعض العلاقات مع بعض الأشخاص الذين لاارغب في التعامل معهم					
04	عدم تقدير المجتمع لأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية					
05	عدم رغبة زملائي في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية					
06	العادات والتقاليد تحول بيني وبين ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية					
07	عدم التنسيق الجماعي بين الزملاء لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية					
08	لاأتمتع بعلاقات اجتماعية كافية لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية					
2- المجال الشخصي						
01	أخجل من ارتداء الزي الرياضي					
02	اعتبر المشاركة بالنشاط الرياضي الترويحي مضيعة للوقت					
03	الاستهتار وعدم جدية زملائي في ممارسة النشاط الرياضي الترويحي					
04	الخوف من التعرض للإصابة جراء المشاركة المتتالية في النشاط الرياضي الترويحي					
05	أخشى من عدم قدرتي على مجاراة زملائي المشاركين في النشاط الرياضي					
06	لعدم قدرتي البدنية والصحية علي ممارسة الأنشطة الرياضية					
07	عدم اتقاني لبعض الألعاب الرياضية يجعلني اشعر بالحرج عند ممارستي للنشاط					
08	لعدم قناعتي بأهمية ممارسة الأنشطة الترويحية					

	الرياضية في إكساب الصحةالجيدة					
09	عدم مناسبة وقت فراغي مع أوق ت فراغ زملائي					
10	لأنني لاأحب ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية منذ الصغر					
3- المجال المهني						
01	لايوجد لدي متسع من الوقت للمشاركة بالأنشطة الترويحية الرياضية					
02	-شعوري بالإنهاك الشديد في نهاية العمل يصعب علي ممارسة الأنشطة الترويحية .					
03	تتعارض أوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي مع أوقات عملي					
04	صعوبة الجمع بين المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية ومهامي التدريسية					
05	طبيعة مهنة التدريس تحول دون التزامي لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية					
06	عدم تشجيع أعضاء الهيئة التدريسية على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية					
4- مجال الإمكانات.						
01	لااستطيع ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية بسبب بعد الصالات والمرافق.					
02	عدم توفر الأجهزة الرياضية والأدوات المناسبة لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية					
03	عدم توفر الصالات والملاعب الرياضية المناسبة					
04	عدم مناسبة أرضيات الملاعب.					
05	قلة المشرفين والمتخصصين في إدارة أماكن ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.					
06	عدم توفر المرافق الصحية المناسبة والملائمة.					
07	عدم كفاية وصلاحية المرافق والخدمات العامة في الصالات الرياضية.					
08	عدم توفر الملابسو الأدوات الرياضية					

ثانيا: استبيان الثقافة الترويحية الرياضية

بعد الاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة مثل دراسة(يحي كمال محمد ،2020) ودراسة (وليد عبد الرزاق وآخرون،2022) تبنى الطالب الاستبيان الذي قام بإعداده (احمد عبد الله احمد،2019) ببعدين: بعد مفهوم النشاط الترويحي الرياضي (13) وبعد أهداف ممارسة النشاط الترويحي الرياضي.

الرقم	العبارات	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
البعد الأول: مفهوم النشاط الترويحي الرياضي						

01	تتسم ممارسة النشاط الترويحي الرياضي بالتنوع والتعدد.					
02	يقتصر ممارسة النشاط الترويحي الرياضي على الإبطال والمتفوقين رياضيا.					
03	يعمل على تكامل الشخصية.					
04	نشاط يتميز بأنه ممتع للممارسين لمناشطه (أنشطته المختلفة).					
05	جزءاً من التربية العامة يكون من نواتجها اكتساب القيم(الخلقية و الاجتماعية.)					
06	نشاط يسهم في تنمية المهارات والاتجاهات التربوية الاجتماعية.					
07	يعتبر ممارسته حالة وجدانية (نفسية)تمثل أسلوبا لاستعادة حيوية الفرد للعمل بكفاءة					
08	فهو نتاج نشاط ورد فعل عاطفي من الاشتراك في أنشطته الترويحية الرياضية.					
09	إتاحة الفرصة للتعبير عن الذات.					
البعد الثاني: أهداف النشاط الترويحي الرياضي						
01	منح الفرد الشعور بالسعادة والسرور.					
02	تنمية المهارات والمواهب الرياضية المختلفة لدى الفرد.					
03	الاهتمام بتكامل وتوازن شخصية الفرد.					
04	إكساب الفرد احترام حقوق الآخرين ومساعدتهم.					
05	استثمار وقت الفراغ بطريقة بنائة وهادفة .					
06	أكساب الفرد القوام السليم المتناسق.					
07	التخلص من الميول العدوانية والسلوك الغير أخلاقي بشكل مقبول اجتماعيا.					
08	تزويد الفرد بخبرات متنوعة.					
09	يساعد على استثمار الطاقة الزائدة.					
10	إشباع الميل للحركة أو للعب أو لهواية معينة.					
11	التفوق والتغلب على الذات(الأنانية.)					
12	التعود على احترام مواعيد الممارسة للنشاط الترويحي الرياضي.					
13	التعرف على عوامل الأمان والسلامة المرتبطة بالممارسة.					

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

شهادة التحكيم

يشهد السادة الأساتذة و الدكاترة المحترمون الموقعون أدناه، أن الطالب: بلعربي ميسور تخصص نشاط بدني ترويحي رياضي قد حكم أداة بحثه استبيان الضغوط النفسية، والتي تندرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

بعنوان:

" معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي وعلاقتها بالثقافة الترويحية الرياضية لدى أساتذة التعليم المتوسط "

قائمة الأساتذة و الخبراء

الرقم	اسم ولقب الأستاذ	الدرجة العلمية	مكان العمل	التوقيع
01				
02				
03				
04				
05				
06				
07				
08				
09				

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,840	8

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,770
		Nombre d'éléments	4[a]
	Partie 2	Valeur	,698
		Nombre d'éléments	4[b]
		Nombre total d'éléments	8
Corrélation entre les sous-échelles			,689
Coefficient de Spearman-Brown		Longueur égale	,816
		Longueur inégale	,816
Coefficient de Guttman			,808

a. Les éléments sont : VAR00023, VAR00024, VAR00025, VAR00026.

b. Les éléments sont : VAR00027, VAR00028, VAR00029, VAR00030.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,774	10

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,628
		Nombre d'éléments	5[a]
	Partie 2	Valeur	,695
		Nombre d'éléments	5[b]
		Nombre total d'éléments	10
Corrélation entre les sous-échelles			,559
Coefficient de Spearman-Brown		Longueur égale	,717
		Longueur inégale	,717
		Coefficient de Guttman	,717

a. Les éléments sont : VAR00031, VAR00032, VAR00033, VAR00034, VAR00035.
b. Les éléments sont : VAR00036, VAR00037, VAR00038, VAR00039, VAR00040.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,846	6

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,739
		Nombre d'éléments	3[a]
	Partie 2	Valeur	,712

	Nombre d'éléments	3[b]
	Nombre total d'éléments	6
Corrélation entre les sous-échelles		,749
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale	,857
	Longueur inégale	,857
Coefficient de Guttman		,856

a. Les éléments sont : VAR00041, VAR00042, VAR00043.
b. Les éléments sont : VAR00044, VAR00045, VAR00046.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,869	8

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,789
		Nombre d'éléments	4[a]
	Partie 2	Valeur	,763
		Nombre d'éléments	4[b]
		Nombre total d'éléments	8
Corrélation entre les sous-échelles			,744
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,853
	Longueur inégale		,853

Coefficient de Guttman	,852

a. Les éléments sont : VAR00047, VAR00048, VAR00049, VAR00050.

b. Les éléments sont : VAR00051, VAR00052, VAR00053, VAR00054.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,933	32

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,916
		Nombre d'éléments	16[a]
	Partie 2	Valeur	,854
		Nombre d'éléments	16[b]
		Nombre total d'éléments	32
Corrélation entre les sous-échelles			,779
Coefficient de Spearman-Brown		Longueur égale	,876
		Longueur inégale	,876
Coefficient de Guttman			,876

a. Les éléments sont : VAR00047, VAR00048, VAR00049, VAR00050, VAR00051, VAR00052, VAR00053, VAR00054, VAR00023, VAR00024, VAR00025, VAR00026, VAR00027, VAR00028, VAR00029, VAR00030.

b. Les éléments sont : VAR00031, VAR00032, VAR00033, VAR00034, VAR00035, VAR00036, VAR00037, VAR00038, VAR00039, VAR00040, VAR00041, VAR00042, VAR00043, VAR00044, VAR00045, VAR00046.

Corrélations

		ثقافة1	ثقافة2	كلية.ثقافة
ثقافة1	Corrélation de Pearson	1	,725**	,939**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000
	N	100	100	100
ثقافة2	Corrélation de Pearson	,725**	1	,917**
	Sig. (bilatérale)	,000		,000
	N	100	100	100
كلية.ثقافة	Corrélation de Pearson	,939**	,917**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	
	N	100	100	100

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Corrélations

		معوقات1	معوقات2	معوقات3	معوقات4	كلية.معوقات
معوقات1	Corrélation de Pearson	1	,600**	,748**	,779**	,889**
	Sig. (bilatérale)		,000	,000	,000	,000
	N	100	100	100	100	100
معوقات2	Corrélation de Pearson	,600**	1	,598**	,586**	,801**

	Sig. (bilatérale)	,000		,000	,000	,000
	N	100	100	100	100	100
معوقات3	Corrélation de Pearson	,748**	,598**	1	,825**	,904**
	Sig. (bilatérale)	,000	,000		,000	,000
	N	100	100	100	100	100
معوقات4	Corrélation de Pearson	,779**	,586**	,825**	1	,908**
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	,000		,000
	N	100	100	100	100	100
كلية.معوقات	Corrélation de Pearson	,889**	,801**	,904**	,908**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	,000	,000	
	N	100	100	100	100	100

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

Statistiques descriptive

	N	Moyenne	Ecart type	Minimum	Maximum

معوقات 1	100	3,3575	,60119	2,00	5,00
معوقات 2	100	2,9950	,65326	1,40	5,00
معوقات 3	100	3,2933	,61824	2,00	5,00
معوقات 4	100	3,3313	,61607	2,00	5,00

Tests statistiques

	معوقات1	معوقات2	معوقات3	معوقات4
Khi-carré	60,400[a]	59,300[b]	40,560[c]	60,360[d]
Ddl	19	26	13	18
Sig. asymptotique	,000	,000	,000	,000

Statistiques

		ثقافة1	ثقافة2	كلية.ثقافة
N	Valide	100	100	100
	Manquant	0	0	0
Moyenne		3,4567	3,6088	3,5328
Médiane		3,4444	3,6923	3,5299
Ecart type		,65799	,56629	,56876
Somme		345,67	360,88	353,28

Corrélations

		كلية.ثقافة	كلية.معوقات
كلية.ثقافة	Corrélation de Pearson	1	-,397**

	Sig. (bilatérale)		,000
	N	100	100
كلية.معوقات	Corrélation de Pearson	-,397**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	100	100

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

الجمهورية الجزائرية الديموقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس-مستغانم-
معهد التربية البدنية والرياضية

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية
لإنجاز البحث

أنا الممضي أدناه،

الطالب(ة): بلحركي حسين ..... رقم التسجيل الجامعي: 19/2024/2307039405 JN

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 021270739 ..... والصادرة بتاريخ: 2020.09.16 .....

عن بدء عشاشة

المسجل بمعهد التربية البدنية والرياضية/ قسم التربية البدنية والرياضية

شعبة النشاط البدني الرياضي التربوي/ التخصص النشاط البدني الرياضي المدرسي ○ - الترويحي ⊗

والمكلف بإنجاز مذكرة ماستر بعنوان:

محو قات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي لدى تلاميذ المتانة المرحلة لدى اساتذة التعليم المتوسط

أصرح بشرفي أني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات العلمية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث . وأتحمل المسؤولية الشخصية عن كل المحتوى المتضمن في البحث المذكور أعلاه .

التاريخ: 2024/07/02

إمضاء المعني

* ملحق القرار الوزاري رقم 933 المؤرخ في 28 جويلية 2016 الذي يحدد القواعد المتعلقة بالوقاية من السرقة العلمية ومكافحتها.