

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية و الرياضية

بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة دكتوراه علوم تخصص علوم و تقنيات الأنشطة البدنية والرياضية

العنوان:

الاستراتيجية المقترحة لاستثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة  
الرياضية الترويحية عند طلبة الإقامات الجامعية

- دراسة مسحية على طلبة الإقامات الجامعية بولاية مستغانم -

تحت إشراف:

أ.د. بن قناب الحاج

من إعداد الطالب:

قراش العجال

أعضاء لجنة المناقشة:

جامعة مستغانم	رئيسا	أ.د. بن سي قدور الحبيب
جامعة مستغانم	مقررا	أ.د. بن قناب الحاج
جامعة وهران	عضوا	أ.د. خياط بلقاسم
جامعة وهران	عضوا	د. قاسمي بشير
جامعة وهران	عضوا	د. مهدي محمد
جامعة مستغانم	عضوا	د. مناد فضيل

السنة الجامعية: 2017-2018

## محضر المناقشة

في يوم ..... من شهر ..... سنة ..... بموجب قرار  
المناقشة رقم ..... الصادر عن ..... إجتمعت لجنة المناقشة  
لأطروحة الدكتوراه بعنوان: .....

## لجنة المناقشة

الإمضاء	الجامعة الأصلية	الدرجة العلمية	الإسم و اللقب
	جامعة مستغانم	أستاذ التعليم العالي	الرئيس: بن سي قدور الحبيب
	جامعة مستغانم	أستاذ التعليم العالي	المقرر: بن قناب الحاج
	جامعة وهران	أستاذ التعليم العالي	العضو الأول: خياط بلقاسم
	جامعة وهران	أستاذ محاضر أ	العضو الثاني: قاسمي بشير
	جامعة وهران	أستاذ محاضر أ	العضو الثالث: مهدي محمد
	جامعة مستغانم	أستاذ محاضر أ	العضو الرابع: مناد فضيل

# إهداء

إلى روح أبي تغمده الله برحمته الواسعة.

إلى أمي التي أنارت دربي بنصائحها، إلى التي علمتني ان مشوار ألف ميل يبدأ بخطوة  
إلى من ذاقت مر الحياة لأجلي.

إلى سندي في هذه الحياة التي قاسمتني مرها و حلوها زوجتي العزيزة.

إلى فلذتي كبدي محمد

و آمال

إلى كل الإخوة و الأخوات.

# شكر وتقدير

نحمد الله ونشكره على سعة رحمته و توفيقه لنا بانجاز هذا العمل

المتواضع.

ونتقدم بجزيل الشكر للأستاذ الفاضل الدكتور بن قناب الحاج الذي كان

لي مرشدا في جميع مراحل إعداد هذا العمل.

و أتقدم بالشكر الجزيل إلى كل من ساهم في انجاز هذا العمل وشكر خاص

إلى مخنفر عبد القادر، الطلبة الذين ساعدوا في توزيع الاستمارات وإلى عينة البحث.

وعرفانا للجميل أقدم شكري و عظيم امتناني إلى أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية

بمستغانم.

إلى عمال المكتبة و إلى كل الإداريين.

## قائمة المحتويات

أ	الإهداء
ب	شكر و تقدير
ت	قائمة المحتويات
ذ	قائمة الجداول
1	1- مقدمة
2	2- المشكلة
4	2-1- تساؤلات الدراسة
4	2-1-1- السؤال العام
4	2-1-2- الأسئلة الفرعية
4	3- أهداف الدراسة
4	3-1- الهدف العام
4	3-2- الأهداف الفرعية
5	4- فرضيات الدراسة
5	4-1- الفرض العام
5	4-2- الفرضيات الفرعية
5	5- أهمية الدراسة
5	6- التعارف الإجرائي لمصطلحات البحث
5	6-1- الإستراتيجية
6	6-2- استثمار وقت الفراغ
6	6-3- النشاط

6	4-6- الترويج
6	6-5- النشاط الرياضي الترويحي
6	6-6- الطالب الجامعي المقيم
6	6-7- الإقامة الجامعية
6	7- الدراسات السابقة
14	8- التعليق على الدراسات السابقة
15	الخلاصة
16	الباب الأول: الدراسة النظرية
17	مدخل الباب
18	1- الفصل الأول: إستراتيجية استثمار وقت الفراغ
20	تمهيد
20	1- الإستراتيجية
20	1-1- مفهوم كلمة الإستراتيجية
20	1-2- تعريف الإستراتيجية
21	1-3- خصائص الإستراتيجية
21	1-4- أهمية الإستراتيجية
21	1-5- شروط وضع الإستراتيجية
22	1-6- التخطيط الإستراتيجي
23	1-6-1- التخطيط في المجال الرياضي
23	2- التنظيم
23	2-1- مفهوم التنظيم
23	2-2- تعريف التنظيم
24	2-3- خطوات التنظيم
24	3- المنظمات الرياضية
25	4- المنشآت الرياضية

26	5- الاستثمار
26	5-1- تعريف الاستثمار
26	5-2- الاستثمار
27	6- وقت الفراغ
27	6-1- مقدمة
27	6-2- مفهوم وقت الفراغ
31	6-3- مستويات المشاركة في وقت الفراغ
32	6-4- الوظائف الإيجابية للفراغ
32	6-5- سمات وقت الفراغ
33	6-6- أهمية وقت الفراغ
33	7- بعض النماذج لإستراتيجيات مقترحة
41	خلاصة
42	2- الفصل الثاني: النشاط الرياضي الترويحي
44	تمهيد
44	1- النشاط
44	1-1- مفهوم النشاط
45	1-2- أغراض الأنشطة
45	2- الترويح
45	2-1- مفهوم الترويح
46	2-2- أهمية الترويح
47	2-3- أغراض الترويح
47	2-4- فوائد الترويح
49	2-5- مستويات و أنواع مناشط الترويح
50	2-6- هدف الترويح
51	2-7- خصائص الترويح
52	2-8- ميثاق الفراغ والترويح

53	3- النشاط الرياضي الترويحي
53	3-1- مفهوم النشاط الرياضي الترويحي
54	3-2- تعريف الترويحي الرياضي
54	3-3- أهداف الترويحي الرياضي
54	3-4- مميزات النشاط الترويحي الرياضي
54	3-5- تقسيم مناشط الترويحي الرياضي
55	3-6- أهمية النشاطات الرياضية والاجتماعية في استثمار وقت الفراغ
56	3-7- مقارنة خصائص الرياضة الترويحية والرياضة التنافسية
56	3-8- النشاط الرياضي في الجامعات
57	3-9- معوقات استفادة الطلبة من خدمات النشاط الرياضي
58	خلاصة
59	3- الفصل الثالث: الطالب الجامعي المقيم
61	تمهيد
61	1- الشباب الجامعي
61	1-1- تعريف الشباب الجامعي
62	1-2- الخصائص المميزة للشباب الجامعي
65	2- النمو في مرحلة التعليم العالي والجامعي
65	2-1- النمو الجسمي
65	2-2- النمو العقلي والاجتماعي والانفعالي
67	3- مشكلات الطلبة في المرحلة الجامعية
67	3-1- المشكلات الشخصية
67	3-2- المشكلات الدراسية
67	3-3- المشكلات الاقتصادية
68	4- جودة حياة الطلبة في الإقامات الجامعية
69	5- الإقامة الجامعية

69	6-الخدمات التي يقدمها الحي الجامعي
69	6-1- النقل الجامعي
69	6-2- الإطعام
69	6-3- الطب الوقائي والعلاجي
70	خلاصة
71	الباب الثاني: الدراسة الميدانية
72	مدخل الباب
73	1- الفصل الأول: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية
75	تمهيد
75	1-الدراسة الاستطلاعية
75	1-1- منهج الدراسة
76	1-2-ميدان الدراسة
76	1-3-مجتمع الدراسة
76	1-4-عينة الدراسة
77	1-5- عينة الدراسة الاستطلاعية
77	2-تصميم أداة الدراسة.
84	3-المقاييس السيكمومترية
84	3-1- الصدق
86	3-2- صدق الاتساق الداخلي بالنسبة للاستبيان الموجه للطلبة
92	3-3- الثبات
94	4-التجزئة النصفية
96	5- تطبيق الدراسة الأساسية
96	6- الدراسة الإحصائية
96	7-صعوبات البحث
97	خلاصة
98	2- الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

100	تمهيد
101	1- عرض النتائج
101	1-1- عرض نتائج الإناث
115	1-2- عرض نتائج الذكور
129	1-3- عرض نتائج المشرفين على الأنشطة بأحياء الإناث
137	1-4- عرض نتائج المشرفين على الأنشطة بأحياء الذكور
144	2- مناقشة الفرضيات
144	2-1- مناقشة الفرضية الأولى
146	2-2- مناقشة الفرضية الثانية
148	2-3- مناقشة الفرضية الثالثة
151	2-4- مناقشة الفرضية الرابعة
153	3- الاستنتاجات
154	4- التوصيات
154	5- مقترح إستراتيجية استثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية عند طلبة الإقامات الجامعية
157	الخلاصة العامة
	المصادر و المراجع
	الملاحق
	ملخص الدراسة بالعربية
	ملخص الدراسة بالفرنسية
	ملخص الدراسة بالانجليزية

## قائمة الجداول

77	النسب المئوية لعينة الدراسة	01
78	يبين نسبة الممارسين للنشاط الرياضي من وجهة نظر الطلبة	02
78	يبين صفة الممارسة للنشاط الرياضي من وجهة نظر المشرفين عن الأنشطة	03
79	يبين أسباب عدم الممارسة للنشاط الرياضي من وجهة نظر الطلبة	04
79	يبين مدى قلة الإمكانيات من وجهة نظر الطلبة	05
80	يبين الإمكانيات المادية من وجهة نظر المشرفين عن الأنشطة	06
81	يبين الإمكانيات البشرية من وجهة نظر المشرفين عن الأنشطة	07
81	يبين كيفية قضاء وقت الفراغ من وجهة نظر الطلبة	08
82	يبين الأنشطة الرياضية المفضلة من وجهة نظر الطلبة	09
82	يبين أهداف الممارسة من وجهة نظر الطلبة	10
83	يبين كيفية الإعلان عن الأنشطة الرياضية من وجهة نظر الطلبة	11
83	يبين كيفية الإعلان عن الأنشطة الرياضية من وجهة نظر المشرفين عن الأنشطة	12
85	العبارات التي حذفت وعدلت وأضيفت وأدمجت بالنسبة لاستبيان الطلبة	13
86	العبارات التي حذفت وعدلت وأضيفت وأدمجت بالنسبة لاستبيان المشرفين	14
86	معامل ارتباط درجة الفقرة مع المجموع الكلي للمحور الأول (ن=44)	15
87	معامل ارتباط درجة الفقرة مع المجموع الكلي للمحور الثاني (ن=44)	16
88	معامل ارتباط درجة الفقرة مع المجموع الكلي للمحور الثالث (ن=44)	17
89	معامل ارتباط درجة الفقرة مع المجموع الكلي للمحور الرابع (ن=44)	18
90	معامل ارتباط درجة الفقرة مع المجموع الكلي للمحور الخامس (ن=44)	19
91	معامل ارتباط درجة الفقرة مع المجموع الكلي للمحور السادس. ن=44)	20
92	معامل ارتباط درجة الفقرة مع المجموع الكلي للمحور السابع (ن=44)	21
93	يبين معامل ألفا كرونباخ لكل محور وللمجموع الكلي للاستبيان الخاص بالطلبة	22
94	يبين معامل ألفا كرونباخ لكل محور وللمجموع الكلي للاستبيان الخاص بالمشرفين	23
95	يبين معاملات الثبات عن طريق التجزئة النصفية للاستبيان الخاص بالطلبة	24
95	يبين معاملات الثبات عن طريق التجزئة النصفية للاستبيان الخاص بالمشرفين	25

101	المحور الأول . الأنشطة التي يقضي من خلالها الطلبة أوقات فراغهم	26
103	المحور الثاني . الأنشطة الرياضية المفضل	27
105	المحور الثالث . التعرف على قدرة الطلبة في تنظيم أوقات فراغهم خلال اليوم	28
107	المحور الرابع . أهداف النشاط الرياضي	29
109	المحور الخامس . برامج الأنشطة الرياضية	30
111	المحور السادس . الإمكانيات المادية والبشرية	31
113	المحور السابع . الدعاية والإعلان	32
115	المحور الأول . الأنشطة التي يقضي من خلالها الطلبة أوقات فراغهم	33
117	المحور الثاني . الأنشطة الرياضية المفضلة .	34
119	المحور الثالث . التعرف على قدرة الطلبة في تنظيم أوقات فراغهم خلال اليوم	35
121	المحور الرابع . أهداف النشاط الرياضي	36
123	المحور الخامس . برامج الأنشطة الرياضية	37
125	المحور السادس . الإمكانيات المادية والبشرية	38
127	المحور السابع . الدعاية والإعلان	39
129	المحور الأول . أهداف النشاط الرياضي	40
131	المحور الثاني . برنامج النشاط الرياضي	41
133	المحور الثالث . الإمكانيات المادية والبشرية	42
135	المحور الرابع . الدعاية والإعلان	43
137	المحور الأول . أهداف النشاط الرياضي	44
139	المحور الثاني . برنامج النشاط الرياضي	45
141	المحور الثاني . برنامج النشاط الرياضي	46
142	المحور الرابع . الدعاية والإعلان	47

## التعريف بالبحث

- 1- مقدمة
  - 2- المشكلة
    - 1-2- تساؤلات الدراسة
      - 1-1-2- السؤال العام
      - 2-1-2- الأسئلة الفرعية
    - 3- أهداف الدراسة
      - 1-3- الهدف العام
      - 2-3- الأهداف الفرعية
    - 4- فرضيات الدراسة
      - 1-4- الفرض العام
      - 2-4- الفرضيات الفرعية
  - 5- أهمية الدراسة
  - 6- التعارف الإجرائي لمصطلحات البحث
    - 1-6- الإستراتيجية
    - 2-6- استثمار وقت الفراغ
    - 3-6- النشاط
    - 4-6- الترويح
    - 5-6- النشاط الرياضي الترويحي
    - 6-6- الطالب الجامعي المقيم
    - 7-6- الإقامة الجامعية
  - 7- الدراسات السابقة
  - 8- التعليق على الدراسات السابقة
- خلاصة

## 1- مقدمة:

يكتسي النشاط الرياضي الترويحي قيمة كبيرة نظرا لأهميته في تطوير المجتمعات حيث صار من بين الأولويات عند أي مجتمع متحضر، لأنه يرتبط ارتباطا وثيقا بصحة الفرد و سعادته و لما لهذه الأخيرة من أهمية في ازدهار ورفي الشعوب فحسب مالا قوي (2013) هناك آثار إيجابية لممارسة الرياضة، الترويح والنشاط البدني على الصحة البدنية و النفسية ، حيث تنعكس من خلال دافعية الفرد نحو التعلم و إنتاجية العاملين و العوامل و استقلالية كبار السن و تطوير المجتمع . و هي مصدر متعة. (1, malavoy, 2013, p. 1)

على هذا أساس كانت حياة الإنسان في زمن مضى تتسم بالحوية وكثرة الحركة، حيث تميزت بإيجابية المشاركة في مناشط وقت الفراغ، وكانت ممارسة النشاط الرياضي من ضمن الأولويات، فقلت الأمراض وحسنت الصحة، إلا أنه في العصر الحديث عصر التطور و التكنولوجيا تغيرت المعطيات فصارت المشاركة في مناشط وقت الفراغ سلبية، ولم تعد ممارسة النشاط الرياضي من الأولويات، فزادت الأمراض وساءت الصحة و تؤكد ذلك مالافوي (2013) بأن تدي مستوى ممارسة النشاط البدني يعتبر من الأسباب الرئيسية للأمراض المزمنة كالسكري وأمراض القلب والشرابين وبعض أنواع السرطان وتقول كذلك أنه بين 1998 و 2010 زاد وقت العمل ب 3,9 ساعات أسبوعيا (بكيباك كندا) وتحول الوقت الحر من 40 إلى 37 ساعة أسبوعيا . (4, Malavoy, 2013, p. 4)

حيث يؤكد ذلك ديسكوت وتيري (2012) بتغيير بعض السلوكات نستطيع أن نتفادى عددا كبيرا من أنواع السرطان وذلك بمحاربة استهلاك الكحول والتبغ، إنقاص الوزن والممارسة المنتظمة للنشاط البدني وهذه معطيات كبيرة للصحة العمومية ويجب ترقيتها في وسط المجتمع ذكورا و إناثا، و لمختلف الأعمار. (Descotes & Thierry, 2012, p. 22)

ومن أجل مواجهة هذا التحدي عملت الدولة الجزائرية على بناء المرافق الرياضية والمنتزهات حتى تتمكن مختلف فئات المجتمع من مزاولة أنشطة رياضية مختلفة، ومن بين فئات هذا المجتمع الطلبة الجامعيين ونظرا لأهمية المرحلة التي يعيشونها هي المرحلة الجامعية نظرا لكونها فاصلة بين فترة التعلم و الحياة العملية، و لهذا كان من الضروري إكساب الطالب الجامعي ثقافة رياضية تسمح له باكتساب سلوك لممارسة النشاط الرياضي الترويحي، حيث حسب الوزير وآخرون (2011) يمثل قطاع التعليم الجامعي أهمية كبيرة في مجال العمل الطلابي والرياضي لأنه يضم الصفوة من الشباب وهم الفئات التي يجب أن توجه لهم الخدمات الرياضية المتميزة كعنصر من عناصر إعداد الإنسان و تكوينه و تجهيزه على أكمل وجه و لهذا يجب أن تكون خطط و برامج النشاط الرياضي جادة و هادفة و أن تبنى على أحدث الأساليب العلمية لهذه الفئة من الشباب. (عبد الرحمان عارف و عزة فكري، 2011، صفحة 731) ويذكر حسين وسليمان (2013) أن من أهم أهداف التعليم الجامعي بمفهومه التربوي أن يهيئ المناخ المناسب لنمو الطلبة نموا متكاملا ومتوازنا. (حسين و محمد سليمان، 2013، صفحة 209)

إن من بين الطلبة الجامعيين نجد الطلبة المقيمين بالأحياء الجامعية والذين هم موضوع الدراسة، حيث من خلال الزيارات الميدانية للأحياء الجامعية وجدت بما مرافق رياضية و لكن بالرغم من ذلك هناك شبه عزوف عن ممارسة النشاط الرياضي، و من خلال ذلك تبدو أهمية وضع إستراتيجية لاستثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية بالإقامات الجامعية .

و بغية تحقيق الهدف احتوت هذه الدراسة على باين ، الأول تمثل في الجانب النظري أما الثاني فخصص للجانب التطبيقي.

شمل الجانب النظري ثلاث فصول، خصص الأول لإستراتيجية استثمار وقت الفراغ حيث تناول فيه الباحث المفاهيم المختلفة للإستراتيجية إضافة إلى خصائصها وشروطها، والاستثمار ومعانيه وأهدافه كما تم التطرق فيه الباحث إلى وقت الفراغ ومفاهيمه وختم هذا الفصل بإعطاء بعض النماذج لإستراتيجيات مقترحة، أما الفصل الثاني فخصص للنشاط الرياضي الترويحي تم التركيز فيه على المفاهيم والتعاريف المختلفة للنشاط الرياضي الترويحي إضافة إلى النشاط الرياضي بالجامعة، وتناول الباحث في الفصل الثالث الشباب الجامعي وخصائصه.

أما الجانب التطبيقي فجاء في فصلين، خصص الأول للإجراءات المنهجية للدراسة حيث تطرق فيه الباحث إلى مجتمع وعينة البحث وكيفية اختيارها والأداة وكيفية تقنينها، و خصص الفصل الثاني لعرض ومناقشة النتائج، و بعد الاستنتاجات والتوصيات وضع الباحث ثمرة هذا البحث ألا وهي مقترح الإستراتيجية ثم خلاصة البحث. قبل التطرق إلى الحديث عن الباب النظري والتطبيقي تناولنا التعريف بالبحث.

## 2- المشكلة:

نستطيع أن نأخذ صورة أو نصدر حكما على مجتمع ما من خلال سلوك أفراده في وقت الفراغ فأى تطور، تكنولوجي كان أو اقتصادي، يفرض على الأفراد والجماعات التكيف مع الوضع من أجل المضي قدما، فإشكالية قضاء وقت الفراغ ظهرت ونمت مع التطور التكنولوجي الهائل حيث قلت الحركة و كثر استعمال الآلة، حيث و حسب أوبر(2014) إن المعدل اليومي لعدم الحركة هو 7 ساعات ويشير كذلك إلى أنه لا توجد علاقة بين المستوى الدراسي والوقت المقضي أمام الشاشة حيث وجد أن الكبار ذاوي المستوى العالي يقضون وقتا قصيرا أمام التلفاز ولكن طويلا أمام شاشة الحاسوب وذلك أثناء وقت الفراغ ، وأشار كذلك إلى أن بعض مؤشرات قلة الحركة مرتبط ببعض الأمراض كالسكري من النوع الثاني، السرطان... (Oppert, 2014, pp. 2-3)

وإن صحة الفرد من الأوليات التي يجب وضعها في أعلى الهرم ضمن أي تخطيط إستراتيجي، فهي الغاية المرجوة، حيث يعتبر النشاط البدني والرياضي الوسيلة لتحقيق تلك الغاية، فحسب جوير و أخرون (2014) أنه في الألفية الثالثة قل استعمال البدن إلى أقصى حد بسبب التكنولوجيا فاكتشفنا أهمية النشاط العضلي من أجل المحافظة على الصحة، وتكلم عن النشاط البدني الضروري للصحة.

(Gaubert, Olivier, Véronique, & Emmanuel, 2014, p. 8)

وعليه التحدي كبير في وجود جملة من المتغيرات التي يجب التحكم فيها من أجل جلب أكبر عدد من الممارسين للنشاط الرياضي والذي يجب أن يكون بصورة منتظمة ومدروسة ويتبين ذلك مما ذكره بازكس وآخرون (2012): إن تحرير من 1000 إلى 1700 كيلو حريرة في الأسبوع تساهم بصورة معتبرة في التقليل من حالات الوفاة وبين من خلال دراسة أخرى أن ممارسة النشاط الرياضي بشدة متواضعة لثلاث ساعات على الأقل في الأسبوع أو ثلاث حصص لمدة 20 دقيقة للواحدة لثلاث مرات في الأسبوع يساهم في التقليل من حالات الوفيات بنسبة 30 بالمائة.

(Bazex, Pierre, & Daniel, 2012, p. 1431)

إن توفير الإمكانيات يلعب دورا كبيرا في تحفيز الأفراد على ممارسة النشاط الرياضي، لكن السؤال المطروح هو كيف يجب أن تكون في ظل النمو الديموغرافي الهائل؟ يشير بارجات و اخرون (2008) إن سياسة البناء المركزية انتهت بهياكل رياضية معيارية بدائية وقليلة الإستيعاب و لا تناسب الطلب سواء لأصحاب الرخص أو غيرهم، و أشار كذلك إلى الفارق الموجود بين حالة الهياكل الرياضية ومتطلبات الأمان، النظافة والصحة.

(Barget, Daniel, & Jacques, 2008, p. 222)

فإذا كانت الإمكانيات لا ترقى إلى مستوى الطلب لا بد من إيجاد الحلول، و هنا يأتي دور البرمجة حيث فيها يراعى قدرة إستيعاب الهياكل الرياضية وعدد الممارسين، أشار في هذا السياق الوزير وآخرون (2011) إلى الكيفية التي تكون بها و هي بتقسيم الأفراد إلى جماعات متجانسة مع الأخذ بعين الاعتبار نوع الأنشطة ومستوى الممارسة من أجل توسيع قاعدة الممارسين. (عبد الرحمان عارف و عزة فكري، 2011) .

و على هذا الأساس فإن توفير الإمكانيات، مادية كانت أو بشرية، و وضع البرامج لا يعني بالضرورة الإقبال الكبير على الممارسة، وهنا تأتي على ذكر عامل مهم ألا وهو الدافعية للممارسة، ففي حالة غيابها هل تفي الإمكانيات والبرامج بالغرض؟ إذا فلا بد من تحسيس الطالب بأهمية النشاط الرياضي في وقت الفراغ، وهنا يأتي دور الدعاية والإعلان ويوضح ذلك باتريك وجين فرونسوا (2007) أنه في برنامج الغذاء و الصحة، حيث الهدف الرئيسي هو تحسين الحالة الصحية للمجتمع بالاعتماد على الغذاء، ويتضمن حملة لترقية النشاط البدني حيث يتم تقديمه (النشاط البدني) على أنه جزء من التغذية، واعتمدت الحملة على وسائل الإعلام الثقيلة، وكانت كالتالي: الجرائد لإيقاظ الشعور، و التنبيه بما يتعلق بالصحة العامة، و التلفزيون للتهوين من الحمل البدني اليومي وتبيين ميزته الطبيعية والسهلة، الإذاعة للتذكير اليومي بتوصيات الهيئة المشرفة على البرنامج الوطني للتغذية والصحة. (Laure & Jean-François, 2007, pp.

274 – 275)

والآن يأتي الدور على العملة الغالية ألا و هي الوقت، وهنا يطرح السؤال : ما السبيل إلى تنظيمه في ظل المعطيات الراهنة؟ يقول فوندرامان(2007) إن فقدان التحكم في الوقت هو مصدر النتائج السلبية في العمل وفي ما بعد العمل.(Vandramin, 2007, p. 51)

إن الزيارات الميدانية التي قمت بها إلى الأحياء الجامعية بولاية مستغانم سمحت لي بالوقوف على حجم الممارسة للنشاط الرياضي الترويحي من طرف الطلبة، ذكورا و إناث، حيث كان الإقبال عليه قليلا وعليه أجريت بعض اللقاءات مع بعض الطلبة المقيمين وبعض المشرفين على الأنشطة بأحياء الذكور والإناث مؤكداين ذلك، وهنا رأى الباحث ضرورة اقتراح إستراتيجية لترقية النشاط الرياضي الترويحي ممارسة من قبل الطلبة المقيمين حتى تصبح سلوكا في وقت الفراغ من أجل تحقيق الغاية ألا وهي الصحة. لكن من أجل ذلك وجب التعرف على الأسباب التي تعزى إليها قلة الممارسة، وعليه تطرح التساؤلات التالية:

## 2-1-1- تساؤلات الدراسة:

### 2-1-1- السؤال العام:

هل تعزى قلة ممارسة النشاط الرياضي الترويحي الى عدم حسن استثمار وقت الفراغ، قلة الامكانيات، البرمجة و الدعاية والإعلان ؟

### 2-1-2- الأسئلة الفرعية:

1. هل تعزى قلة ممارسة النشاط الرياضي الترويحي إلى أن الطالب الجامعي المقيم لا يحسن استثمار وقت فراغه في أنشطة ترويحية يغلب عليها الطابع الرياضي؟
2. هل تعزى قلة ممارسة النشاط الرياضي الترويحي إلى قلة الإمكانيات؟
3. هل تعزى قلة ممارسة النشاط الرياضي الترويحي إلى أن برامج الأنشطة الرياضية لا تحفز الطلبة على الممارسة بالإقامات الجامعية ؟
4. هل تعزى قلة ممارسة النشاط الرياضي الترويحي إلى أن الدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية غير كافية لجلب أكبر عدد من الممارسين للنشاط الرياضي بالإقامات الجامعية ؟

## 3- أهداف الدراسة:

### 3-1- الهدف العام:

اقتراح إستراتيجية لاستثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية عند طلبة الإقامات الجامعية

### 3-2- الأهداف الفرعية:

1. التعرف على الكيفية التي يستثمر بها الطالب الجامعي المقيم وقت فراغه وتأثيرها على ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.
2. التعرف على قلة الإمكانيات وتأثيرها على ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.
3. التعرف على برامج الأنشطة الرياضية وتأثيرها على ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.
4. التعرف على الدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية وتأثيرها على ممارسة النشاط الرياضي الترويحي

#### 4- فرضيات الدراسة:

##### 4-1- الفرض العام:

تعزى قلة ممارسة النشاط الرياضي الترويحي الى عدم حسن استثمار وقت الفراغ، قلة الامكانيات، البرمجة والدعاية والإعلان.

##### 4-2- الفرضيات الفرعية:

1. تعزى قلة ممارسة النشاط الرياضي الترويحي إلى أن الطالب الجامعي المقيم لا يحسن استثمار وقت فراغه في أنشطة ترويحية يغلب عليها الطابع الرياضي.
2. تعزى قلة ممارسة النشاط الرياضي الترويحي إلى قلة الإمكانيات.
3. تعزى قلة ممارسة النشاط الرياضي الترويحي إلى أن برامج الأنشطة الرياضية لا تحفز الطلبة على الممارسة الإقامة الجامعية.
4. تعزى قلة ممارسة النشاط الرياضي الترويحي إلى أن الدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية غير كافية لجلب أكبر عدد من الممارسين للنشاط الرياضي بالإقامات الجامعية .

##### 5- أهمية الدراسة:

إن الطلبة الجامعيين هم حملة المشعل مستقبلا وعلى هذا الأساس وجب إعدادهم من كل النواحي حتى يتسنى لهم أداء مهامهم دون عوائق والتي من شأنها التقليل من جودة الأداء وجودة الحياة، فكيف لأي كان أن يحسن الأداء مع اعتلال، والشاهد مما ذكرت هو أن الصحة هي السبيل إلى النجاح .

إن ممارسة النشاط الرياضي بصورة منتظمة ومدروسة هو سبيل من سبل المحافظة على الصحة وتحسين الأداء، ومن أجل الإقبال على الممارسة، يجب أن لا تكون هناك معوقات تحول دونها.

وعليه تكمن أهمية هذا البحث في التعرف على الأسباب التي تعزى إليها قلة ممارسة النشاط الرياضي الترويحي من أجل أن يتمكن الباحث من اقتراح إستراتيجية لاستثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية عند طلبة الإقامة الجامعية.

##### 6- التعريف الإجرائي لمصطلحات البحث:

##### 6-1- الإستراتيجية:

هي عبارة عن التخطيط العقلاني الذي يعتمد على العلم من أجل بلوغ هدف أو أهداف مسطرة وممكنة التحقيق في ظل الظروف المحيطة وفي مدة زمنية محددة مسبقا.

## 6-2- استثمار وقت الفراغ:

وقت الفراغ هو الوقت المتبقي من الأربع والعشرين ساعة مخصصاً منها وقت العمل أو الدراسة، وقت النوم ووقت قضاء الحاجات، و الاستثمار فيه هو عدم تضييعه من أجل الاستفادة منه قصد تحقيق عائد مادي أو معنوي.

## 6-3- النشاط:

هو القيام بفعل ما.

## 6-4- الترويح :

هو ما يقوم به الفرد في وقت الفراغ قصد المتعة.

## 6-5- النشاط الرياضي الترويحي:

هو أي فعل يتضمن أنشطة رياضية ويكون في وقت الفراغ قصد تحقيق المتعة والسرور.

## 6-6 - الطالب الجامعي المقيم:

هو كل شخص يدرس بالجامعة من أجل تلقي العلم قصد الحصول على شهادة معترف بها ويقوم بالحي الجامعي.

## 6-7- الإقامة الجامعية:

هي المكان الذي يقيم به الطالب الجامعي الذي تتوفر فيه شروط معينة.

## 7- الدراسات السابقة :

وبغية الاستفادة أكثر من هذه الدراسات حاول الطالب قدر الإمكان التطرق للبحوث التي تناولت استثمار وقت الفراغ والنشاط الرياضي الترويحي كونهما متغيرين رئيسيين في الدراسة .

## 1- دراسة حسين وهدي (2014) بعنوان: دراسة معوقات الأنشطة الرياضية للجامعات الحكومية في بغداد.

- هدف الدراسة: معرفة المعوقات التي تحد من إقامة الأنشطة الرياضية ومشاركة الطلبة فيها من وجهة نظر الطلبة للجامعات الحكومية في بغداد.
- عينة الدراسة: تم اختيار الطلبة بطريقة عشوائية وبلغ عددهم 1011 طلب وطالبة مناصفة ما بين الكليات وهي تمثل 5 بالمائة من المجتمع الأصلي الذي يبلغ عدده 20132.
- أداة الدراسة: الاستبيان
- الوسائل الإحصائية: اعتمد الباحث على حزمة البرامج الإحصائية (SPSS)، وقد تم استخدام المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، اختبار T و F.

• نتائج الدراسة :

- توجد معوقات ترتبط بالجدول الدراسي.
- قلة الوعي الثقافي والرياضي.
- قلة الإمكانيات المادية .

- روتينية الأنشطة الرياضية وعدم تنوعها . (حسين و هدى، 2014)

2- دراسة قادري (2012) بعنوان: مشكلات الطلبة الجدد.

- هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى التعرف على المشكلات التي تواجه الطالب الملتحق بالجامعة لأول مرة.
- عينة الدراسة: اشتملت عينة الدراسة على 20 طالبا التحقوا بالجامعة لأول مرة واختيروا بطريقة عشوائية.
- أداة الدراسة: المقابلة.

• الوسائل الإحصائية: النسب المئوية، النسبة التائية، ك المحسوبة.

• نتائج الدراسة :

- الطلبة لديهم مشكلات دراسية و اجتماعية وأخرى اقتصادية.

- لا يوجد فروق في مشكلات الطلبة باختلاف تخصصاتهم. (حليمة، 2012)

3- دراسة الوزير وآخرون (2011) بعنوان : إستراتيجية مقترحة للنشاط الرياضي بجامعة طيبة .

- هدف الدراسة : هدفت الدراسة إلى وضع إستراتيجية للنشاط الرياضي بجامعة طيبة.
- عينة الدراسة : اشتملت عينة الدراسة على القائمين على تنفيذ البرنامج الرياضي من مشرفين رياضيين ورواد اللجان الرياضية.
- أداة الدراسة: الاستبيان.
- الوسائل الإحصائية: تم استخدام المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، التكرارات، النسب المئوية، الوزن الترجيحي، الأهمية النسبية.

• نتائج الدراسة :

- الأهداف المرجوة من النشاط لم تتحقق إلا بنسبة ضئيلة .
- وجود قصور في برنامج النشاط الرياضي.
- الإمكانيات غير كافية لتنفيذ برنامج النشاط الرياضي.
- الدعاية والإعلان غير كافية لتحقيق أهداف برنامج النشاط الرياضي. (عبد الرحمان عارف و عزة فكري،

(2011)

4- دراسة كنعان (2010) بعنوان : معوقات مشاركة طالبات شمال الأردن في الأنشطة الرياضية المدرسية .

● **هدف الدراسة:** هدفت الدراسة إلى معرفة معوقات مشاركة طالبات الصفوف (السابع، العاشر، والثاني ثانوي) في مدارس شمال الأردن في الأنشطة الرياضية المدرسية .

● **عينة الدراسة:** اشتملت عينة الدراسة على 1511 طالبة تم اختبارهم بطريقة عشوائية .

● **أداة الدراسة:** الاستبيان

● **الوسائل الإحصائية :** اعتمد الباحث على حزمة البرامج الإحصائية (SPSS)، وقد تم استخدام المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري، تحليل التباين الثلاثي للفروقات، اختبار شيفه.

● **نتائج الدراسة :**

- وجود معوقات مرتبطة بالجانب الديني و معوقات مرتبطة بالإمكانيات الرياضية معوقات مرتبطة بالمجال الأكاديمي تحد من مشاركة طالبات الصفوف (السابع، العاشر، والثاني ثانوي) في الأنشطة الرياضية المدرسية.

- هناك اهتمام عند الطالبات في تعلم المباحث التربوية المختلفة على حساب ممارسة النشاط الرياضي.

- عدم توفر المتعة في الأنشطة الرياضية لأن الألعاب الرياضية المقدمة تقليدية ومملة . (كنعان، 2010)

5- دراسة عزيز وحيدر (2009) بعنوان : استثمار أوقات الفراغ لدى طلبة الجامعة .

● **هدف الدراسة:** هدفت الدراسة إلى التعرف على كيفية استثمار أوقات الفراغ لدى طلبة الجامعة، والتعرف على الفروق وفق متغير الجنس.

● **عينة الدراسة:** اشتملت عينة الدراسة على 106 طالب وطالبة .

● **أداة الدراسة:** الاستبيان.

● **الوسائل الإحصائية :** اعتمد الباحث على حزمة البرامج الإحصائية (SPSS)، وقد تم استخدام الوزن المعوي، الوسط المرجح.

● **نتائج الدراسة :**

- وجود توجه ديني لدى طلبة الجامعة .

- وجود جانب سلبي مسيطر على الطلبة في استثمار معظم أوقات فراغهم لأن هنالك مجموعة لا يستهان بها يقضون وقت فراغهم بدون فائدة أو جدوى كاللقاء مع الجنس الآخر، التجوال في الشارع، الجلوس في المقهى واستعمال جهاز الموبايل للهو.

6- دراسة سمير بن محمد خليل سيد (2009) بعنوان : دراسة تأثير الإمكانيات و الأنشطة الرياضية على اتجاهات طلبة جامعة طيبة.

● **هدف الدراسة:** هدفت البحث إلى دراسة تأثير الإمكانيات و الأنشطة الرياضية على اتجاهات طلبة جامعة طيبة.

- عينة الدراسة: اشتملت عينة الدراسة على 295 طالبا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية.
- أداة الدراسة : الاستبيان.
- الوسائل الإحصائية: اعتمد الباحث على حزمة البرامج الإحصائية (SPSS)، وقد تم استخدام التكرارات، النسب المئوية لتحليل التباين، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، تحليل التباين.
- نتائج الدراسة:

- مرافق المنشآت الرياضية بالجامعة مهملة.
- لا يوجد مشرف لكل نشاط رياضي.
- عدم توفير الإسعافات الأولية.
- بفضل الطالب قضاء وقت الفراغ في نشاط غير بدني مع الأصدقاء. (سيد، 2009)
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استثمار أوقات الفراغ لدى طلبة الجامعة وفق متغير الجنس لمصلحة الذكور لأن الطلبة (الذكور) يقضون معظم أوقات فراغهم خارج المنزل أما الطالبات (الإناث) يقضون معظم أوقات فراغهم داخل المنزل. (عزيز و حيدر، 2009).

#### 7- دراسة د.هاني محمد يونس موسى(2008) بعنوان : دراسة تقويمية للأنشطة الطلابية بكلية المعلمين.

- هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى تقويم الأنشطة الطلابية بكلية المعلمين بجامعة الملك سعود، وبالتالي التعرف علي أبرز الصعوبات التي تواجه تلك الأنشطة ، ومن التوصل إلي بعض المقترحات التي قد تزيد من مستوى تفعيل تلك الأنشطة بالكلية.
- عينة الدراسة: بلغ عدد المجتمع الأصلي للدراسة 2415 طالبا وهم طلاب كلية المعلمين - جامعة الملك سعود وذلك للعام الجامعي 2007 / 2008 م ، وتم اختيار عينة عشوائية من هؤلاء الطلاب لتطبيق الاستبانة عليهم والتعرف علي آرائهم ، وبلغ حجم العينة 362 طالبا بنسبة بلغت 14.99% ، وشملت العينة تخصصات متنوعة مثل : اللغة العربية ، واللغة الانجليزية ، والرياضيات ، والحاسب الآلي ، والكيمياء.
- نتائج الدراسة:

- كثرة المقررات وتعارض مواعيدها مع ممارسة الأنشطة.
- ضعف عوامل الجذب في الأنشطة.
- اقتناع الطلبة أن الأنشطة تؤدي إلي مضيعة الوقت.
- الميزانية المخصصة للأنشطة بالكلية ضئيلة. (موسي، 2008)

8- دراسة مارديني (1999) بعنوان : اتجاهات طلبة جامعة اليرموك - الأردن نحو الأنشطة الترويحية وأوقات الفراغ.

• هدف الدراسة :

هدفت الدراسة إلى التعرف على الاتجاهات السائدة لدى طلبة جامعة اليرموك نحو الأنشطة الترويحية وأوقات الفراغ والتعرف إلى تأثير بعض المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والتربوية على اتجاهات الطلبة نحو الترويح.

• عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (200) طالب من طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك.

• نتائج الدراسة:

وجود فرق دال إحصائيا بين اتجاهات الطلبة نحو ممارسة الترويح والمستوى المتدني (أمي) والمستوى العالي (ثانوي فما فوق) لدى الوالدين لصالح المستوى العالي، وكذلك أوضحت الدراسة أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين اتجاهات الطلبة نحو ممارسة الترويح ومتغير كل من الدخل الشهري للأسرة، ومكان الإقامة، وبينت الدراسة أيضا أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين اتجاهات الطلبة نحو ممارسة الترويح ومدى الممارسة الفعلية أو عدمها للترويح. (مارديني، 1999)

9- دراسة إستيتية (1997) بعنوان: أثر متغيرات الجنس ومكان السكن والمستوى الاقتصادي على مدي ممارسة مجالات أنشطة أوقات الفراغ .

• هدف الدراسة: هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر متغيرات الجنس ومكان السكن والمستوى الاقتصادي على مدى ممارسة مجالات أنشطة أوقات الفراغ في عينة أردنية.

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

• نتائج الدراسة: أشارت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين في بعدي مشاهدة البرامج التلفزيونية والأنشطة الرياضية لصالح الذكور، بينما لا توجد فروق دالة بين الجنسين في أبعاد البرامج الفنية والعلمية، و البرامج الاجتماعية، وموضوعات المطالعة، وحضور الندوات، وخدمة المجتمع، كما أشارت الدراسة إلى عدم وجود أثر ذي دلالة إحصائية لكل من متغير مكان السكن والمستوى الاقتصادي على مدى ممارسة مجالات أنشطة أوقات الفراغ لدى عينة الدراسة. (استيتية، 1997)

10- دراسة التميمي (1995) بعنوان: درس التربية الرياضية وأثره على ميول ورغبات طلبة المدارس الثانوية.

• هدف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على ميول ورغبات الطلبة نحو مزاوله النشاط قبل الدرس ومدى تأثير درس التربية الرياضية على هذا الميل وعلى تأثير هذا الأخير على ميول ورغبات الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي إضافة إلى التعرف على الميول الإيجابية والسلبية وتأثير كل منهما.

• عينة الدراسة: اشتملت عينة الدراسة على 465 طالبا وطالبة من أصل 750 طالبا وطالبة.

• أداة الدراسة : الاستبيان.

• الوسائل الإحصائية : النسب المئوية.

• نتائج الدراسة :

- هنالك تأثير واضح لدرس التربية الرياضية في تغيير ميول و رغبات الطلبة إيجابيا نحو التربية الرياضية ومزاولة النشاط الرياضي عموما.

- اتضح من خلال الكشف الأولي لأراء ورغبات الطلبة أنه هنالك طلبة لا يرغبون في الرياضة نهائيا إلا أن للدرس فاعليته في التأثير الواضح في تغيير أفكار هؤلاء.

- إن الطلبة الممارسين للرياضة أكثر ميل للدرس من الطلبة غير الممارسين لها خارج الدرس. (التميمي، 2008)

#### 11- دراسة وطفة (1992) بعنوان : وقت الفراغ لدى الشباب.

• هدف الدراسة: هدفت الدراسة إلى التعرف إلى الكيفية التي يستغل بها الشباب وقت الفراغ.

• عينة الدراسة: اشتملت عينة الدراسة على طلاب المعسكرات الصيفية حيث بلغت 800 طالبا و طالبة من المرحلة الثانوية و 322 طالبا وطالبة من المرحلة الجامعية (المسح الشامل).

• أداة الدراسة: الاستبيان

• الوسائل الإحصائية: تم استخدام النسب المئوية، تحليل التباين، اختبار فيشر.

• نتائج الدراسة:

- يمارس الطلبة أنشطة ترويجية إيجابية

- انعدام الفروق بين الذكور والإناث

- و يوصي الباحث بإقامة المنشآت الثقافية والعلمية الترويجية الخاصة بالشباب عامة وذلك تحت شعار استثمار

أفضل لأوقات الفراغ. (وظفة، 2015)

#### 12- دراسات خطاب (1990) بعنوان: الممارسة الرياضية في وقت الفراغ لتلاميذ وتلميذات المدارس الثانوية.

• هدف الدراسة :

هدفت هذه الدراسة على التعرف على رغبات التلاميذ والتلميذات نحو الأنشطة المفضلة في وقت الفراغ، و بصفة خاصة مادة تفضيل ممارسة النشاط الرياضي في وقت الفراغ، والتعرف على تفضيل ممارسة النشاط الرياضي في وقت الفراغ، و التعرف على حجم الممارسة الرياضية المنتظمة في وقت الفراغ وأنواع الأنشطة الرياضية التي يمارسها التلاميذ والتلميذات.

وكذا التعرف على دوافع ممارسة وعدم ممارسة النشاط الرياضي في وقت الفراغ لدى التلاميذ والتلميذات والتعرف

على استجاباتهم نحو تحديد الأشخاص الذين يعزى إليهم فضل الإيحاء بممارسة الرياضة في وقت الفراغ.

- **عينة الدراسة:** اشتملت عينة الدراسة على (500) تلميذ وتلميذة من تلاميذ الصف الثاني الثانوي في محافظتي القاهرة و الجيزة، نصفها من الذكور والنصف الآخر من الإناث.

- **نتائج الدراسة:**

أوضحت الدراسة أن التلاميذ والتلميذات يفضلون بدرجة كبيرة الأنشطة التالية:

مشاهدة التلفزيون والذهاب إلى السينما أو المسرح وسماع الراديو أو التسجيلات الغنائية أو الموسيقية.

كما أوضحت الدراسة أن الألعاب الرياضية التالية:

كرة القدم وكرة السلة والكرة الطائرة وكرة اليد، وتنس الطاولة احتلت المرتبة الأولى لدى التلاميذ والتلميذات كذلك أوضحت الدراسة أن أهم دوافع الممارسة لدى التلاميذ هو الوصول إلى المستويات الرياضية العالية، واهم دافع للممارسة الرياضية لدى التلميذات اكتساب اللياقة البدنية والصحة والقوام الجيد، في حين أوضحت الدراسة أن أهم أسباب عدم ممارسة النشاط الرياضي في وقت الفراغ لدى عينة الدراسة هو عدم توافر الوقت للانشغال بالذاكرة وبينت الدراسة أن الفصل الأول للإيجاء بممارسة النشاط الرياضي لدى التلاميذ في وقت الفراغ كان للأب، في حين أن الفضل الأول للإيجاء بممارسة النشاط الرياضي لدى التلميذات في وقت الفراغ كان لمدرس التربية الرياضية. (خطاب و محمد، 1990، صفحة 181)

### 13- دراسة الكردى (1988) بعنوان: اتجاهات الممارسة الرياضية في الوقت الحر لدى طلاب الجامعة الأردنية.

- **هدف الدراسة:**

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى إقبال طلاب الجامعة الأردنية على ممارسة الأنشطة الرياضية بهدف شغل الأوقات الحرة، و التعرف على اتجاهاتهم وميولهم والدوافع التي تشير اهتماماتهم نحو ممارسة الأنشطة الرياضية في أوقاتهم الحرة.

- **عينة الدراسة:**

بينت الدراسة أن نسبة (31.2%) من الطلاب تمارس بانتظام الأنشطة الرياضية في الوقت الحر. كما بينت الدراسة أن نسبة (55.8%) من طلاب الكليات العلمية تمارس بانتظام الرياضة في وقت الحر، ونسبة (33.8%) من طلاب الكليات الإنسانية تمارس بانتظام الرياضة في الوقت الحر، كذلك بينت الدراسة أن نسبة (65.7%) من الطلاب كانوا يميلون إلى ممارسة الرياضة في الوقت الحر.

### 14- دراسة قنديل وآخرون (1986) بعنوان: الأوقات الحرة لدى الشباب السعودي " المنطقة الشرقية.

## • هدف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على الأوقات الحرة للشباب في مختلف مراحلها السنوية والتعرف على كيفية تصرف الشباب في أوقاتهم الحرة والأنشطة التي يمارسونها وميولهم ورغباتهم المختلفة، والتعرف على المشكلات التي تساعد على حسن استثمار أوقات فراغهم استثماراً إيجابياً يساعد على بناء شخصيته وتكاملها.

• **عينة البحث:** شملت عينة الدراسة (13728) فرداً من طلاب مراحل التعليم العام، و المرحلة الجامعية، وموظفين، و عمال و قري، و بادية.

## • نتائج الدراسة:

أظهرت الدراسة أن نسبة كبيرة من الشباب لديها ساعات مقدارها أربع ساعات وتزداد هذه الفترة إلى أكثر من سبع ساعات في إجازات نهاية الأسبوع، والإجازات الأخرى، كما أظهرت الدراسة أن أهم الأنشطة التي يميل الشباب لممارستها هي : الأنشطة الرياضية والرحلات ، كذلك أظهرت الدراسة أن أهم المشكلات التي لا تساعد الشباب على حسن استثمار أوقات فراغهم استثماراً إيجابياً هو عدم وجود ناد قريب من السكن أو قلة الملاعب في الحي، وقلة المنتزهات. (قنديل، 1986)

و أظهرت الدراسة أيضاً أن هناك فروقا دالة إحصائية بين طلاب الكليات العلمية والإنسانية نحو الميل لممارسة الرياضية في الوقت الحر لصالح طلاب الكليات العلمية.

كما أظهرت الدراسة أن دوافع طلاب الكليات العلمية نحو ممارسة النشاط الرياضي ترجع إلى الأسباب التالية: اكتساب الصحة واللياقة البدنية والقوة والترويح عن النفس ، والميول والرغبات ، ونواحي اجتماعية، كذلك أظهرت الدراسة أن دوافع طلاب الكليات الإنسانية نحو ممارسة النشاط الرياضي تقود إلى الأسباب التالية: الصحة واللياقة البدنية ، والترويح عن النفس، والميول، والرغبات والقوة.

وأوضحت الدراسة أن أهم أسباب عزوف الطلاب عن ممارسة الرياضة في الوقت الحر يعزى إلى ما يلي: ضعف الإمكانيات المادية والبشرية، وعدم تشجيع الأسرة وأولياء الأمور لممارسة أبنائهم الرياضة، وعدم انتظام الوقت الحر خلال الدراسة الجامعية الأولى. (الكردي، 1988)

**15- الدراسة عبد العزيز (1984) بعنوان:** اتجاهات خريجات جامعات انديانا نحو ممارسة النشاط الترويحي في وقت الفراغ (عبد العزيز، 1984)

- **هدف الدراسة :** التعرف على اتجاهات خريجات جامعة انديانا نحو ممارسة النشاط الترويحي في وقت الفراغ.
- **عينة البحث:** اشتملت عينة الدراسة على (1600) خريجة جامعية وتتراوح أعمارهن ما بين 21-60 سنة.
- **نتائج الدراسة:** أظهرت أن المساهمة في الأنشطة الترويحية تميل للتناقص مع التقدم في السن كما أظهرت الدراسة أن المهنة لا تؤثر في الميل نحو المشاركة في النشاط الترويحي في وقت الفراغ. (العزير، 1984).

## 8- التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال العرض للدراسات السابقة تبين للباحث أنها اهتمت بالنشاط الرياضي من خلال التعرف على مختلف المعوقات التي تشكل عقبة لممارسة النشاط الرياضي، وتمثلت في الإمكانيات المادية والبشرية، البرامج، الدعاية و الإعلان، قلة الوعي الثقافي والرياضي، عدم تنوع الأنشطة، التوجه الديني، الجلسات السلبية، الانترنت، التحصيل الدراسي، التقدم في السن وعدم وجود الرغبة. وتمثلت أوجه التشابه بين البحث الحالي و الدراسات السابقة فيما تم ذكره في طريقة تناول حيث كان هدف البحث الحالي اقتراح إستراتيجية لممارسة النشاط الرياضي من خلال العناصر المذكورة أما الدراسات السابقة فكان الهدف منها هو التعرف على المعوقات، وتشابهت دراستنا مع دراسة واحدة فقط في الهدف العام و المتمثل في اقتراح إستراتيجية لكن كان الاختلاف في العينة .

لكن استفاد الباحث من الدراسات السابقة كونها تناولت بعد الوقت من خلال كيفية استثماره وقضائه مع الإشارة إلى تأثير الوسائل التكنولوجية حيث تناولت مدى استهلاك الوقت فيها. ومن بين ما تم تناوله ما يتعلق بأحد الأبعاد المهمة في مقترح الإستراتيجية ألا وهو العرض والطلب والذي يعتبر من بين الأسس المهمة في التصميم .

وتناولت بعض الدراسات السابقة دواعي الممارسة، وكذلك مشكلة الطلبة الجدد من حيث الاندماج مما ساعد في تناول المقترح الخاص بإستراتيجية النشاط الرياضي في وقت الفراغ.

## خلاصة:

استعرضنا في هذا الفصل مختلف الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت متغيرات بحثنا هذا، وهو ما جعلنا نتأكد من أهمية استثمار وقت الفراغ وتأثيره في ممارسة النشاط الترويحي الرياضي. إن هذه البحوث السابقة سوف تفيد البحث الحالي عبر مراحلته وخطواته المختلفة وخاصة وضع الفروض، و اختيار العينة وتفسير نتائجها.

# الباب الأول : الدراسة النظرية

1- الفصل الأول: إستراتيجية استثمار وقت الفراغ

2- الفصل الثاني: النشاط الرياضي الترويحي

3- الفصل الثالث: الطالب الجامعي المقيم

## مدخل الباب:

سنحاول في هذا الباب الذي سميناه الدراسة النظرية إعطاء نظرة شاملة عن مكونات عنوان موضوع البحث، حيث سنتطرق في الفصل الأول إلى إستراتيجية استثمار وقت الفراغ بتفصيل الإستراتيجية ثم الاستثمار ويليها في الأخير وقت الفراغ وما قيل عنه.

أما الفصل الثاني فسننتظر فيه إلى ممارسة النشاط الرياضي الترويحي حيث سنتكلم عن النشاط مفصلاً ثم نتطرق إلى الرياضة الترويحية.

والفصل الثالث خصص للطلاب الجامعي والإقامات الجامعية حيث الأول يمثل عينة البحث والثاني مكان البحث.

# الفصل الأول :

## استراتيجية استثمار وقت الفراغ

تمهيد

1- الإستراتيجية

- 1-1- مفهوم كلمة الإستراتيجية
- 1-2- تعريف الإستراتيجية
- 1-3- خصائص الإستراتيجية
- 1-4- أهمية الإستراتيجية
- 1-5- شروط وضع الإستراتيجية
- 1-6- التخطيط الإستراتيجي
- 1-6-1- التخطيط في المجال الرياضي

2- التنظيم

- 2-1- مفهوم التنظيم
  - 2-2- تعريف التنظيم
  - 2-3- خطوات التنظيم
  - 3- المنظمات الرياضية
  - 4- المنشآت الرياضية
  - 5- الاستثمار
  - 5-1- تعريف الاستثمار
  - 5-2- الاستثمار
  - 6- وقت الفراغ
  - 6-1- مقدمة
  - 6-2- مفهوم وقت الفراغ
  - 6-3- مستويات المشاركة في وقت الفراغ
  - 6-4- الوظائف الإيجابية للفراغ
  - 6-5- سمات وقت الفراغ
  - 6-6- أهمية وقت الفراغ
  - 7- بعض النماذج لإستراتيجيات مقترحة
- خلاصة

## تمهيد:

إن استثمار وقت الفراغ من الضرورات التي يجب أن نوليها اهتماماتنا الكبرى حيث في ظل ظروف الحياة المعاصرة والمعقدة صار حتماً على الفرد أن يستغل وقت فراغه وعلى المسؤولين أن يخططوا لتوجيه الفرد نحو فراغه توجيهاً جيداً بوضع إستراتيجية تجعل من وقت الفراغ مشروعاً للاستثمار.

حيث أن الاستثمار في الفرد سيعود حتماً بالفائدة القصيرة والطويلة الأمد على المجتمع.

وسيستعرض الباحث في هذا الفصل الإستراتيجية بمفاهيمها وتعاريفها بحيث سيتناول الخصائص والأهمية من وضعها مع التطرق إلى الاستثمار في الوقت والعائد منه مع التعرض إلى بعض النماذج لاستراتيجيات مقترحة.

## 1- الإستراتيجية:

### 1-1- مفهوم كلمة الإستراتيجية:

حسب محمد أحمد عبده رزق (2012) يرجع أصل كلمة إستراتيجية إلى الكلمة اليونانية استراتيجيوس وتعني فنون الحرب وإدارة المعارك، ويعرف قاموس ويستر الإستراتيجية على أنها علم تخطيط وتوجيه العمليات العسكرية، ويشير قاموس "المورد" أنها علم أو فن الحرب أو وضع الخطط وإدارة العمليات الحربية، ويشير قاموس أكسفورد أن الإستراتيجية هي أساس الفن المستخدم في تعبئة وتحريك المعدات الحربية بما يمكن من السيطرة على الموقف والعدو بصورة شاملة ولا يختلف الأمر كثيراً إذا انتقلنا إلى مجال الإدارة فهي تعني علم وفن إدارة وتخطيط كافة الأعمال والتي تمكن المؤسسة من تحقيق أهدافها. (عبده، 2012، الصفحات 53-54)

### 2-1- تعريف الإستراتيجية:

يرى نادي أحمد علي عبد المجيد (2010) أن الإستراتيجية هي التخطيط الموضوعي وفقاً للأسلوب العلمي للإدارة عن طريق تحديد الأهداف المراد تحقيقها وتحديد وسائل تحقيق هذه الأهداف من سياسات وإجراءات وبرامج في مدى زمني مناسب في إطار الإمكانيات المتاحة للعمل على التغلب على الصعوبات والمعوقات بغرض تطوير أي نظام تحقيقاً لفلسفة ومفاهيم وأهداف المجتمع وتطلعاته المستقبلية. (المجيد، 2010، صفحة 52)

ويرى محمد أحمد عبده رزق (2012) ما يلي:

- الإستراتيجية وسيلة لتحقيق رسالة المؤسسة.

- الإستراتيجية هي تحديد الأهداف طويلة الأجل.

تبين الإستراتيجية أهم الطرق التي تحقق أهداف المؤسسة وهي:

- البيئة الخارجية بمتغيراتها السياسية والثقافية والاجتماعية والتكنولوجية.

- البيئة الداخلية بمواردها المادية والبشرية.

- الأهداف المراد الوصول إلى تحقيقها. (عبده، 2012، صفحة 56)

ويرى مروان عبد المجيد إبراهيم (2010) أن الإستراتيجية علم وفن ينصرفان إلى الخطط والوسائل التي تعالج الوضع الكلي للصراع الذي تستخدم فيه القوة بشكل مباشر أو غير مباشر من اجل تحقيق هدف السياسة الذي يتعذر تنفيذه عن غير ذلك السبيل. (إبراهيم، 2010، صفحة 31)

ويرى الباحث أن الإستراتيجية هي التخطيط الذي تراعى فيه الإمكانيات المتاحة سواء كانت بشرية أو مادية لتحقيق أهداف معينة في مدة زمنية محددة.

### 1-3- خصائص الإستراتيجية:

- يذكر محمد أحمد عبده رزق (2012) عن ناجي حامد أن خصائص الإستراتيجية تتمثل في:
- الإستراتيجية ليست قاصرة على مجال دون غيره، ولكنها ترتبط أساسا بعملية تحقيق أهداف الدولة في الاتجاهات المختلفة.
  - أن أي إستراتيجية تقوم على عدد من الافتراضات النظرية والفكرية المرتبطة بالأهداف التي تسعى إلى تحقيقها، وعلى الواقع الذي يتم الانطلاق منه، وعلى الوسيلة التي يقترح استخدامها.
  - إن عملية وضع الإستراتيجية ما هي إلا عملية البحث عن أفضل الأساليب والطرق والأدوات لتحقيق الأهداف.
  - إستراتيجية كل دولة مرتبطة ارتباطا وثيقا بوضع هذه الدولة وقواها المادية والمعنوية.
  - الإستراتيجية جيدة الصياغة هي الخطوة الأولى نحو التنفيذ الفعال.
  - يجب أن تكون الإستراتيجية واضحة المعالم ومحددة المراحل. (عبده، 2012، صفحة 57)

### 1-4- أهمية الإستراتيجية:

- يرى محمد أحمد عبده رزق (2012) أن أهمية الإستراتيجية تكمن في النقاط التالية:
- تساعد في تحديد الأهداف المطلوب تحقيقها في زمن محدد.
  - أنها تساعد على تحديد الأولويات والأهمية النسبية للأهداف.
  - تساعد على اتخاذ القرارات وتعمل على وضوح الرؤية في المستقبل.
  - تظهر نقاط القوة والضعف في المؤسسة.
  - تعمل على توفير وتخصيص الموارد والإمكانات المتاحة.
  - تسهل عملية الاتصال داخل المؤسسة الرياضية. (عبده، 2012، الصفحات 57-58)

### 1-5- شروط وضع الإستراتيجية:

يذكر محمد أحمد عبده رزق عن أبو المعاطي (2012) أنه يمكن تحديد أهم هذه الشروط فيما يلي:

## • وضوح الأهداف:

لا يمكن وضع إستراتيجية سليمة الأهداف مبهمة أو غير واضحة، وعلى ذلك يجب ان تكون الأهداف متكاملة ومتراطة ومنسقة.

## • واقعية الأهداف:

إن اختيار الأساليب الناجحة للوصول إلى الأهداف المطلوبة يستلزم وجود أهداف واقعية يمكن تحقيقها، ومن ثم أهمية تكافؤ القدرات والموارد مع الأهداف، وتأثر في ذلك عمليات وضوح أهداف وتقدير الاحتياجات اللازمة وتقييم احتمالات تحقيق الهدف بالإمكانات المتاحة.

## • الابتكار والاعتماد على الذات:

يجب أن يكون الابتكار هو المدخل الرئيسي للعمل والبعد عن التقليد والبحث عن التحديث باستمرار

## • العقلانية والتخصص:

بمعنى أن عملية الإستراتيجية ما هي إلا عملية تتضمن اختيارات عقلانية في العلاقة بين الوسائل والأهداف، ويقصد بالعقلانية في هذا المجال عملية الاختيار من بين عدة وسائل وأساليب مختلفة تتم على أساس عقلائي يمكن حسابه والدفاع عنه وهو مدى فعالية هذه الأساليب في تحقيق الأهداف.

## • الالتزام:

بمعنى أن الإستراتيجية تكون ملزمة للوحدات التي تقوم بتنفيذها فهي ليس مجرد توصيات، وهذا هو أحد معايير جودة الإستراتيجية فهي تصدر عن السلطة المخولة قانونا لمثل هذا الاختصاص.

## • الاستمرارية:

فالإستراتيجية لا تحاطب المشاكل اليومية وإنما تتضمن عادة عدة مراحل تقوم كل مرحلة على ما سبقها، ومن ثم ضرورة وضوح المراحل المختلفة.

## • المرونة:

بمعنى أن تتضمن الإستراتيجية درجة من المرونة تسمح لها بمواجهة المواقف غير المحتملة أو المتوقعة. (عبد،

2012، الصفحات 58-59)

## 1-6- التخطيط الإستراتيجي:

يرى مروان عبد المجيد إبراهيم (2010) أن التخطيط الإستراتيجي هو عماد الإدارة الإستراتيجية، هو فن التعامل مع المستقبل، وهو عموما الوظيفة المبكرة أو هو نقطة البداية في اي عملية إدارية ويتضمن التخطيط الإستراتيجي مسحا لبنية المنظمة الداخلية والخارجية، ثم تحديد الأهداف الرئيسية وتقييمها وإختيار المناسب منها وتصميم الإستراتيجيات التي

تتبع من خلال برامج وجداول زمنية توظف على مداها موارد معينة لبلوغ هذه الأهداف -لاسيما إن كانت كمية -ممتابة معايير يقاس عليها الأداء الفعلي.

والتخطيط الإستراتيجي عملية مستمرة لتصميم وتطوير خطط تشمل وظائف المنظمة ويقوم على تصميم وتطوير خطة عاملة طويلة المدى بشأن كيفية التنافس والاستمرار في الصناعة (أي مجال النشاط التي تنتمي إليها المنظمة) (إبراهيم، 2010، الصفحات 98-99)

### 1-6-1- التخطيط في المجال الرياضي:

إن التخطيط في المجال الرياضي حسب طلحة حسام الدين وعدلة عيسى مطر (1997) الأساس الذي تبنى عليه مختلف عناصر العملية الإدارية من تنظيم ورقابة وتوجيه، حيث يتم عن طريقه تحديد الأهداف المراد تحقيقها وتحديد المتدخلات اللازمة لتحقيق هذه الأهداف، وكيفية استخدام هذه المتدخلات من خلال عمليات وأنشطة موضوعة وفق تسلسل زمني في التنفيذ.

فالتخطيط في المجال الرياضي يمثل أهمية بالغة في تنفيذ مختلف الأنشطة الرياضية، حيث أن غياب التخطيط يفقد العمل أهم مقوماته ألا وهي تحديد الأهداف من العمل، حيث يصبح العمل ارتجاليا لا غاية ولا هدف له، كما أن التخطيط يحدد مراحل وخطوات تنفيذ العمل والطرق المتبعة التي تلزم العاملين بإتباعها للأنشطة المختلفة والتنسيق بين هذه الأنشطة.

فعن طريق التخطيط الجيد في المجال الرياضي يمكن التنبؤ بالمشكلات والعقبات التي تقف في طريق تحقيق الهدف، فبذلك يمكن العمل على تلافيها قبل وقوعها، والعمل على الاستغلال الجيد للإمكانات المادية والبشرية المتوفرة في التنظيم وتوفير النقص بما تحسبا للمستقبل الذي تنبأ به التخطيط. (الدين و عدلة، 1997، صفحة 45)

### 2- التنظيم:

#### 1-2- مفهوم التنظيم:

يرى عبد الحميد شرف (1999) أن التنظيم هو توحيد الجهود وتجميعها في محصلة واحدة وانطلاقها نحو الهدف بتحديد المسؤوليات ومعرفتها وتقسيمها إلى أقسام محددة وكذا تحديد العلاقات التنظيمية.

فالتنظيم ليس هدفا في حد ذاته وإنما الهدف منه توحيد الجهود، وأن تعمل الجماعة كأنها فرد واحد وذلك عن طريق تحقيق جهد متعاون مع كل أفراد الجماعة كأنها فرد واحد وعلى هذا يكون التنظيم وسيلة لتحقيق الهدف. (شرف، 1999، صفحة 103)

#### 2-2- تعريف التنظيم:

يذكر عبد الحميد شرف (1999) عن الفن براون أن التنظيم يحدد الجزء الذي يتوقع من كل عضو في المنشأة والعلاقات بين هؤلاء الأعضاء، بغرض أن يكون أداؤهم أكثر ما يكون فاعلية لتحقيق هدف هذه المنشأة.

وعن موني أنه شكل لأي تجمع إنساني يرمي إلى تحقيق هدف مشترك، وعن جورج فيري أنه تصميم علاقات نشطة للسلطة بين النشاط والأفراد، وأماكن العمل بهدف تمكين الأفراد من العمل مع بعضهما بكفاءة. (شرف، 1999، الصفحات 104-105)

ويرى الباحث أن التنظيم هو مجموعة من المهام التي تؤديها مجموعة الأفراد لغرض تحقيق هدف معين.

## 2-3-خطوات التنظيم:

هناك بعض الخطوات التي يجب أتباعها عند وضع الخطة التنظيمية لإحدى الهيئات أو المؤسسات وهي على

النحو التالي: حسب محمود عبد المقصود وحسن أحمد الشافعي(2003)

بيان أهداف المؤسسة وتبعيتها (حكومية أو أهلية ) ونوع العملاء الذين تخدمهم والمنطقة التي تخدمها.

1- تحديد أعمال وواجبات الهيئة المؤسسة وتصنيف الأعمال التي تقوم بها في مجموعات متناسقة.

2- تحديد الإدارات والأقسام التي تكون هيكل التنظيم الإداري للمؤسسة واللازمة لتحقيق أهدافها، وتوضيح ذلك

على خريطة تنظيمية.

3- تحديد اختصاصات هذه الإدارات والأقسام وتحديد سلطاتها ومسؤولياتها والعلاقة بينها.

4- تحديد عدد الوظائف والموظفين اللازمين لحاجة العمل بالمؤسسة والمؤهلات والشروط الواجب توافرها فيهم.

5- تحديد اختصاصات وسلطات ومسؤوليات هؤلاء الموظفين وتوضيح العلاقة بينهم.

6- وضع لوائح العمل التنظيمية مثل لائحة الموظفين واللائحة المالية ولائحة المخازن والمشتريات ولائحة بدل

السفر... الخ.

7- وضع النظم التي تحدد طرق وإجراءات العمل في الإدارات والأقسام المختلفة بالمؤسسة.

8- وضع نظم المراقبة الداخلية وتحديد أنواع ومحتويات التقارير الدورية الواجب تقديمها للمستويات الإدارية المختلفة.

9- الدراسة المستمرة وتببع تنظيم المؤسسة وتعديل هذا التنظيم بما يكفل التقدم المستمر. (عبد المقصود و حسن،

2003، صفحة 9 10)

## 3- المنظمات الرياضية:

يرى طلحة حسام الدين وعدلة عيسى مطر (1997) إن ما يطلق عليه السلوك التنظيمي يعني سلوك

الأفراد داخل المنظمات، فالمنظمات في حد ذاتها لا تضع سياسات ولا تتخذ قرارات، وإنما الأفراد هم المسؤولون عن ذلك

في ضوء مهام محددة. أي أن المنظمة بهذا المفهوم هي عبارة عن نظام مفتوح له مدخلات ومخرجات ينتج عنها عائد

محسوب وتتكون من أبعاد أربعة رئيسية وهي:

**المهام:** فكل منظمة مهمة يناط بها إنجازها

**الهيكل:** وهو الإطار الذي ينظم الأنشطة والإجراءات التي تؤدي لتحقيق الهدف.

**الأدوات:** وهي الأجهزة والمعدات والمعرفة الفنية اللازمة لأداء الأنشطة  
**الأفراد:** هم الذين يشغلون وظائف ومهام المنظمة.

وهذه الأبعاد الأربعة تعمل في ديناميكية خاصة لتكوين المفهوم الحديث للمنظمات.

ورغم كل ما تعانيه الرياضة بمختلف أنشطتها وعلى كل مستوياتها في الدول النامية من مشكلات، يمثل الجانب الإداري العنصر الأساسي، ورغم أن العملية الإدارية في كل المجالات الرياضية مازالت موضع نقد، سواء ممن يعملون فيها أو ممن يتعاملون معها، فإن كل ذلك لا يعني عدم أهمية وجود مثل هذه المنظمات، ولعل من أهم أسباب معاناة الرياضة، ليس وجود هذه المنظمات، ولكن فعالية أدائها ووضوح أهدافها وكفاءة المسؤولين عنها والعاملين فيها. (الدين و عدلة، 1997، الصفحات 159-160)

#### **4- المنشآت الرياضية:**

إن وضع أي إستراتيجية في المجال الرياضي تعتمد في الأساس على المنشآت الرياضية حيث يجب أن تراعى فيها المقاييس الضرورية إضافة إلى عددها لتقابل حاجات المجتمع البشري الذي سيقوم باستغلالها. ويرى عبد الحميد شرف (1999) أن الأدوات والمنشآت تعتبر من أهم العناصر الرئيسية لإنجاح العملية الإدارية بصفة عامة ونجاح أي برنامج في التربية الرياضية، لذلك كان من الضروري توفر هذه الأدوات والمنشآت اللازمة لممارسة أي نشاط وليس توفيرها فقط بل توفيرها من المستوى الجيد وتبرز أهمية الأدوات في الآتي:

- تساعد على رفع المستوى المهاري والأداء الحركي.
- تعمل على تفادي الفرد للإصابات.
- تساعد المرابي على تعليم المهارة في أقصر وقت ممكن.
- الأداء إحدى الوسائل المهمة في اكتساب اللياقة البدنية العامة والخاصة.
- وسيلة فعالة وجيدة من وسائل التشويق
- الاعتبارات التي يجب مراعاتها عند اختيار الأدوات:
- دقة التصميم وجمال الشكل وسهولة الاستعمال.
- أن تتماشى مع المواصفات القانونية للنشاط مع عدة مستويات في الداء.
- أن تكون مصنوعة من مادة ذات جودة عالية لتوفير عامل الأمن والسلامة ويمكن استخدامها لأطول فترة ممكنة وبذلك يتوفر فيها عامل الاقتصاد والتوفير. (شرف، 1999، صفحة 273).

## 5- الاستثمار:

إن ممارسة النشاط الرياضي يؤدي حتما إلى تجديد الطاقة لدى الفرد، مما يجعله سعيدا و أكثر حيوية وبالتالي سيقبل على أداء الأنشطة المطلوبة بحيوية ودقة الذي كان من الضروري على الفرد أن يستثمر وقت فراغه في ممارسة النشاط الرياضي.

### 5-1- تعريف الاستثمار:

يذكر محمد أحمد عبده (2012) عن سيد هوارى بأنه ارتباط بهدف تحقيق مكاسب متوقعة على فترة طويلة في المستقبل.

وعن محمد مطر أنه التخلي عن أموال يمتلكها الفرد في لحظة زمنية معينة ولفترة من الزمن بقصد الحصول على تدفقات مالية مستقبلية تعوضه عن القيمة الحالية للأموال المستثمرة.

وعن حسن الشافعي انه أصل تحتفظ به المؤسسة لتنمية ثروتها من خلال ما يتولد عنه من إيرادات مكتسبة مثل توزيع الأرباح والفوائد وعوائد الإيجار أو من خلال تزايد أصل رأس المال. (عبده، 2012، صفحة 21)

ويرى الباحث إن الاستثمار في الوقت كاستثمار في المال كلاهما مدر فالفرد إن أحسن استثمار وقته ربح من عدة نواحي سواء كانت صحية، بدنية واقتصادية، و هذا عائد لا يضاهيه عائد.

#### • أهداف الاستثمار:

يذكر محمد أحمد عبده (2012) عن طاهر مردان أن أهداف الاستثمار تتمثل في:

#### • الهدف العام للاستثمار:

- هو تحقيق العائد
- تكوين الثروة وتنميتها
- تأمين الحاجات المتوقعة
- المحافظة على قيمة الموجودات (عبده، 2012، صفحة 23)

### 5-2- الاستثمار البشري:

يذكر محمد أحمد عبده رزق (2012) عن محمد الجرواني أن الاستثمار البشري يهدف إلى زيادة قدرة أفراد المجتمع على العمل كعض أوجه الإنفاق على التعليم والتدريب ورفع المستوى الثقافي وتحسين المستوى الصحي فضلا عن زيادة الرفاهية الاجتماعية عن طريق تحسين الأحوال المعيشية، وعن حسن الشافعي أن الاستثمار البشري كون الإنسان فيه هو هدف التنمية ووسيلتها.

وعن أحمد مطاوع أن الاستثمار البشري هو استثمار في كل ما هو غير ملموس مثل الأيدي العاملة والقوى البشرية، والتي قد يتمثل عائدها في صورة مادية أو معنوية أو أدبية ويظهر العائد منه بعد فترة زمنية ليست بالقليلة إلا أن هذا العائد يكون مستمرا أو متصاعدا مع مرور الزمن (عبد، 2012، صفحة 28)

ويرى الباحث أن بناء منشأة رياضية هو نوع من الاستثمار البشري، حيث سيقبل عليه الفرد ممارسا مما سيؤدي بالضرورة إلى تحسين أدائه والحفاظ على صحته وتجنب الآفات الاجتماعية والفوائد عديدة لا تحصى، وبذلك سنستثمر في هذا الفرد بهذه المنشأة حيث أن العائد سيكون مستقبلا في آدائه لعمله، وحسن سلوكه وسيورته في مجتمعه.

## 6- وقت الفراغ:

### 6-1- مقدمة:

حسب آماني متولي البطراوي ومحمد عبد العزيز سلامة (2013) ظهرت فلسفة وقت الفراغ في مستهل القرن العشرين مع بداية الثورة العلمية والتكنولوجية، حيث إن كلما زادت وانتشرت الثورة المعلوماتية والتكنولوجية زاد الوقت المتبقي لدى الإنسان أي (وقت الفراغ).

فوقت الفراغ ولید مع بداية حياة الإنسان كما أنه عرف في جميع العصور وفي مختلف الحضارات وأكبر دليل على ذلك اهتمام المصريين القدماء بوقت الفراغ وظهر ذلك واضحا من النقوشات والرسومات التي وجدت على جدران المعابد والمقابر والتي أوضحت مختلف مظاهر الحياة اليومية للقدماء المصريين وأوضحت كيف كان المصريين القدماء يقضون أوقات فراغهم وطبيعة الأنشطة الترويحية التي كانت تمارس في ذلك العصر.

قدما كانت النظرة لوقت الفراغ على أنه عدد من الساعات الضائعة التي لا يستفيد منها الإنسان أما الآن فينظر إليه على أنه وقت لاكتساب القيم والمعرفة ولتنمية المهارات والقدرات وكذلك وقت للترويح.

نظرا لأهمية وقت الفراغ في حياة المواطنين وفي حياة المجتمعات اهتمت الدول المتقدمة (أي دول العالم الأول) بتوفير وقت الفراغ لأبنائها واهتمت أيضا بطرق ووسائل استثماره، وقد اهتمت العديد من المؤسسة المجتمعية مثل المؤسسات التربوية والاجتماعية وكذلك الدينية بدراسة وقت الفراغ وأهميته بالنسبة للفرد والمجتمع، وكذلك بطرق ووسائل استثماره تجنبا للمشاكل التي تحدث نتيجة للاستغلال السيئ لوقت الفراغ. (البطراوي و سلامة، 2013، الصفحات 2-3)

### 6-2- مفهوم وقت الفراغ:

يرى كمال درويش وأمين الخولي (2001) أن وقت الفراغ هو حر، لا يستغل في العمل، بمعنى أنه وقت معزول لا عمل تؤديه خلاله. (درويش و الخولي، 2001، صفحة 107)

وترى عطيات محمد خطاب (1990) أن الترويح يرتبط ارتباطا وثيقا بوقت الفراغ، فلكي يكون النشاط ترويحيا ينبغي إن يمارس في وقت الفراغ وليس في وقت العمل. (خطاب و محمد، 1990، صفحة 10)

ويرى محمد الحماحي وعائدة عبد العزيز مصطفى(2001) أن مصطلح وقت الفراغ مشتق من الأصل اللاتيني Licere ويعني التحرر من قيود العمل أو من الارتباطات، إلا إن وقت الفراغ أصبح في القرن المعاصر يرتبط بحرية استخدام الفرد لهذا الوقت وذلك بطرق متعددة ولا نهائية.

فنجد أنه كان ينظر لوقت الفراغ فيما مضى على أنه عدد من الساعات الضائعة سيتسلم الفرد خلالها لوساوس الشيطان وذلك وفقا لرأي كالفن، أصبح ينظر إليه كوقت لاكتساب القيم وفقا لأراء جراي وبلجربينو وكوقت للترويح ولاكتساب المعرفة والمهارات، وكوقت يتم خلاله تنمية الشخصية الإنسانية وذلك وفقا للاتجاهات الحديثة نحو وقت الفراغ في عالمنا المعاصر . (الحماحي و عائدة، 2001، صفحة 20)

ويرى الباحث أن وقت الفراغ هو ذلك الوقت الذي يشعر أثناءه الفرد بأنه متحرر من الواجبات مما يتيح له فرصة الاختيار للأنشطة التي يريد ممارستها بحرية .

### ● الطرق الأساسية لتعريف وقت الفراغ:

حسب كمال درويش ومحمد الحماحي(1997) يصنف الباحثين والفلاسفة المهتمين بدراسة مفهوم أوقات الفراغ والترويح الطرق الأساسية لتعريف وقت الفراغ وفقا لما يلي:

#### أ- الطريقة الأولى:

تتناول الأربع والعشرين ساعة التي تكون مجمل اليوم مخصصا منها الفترات غير المخصصة لوقت الفراغ، كوقت تناول الوجبات الغذائية والعمل وإشباع الحاجات الفسيولوجية والنوم، ويسمى هذا النوع من التعريف بالمتبقي أو الفائض، ويعرف قاموس علم الاجتماع بأنه إجمالي الوقت الموجه للنوم والعمل وللحاجات الأخرى مستقطعا من الأربع والعشرين ساعة.

وبذلك فإن وقت الفراغ يتضمن التحرر من العمل الذي يقوم الفرد بأدائه ويحصل منه مقابل مادي ، وكذلك التحرر من البرامج الدراسية التي تكون جزءا من المقررات التعليمية ، كما يشمل أيضا وقت الفراغ التحرر من الالتزامات التي تفرضها الأشكال الرئيسية الأخرى والتي يطلق عليها الالتزامات الأولية وذلك كالاتزامات الأسرية والاجتماعية.

#### ب- الطريقة الثانية :

لا تهتم تلك الطريقة بفكرة الوقت وإنما تعتبر نوع من النشاط الذي يتم ممارسته هو الأساس في تعريف وقت الفراغ، ولذا تؤكد على أنه ليس من الضروري وجود كم من الوقت المتاح للفرد لقيامه بنشاط ما ولكن ما يجب عليه هو كيفية مشاركة الفرد في النشاط في هذا الوقت المتاح له، ومن ثم فإن هذه الطريقة تركز على أن تكون الأهمية للكيفية التي يتم بها استثمار وقت الفراغ وليس لكم الوقت المتاح للفرد.

## ج- الطريقة الثالثة:

تربط الطريقة الثالثة من طرق تعريف وقت الفراغ بين الطريقتين السابقتين وهما طريقة الفائض أو الكمية وطريقة الكيف أو النشاط، ومن ثم يمكن أن ينتج عن هذا الربط أو الدمج العديد من التعريفات المرتبطة بوقت الفراغ والتي يمكن أن تحدها فيما يلي:

- وقت الفراغ هو الوقت الذي يتحرر فيه الفرد من العمل أو من أية إلتزمات أخرى وبحيث يمكن للفرد الاستفادة منه في الاسترخاء أو الترويح أو النشاط الاجتماعي أو في تطوير شخصيته.
- وقت الفراغ هو نوع من النشاط يشارك فيه الفرد بمحض إرادته بغرض الراحة أو الترويح عن نفسه أو لتنميته معرفياً اوليحقن من مهاراته أو للمشاركة في الحياة الاجتماعية أو لتطوير قدراته، وذلك بعد الانتهاء من أعباء العمل وواجبات الأسرة والمهام الاجتماعية الأخرى.
- وقت الفراغ هو ذلك القدر من الوقت الذي لا يتم خلاله إشباع الحاجات الأساسية ومن ثم لا يتسم بالإجبار على فعل أي شيء، فهو الوقت الحر المتروك لتقدير الفرد ليفعل فيه ما يشاء أو هو الوقت الذي يمارس خلاله الفرد وبادراته أنواع من النشاط أو من الخبرات التي يختارها بذاته. (درويش و محمد، 1997، الصفحات 29-30)

### • تصنيفات تعريف وقت الفراغ :

وحسب محمد الحماحي وعابدة عبد العزيز مصطفى(2001)بجدد كل من رنولد كارلسون، جانيت ماكلين، تيودرديب، جيمس بيترسون الطرق الأساسية التالية لتعريف وقت الفراغ في أربع تصنيفات هي:

#### أ- وقت الفراغ بمثابة التأمل:

- يرى بعض المربين والفلاسفة والباحثين في مجال وقت الفراغ أنه يعد بمثابة التأمل، فهو مرتبط بحالة عقلية وثقافية ووجودية ويتفق مع هذا المفهوم آراء كل من :
- دي جرازيه إذ يشير إلى وقت الفراغ بأنه حالة وجودية وكذلك يعد مؤشراً لحالة أو ظروف الفرد.
  - بيبر إذ ينظر لوقت الفراغ على أنه حالة تأملية وأنه يعد في مرتبة متقدمة لمناشط الحياة.
  - هاربرت ريد الذي يرى أن وقت الفراغ هو الوقت الذي يوفره للراحة والتأمل.

#### ب- وقت الفراغ بمثابة نشاط:

كذلك تشير بعض الآراء إلى أن وقت الفراغ يعد بمثابة نشاط وبأنه عادة ما يكون من غير نشاط العمل وإن وقت الفراغ يعد كحقل تجريبي يمارس خلاله الفرد مناشط تتضمن العديد من القيم والخبرات ويتفق مع هذا المفهوم آراء كل من:

**دومازيدي:** إذ يرى أن وقت الفراغ يعد نشاطا بعيدا عن المناشط الإجبارية المرتبطة بالعمل أو الأسرة أو المجتمع، ومن خلاله ذلك النشاط -وقت الفراغ- يعمل الفرد ما يريد ويرغبه، وذلك كالأسترخاء، التسلية تنمية المعرفة، المشاركة الاجتماعية، تدريبات حرة

**كابيلن:** الذي يؤكد على أن وقت الفراغ يعد جزءا من الخبرة الشخصية ومصدرا للقيم.

**باركر:** إذ يشير إلى وقت الفراغ بأنه مجموعة من الوظائف والمناشط التي ينغمس فيها الفرد بإرادته وذلك بحثا عن راحة أو متعة أو بغرض تنمية معلوماته أو لتحسين مهاراته أو الإسهام في تقديم خدمات تطوعية للمجتمع الذي يحيط به.

**فريدمان:** الذي يؤكد أن وقت الفراغ هو ذلك النشاط الذي يختاره الفرد بكامل حريته والذي يؤديه بطريقة الخاصة ويتوقع منه إحساسا بالرضا والمتعة والنمو.

**كير:** إذ يرى أن وقت الفراغ يعد فعلا نشاطا اختيارياً يبدع فيه الفرد وفقا لنمطه ويستريح خلاله من تفكير العمل ومشكلاته.

**نويمر ونويم:** يشيران إلى أن وقت الفراغ هو أي نشاط حر بعيدا عن القيود أو الالتزامات.

**هانهارت:** الذي يرى أن وقت الفراغ هو كل نشاط لا يرتبط بنشاط العمل.

### **ج- وقت الفراغ بمثابة وقت حر:**

ترى بعض الآراء أن وقت الفراغ يعد بمثابة وقت حر، وقت لتقدير الفرد، وقت اختياري، وإن ذلك الوقت يمكن استخدامه وفقا لما يراه الفرد مناسباً ويمكن استثماره بطرق مختلفة بعيدا عن وقت العمل المدفوع الأجر ويتفق مع هذا المفهوم آراء كل من :

- براتبيل وموبلي إذ يتفقان على أن وقت الفراغ هو الوقت الذي يكون الإحساس بالالتزام والمسؤولية في أدنى مستوى، كما أن ذلك الوقت يكون بعيدا عن استخدامه في تلبية الاحتياجات المعيشية للفرد.
- كراوس الذي يرى أن وقت الفراغ يعد جزءا من وقت الفرد، والذي لا يكون مخصصا للعمل أو مرتبطا بمسؤولياته أو بأية مناشط أخرى إجبارية، ويمكن النظر إليه على أنه وقت متروك لتقدير الفرد أو أنه الوقت غير المجر عليه الفرد.
- ميرفي إذ يشير إلى وقت الفراغ على أنه: الوقت المتاح الذي يستخدمه الفرد في تقدير ما يراه مناسباً.
- براتبيل الذي ينظر إلى وقت الفراغ على أنه الوقت الذي يتحرر الفرد خلاله من قيوده، وتكون التزاماته ومسؤوليته في أدنى درجاتها.
- ناش إذ يعرف وقت الفراغ بأنه الوقت الحر الذي يتبقى من وقت الفرد بعد انتهائه من أداء المناشط الأساسية لحياته.
- برات الذي يشير إلى وقت الفراغ بأنه الوقت الحر المتبقي من الأربع والعشرين ساعة بعد حذف الوقت الذي يحتاجه الإنسان لتلبية احتياجاته اليومية بما في ذلك ساعات نومه، والذي يستغله وفقا لما يريده.

## د- النظرية الشمولية لوقت الفراغ:

الآراء التي تتبنى النظرة الشمولية لوقت الفراغ ترى أن وقت الفراغ هو مجموع الآراء الثلاثة السابقة ويؤكد ذلك كل من كارلسون ماكلين، وديب وبيترسون إذ يرون أن وقت الفراغ هو ذلك القدر من الوقت الذي لا يتم خلاله اشباع الحاجات الأساسية للفرد، ومن ثم لا يتسم بالإجبار على فعل أي شيء، فهو الوقت الحر المتروك لتقدير الفرد ليفعل فيه ما يشاء، أو هو الوقت الذي يمارس خلاله الفرد وبارادته أنواع الخبرات التي يختارها بذاته.

كما يشير حلمي إبراهيم ولوسشن إلى أنه لا توجد نظرية موحدة لوقت الفراغ، ويشيران إلى أن وقت الفراغ بأنه:

- الوقت الغير مشغول بأي نشاط أو عمل أو أداء يتعارض مع وقت العمل.

- نوع من المناشط الإنسانية التي تتعارض مع نشاط العمل.

- حالة عقلية ووجودية. (الحماحي و عايدة، 2001، الصفحات 23-24-26)

وانطلاقاً من التعريف السابقة يرى الباحث أن وقت الفراغ هو الظرف الزمني الذي لا يشعر فيه الفرد بالمسؤولية

المعتادة حيث يتحرر من القيود والالتزامات ويجد نفسه مخير في مزاوله أي نشاط يريد القيام به سواء كان إيجابياً أو سلبياً

### 6-3- مستويات المشاركة في وقت الفراغ:

حسب كمال درويش ومحمد الحماحي (1997) يوضح ناش مستويات المشاركة في مناشط وقت الفراغ

موضحا طبيعة المشاركة وذلك من خلال الشكل التالي الذي يتضمن ستة مستويات للمشاركة في وقت الفراغ:

#### - المستوى الأول:

المشاركة الإبتكارية: تتضمن المشاركة الإبتكارية في مناشط وقت الفراغ العديد أوجه النشاط المرتبطة بالمستوى الأول ومنها التأليف، والاختراع، وابتكار النماذج، والتصميمات والعروض...

#### - المستوى الثاني:

المشاركة الإيجابية: يشتمل المستوى الثاني على المشاركة الإيجابية لمناشط وقت الفراغ ومن أهمها: المشاركة في المباريات والمسابقات الرياضية وفي التمثيل المسرحي وفي العزف الموسيقي وفي خدمات البيئة والمجتمع وفي الرحلات والمعسكرات وفي الفنون والهوايات اليدوية...

#### - المستوى الثالث:

المشاركة الوجدانية: يحتوى هذا المستوى على المشاركة الوجدانية في مناشط وقت الفراغ والتي تتمثل في قراءة القصص والروايات ومشاهدة البرامج التلفزيونية ومشاهدة الأفلام والمسرحيات والتمثيلات ومشاهدة البرامج المسابقات الرياضية والاستماع إلى الموسيقى والبرامج الإذاعية وزيارة المعارض والمتاحف.

## - المستوى الرابع:

المشاركة السلبية: يمثل المستوى الرابع المشاركة السلبية والتي يتم التعبير عنها من خلال لقاءات الأقارب والأصدقاء والتسلية والترقية واللهو، واستهلاك الوقت وتبادل الأحاديث مع الآخرين والمجالسة حول المائدة والمشاركة في تناول الطعام والمشروبات.

## - المستوى الخامس:

مناشط تلحق الأذى بالفرد: يتضمن المستوى الخامس المناشط التي تلحق الأذى أو الضرر بالفرد وذلك من خلال المشاركة في مناشط ضارة بالفرد كتعاطي المخدرات ولعب الميسر وارتكابه الأفعال غير التربوية.

## - المستوى السادس:

مناشط تلحق الأذى بالمجتمع: يضم المستوى السادس المناشط التي تلحق الأذى أو الضرر بالمجتمع وذلك من خلال المشاركة في مناشط ضارة بالمجتمع كارتكاب الجرائم والتطرف وأعمال العنف. (درويش و محمد، 1997، الصفحات 31-32)

ويرى الباحث بعد ذكر هذه المستويات الست أن وقت الفراغ سلاح ذو حدين إن أحسن الفرد استثماره أعاد عليه الفائدة، وإن أساء استثماره خسر، مع عدم اعتبار المستويين الآخرين من ضمن المناشط الترويجية.

## 6-4- الوظائف الإيجابية للفراغ:

حسب آماني متولي البطراوي ومحمد عبد العزيز سلامة (2013) يعتبر استثمار وقت الفراغ من الأسباب الهامة التي تؤثر على تطوير ونمو الشخصية ويرى الكثير من العلماء ضرورة الاهتمام بتشكيل أنشطة وقت الفراغ بصورة تساهم في إكساب الفرد العديد من الخبرات السارة الإيجابية، وفي نفس الوقت فإنها تساعد في نمو شخصيته وتكسبه العديد من الفوائد الخلقية والصحية والبدنية والنفسية وكذلك الاجتماعية.

فقد ذكر العديد من العلماء المهتمون بوقت الفراغ أن له وظائف إيجابية عديدة تعود على الإنسان بالنفع منها:

- يبعد الفرد عن الأعمال الروتينية وعن الضغط العصبي الذي يتعرض له.
- تنمية شخصية الفرد، فالفرد تنمو شخصيته بصورة أوضح من خلال وقت الفراغ بالمقارنة بوقت العمل.
- يتيح للفرد فرصة التخلص من أعباء العمل. (البطراوي و سلامة، 2013، الصفحات 5-6)

## 6-5- سمات وقت الفراغ:

حسب آماني متولي البطراوي ومحمد عبد العزيز سلامة (2013) يشرطه عبد الرحيم أن للفراغ سمات تميزه عن غيره من المناشط الأخرى، ومن خلال دراستنا لمفهوم وقت الفراغ يتضح أن من أهم خصائصه هي:

- ينشأ عن الاختيار الحر للأفراد فهو يعني التحرر من الالتزامات.

- لا يخلو من عنصر اللذة والسعادة التي يحققها المرء حين يمارس نشاط برغبته.

- متصل بحاجات الفرد ذاته، يخلصه من روتين الحياة اليومية.

- الفراغ يخلو من المصلحة. (البطراوي و سلامة، 2013، صفحة 6)

## 6-6- أهمية وقت الفراغ:

بالنسبة لعطيات محمد خطاب (1990) يعتبر استثمار وقت الفراغ من الأسباب الهامة التي تؤثر على تطورات ونمو الشخصية، كما يعتبر من المشاكل الهامة التي توليها المؤسسات والهيئات الاجتماعية القدر الكبير من العناية والاهتمام، وهذا بالإضافة إلى أن استثمار وقت الشباب يرتبط ارتباطا وثيقا بالعمل التربوي في المؤسسات التربوية للشباب كالمدارس والجامعات ومنظمات الشباب.

وفي مجال الشباب المثقف (تلاميذ وتلميذات المدارس الإعدادية والثانوية وطلبة وطالبات الجامعات والمعاهد العليا) تظهر هذه المشكلة في محاولة المؤسسة التربوية (المدرسة أو الجامعة) توجيه الصاعد وتوعيته بأهمية استثمار وقت فراغ بصورة نافعة تعود عليه وعلى الوطن بالفوائد وإتاحة الفرصة أمامه لممارسة العديد من الأنشطة الترويجية في وقت فراغه بهدف تربيته وتنميته.

ووقت الفراغ في المجتمعات المتقدمة لا يعتبر فقط وقتا للترويح والاستجمام واستعادة القوى، ولكنه أيضا بالإضافة إلى ذلك يعتبر فترة من الوقت يمكن في غضونهما تطوير وتنمية الشخصية بصورة متزنة وشاملة.

ويرى الكثير من المربين ضرورة الاهتمام بتشكيل أنشطة وقت الفراغ بصورة تسهم في إكساب الفرد الخبرات السارة الإيجابية وفي نفس الوقت تساعد على نمو شخصيته وتكسبه العديد من الفوائد الخلقية والصحية والبدنية والفنية.

كما يرى الكثير من المربين الرياضيين وعلماء الطب الرياضي أن الممارسة الرياضية من حيث أنها عامل هام من عوامل الراحة الإيجابية النشطة ينبغي أن ينظر إليها كمجال هام من أهم المجالات في تشكيل وقت الفراغ لجميع الأفراد.

فالممارسة الرياضية في وقت الفراغ من أهم العوامل التي تعمل على الارتقاء بالمستوى الصحي والبدني وتكسب القوام الجيد وتمنح الفرد السعادة والسرور والمرح والانفعالات الإيجابية السارة وتجعله قادرا على العمل والإنتاج والدفاع عن الوطن وتعمل على الارتقاء بالمستوى الرياضي للفرد ومن ناحية أخرى تسهم الممارسة الرياضية في إكساب النمو الشامل المتزن للفرد. (خطاب و محمد، 1990، الصفحات 11-12)

## 7- بعض النماذج لإستراتيجيات مقترحة:

7-1- النموذج الفرنسي: حسب ناف . مركز التحليل الإستراتيجي . (2011) حيث طرح السؤال التالي:

كيف يمكن جلب أكبر عدد من الممارسين؟

بناء على المعطيات الموجودة كان المقترح على الشكل التالي:

### الاقتراح الأول:

- إحصاء الإمكانات حسب كل منطقة.
  - تعزيز التعاون بين البلديات والخواص من أجل استدراك النقص في بعض الجهات.
- وهذا ما من شأنه أن يجعل عرض الإمكانات يكون حسب الطلب وبالتالي إيجاد نماذج وأماكن جديدة من أجل الممارسة الرياضية.

### الاقتراح الثاني:

- تطوير عروض الممارسة.
- بعث نشاطات غير تنافسية في النوادي الرياضية مع عرض الخدمات الرياضية .
- تحسيس المتطوعين بالتكوين مع مرافقة المختصين.
- مرونة أوقات الالتحاق بالمرافق الرياضية.
- ملائمة العرض لبعض الفئات المعينون.

### الاقتراح الثالث:

- جعل المدينة أكثر استضافة للأحداث الرياضية بما يلي:
- إجبارية بناء المرافق الرياضية.
- إدخال مقاييس تحسيسية في مدارس الهندسة المعمارية .

### الاقتراح الرابع:

- الدعاية للممارسة الرياضية من أجل المحافظة على الصحة.

### الاقتراح الخامس:

- إطلاق برنامج طبي يحدد الأمراض التي تعالج بالممارسة الرياضية.
- القيام ببحوث تحدد أنواع الرياضيات وكيفية ممارستها للمحافظة على الصحة.
- السماح بكتابة الممارسة الرياضية في الوصفة الطبية للتأكيد على أهميتها في عيني المريض.

### الاقتراح السادس:

- القيام بدراسة بالتنسيق بين الباترونة والنقابة عن الأهمية الصحية للممارسة الرياضية لصالح العاملين.
- إحصاء الإمكانات داخل المؤسسات وتقييم صلاحيتها (Naves, 2011).

## 7-2- نموذج كيبك: حسب مالافوي . وزيرة التربية والترفيه والرياضة . (2013).

- **الهدف:** جعل من كيبك المجتمع الأفضل في العالم صحيا خلال 10 سنوات بواسطة الرفع من مستوى الممارسة الرياضية، وتحسين اللياقة البدنية .

## 7-2-1- أسس التدخل الحكومي: إتمدت الحكومة على الأسس التالية من أجل التحفيز على

الممارسة:

- يتأسس التدخل الحكومي على الآثار الإيجابية للممارسة من حيث الصحة البدنية والنفسية و الاندماج الاجتماعي ...

- تخفيض الإنفاق على الأمراض .
- تحسين المردود الإنتاجي والمناخ التنظيمي، بنقص الحوادث المهنية وقلة التغيّبات.
- الصناعة السياحية.
- الاعتماد على المتطوعين في التنظيم وتقديم الخدمات.

**القيم:**

- حرية ممارسة النشاط البدني الترويحي والرياضي.
- تحسين جودة الحياة.
- حركية نمط الحياة.
- التوازن بين العمل والعائلة ووقت الترفيه.
- مثالية النخبة الرياضية.
- احترام القوانين والخصم.

**الرؤية:**

من أجل بلوغ الهدف المتمثل في جعل من كيبك المجتمع الأفضل في العالم صحيا خلال 10 سنوات بواسطة الرفع من مستوى الممارسة الرياضية، و تحسين اللياقة البدنية ، يتطلب مساهمة الفاعلين و هم :

- أ- أفراد العائلة
- ب- الوسط المدرسي
- ت- محيط العمل
- ث- الحكومة، البلديات، الفدراليات و الجمعيات

## 7-2-2- وضعية ممارسة النشاط البدني الترويحي والرياضي: تقييم الممارسة من خلال مؤشر

الممارسة ومؤشر النقل الإيجابي كالدرجات ، المشي ...

7-2-2-1- تمسح المؤشرات بتقسيم مستوي النشاط إلى أربعة مستويات للكبار وخمسة للشباب حسب الهيئات العلمية والصحية.

- الأول: ثلاث ممارسات أو أكثر للكبار وخمسة أو أكثر للشباب في الأسبوع 30 د بشدة متوسطة.
- الخامس: عديمي الحركة أقل من مرة في الأسبوع.
- الثاني، الثالث و الرابع تأتي بين الأول والخامس.

7-2-2-2- عوامل الأمن والسلامة: الإصابات يمكن أن تضع حدا للممارسة، و لكن الإصابات الناتجة عن الممارسة هي أقل بكثير من الإصابات الناتجة عن نمط حياة ليس فيه مكان لممارسة النشاط البدني والرياضي.

7-2-2-3- المشاركة الترويحية والرياضية ونتائج النخبة الكيبكية :

- وصف المشاركة في النشاطات الرياضية الترويحية.
- وصف المشاركة الرياضية (الفيدراليات، الرخص والنتائج).
- وصف المشاركة النخبوية لرياضي كيبك عند تمثيل كندا.
- وصف البطولة الكندية (نتائج كيبك).

7-2-2-4- مساهمة المتطوعين: إيجاد كيفية جلبهم بحيث يتم الاعتماد عليهم.

7-2-3- الإجراءات المتخذة سابقا ونتائجها : أخذ الدروس من الإجراءات السابقة وإدخال الإيجابيات بنظرة جديدة مع سياسة وطنية شجاعة.

7-2-4- التجارب الأجنبية والكيبكية : النظر في الإستراتيجيات والبرامج الأجنبية من خلال الحاجات والإمكانات ليس بالضرورة تبني سياسة معينة، فتطوير النشاط البدني الترويحي والرياضي يتبع النصوص التشريعية ، التاريخية و الإجتماعية الكيبكية، وبالتالي الإستفادة بما يتناسب مع خصوصية مجتمع كيبك.

7-2-5- الوزارة والهيئات المساعدة:

إن وزير التربية والترفيه و الرياضة هو المسؤول عن تطوير وترقية النشاط الرياضي، الترفيهي والرياضي أمام المجتمع الكيبكي حيث يساعد الهيئات على تهيئة محيط مناسب مع تأطير ذي نوعية، وزراء آخرين كوزير البلديات والمقاطعات و وزير الصحة والخدمات الاجتماعية، البلديات والقطاع الخاص والجمعيات يساهمون ويتولون مسؤوليات خاصة فيما يخص النشاط البدني والرياضي ( التمويل ،النقل ...).

و كذا مساهمة اللجان المدرسية والجامعية من أجل الرياضة في المدارس و الثانويات، و كذا تطوير ثقافة الممارسة عند الكيكيين.

## 7-2-6- التوجهات المقترحة:

### • الدخول إلى المرافق:

#### المقترحات:

- أ- تحفيز الشباب منذ المراحل الأولى للدراسة على ممارسة نشاطات رياضية مختلفة.
- ب- خلق جو ممارسة لنشاطات رياضية بحيث تصبح سلوك.
- ج- ملائمة العرض للطلب ولقدرات الأفراد والمجموعات الذين لديهم صعوبات وإمكانيات محدودة .
- د- الضمان لرياضيي النخبة ولخلفهم الدعم التقني والمهني والمالي الذي يسمح لهم باعتلاء منصات التتويج الكندية و الدولية.

### • جودة الممارسة :

- التأطير: من أجل أن يتميز المجتمع بالحركية الطويلة الأمد يجب أن تكون الممارسة ممتعة وذات جودة.
- الأمن: عدم التعرض لعوامل الخطر إضافة إلى عدم وجود صعوبة في الانتماء إلى المجموعة.

#### المقترحات:

- أ- جودة التأطير : ملائمة التأطير للحالة ولقابلية التطور.
  - ب- ضمان الأمان، و احترام الأشخاص و قدراتهم.
- إعطاء الأهمية : إعطاء الأهمية من خلال الإعلام ، التربية ، التحسيس، التحفيز وتحميل المسؤولية، من أجل أن يرفع الجميع التحدي المتمثل في الحالة البدنية الجيدة، ومن أجل جلب أكبر عدد من الممارسين كانت المقترحات التالية.

#### المقترحات:

- أ- إعطاء الأهمية من خلال توضيح الآثار الإيجابية للممارسة للمواطنين والمواطنات.
  - ب- تحفيز الأفراد من خلال نتائج النخبة.
- التنسيق (التشاور): التنسيق بين أدوار الفاعلين.

#### المقترحات:

- أ- الحرص على التنسيق في تقسيم أدوار الفاعلين ووضوحها على المستوى الوطني ، الجهوي والمحلي.

## 7-2-7- بداية تطبيق السياسة الوطنية للرياضة ،الترفيه والنشاط البدني:

- تحديد الأهداف.

- مخطط العمل وإطار المتابعة والتقييم.

## 7-2-8- أسئلة من أجل تغذية ردة الفعل وتثمين السياسة المستقبلية:

الوزير يستدعي المجتمع من أجل الإجابة على بعض الأسئلة على الصفحة الإلكترونية كما يلي:

- كيف تعرف مجتمع في حالة جيدة؟

- ما لا هو الهدف المرجو بعد 10 سنوات؟

- توافق على ما جاء في الكتاب الأخضر؟

- من القضايا الأربع ما هي ذات الأولوية؟

- هل هناك قضية أخرى مهمة؟

- ما هي التحديات التي يجب رفعها من أجل ترقية النشاط البدني، الترفيهي والرياضي؟ (Malavoy, 2013).

## 7-3- نموذج الوزير وآخرون بجامعة طيبة (2011):

يتم التنفيذ على أربع مراحل:

### المرحلة الأولى:

- تقويم المنشآت والأجهزة واستبعاد الغير صالحة منها.

- عمل مسح شامل للأجهزة من حيث مناسبتها لعدد الطلبة.

- توفير الميزانية.

- عمل خطة سنوية للصيانة.

- عمل دراسة مسحية للإمكانات البشرية.

- إعداد القائمين على تنفيذ النشاط الرياضي.

### المرحلة الثانية:

- تنوع الأنشطة الرياضية.

- وضع البرامج الزمنية.

- وضع متطلبات تطبيق البرامج الموضوعية.

- تقويم البرامج وتعديلها.

- توفير الإمكانيات المادية المطلوبة لتحقيق الأهداف.

### المرحلة الثالثة:

- تحديد الدعاية والإعلان اللازمة والمناسبة.
- تحديد وسائل الدعاية والإعلان، الإذاعة الداخلية، لقاءات الأخصائي مع الطلبة لتوضيح الأهمية، لقاءات أعضاء اللجان لتوضيح أنواع الأنشطة و كيفية المشاركة فيها.
- عمل كتيبات توضح كيفية ممارسة التمارين.
- إذاعة نتائج المسابقات بشكل يجلب الانتباه لأهمية الممارسة الرياضية بانتظام.

### المرحلة الرابعة:

- في هذه المرحلة يقوم الطلبة بممارسة النشاط الرياضي و تنفيذ البرنامج الموضوع بعد تطبيق المراحل الثلاث السابقة.
- تقويم برنامج النشاط الرياضي بعد تطبيقه في نهاية مدة الإستراتيجية لمعرفة الإيجابيات والسلبيات. (عبد الرحمان عارف و عزة فكري، 2011)

ومن خلال ما تم عرضه، يتبين أنه من أجل بناء إستراتيجية يجب تجنيد كل الفئات الفاعلة في المجتمع من السياسيين، المجتمع المدني، الأفراد، الجماعات، العائلة...دون إهمال الدور الكبير للدعاية والإعلام من خلال البرامج التحسيسية و التوعوية.

وتلعب الإمكانيات دورا كبيرا في أي إستراتيجية، ففي نموذج الوزير وآخرون تأتي في المرحلة الأولى حيث أكد على تقويم المنشآت والأجهزة مع القيام بالمسح الشامل .

كما يجب أن ننوه بما جاء في النموذج الفرنسي فيما يتعلق بالعرض والطلب وهنا ينظر إلى رغبة الممارسين في نوع النشاط الممارس مع تحسين الخدمات وهذا ما من شأنه ان يجلب أكبر عدد من الممارسين.

و يرى الباحث أن وضع أي إستراتيجية يعتمد على تناغم الأداء بين الفاعلين وهنا يأتي دور التشاور بينهم قبل التجسيد، و يشير الباحث إلى أهمية تناول الموضوع ضمن نسق كلي أو ضمن نظام (حسب ناجي (2010) هو مجموعة عناصر في تفاعل ديناميكي منتظم لتحقيق هدف معين. (ناجي، 2010)

وهنا نلقت النظر إلى نموذج كيبك حيث في آخر نقاطه تم تقديم مجموعة من الأسئلة موجهة إلى أفراد المجتمع مع المدة التي ترجع فيها الإجابات لأن محور العملية هو المواطن و يجب أن يعطي رأيه بحيث يكون فاعلا في المشروع .

ومن أجل ترقية النشاط الرياضي يجب ربطه بميادين أخرى ،ويبين ذلك باتريك (2007) كما يلي:

### المنظمة العالمية للصحة (ديسمبر 2004) تقترح :

- 1- إذا تم النظر للنشاط البدني كمبادرة معزولة للصحة العمومية وغير مرتبطة بمجالات أخرى يبدو من الصعب وضع سياسة والحصول على اتفاقات.

- 2- إشراك الوقاية من الأمراض المزمنة وترقية الصحة ضمن برنامج الأمم المتحدة مثلا بأهداف مرتبطة بالتنمية المستدامة، خفض الفقر، التربية...
  - 3- الأخذ بعين الاعتبار العوامل الثقافية، الشخصية، المرتبطة بالجنس (ذكور، إناث)، المحيط من أجل المشاركة في الأنشطة البدنية لصالح البلد .
  - 4- تمويل الكفاءات من أجل تطبيق الإستراتيجية على المستوى المحلي، الجهوي والوطني.
  - 5- تطوير صورة ووضعية قوية للنشاط البدني في وسط القطاع الإداري للصحة من أجل دفع أصحاب القرار من أجل فهم وقبول فائدة هذه الأنشطة للصحة. وسائل النشر تلعب دور مهم في هذا المجال .
  - 6- محيط ووسائل ذات نوعية، حدائق، أرصفة، تجهيزات بأماكن العمل، المدرسة... يسهل تبني السلوك المرغوب، التزام السلطات ضروري.
  - 7- البحث على الوسائل، الأنظمة، الاقتراحات الفعالة من أجل تطبيق إستراتيجية ترقية النشاط البدني.
  - 8- الأنشطة يجب أن تكون ممتعة، المتعة عنصر مهم في نجاح برنامج النشاط البدني.
  - 9- الإعترا ف بقيمة النشاط البدني في ترقية الصحة.
  - 10- تحديد هدف النشاط البدني، بتقديم رؤية صحيحة لماهية النشاط البدني ووضع مقترحات تناسب مختلف الفئات.
- (Laure & Jean-François, 2007, pp. 272-273) .

وبعد ما تم ذكره، و الأخذ بعين الاعتبار بأن أي إستراتيجية تدخل ضمن النظم سيعتمد الباحث في اقتراحه لإستراتيجية استثمار وقت الفراغ على مقارنة نسقية باعتبار أن الطالب المقيم يعيش ضمن نسق معين له حدود، يؤثر ويتأثر، و المقارنة النسقية (المعجم) هي منهجية لمعالجة موضوع أو دراسة ظاهرة أو مشكلة ما بشكل يبرز الترابط والتفاعل بين مختلف مكوناتها (عناصرها). (المعجم)، وعليه سيعتمد الباحث في بناء الإستراتيجية على خمس اقتراحات، مع ذكر الفاعلين والوسائل المستعملة حسب كل اقتراح، وهي على النحو التالي :

**المقترح الأول:** استثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية.

**المقترح الثاني:** الإمكانيات المادية والبشرية.

**المقترح الثالث:** برامج الأنشطة الرياضية.

**المقترح الرابع:** الدعاية و الإعلان .

**المقترح الخامس:** ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية.

سيتناول الباحث هذه المقترحات بالتفصيل في الجانب التطبيقي.

## خلاصة:

يبين الطالب الباحث على ضوء ما تقدم، أن أي مشروع نريد أن نستثمر فيه يجب أن نحدد إستراتيجية لذلك واضحة المعالم والأهداف حيث إذا أردنا أن نستثمر في وقت الفراغ يجب أن تكون هناك إستراتيجية عقلانية وهادفة معتمدة على شروط أثناء وضعها .

أما أهم الملاحظات التي يمكن استخلاصها المرتبطة بمتغيرات الدراسة فهي كما يلي:

- دور الإمكانيات في وضع الإستراتيجية.
  - أهمية التنظيم الإداري والمنظمات في إستراتيجية استثمار وقت الفراغ.
  - تنظيم الوقت.
  - المناشط التي يقضي من خلالها الفرد وقت فراغه.
- و سيتطرق الباحث في الفصل المقبل إلى النشاط الرياضي الترويحي والذي يتحقق هدف الدراسة

# الفصل الثاني : النشاط الرياضي الترويحي

تمهيد

1- النشاط

1-1- مفهوم النشاط

1-2- أغراض الأنشطة

2- الترويح

2-1- مفهوم الترويح

2-2- أهمية الترويح

2-3- أغراض الترويح

2-4- فوائد الترويح

2-5- مستويات و أنواع مناشط الترويح

2-6- هدف الترويح

2-7- خصائص الترويح

2-8- ميثاق الفراغ والترويح

3- النشاط الرياضي الترويحي

3-1- مفهوم النشاط الرياضي الترويحي

3-2- تعريف الترويح الرياضي

3-3- أهداف الترويح الرياضي

3-4- مميزات النشاط الترويحي الرياضي

3-5- تقسيم مناشط الترويح الرياضي

3-6- أهمية النشاطات الرياضية والاجتماعية في استثمار وقت الفراغ

3-7- مقارنة خصائص الرياضة الترويحية والرياضة التنافسية

3-8- النشاط الرياضي في الجامعات

3-9- معوقات استفادة الطلبة من خدمات النشاط الرياضي

خلاصة

## تمهيد

إن استثمار وقت الفراغ هي مشكلة تواجه الفرد في العصر الحديث، عصر التكنولوجيا والاعتماد على الآلة، عصر أقل ما يمكن أن نقول عنه أن حركة الفرد قلت فيه كثيرا ولقلة الحركة والنشاط عواقب وخيمة على الفرد والمجتمع.

الذي كان الاتجاه نحو الترويح حل لمشكلة شغل وقت الفراغ، نظرا لأهمية الترويح في حياة الفرد والمجتمع. وللترويح مناشط متعددة كالترويح الثقافي والفني مثلا ولكن يبقى الترويح الرياضي من بين أهم المناشط الترويحية. لقد برزت ظاهرة ملفتة في أواخر السبعينيات هي انفجار الاهتمام أو تصاعده فيما يتعلق بأنشطة ترويحية مثل الجري البطيء (الهرولة) والتي انخرط فيها الملايين من البالغين من كل الأعمار سواء عن طريق ممارستها ضمن أندية أو بشكل فردي خلال الصباح والمساء في ممشي وممرات الحدائق، وكانت أغلبية المشاركين فيها من المتحمسين الذين لا يدفعهم التنافس للفوز بل مجرد الاستمتاع بهذه الرياضيات وتحقيق مجرد تحسين مستوى أدائهم الجسماني. وسيستعرض الباحث في هذا الفصل لمفهوم النشاط وأغراضه ثم الترويح بمفاهيمه وأهميته وأغراضه وخصائصه، وأنواع المناشط الترويحية ومستويات المشاركة فيها وبعد ذلك نتطرق إلى الترويح الرياضي محاولين الإحاطة به أكثر ما يمكن إلى أن نصل إلى معوقات الاستفادة منه.

### 1- النشاط:

#### 1-1- مفهوم النشاط:

يرى عبد الله فرغلي أحمد (2003) أن النشاط يقصد به في اللغة أنه ضد الكسل، ويتضح من المفهوم اللغوي للنشاط انه يصف حالة الكائن الحي عندما يتفاعل مع شيء يتطلب حركة، بالإضافة إلى وجود باعث للحركة والنشاط. ولقد اصطلح على أن النشاط هوكل ما يمارسه الأفراد من أعمال تتحد طبقا للبرامج والسياسات المحددة، او هي الأعمال العادية التي يقوم بها الناس مجتمعين، وتنطوي على التعاون وبذل الجهد في العمل أو في أثناء ممارسة النشاط. (أحمد، 2003، الصفحات 152-153)

ويرى الباحث أنه انطلاقا من ذلك يعد النشاط بالاقامات الجامعية جزءا هاما، حيث يؤدي إلى بناء شخصية الطالب وصقلها حيث أن العديد من الأهداف التربوية لا تتحقق إلا من خلال ممارسة الأنشطة المختلفة التي يقبل عليها الفرد بصفة اختيارية.

اختلف التربويون حول تعريفهم للنشاط من الناحية المنهجية، وأسفر هذا الاختلاف على العديد من المسميات منها كما ذكر عبد الله فرغلي احمد (2003) مايلي:

- **النشاط المنهجي:** إنه يرتبط بالتعليم النظام وما يتم داخله من تدريس للمقررات الدراسية التي تتطلب ممارسة الأنشطة.

- النشاط غير المنهجي: إن هذا النشاط ينفذ خارج الخطة الدراسية وخارج قاعات الدرس سواء في المدرسة أو الكلية أو في مساكن الطلاب...

## 1-2- أغراض الأنشطة:

حسب عبد الله فرغلي أحمد (2003) هي على النحو التالي:

### - غرض حركي:

يعد النشاط دافعا أساسيا لجميع أفراد المجتمع، حيث يتفق هذا مع الطبيعة الذاتية للأفراد والتي تميل بطبيعتها للنشاط والحركة، والغرض الحركي أساس النشاط البدني في برامج الأنشطة الرياضية.

### - غرض اجتماعي:

إن الرغبة في أن يكون الفرد مع الآخرين تعد أقوى الرغبات الإنسانية، فالإنسان اجتماعي بطبعه، وهذا يتطلب نوعا من النشاط المنظم وغير المنظم لمقابلة الحاجة إلى الانتماء.

### - غرض ذاتي:

يسعى الفرد عن طريق الأنشطة المتنوعة إلى إتباع اهتماماته والتعبير عن أحاسيسه، واستكشاف إمكاناته وصقلها، ونقل هذه المشاعر والأحاسيس والأفكار التي تدور في ذهنه إلى الآخرين لإثبات ذاته.

### - غرض تعليمي:

إن الرغبة في المعرفة عادة ما تدفع الفرد للتعرف على ما هو في دائرة اهتماماته، وفي العادة يبحث الفرد عن اهتمامات جديدة تمهد للإنسان معرفة ما يجمله، فهوايات الأفراد المختلفة ما هي إلا قنوات لتعلم كل ما هو جديد، فكل مجال من مجالات الأنشطة الطلابية يفتح آفاقا واسعة أمام الطلاب لاكتساب كم هائل من المعلومات والمهارات .

### - غرض ابتكاري:

تنعكس الرغبة في الابتكار والإبداع الفني على البحث والتنقيب عند ممارسة النشاط المرتبط بالرغبة في التعلم كتعلم الفن عن طريق ممارسة النشاط الفني، ثم اكتسابه وإتقانه وصولا لمرحلة الإبداع أو الابتكار، وبالتالي تسهم الأنشطة بشكل كبير في تنمية القدرة على الإبداع. (أحمد، 2003، الصفحات 176-182)

## 2- الترويح:

### 1-2- مفهوم الترويح:

ترى آمانى متولي البطراوي ومحمد عبد العزيز سلامة (2013) أن مصطلح الترويح بالإنجليزية (RECREATION) يعني التجديد و الخلق والابتكار، فالمقطع الأول من المصطلح RE يعني إعادة بينما الجزء الثاني منه (CREATION) يعني الخلق.

وعن بتلر أن الترويح يعد نوعاً من أوجه النشاط التي تمارس في وقت الفراغ والتي يختارها الفرد بدافع شخصي لممارستها والتي يكون من نواتجها اكتسابه العديد من القيم البدنية والحلقية والمعرفية والاجتماعية: وعن دي جازيا بأنه النشاط الذي يسهم في توفير الراحة للفرد من عناء العمل ويوفر له سبل استعادة حيويته.

وعن تهاني عبد السلام على أنه رد فعل عاطفي أو حالة نفسية وشعور يحسه الفرد قبل وأثناء ممارسته لنشاط ما سلبياً أو إيجابياً هادفاً، ويتم أثناء وقت الفراغ وأن يكون الفرد مدفوعاً برغبة شخصية ويتصف بحرية الاختيار.

وعن كراوس أن الترويح هو تلك الأوجه من النشاط أو الخبرات التي تنتج عن وقت الفراغ، والتي يتم اختيارها وفقاً لإرادة الفرد وذلك بغرض تحقيق السرور والمتعة لذاته واكتسابه العديد من القيم الشخصية والاجتماعية. (البطراوي و سلامة، 2013، الصفحات 11-12)

وتذكر عطيات محمد خطاب (1990) عن براتيل أن الترويح نشاط اختيار يحدث أثناء وقت الفراغ ودوافعه الأولية هي الرضا أو السرور الناتج عن هذا النشاط.

وعن برات بأنه مزاوله أي نشاط في وقت الفراغ سواء كان نشاطاً فردياً أو اجتماعياً وذلك بهدف إدخال السرور على النفس دون انتظار أي مكافأة.

وعن محمد علي حافظ وعدلي سليمان وإسماعيل رياض أن الترويح هو الحالة التي تصاحب الإنسان عند ممارسته لنشاط يستمتع به. وقد يكون هذا النشاط جسماً أو عقلياً أو وجدانياً. (خطاب و محمد، 1990، الصفحات 19-20)

و حسب مارسكا و آخرون (2004) : الترويح هو نمط نشاط الذي يأتي مباشرة بعد الواجبات، النوم والحاجات المنزلية (Maresca, Pierre, & Gérard, 2004, p. 8)

ويرى الباحث أن الترويح هو تلك الممارسة لأي نشاط مهما كانت طريقة المشاركة والتي تتم في وقت الفراغ من أجل الحصول على المتعة أو تحقيق رغبة ما.

## 2-2- أهمية الترويح:

إن المتعة هي حالة نفسية ناتجة عن ممارسة النشاط الترويحي وبالتالي فهو يساهم في خلق نوع من التوازن النفسي الجسماني حيث يذكر الحماحمي وعايدة عبد العزيز مصطفى (2001) أهمية الترويح في النقاط التالية:

- تحقيق الحاجات الإنسانية للتعبير الأخلاقي في الذات.
- تطوير الصحة البدنية والصحة الانفعالية والصحة العقلية للفرد.
- التحرر من الضغوط والتوتر الصحي المصاحب للحياة العصرية.
- توفير حياة شخصية وعائلية زاهرة بالسعادة والاستقرار.
- تنمية ودعم القيم الديمقراطية (الحماحمي و عايدة، 2001، صفحة 34)

## 2-3- أغراض الترويح:

يذكر محمد عبد العزيز سلامة وأماي متولي البطراوي(2013)عن تهاني عبد السلام ، أن الترويح حقاً إنسانياً لجميع الأفراد في كل مكان بغض النظر عن اللون والجنس والعقيدة ، فاحتياج الفرد للترويح جعله دائم البحث يوماً بعد يوم عن حياة تتسم بالاتزان بين العمل والترويح.

وتتلخص أغراض الترويح تبعاً للاهتمامات والرغبات التي يمكن اعتبارها دوافع لممارسة الأنشطة الترويحية في :

### 2-3-1- غرض حركي:

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

### 2-3-2- غرض الاتصال بالآخرين:

من الأنشطة التي تشبع الرغبة في الاتصال بالآخرين وتبادل الآراء والأفكار قراءة الشعر، القصة المناقشات الجماعية، وضييف الباحث الرياضيات الجماعية

### 2-3-3- غرض تعليمي:

دائماً ما يبحث الفرد عن اهتمامات جديدة تمهد للفرد معرفة ما يجمله ، فالرغبة في المعرفة تدفع الفرد إلى التعرف على كل ما هو في دائرة اهتمامه .

### 2-3-4- غرض ابتكاري فني:

تعتمد الرغبة لإبتكار الجمال تبعاً لما يتذوقه الفرد ، وما يعتبره الفرد خبرة جمالية من حيث الشكل واللون وكذلك الصوت والحركة.

### 2-3-5- غرض اجتماعي:

إن الإنسان اجتماعي بطبعه، فالرغبة في أن يكون الفرد مع الآخرين من أقوى الرغبات الإنسانية، وهناك جزء ليس بالقليل في الترويح المنظم أو غير المنظم يعتمد أساساً على تحقيق الحاجة إلى الانتماء. (البطراوي و سلامة، 2013، الصفحات 16-18)

## 2-4- فوائد الترويح:

حسب أ.د. محمود خليل أبو دف مما لا شك فيه أن الأنشطة الترويحية التي يمارسها الإنسان، يمكن أن ينتج عنها فوائد جلييلة تنعكس على حياة الفرد و المجتمع، و ذلك حالة كونها عملاً موجهاً هادفاً ومنضبطاً بجملة من المبادئ والآداب المحددة، ويمكن إجمال فوائد الترويح من خلال المجالات التالية:

#### أ) المجال الصحي :

حيث يلعب الترويح - وخاصة الرياضي منه - دوراً هاماً في عملية اكتساب الصحة البدنية، إذ يسهم في تنمية أعضاء الجسم وقياسها بوظائفها على أكمل وجه، ويعمل على إكساب الفرد القدرات، والمهارات الحركية، كالقوة، والسرعة، والتحمل، والمرونة، والرشاقة...

#### ب) المجال النفسي :

لعل الاسترخاء من أهم الفوائد النفسية الناتجة عن ممارسة الترويح، لذلك أنه يستبدل مشاعر الإرهاق والتعب والتوتر بمشاعر البهجة والمتعة والسعادة، والراحة.

ومن خلال الترويح، يمكن إشباع بعض الحاجات الإنسانية لدى الفرد، كالحاجة إلى التقدير، وتحقيق الذات.

#### ج) المجال العلمي المعرفي:

حيث تسهم الأنشطة الترويحية في إكساب الفرد معارف ومعلومات في مختلف المجالات الفنية والثقافية، وكما تمد الفرد بخبرات عملية كمعلومات تاريخية، وأخرى تتصل بأساليب السفر، وطرق التعامل مع وسائل الاتصال.

#### د) المجال الفكري:

فللترويح دور فاعل، في تنمية الفكر من خلال تدريب الأفراد على التفكير العلمي السليم، وتدريب الأفراد على المناقشة الواعية المقنعة، وتنمية القدرة على التركيز والانتباه وفهم الآخرين، كما يسهم الترويح في إبعاد الخمول، والكسل الفكري.

#### هـ) المجال الاجتماعي :

إذا كان الإنسان اجتماعياً بطبيعته فإن "الترويح يسهم في تهيئة مناخ يساعد على نمو الروح الاجتماعية، فهو ينشئ الممارس على بغض السخرية والإيذاء والظلم والتعصب للرأي، وغير ذلك من القيم السلبية، وينمي بدلاً من ذلك قيم الأخوة والتفاهم والألفة، والعدل والتسامح، وغير ذلك من القيم الإيجابية التي تسهم في إكساب الفرد القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين".

ومن أهم القيم الاجتماعية التي يساهم الترويح في تعميقها، قيم التعاون والمنافسة الشريفة وتحمل المسؤولية. كما يسهم الترويح في توعية الفرد بآداب وقواعد السلوك الاجتماعي، وتشجيعه على الانخراط في العمل الجماعي على أساليب القيادة واحترام الأنظمة وتحمل المسؤولية. كما يجعله يتقبل معايير مجتمعه ويدرك دوره في المجتمع، مما يساهم في تشكيل رغباته وأتجاهات .

#### و) المجال الاقتصادي:

فالعلاقة بين الترويح والاقتصاد أو الإنتاج، تفترض تميزاً واضحاً بين الترويح والعمل، وتجعله أداة للثاني، وبذلك يصبح هدف الترويح مساعدة الفرد على القيام بوظيفته عن كفاية وقدرة وبالتالي زيادة الإنتاج .

و من ناحية أخرى، فإن الدور الهام الذي يلعبه الترويح في مجال الصحة البدنية، لا بد أن يمتد أثره في المجال الاقتصادي، فكلما ارتفع المستوى الصحي زادت القدرة على الإنتاج وزاد الإقبال على العمل، فضلاً عما يحققه من وفرة في النفقات العلاجية، ومن تأخير سن التقاعد عن العمل.

كما أن ما يحققه الترويح من تنفيس عن الانفعالات المكبوتة لا يقتصر على الناحية النفسية فحسب، بل إن آثاره تنعكس على الناحية الاقتصادية، فالمستوى الإنتاجي للعامل الذي يتمتع باستقرار نفسي يفوق بكثير مستوى العامل المثقل نفسه بالهموم، ولذلك أدخل أصحاب الأعمال الترويح في المصانع والمؤسسات واعتبروه عنصراً أساسياً في خدمة الإنتاج .

### ز) المجال الإبداعي:

ما من شك في أن جمال الطبيعة ومناظرها الخلابة، وجمال الكلمة في الشعر وجمال اللحن وتناسق الحركة والإيقاع وجمال اللوحة واللون وغير ذلك من مواقف تزيد من إحساس الإنسان بالجمال.

كما يسهم الترويح في تنمية حواس التذوق السمعي والبصري والفني والأدبي، و بهذا يمهد الطريق لتمكين الفرد من القدرة على الإبداع المتميز من الاختراع والابتكار المتجدد.

وللترويح وظيفة شخصية، إذ إنه يساعد على إتاحة الفرص لظهور مواهب الأفراد وإبراز ميولهم، ومن ثم يعمل على تنميتها وتوجيهها، لا سيما في المؤسسات التعليمية الرسمية، كما يساعد على الأخذ بيد الموهوبين للنمو في مجالات التفوق والإبداع .

### ح) المجال التعليمي:

فللترفيه أثر إيجابي في التعليم، بما يوفر من الاسترخاء لصالح عقل الإنسان ومعارفه، ولهذا فهو يسهل عملية التعلم والاكتمال المعرفي وذلك لأن الاسترخاء شرط هام للتعلم الجيد. (فينكس، 1982، ص39) (أبودف، الصفحات 195-193)

## 2-5- مستويات وأنواع مناشط الترويح:

### 2-5-1- المستويات حسب بريتبيل وناش:

إن للترويح مناشط متعددة، حيث يذكر محمد الحماحي وعائدة عبد العزيز مصطفى (2001) عن بريتبيل وناش أن مستويات المشاركة في المناشط الترويحية تتمثل في:

#### أ- المشاركة الإبتكارية:

وهي تلك المشاركة التي تتميز بالإبداع والابتكار وذلك كالاختراعات والقيام بعمل غير مألوف من قبل.

#### ب- المشاركة الإيجابية:

وهي ذلك المستوى من المشاركة الذي يقوم الفرد من خلاله بالممارسة الفعلية لأوجه مناشط الترويح

## ج- المشاركة السلبية:

وهي تلك المشاركة التي يستمتع الفرد من خلالها بالمشاهدة والاستماع دون مشاركة فعلية منه في المناشط الترويجية، وعن حلمي إبراهيم التي أضافت إلى المستويات السابقة مستوى آخر وهو المشاركة العاطفية وهي: تمثل المستوى الذي يسمح للفرد بالمشاركة الوجدانية من خلال الاستمتاع بمشاهدة المناشط الترويجية أو الاستمتاع بها. أما عن المشاركة السلبية فهي تختلف في نظرتها عن سابقتها حيث ترى أنها تمثل المستوى الذي لا يتيح للفرد الممارس للمناشط الترويجية فرص الاندماج أو الاستمتاع بها، ومن ثم فإن ذلك المستوى من المشاركة لا يرقى إلى مستوى من التأثير الانفعالي أو الوجداني في الفرد.

## 2-5-2- المستويات حسب ريبلتز:

يقسم ريبلتز مستويات المشاركة إلى ثلاثة وهي:

## أ- المشاركة الإيجابية:

تتمثل في الممارسة الفعلية لمختلف أوجه مناشط الترويج .

## ب- المشاركة الاستقبلية:

وهي تلك المشاركة التي يتم من خلالها استقبال الفرد لنشاط خارجي عن طريق الحواس سواء بالمشاهدة أو الاستماع.

## ج- المشاركة السلبية:

وهي ذلك النوع من المشاركة التي لا تتطلب القيام بأي نشاط إيجابي أو استقبالي، وذلك كما هو الحال في النوم والاسترخاء. (الحماحي و عايدة، 2001، الصفحات 30-31)

ويرى الباحث انطلاقاً مما سبق ذكره أن مستويات المشاركة تلتخص في أربع مستويات وهي:

المشاركة الإبتكارية، الإيجابية، السلبية، والعاطفية.

## 2-6- هدف الترويج:

ترى تهابي عبد السلام محمد (2001) أن المحور الأساسي للترويج هو السعادة فهناك بعض الأحاسيس والمشاعر التي يكتسبها الفرد من خلال ممارسته للأنشطة الترويجية تتمثل في الإخاء والإنجاز والابتكار، والإبداع، والشعور بالغبطة لما يتمتع بها الفرد من قدرات بدنية وعقلية، وعاطفية وتذوق للجمال والاسترخاء، والسعادة عند خدمة الآخرين. وبناء على ذلك فإن درجة الاستمتاع والسعادة التي يبحث عنها الفرد في مختلف أشكال الترويج تعتبر أساس تقسيم الأنشطة الترويجية، حيث يتحقق الشعور بالسعادة من خلال الابتكار والإبداع، وعند الشعور بالألفة والصدقة والأخوة، وعند الإنجاز يتمتع الفرد بالصحة، وعند استخدام قدرات الفرد العقلية وعند ممارسة خبرات عاطفية، وعند التمتع بالجمال، وعند مساعدة الآخرين وعند الاسترخاء. (عبدالسلام، 2001، صفحة 107)

## 2-7- خصائص الترويح:

حسب عطيات محمد حطاب(1990) خصائص الترويح هي:

### 1) الترويح نشاط بناء:

يكون النشاط بناء حيث يهدف إلى بناء شخصية الفرد وقد يكون النشاط هداما يسهم في إذاء النفس أو الغير.

### 2) الترويح نشاط اختياري:

وهذا يعني أن الفرد يختار بفردته دون إجباري خارجي نوع النشاط الذي يميل إليه ويتناسب مع قدراته وإمكاناته، ويميل الفرد لنوع من النشاط الترويحي دون الآخر ميل مكتسب .

### 3) الترويح نشاط ممتع وصار:

ونقصد بذلك أن النشاط الترويحي يمنح الفرد المتعة والسرور والسعادة كنواحي شعورية ذاتية ناتجة عن هذا النشاط الترويحي .

### 4) يتم في وقت الفراغ:

إن الترويح ينبغي إن يحدث في وقت الفراغ وليس في وقت العمل.

وفي ضوء العرض السابق تقدم المؤلفة التعريف التالي:

الترويح نشاط اختياري ممتع للفرد ومقبول من المجتمع يمارس في أوقات الفراغ ويسهم في بناء الفرد وتنميته.

(خطاب و محمد، 1990، الصفحات 21-23)

ويضاف إلى ما سبق ذكره من خصائص محمد الحماحي وعائدة عبد العزيز مصطفى (2001) الخاصة

التالية:

يحقق التوازن النفسي وذلك من خلال إشباع الفرد الممارس لمناشط الترويح لحاجاته النفسية، وتلك الحاجات

النفسية لا يمكن إشباع بعضها إلا من خلال وقت الفراغ، كما أن المشاركة في مناشط الترويح تؤدي إلى تحقيق

الاسترخاء والرضي النفسي، مما يحقق للفرد التوازن النفسي. (الحماحي و عائدة، 2001، صفحة 34)

- المتغيرات المرتبطة بحجم وقت الفراغ والترويح:

يذكر كمال درويش ومحمد الحماحي(1997) بالنسبة للمتغيرات التالية:

\* الجنس:

تشير الدراسات العلمية إلى أن أوجه النشاط التي يمارسها الذكور تختلف عن تلك التي تمارسها البنات، حيث أن

البنين يميلون إلى اللعب العنيف أكثر من البنات كما أنهم يبدون اهتمامات أكبر من البنات باللعب.

كما يشير هونزيك أيضا إلى أن الفروق بين الجنسين تبدو واضحة فيما يرتبط بالقراءة والاستماع إلى برامج الإذاعة

ومشاهدة برامج التلفزيون والأفلام .

## \* السن:

توضح دراسات كل من ليمان وويتبي أنه كلما كبر الطفل زادت مسؤولياته وارتباطاته وبالتالي قل حجم وقت فراغه المتاح له، كما أشارت الدراسة إلى أن مقدار اللعب الجماعي يتناقص مع التقدم في عمر الفرد.

## \* درجة التعلم:

يتفق كل من برايتبل وسامبسون في أن التعليم له دور هام وتأثير فعال في استفادة الفرد من وقت فراغه وفي استثماره على نحو مرض.

كما يشير بيترسون إلى أن التعليم يستثير دوافع الفرد للاشتراك في مناشط الفنون الرياضية. (درويش و محمد، 1997، الصفحات 63-65)

## 2-8- ميثاق الفراغ والترويح:

نظرا لأهمية وقت الفراغ في حياة الفرد واستغلاله في ممارسة النشاطات الترويحية لما لها من أهمية في حياة الفرد حيث أن الفراغ والترويح يسهمان في تلبية حاجيات الفرد من النواحي البدنية والعقلية والنفسية قامت رابطة الفراغ والترويح بوضع ميثاق الفراغ والترويح وهذه نصوصه السبعة:

### مادة 1:

لكل فرد الحق في أن يكون له وقت فراغ، وهذا الحق يعني له تحديد عدد ساعات العمل، ومنح إجازات دورية مدفوعة الأجر، وتوفير وسائل انتقال مناسبة للفرد، وذلك بالإضافة إلى تنظيم برامج تتيح له فرص الاشتراك فيها والاستفادة من نتائجها خلال أوقات فراغه.

### مادة 2:

إن الاستمتاع بوقت الفراغ بحرية تامة إن ما يعد حقا مطلقا للفرد يجب المحافظة عليه، ولذا يجب إتاحة الفرصة للنشاط الفردي والنشاط الجماعي لوقت الفراغ على السواء.

### مادة 3:

استخدام المنشآت والتسهيلات في أوقات الفراغ يعد حقا أساسيا لكل فرد، كما أنه يحق له ارتياد المناطق البيئية الطبيعية (المحميات) كالبحيرات والبحار والغابات والجبال مع العمل على المحافظة عليها وصيانتها بغرض حمايتها.

### مادة 4:

لكل فرد الحق أن تحيا له وسائل المشاركة في أوجه مناشط الترويح في أوقات فراغه، كالرياضة البدنية والاستمتاع بحياة الخلاء والفنون والموسيقى والأشغال البدوية والعلوم، وذلك دون اعتبارات السن أو الجنس أو المستوى التعليمي والثقافي.

## مادة 5:

يجب أن تكون مهمة الهيئات المسؤولة عن التخطيط لبرامج الترويج هو توفير الإمكانيات الضرورية لممارسة الأفراد لمناشطهم في أوقات الفراغ، وذلك لإتاحة الفرصة لاختيارهم لأوجه النشاطات التي يرغبون في ممارستها وفقا لهوايتهم وإرادتهم دون تدخل تلك الهيئات في فرض أي مناشط عليهم ممارستها.

## مادة 6:

لكل فرد الحق في تعلم واكتساب المهارات المرتبطة بمختلف مناشط الترويج وذلك للاستفادة منها في استثمار أوقات فراغه، ويجب على كل من الأسرة والمؤسسات التعليمية والمجتمع الاضطلاع بتلك المسؤولية، كما يجب أن تقوم الدولة بتنظيم برامج دراسية لتعليم الأطفال والشباب وكبار السن المهارات والاتجاهات المرتبطة بالترويج وتنميتها.

## مادة 7:

إن مسؤولية التربية لأوقات الفراغ لازالت تقع على عاتق مجموعة من المؤسسات المهمة بأوقات الفراغ والترويج، ولذا فإنه يجب أن يكون هناك تنسيق بين جميع تلك المؤسسات بغرض استثمار جميع الإمكانيات المتاحة لديها، كما يجب تأسيس معاهد للدراسات الترويجية في الدول التي تسمح إمكاناتها بذلك، لتدريب القيادات على التخطيط للبرامج ومساعدة الأفراد والجماعات في اختيار أوجه مناشط الترويج المناسبة لهم واستثارة دافعيتهم لممارستها. (الحماحي و عايدة، 2001، الصفحات 41-42).

## 3- النشاط الرياضي الترويجي:

### 3-1- مفهوم النشاط الرياضي الترويجي:

يستخلص الباحث فيما ذكره محمد الحماحي (1997) في ذكر مفهوم الرياضة للجميع عن عبد شاهد على أنها وسيلة معبرة عن حاجة الفرد للدفاع عن ذاته في مواجهة متغيرات التقدم التقني، كما أنها تعد طريقة للبحث عن حياة أفضل للجميع.

وعن روبرت ديكر هي تلك الرياضة التي أصبحت تمثل في العصر الحديث جزءا متكاملًا من النظام

اليومي من حياة الجماهير العريضة وتتضمن:

- المناشط الرياضية لوقت الفراغ.

- مناشط تطوير الصحة وتنمية الحالة البدنية للجميع.

وعن بلحسن الأسود إلى أن الدراسات والبحوث العلمية المقدمة في العديد من المؤتمرات واللقاءات في

مجال الرياضة للجميع قد عرفت على النحو التالي:

- رياضة وقت الفراغ التي يتم ممارستها أوجه مناشطها في جو تسوده الصداقة والمحبة بين الممارسين.

- رياضة للوقاية من المرض ومن مخاطر الحياة العصرية . (الحماحي م.، 1997، الصفحات 21-22)

### 3-2- تعريف الترويح الرياضي:

تشير آماني متولي البطراوي و محمد عبد العزيز سلامة (2013) عن الحماحي و عايدة عبد العزيز أن المقصود بالترويح الرياضي هو ذلك النوع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من المناشط البدنية والرياضية، يعتبر أكثر أنواع الترويح تأثيراً على الجوانب البدنية والفسيولوجية للفرد الممارس لأوجهه نشاطه التي تشتمل على الألعاب والرياضات. (البطراوي و سلامة، 2013، صفحة 22).

ويرى الباحث أن النشاط الرياضي الترويحي هو النشاط الرياضي الذي يمارس في وقت الفراغ حيث يقبل عليه الممارس بغرض الحصول على المتعة والسرور، ويكون هذا النشاط اختيارياً.

### 3-3- أهداف الترويح الرياضي:

حسب آماني متولي البطراوي و محمد عبد العزيز سلامة (2013) للترويح الرياضي العديد من الأهداف الذي يسعى إلى تحقيقها للمشاركين في مناشطه المختلفة ومن أهمها:

- المتعة بغرض المتعة وليس بغرض الوصول إلى مستوى عالي.
- تعويض نقص الحركة البدنية للفرد والنتائج عن التقدم التقني.
- التخلص من الضغط العصبي.
- تحسين وتطوير الحالة الصحية للفرد.
- المحافظة على اللياقة البدنية. (البطراوي و سلامة، 2013، صفحة 22)

ويضيف الباحث إلى ذلك تعلم بعض المهارات التي يرغب الممارس في تعلمها.

### 3-4- مميزات النشاط الترويحي الرياضي:

ترى تهابي عبد العزيز عبد السلام محمد (2001) أنها على النحو التالي:

- المتعة بغرض المتعة وليس بغرض الوصول إلى مستوى عال أو إتقان في الأداء.
- المنافسة والرغبة في المنافسة تزيد الحماس للاشتراك في الأنشطة الترويحية.
- التخلص من الضغط العصبي الداخلي لدى الفرد، وذلك من خلال ممارسة الرياضة.
- المحافظة على اللياقة البدنية (عبد السلام، 2001، صفحة 255)

### 3-5- تقسيم مناشط الترويح الرياضي:

حسب آماني متولي البطراوي و محمد عبد العزيز سلامة (2013) هي:

### 3-5-1- الألعاب و المسابقات ذات التنظيم البسيط:

إن الاشتراك في هذا النوع من مناشط الترويح الرياضي لا يحتاج إلى مستوى عال من المهارة أو الأداء، كما أنه يمكن لمختلف الأعمار الاشتراك فيها بما يتفق مع مستوى قدراتهم البدنية و العقلية و طبقاً لاهتماماتهم و رغباتهم و ميولهم، و مثال ذلك ألعاب الكرة، ألعاب الماء، ألعاب الرقص والغناء.

### 3-5-2- الألعاب أو الرياضات الفردية:

هناك بعض الأفراد الذين يفضلون ممارسة الألعاب أو الرياضات الفردية، و يرجع ذلك إلى بعض الصفات النفسية و الاجتماعية، أو نتيجة لاستمتاعهم بالأداء الفردي، و مثال ذلك صيد الأسماك، المشي الجري، الفروسية، السباحة و ركوب الدراجات.

### 3-5-3- الألعاب أو الرياضات الزوجية:

الألعاب و الرياضات الزوجية هي الألعاب التي تستلزم اشتراك فردين على الأقل للعب معاً و مثال ذلك التنس الأرضي، تنس الطاولة، المبارزة، الريشة الطائرة (بادمنتون).

### 3-5-4- ألعاب أو رياضات الفرق:

الألعاب أو الرياضات الجماعية التي تعتمد على تكوين الفرق تكون ذات أهمية للشباب نظراً لأنها تتفق مع ميولهم و اهتماماتهم و مثال ذلك كرة القدم، الكرة الطائرة، كرة اليد، كرة السلة و الهوكي. (البطراوي و سلامة، 2013، الصفحات 23-24)

### 3-6- أهمية النشاطات الرياضية و الاجتماعية في استثمار وقت الفراغ:

يسردها صالح حسن الدايري (2008) في النقاط التالية:

- تنمية الكثير من السمات و القدرات الإيجابية لدى الشخص.
- تحقيق التوافق النفسي و الصحة النفسية للشباب .
- توجيه طاقات الشباب بالعمل المثمر و المنتج.
- حماية الشباب من الأمراض النفسية الاجتماعية.
- تخفيف حدة التوتر لدى الشباب، الناشئ عن تعقد الحياة المعاصرة.
- تدعيم الصداقات بين الشباب بالأنشطة الرياضية و الاجتماعية.
- التعبير عن الذات و إثباتها. - حماية الشباب من كل لأنواع الانحراف.
- إن الأنشطة الرياضية و الأنشطة الاجتماعية تعد وسائل تربوية لها أثر على نمو الشباب و صحتهم.
- مساعدة الشباب على تحمل الضغوط النفسية و الشدائد.
- إشباع الحاجات النفسية لدى الشباب و التي تتمثل بالحاجة للأمن و الحاجة للحب و الحاجة للتقدير و الاحترام و الحاجة للانتماء.

- إكتساب الشباب لنواحي السلوك الاجتماعي المقبول.
- غرس الروح الجماعية لدى الشباب والتعود على الصبر والتسامح. (الدهري، 2008، صفحة 269)

### 3-7-7- مقارنة خصائص الرياضة الترويحية والرياضة التنافسية:

حسب محمد الحماحي (1997):

#### 3-7-1- الرياضة الترويحية:

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

#### 3-7-2- الرياضة التنافسية:

- العزلة الاجتماعية.
- التصارع.
- التنافس.
- التفاعل الإجتماعية والتعاون لتحقيق مستوى أداء أفضل .
- أكثر تكلفة (الحماحي م.، 1997، صفحة 58).

### 3-8- النشاط الرياضي في الجامعات:

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

### 3-8-1- أهداف النشاط الرياضي بالجامعات:

حسب علاء الدين حمدي احمد (2011) هي:

- شغل أوقات الفراغ لتوظيف طاقات الشباب في أنشطة مفيدة.
- اكتساب وتنمية الثقافة والمعرفة الرياضية.
- الكشف عن القيادات الطلابية وتنميتها وصلها.
- اكتساب الخلق الرياضي و تربية المواطن الصالح.
- جعل الرياضة نمط في حياة الفرد.
- اكتشاف وتنمية المواهب من خلال استثمار وقت الفراغ.
- تقوية روح التعاون.
- تدعيم روح الابتكار والإبداع من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية.
- تنمية العلاقات الاجتماعية.
- تحمل المسؤولية (علاء الدين، 2011، صفحة 63).

### 3-8-2- تنظيم النشاط الرياضي بالجامعة:

يرى علاء الدين حمدي أحمد (2011) أن مسؤولية تنظيم الأنشطة الرياضية بالجامعة تقع على كل من الإتحادات الطلابية والتي تمثل المشاركة الطلابية كما أن الإدارة العامة بالجامعة تختص بتقديم وتنظيم برامج الأنشطة الرياضية المختلفة للطلاب بهدف استثمار أوقات فراغهم وصل مواهبهم الرياضية وتنمية قدراتهم البدنية والعقلية والنفسية و الاجتماعية. (علاء الدين، 2011، صفحة 68)

### 3-9- معوقات استفادة الطلبة من خدمات النشاط الرياضي:

يوجزها علاء الدين حمدي فيما يلي:

- قلة اهتمام الجامعة بالأنشطة بصفة عامة و الرياضة بصفة خاصة.
- نقص الإمكانيات.
- الافتقار إلى البرامج الثقافية التي تعمل على خلق الوعي بأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية.
- اعتقاد الآباء بأن الأنشطة الطلابية ليس لها فائدة (علاء الدين، 2011، صفحة 69).

## خلاصة :

انطلاقاً مما تقدم، يتبين أن النشاط هو جوهر العملية الترويحية، و التروييح الرياضي هو منشط من مناشط التروييح المتعددة، و أن مستويات المشاركة فيه تختلف من مستوى إلى آخر .  
و تطرق الباحث للنشاط الرياضي الترويحي بالجامعات كونه يتعلق بموضوع الدراسة، حيث وضعنا دور التنظيم فيه بعد أن تكلمنا على الأهداف من ممارسته والإقبال عليه إلى أن وصلنا إلى معوقات الاستفادة منه، حيث أن التنظيم والمعوقات هما بعدان أساسيان ضمن إستراتيجية استثمار وقت الفراغ.  
وعليه سنتطرق في الفصل المقبل إلى محور دراستنا ألا و هو الطالب الجامعي المقيم بالحي الجامعي.

# الفصل الثالث : الطالب الجامعي المقيم

تمهيد

1- الشباب الجامعي

1-1- تعريف الشباب الجامعي

1-2- الخصائص المميزة للشباب الجامعي

2- النمو في مرحلة التعليم العالي والجامعي

1-2- النمو الجسمي

2-2- النمو العقلي والاجتماعي والانفعالي

3- الإقامات الجامعية

4- مشكلات الطلبة في المرحلة الجامعية

1-4- المشكلات الشخصية

2-4- المشكلات الدراسية

3-4- المشكلات الاقتصادية

5- جودة حياة الطلبة في الإقامات الجامعية

6- الإقامة الجامعية

7- الخدمات التي يقدمها الحي الجامعي

1-7- النقل الجامعي

2-7- الإطعام

3-7- الطب الوقائي والعلاجي

خلاصة

## تمهيد

إن مؤسسات التعليم العالي تعد مؤشرا قويا حول تطور المجتمع وقدراته، باعتبارها منبعاً للكفاءات والاحتياجات المجتمعية من الموارد البشرية القادرة على الإسهام في تطوير المجتمع وتنميته من خلال مردودها العلمي والفكري والثقافي. لذا ينبغي العناية الكاملة بالطالب الجامعي من النواحي العقلية والجسدية والاجتماعية والانفعالية ومن أجل ذلك يجب تزويد الطلبة بخبرات ومهارات هادفة من أجل اكتساب المعارف والقيم والاتجاهات، وبالتالي فالجامعة ليست مكانا لتلقي المعارف فقط وإنما هي ميدان تفاعل واحتكاك اجتماعي وثقافي ورياضي بين الجماعات. وما لاشك فيه أن هذا التفاعل يتأثر حتما بعدد من العوامل والمتغيرات مثل المناهج، البيئة التعليمية، الجانب الاقتصادي، والمشكلات النفسية والاجتماعية وهذه الأخيرة يكون مصدرها طبيعة البناء المادي والتنظيمي للمؤسسة ضف إلى العادات والتقاليد التي لها تأثير كبير على ميول الطلبة وسيرورتهم أثناء الحياة الجامعية. وللإقامات الجامعية دور فعال في تشكيل تفاعل إيجابي بين الطلبة، حيث تعد وسطا ملائما لممارسة النشاطات الاجتماعية والثقافية والرياضية، من أجل ذلك زودت الإقامات بجملة من المرافق المختلفة لتمكين الطلبة من ممارسة مناشطهم الترويحية وخصوصا الرياضية.

### 1- الشباب الجامعي:

#### 1-1- تعريف الشباب الجامعي:

عن جريدة الرياض (2007) تعرف فترة الشباب بأنها الفترة التي تبدأ حينما يحاول المجتمع تأهيل الشخص لكي يحتل مكانة اجتماعية ويؤدي دورا في بنائه وتنتهي حينما يتمكن الفرد من احتلال مكانته وأداء دوره في السياق الاجتماعي وفقا لمعايير التفاعل الاجتماعي، وبهذا يعتمد تحديد الاجتماعيين للشباب كفئة على طبيعة ومدى اكتمال الأدوار التي تؤديها الشخصية الشابة في المجتمع.

ووفقا لمعايير الأمم المتحدة فإن مرحلة الشباب هي المرحلة الانتقالية بين تبعية الطفولة وتحمل حقوق وواجبات البالغين فهي مرحلة التجريب لأدوار ومهام جديدة، وهي العمر بين سن الخامسة عشر والرابعة و العشرين وهو السن الذي يستعد فيه الفرد لحياة الكبار وتجربة المواطنة الكبيرة والمشاركة الفعالة في العمليات الاجتماعية والاقتصادية للمجتمع الذي يعيش فيه وسيتم هذا الإعداد من خلال تعليم وتدريب وخبرة مكتسبة من السنوات الأولى في العمر.

وبناء على ذلك فإن تعريف الشباب الجامعي لم يعد يشير إلى مجرد مرحلة سنية يحتاج فيها الفرد إلى مجموعة من الخدمات التي تعد للمستقبل بل اتسع هذا المفهوم في النظر إلى الشباب الجامعي على أنه فترة من حياة الإنسان يتميز فيها مجموعة من الخصائص تجعلها أهم فترات الحياة وأخصبها وأكثرها صلاحية للتجاوب مع المتغيرات المتلاحقة التي يمر بها المجتمع الإنساني المعاصر.

ولذا يمكن مناقشة تعريف الشباب الجامعي من ثلاث معايير رئيسية وهي:

## \* المعيار الزمني:

حيث يتحدد الشباب الجامعي بأنه مرحلة عمرية تقع بين السابعة عشر وحتى الخامسة والعشرين، وقد تقل أو تزيد في حدود عامين قبل نقطة البداية وبعد نقطة النهاية عن هذا الحد، وهذه المرحلة ليست منفصلة عن بقية مراحل العمر وخاصة مرحلة الطفولة والمراهقة وإنما هي امتداد لهذه المرحلة الأخيرة بالذات.

## \* المعيار النوع:

تشمل هذه المرحلة العمرية الجنسين من الذكور والإناث على حد سواء

- معيار السمات والخصائص النفسية والسلوكية المميزة للشباب الجامعي :

والتي تتمثل في الرغبة في التجديد والقدرة على الإنجاز والمساهمة في إحداث التغيير وكسب المعرفة إلى جانب سمات الشباب الجامعي العامة في تلك المرحلة كالقلق والاندفاع والتمرد في بعض الأحيان والتأثر بالتقاليد وفقا للانتشار الثقافي والقيمي والمحلي والعالمي.

## \* المعيار الاجتماعي:

ويتحدد بالوضع والمكانة التي يشغلها الشاب الجامعي فقد يكون طالبا في إحدى الكليات النظرية أو العلمية أو إحدى المعاهد العليا التي تشملها مرحلة التعليم الجامعي.

كما نجد أيضا أن الشباب الجامعي يشكلون شريحة عمرية محددة بيولوجيا ونفسيا واجتماعيا، ومن خلال هذا التحديد نجدها تتميز ببعض الخصائص التي تجعلها تختلف في طبيعتها عن مراحل الشخصية السابقة واللاحقة لمرحلة الشباب .

## 1-2- الخصائص المميزة للشباب الجامعي:

نستطيع القول أن الشباب الجامعي ينطبق عليه ما ينطبق على الشريحة الشبابية عموما من خصائص إلا أن ثمة خصائص قد ينفرد بها الشباب الجامعي باعتبارهم ينتمون لنسق تعليمي معين، ويتهيئون لشغل مكانة اجتماعية معينة تفرض عليهم إدراكا أكبر لمختلف ما يحدث في المجتمع المحيط بهم ومن ثم تميزهم بمجموعة من الخصائص التي يتحدد في ضوئها درجة مشاركتهم في التعامل مع هذه المشكلات ومن أهم هذه الخصائص.

## 1-2-1- الفاعلية والدينامية:

وتتولد هذه الفاعلية لما يصل إليه الشاب الجامعي من نمو واكتمال للتكوين البيولوجي والفسولوجي من ناحية، وما يؤدي إليه النمو النفسي والاجتماعي من ناحية أخرى فالمرحلة الجامعية تجمع بين خاتمة المراهقة واستهلاك الشباب، وتتجلى فيها بشكل واضح مظاهر التعبير عن الاقتراب الشديد من الرجولة أو الأنوثة الكاملة، هذا بالإضافة إلى ما تتسم به هذه المرحلة التعليمية من تفتح الاستعدادات العقلية وتمايز الميول والاتجاهات، وهو يؤدي إلى بداية تهيئة

الشباب الجامعي لشغل الدور الاجتماعي وتقلد المسؤوليات الاجتماعية، كما أن ظروف المرحلة التعليمية في الجامعة وما تؤديه وتثمر عنه من إدراك الشباب الجامعي لما يحيط به بشكل أكثر عمقا.

كما أن السبب لدينامية هذه المرحلة يرجع لطبيعة التكوين البيولوجي والفسولوجي والوضع الاجتماعي للشخصية الشابة، إذ نجدها عادة تكون حساسة لكل ما هو جديد لأنها لم تستقر بعد ذلك من شأنه أن يجعلها في شوق دائم للتغيير، وهو ما يطلق عليه في ظروف تاريخية معينة بالحاجة الدائمة إلى الثورة .

### 1-2-2- القلق والتوتر:

يرجع لطبيعة المرحلة الفاصلة بين إعداده للدور، وتقلده لهذا الدور والقيام به، وما يصاحب ذلك من خيارات تفرض عليه وقد لا تلائم، ويبدو ذلك بوضوح في اختيار نوع التعليم ووجهته، فكثيرا ما يقع الشباب الجامعي تحت وطأة القلق والتوتر نتيجة لفرض تطلعات أبوية غير الواقعية في تحديد وجهته التعليمية أو نتيجة لوقوف مكاتب تنسيق القبول بالجامعات بينه وبين نوع التعليم الذي يرغب فيه .

### 1-2-3- النظرة المستقبلية:

شباب الجامعات بحكم المرحلة العمرية وما يتعرضون له من خبرات تعليمية يكونون أكثر ميلا للنظر إلى مستقبل مجتمعهم على اعتبار أنهم أصحابه الحقيقيون، ومن ثم يكونون أكثر حرصا على تغيير الواقع المائل، وأكثر حساسية تجاه متغيراته وهذا ما يجعلهم في صراع مع الجيل الأكبر، فالشباب الجامعي يتسم بقدر كبير من الميل للمثالية في توجهاتهم، وآمالهم الذاتية والاجتماعية .

ميلهم للاستقلال ومحاولة التخلص من الضغوط وألوان التسلطات الاجتماعية المختلفة، و إلى ممارسة النشاط الترويحي.

إن محاولة التخلص من كافة ألوان الضغوط المسلطة لتأكيد التعبير عن الذات والرغبة في التحرر تعد من الخصائص المميزة للشباب الجامعي والذي تبدو صورته أكثر قلقا واضطرابا عند مقارنة أنفسهم بغيرهم من فئات الشباب الأخرى خارج المرحلة الجامعية.

وجود ثقافة شبابية تسود بين الشريحة الشبابية وبخاصة شباب الجامعات:

حيث ساعد على تخليق هذه الثقافة عدة عناصر ذات طبيعة عالمية منها تضخم حجم الشريحة الشبابية في العالم، حيث نجد أن الهرم السكاني في كثير من المجتمعات النامية والمتقدمة يميل لصالح الشباب، هذا بالإضافة إلى ما فرضته العولمة من وجود مزاج واندماج وانصهار للثقافات مع بعضها والثقافات الفرعية.

### 1-2-4- القابلية للتشكيل:

حماس الشباب الجامعي ومثاليتهم وحساسيتهم الشديدة للواقع الاجتماعي تجعلهم أكثر تقبلا للأفكار الجيدة وأكثر تمثلا لها، وهذا ما يفسر النمو والانتشار السريع للتيارات الفكرية والإيديولوجية بين الشباب الجامعي، ومن ثم سعى كثير من هذه التيارات لاستقطاب الشباب ونقل الأفكار ونشرها من خلاله.

لذلك تعد هذه الخاصية التي تتوفر لدى الشباب الجامعي من أهم الخصائص التي يرى الباحث ضرورة استثمارها في تشكيل سمات إيجابية تركز على الانتماء لدى هؤلاء الشباب الجامعي لتحقيق خطوات متقدمة على طريق مشاركته في خدمة قضايا مجتمعه وبخاصة القضايا البيئية. (جريدة الرياض، 2007)

ومن الخصائص التي يجب الوقوف عندها خاصية انتشار القلق والتوتر ويوضحها رهام (2015) بأنه يتمثل في الهوة الكائنة بين النضج الفسيولوجي والنضج الاجتماعي وذلك لأن حجم المعلومات التي تتيح الاندماج الاجتماعي للشباب ضخمة ومن هنا فإن فترة الإعداد والتكوين تطول ومن هنا تخلق الفجوة بين نضجه الفسيولوجي وإعتراف المجتمع به كمواطن مستقل وله دور اجتماعي يؤديه دون مشاكل، وهذا ما يفسر لنا لماذا توجد أزمة الشباب في شريحة معينة هي الشريحة المثقفة أو البرجوازية. (إبراهيم ر.، 2015)

ونستطيع أن نستدل على ذلك بما حدث في الجزائر في التسعينيات، وهنا نذكر بأهمية الأنشطة الرياضية الجماعية والتي تساهم بقسط كبير في اندماج الفرد في الجماعة. ويتبين حسب ما تناولنا من مشكلات أهمية النشاط الرياضي الترويحي ومختلف المناشط الترويحية الإيجابية للتخفيف من حدة تلك المشاكل. ويوضح ذلك بينغ (2015) بأن الخريجات الثقافية والحضور إلى الأماكن العمومية تمثل وسائل مهمة في الاندماج وبناء الهوية بالنسبة للطلبة فيتم إعطاء إيقاع وحيوية للمدينة كاملة. (Bing, 2015, p. 4)

وتذكر كارولين (2009) أن الهدف من الممارسة هو أن تكون عضوا بصفة كاملة في المجتمع الذي نعيش فيه. والهدف من المشاركة لا يتوقف هنا بل يتعدى إلى أن يصل إلى الجوائز، الاحترام والتقدير من أشخاص مهمين (العائلة، الزملاء...). (Payot-Podevin, 2009, p. 30)

أما بالنسبة لمميزات طلبة هذا الجيل فهي حسب كوزانتييس (2009) تختلف عن مميزات طلبة الأجيال السابقة وتتلخص كما يلي:

#### \* المميزات البسيكولوجية:

- هذا الجيل تعود على أخذ ما يريد.
- التحرر الفكري.
- الثقة العالية في النفس وعدم الخوف من المقارنة مع الآخرين.
- توجه إيجابي نحو الدروس.
- حب العمل في مجموعة مع الإخلاص لأعضائها.
- تنتظر من الأستاذ أن يكون متفهماً.

#### \* المميزات الاجتماعية:

- تعدد البرامج الخاصة بالتنقلات الطلابية.

- عدد الإناث أكبر من عدد الذكور.

- عدد معتبر من الطلبة يوفق بين العمل والدراسة.

### \* المميزات التكنولوجية:

- العيش مع التكنولوجيا الحديثة (الحياة الرقمية والانترنت).

- استهلاك 11,4 يوم في الشهر في الانترنت أي 9,6 ساعات في اليوم وهذا حسب دراسة لجيبتر روسرش (2002) حول الشباب الجامعي.

- الهدوء بسبب سرعة الحصول على المعلومة. (Kozanitis, 2009, pp. 2-5)

ويتضح مما سبق أن كوزانيتيس لم يذكر أي وقت مخصص لممارسة النشاط الرياضي وهذه ميزة سلبية حيث يجب أن نجد لها مكانا ضمن هذا النسق.

## 2- النمو في مرحلة التعليم العالي والجامعي:

### 2-1- النمو الجسمي:

يذكر علاوي (1998) في هذه المرحلة يتجه النمو الجسمي نحو الاكتمال ويكتسب كلا الجنسين قواما معا ويزداد النمو في الطول والوزن عن المرحلة السابقة زيادة طفيفة وتظهر الفروق بين الجنسين في الطول والوزن بصورة واضحة. كما يستطيع الشاب في هذه المرحلة الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية في معظم الأنشطة الرياضية نظرا لاكمال الصفات البدنية كالقوة العضلية والسرعة والتحميل والمرونة والرشاقة.

ويمكن ممارسة التدريب الذي يتميز بالحمل الأقصى نظرا لنمو الأجهزة العضوية الداخلية وزيادة قدرتها على التحمل ومقاومة التعب غذ يستطيع الفرد في هذه المرحلة التدريب يوميا.

ويتحدد التخصص النهائي للفرد الرياضي في هذه المرحلة، كما أن هناك نزعته لدى الكثيرين نحو العزوف عن ممارسة النشاط الرياضي في حالة عدم وصولهم إلى مستوى معين وينقلبون على متفرجين أو يزاولون بعض الأنشطة الرياضية التي لا تحتاج إلى بذل المزيد من الجهد في أوقات فراغهم.

### 2-2- النمو العقلي والاجتماعي والانفعالي:

في هذه المرحلة يصل الفرد إلى سن الرشد القانوني وهو سن 21 والذي يستطيع فيه ممارسة حقوقه المدنية وبذلك يصبح قادرا على تحمل المسؤولية .

ويرى بعض الخبراء أن أهم خصائص ومميزات هذه المرحلة تشمل على ما يلي:

- يزداد تقدير الفرد للقيم أكثر من المرحلة السابقة، وينعكس ذلك على التحول في ميوله وحاجاته.

- يزداد اهتمام الفرد بحياته المهنية فيضطر إلى تحديد ميوله وحاجاته الترويجية لنقص وقت فراغه، ويختار من أنواع النشاط الترويجي ما يمنحه أكبر قدر من المتعة، فهو يفضل الأنواع التي يتفوق فيها أو التي تتيح له المكانة الاجتماعية أو الأنواع التي تمنحه فرصاً أكبر لعقد علاقات اجتماعية وخاصة مع أفراد الجنس الآخر.
- اشتداد النزعة الاستقلالية وتأكيد الذات واهتمام كل جنس بالآخر وإقامة علاقات مختلفة والتطلع للزواج.
- زيادة الاهتمام بالحديث والمناقشة مع الأقران والكبار لاكتساب الثقة والمهارة اللازمة لتدعيم مكانته الاجتماعية.
- تميل أحاديث الشباب إلى موضوعات السياسة والرياضة والأخبار المحلية والخارجية والعلاقات بالجنس الآخر، وتهتم الفتيات بالموضوعات المتصلة بالأزياء الحديثة والحيافة والطهي.
- تتخذ العناية بالمظهر صورة أقل للفت النظر مع العناية بالذوق والتناسب في اختيار الملابس، غير أن الفتيات يزداد اهتمامهن بالمظهر في لفت انتباه أفراد الجنس لهن ومحاولته إخفاء عيوبهن البدنية، بينما يهتم الشباب بإبراز أكتافه العريضة وعضلاته بأقصى شكل ممكن.
- التخصص في الدراسة أو المهنة وازدياد التفكير في أمر المستقبل وزيادة قدرته على الاستقرار في تعليمه أو مهنته.
- يميل الشباب إلى الحصول على المال لتحقيق استقلاله الذاتي كما يقل الميل إلى الادخار عن مراحل السابقة.
- ازدياد الاهتمام بالألعاب الذهنية التي تتجه إلى المراهنة.
- بدء اتجاه فعلي للاشتراك في مشروعات الإصلاح الاجتماعي والخدمة العامة وممارستها بعد إدراك احتياجات المجتمع ومسؤولية الشباب حياله.
- ميل كبير نحو القراءة وخاصة القصص والمغامرات وتحليل الشخصيات البارزة، وتتبع الصحف والمجلات وخصوصاً أبواب الرياضة والفكاهة والقصص الخفيفة.
- تزداد حاجته للنشاط البدني لتنمية كفاءته العضوية وقدرته الحركية، والمحافظة على قوته وتحقيق التوازن بين النشاط الفكري والاجتماعي والبدني، وكذلك العمل على رفع مستواهم في ميادين تخصصهم.
- احتياجه إلى تنظيم وقت الفراغ بحيث يكتسب الفرد خبرات متقدمة ومتنوعة في ألوان النشاط المختلفة.
- في احتياجه إلى التزود بالمعلومات الصحية والاجتماعية السليمة عن العلاقات الزوجية وحيات الأسرة ومسؤوليات العمل والعلاقات الاجتماعية.
- في احتياجه إلى صيانة معنوياتهم واستمرار تزويدهم بحوافز، كما يحتاجون إلى مثل يؤمنون بها أو إلى قيادة موجهة لفهم أنفسهم والعناية بذاتهم، واستعداداتهم الخاصة. (علاوي، 1998، الصفحات 138-141)

### 3- مشكلات الطلبة في المرحلة الجامعية:

الطلبة هم عصب الأمم وهم نصف الحاضر وكل المستقبل ولذلك فإن معرفة مشاكلهم في الوقت الحاضر ومحاولة القضاء عليها أمر ضروري لإعداد شباب المستقبل خاليا من الاضطرابات النفسية التي تعوقهم عن أداء رسالتهم المستقبلية، وهذا الأمر قامت الكثير من الأبحاث للتعرف على مشكلات الطلبة. وتظهر دراسات عديدة أن الطالب الجامعي يواجه في المرحلة الدراسية الجامعية مشكلات يمكن أن تعيق تكيفه الأكاديمي وبالتالي تعيق تحقيق الأهداف التعليمية لديه على النحو المطلوب ونذكر من هذه المشكلات ما يناسب بحثنا وكانت حسب حليلة (2012) على النحو التالي:

#### 3-1- المشكلات الشخصية:

وتنحصر في:

- الإحساس بالفراغ.
- عدم الإيمان بالرسالة التي يعد من أجلها، والنظر للكلية على أنها مصنع للشهادات للحصول على الوظيفة.
- الإحساس أحيانا باللامبالاة، وعدم الانتماء، والرغبة في إنجاز الحد الأدنى من التكاليفات ودون وجود دافع للإنجاز.
- مشكلة الخوف التي يعاني منها الكثير من الشباب في الأجواء غير المستقرة، وضعف الثقة في النفس، بالإضافة إلى تشويش التفكير في مختلف القضايا التي تواجههم سواء في الحياة الدراسية، أو في مجمل الحياة التي يعيشها.
- عدم قبول الطالب للحياة الاجتماعية بما فيها من بناء صداقات وعلاقات اجتماعية، وعدم تقبل النظام القيمي الموجود في المجتمع الجامعي مما يؤدي إلى شعوره بالوحدة والعزلة.

#### 3-2- المشكلات الدراسية:

- قبول الطالب في قسم غير راغب فيه.
- الضعف في اللغات.

#### 3-3- المشكلات الاقتصادية:

- ارتفاع أثمان الكتب.
- مشكلة المواصلات والإسكان التي تجعل الطالب دائم التفكير وعاجز عن التركيز في الدراسة. (حليلة، 2012، الصفحات 93-94)

ويتبين حسب ما تناولنا من مشكلات أهمية النشاط الرياضي الترويحي ومختلف المناشط الترويحية الإيجابية للتخفيف من حدة تلك المشاكل.

#### 4- جودة حياة الطلبة في الإقامات الجامعية:

تطرق الباحث إلى جودة حياة الطالب الجامعي بالإقامة الجامعية نظرا لارتباطها بممارسة النشاط البدني وتعرف على ذلك من خلال مقومات جودة الحياة وهي حسب رغداء (2012) تتمثل في المعافاة الكاملة بدنيا وعقليا ونفسيا واجتماعيا. (نعيسة، 2012، صفحة 146)

ويشير براون (بحرة، 2014) إلى المستويات الثلاث التي تحدد المدخل إلى جودة الحياة لدى الأشخاص وهي: الحصول على ضروريات الحياة الأساسية والشعور بالرضى عن جوانب الحياة المهمة في حياة الشخص وكذلك تحقيق مستويات عالية من المتعة الشخصية والإنجازات. (كريمة، 2014، صفحة 5)

ويجب أن نشير إلى مرحلة هامة في حياة الطالب وأخص بالذكر السنة الأولى جامعي حيث ينتقل الطالب من المرحلة الثانوية إلى المرحلة الجامعية نظرا لحساسيتها وعليه يجب أن يتلقى الرعاية اللازمة حتى يتمكن من الاستمرار، أما بالنسبة للمقيم بالحرم الجامعي فيجب أن تكون الرعاية أكبر حيث يدخل متغير آخر وهو الانتقال من الجو العائلي إلى جو مغاير تماما وهو جو الحرم الجامعي، ويقول في هذا الشأن لوبريساك وآخرون (2009) في دراس عن الحياة الجامعية أن أهم نسبة رسوب تكون في السنة الأولى نظرا للصعوبة التي يجدها بالمقارنة مع ظروف الحياة الثانوية وعليه تطرح الكثير من التساؤلات عن المرافقة عند الدخول الجامعي. (Laubressac, Loica, Jessica, & Véronique, 2009, p. 9)

وانطلاقا مما تم ذكره يجب أن يجد الطالب حدا معيناً من شروط الحياة بالحرم الجامعي بحيث يستطيع أن يقوم بواجباته الدراسية وأن يمارس أنشطة ترفيهية ورياضية لما لها من انعكاسات إيجابية على صحة الطالب البدنية والنفسية والاجتماعية، ففي جامعة لافال بكندا قامت لجنة العلاقات الطلابية بالجامعة على رأسها الأستاذ روبر (2013) بدراسة من أجل تحسين جودة حياة الطلبة وخرجت باقتراحات نذكر منها ما يناسب بحثنا:

- على إدارة الجامعة القيام بالإجراءات الضرورية من أجل تهيئة مسارات النقل الإيجابي ( الدراجات ، المشي ) بالحرم الجامعي.

- على إدارة الجامعة القيام بالإجراءات من أجل ترقية النشاط البدني بالحرم الجامعي. (Robert, 2013, pp. 28-30)

ومن أجل ممارسة النشاط الرياضي لا نعتمد دوما على إمكانيات كبيرة فاهولة مثلا لا تحتاج إلى برامج بل إلى الرغبة والإرادة فحسب كريستوفر (2011) في دراسة للحياة في الحرم الجامعي بيوردو (فرنسا) وجد أن أكثر الرياضات ممارسة من قبل الطلبة هي الجري، الهولة وألعاب القوى وحسب الدراسة تمارس بشكل منتظم. ووجد أن عدد الممارسين يزداد مع سن الطلبة وينقص ابتداء من الثلاثين. (Christopher, 2011, p. 12)

ويتضح من ذلك أن المسألة تتعلق بالثقافة والرغبة ويجب التركيز كثيرا عليهما وخصوصا في المراحل التي تسبق الجامعة من أجل تسهيل تطبيق إستراتيجية استثمار وقت الفراغ.

## 5- الإقامة الجامعية:

هو ذلك المكان الذي تتوفر فيه كل مرافق الحياة الجامعية الضرورية كالمبيت -الإطعام- والمرافق الترويحية والذي يتم توفيره للطلبة الذين يبعد مقر سكنهم عن الجامعة بمسافة محددة.

## 6- الخدمات التي يقدمها الحي الجامعي:

الإيواء: تمنح الإقامات الجامعية في حدود إمكانياتها المادية والهيكلية وقدراتها استقباليها غرفا جماعية يختلف عدد مقيمها حسب مساحتها الحيوية، وللاستفادة من الغرف الجامعية ينبغي توفر الشروط التالية:

- أن يكون الطالب مسجلا في أحد معاهد التعليم العالي وأن يستوفي الشروط البيداغوجية والجغرافية المحددة في بداية كل سنة دراسية عن طريق منشور وزاري يتضمن مقاييس التسجيل في مختلف الجامعات عبر الوطن.
- أن يتقاضى منحة وأن لا يمارس أي نشاط مقابل أجره.
- أن لا يتعدى سن الطالب 28 سنة.
- أن لا يستفيد من الإيواء بالحي الجامعي إلا الطلبة القاطنين على بعد 50 كلم فأكثر من المدينة الجامعية بالنسبة للذكور و30 كلم بالنسبة للإناث.

## 6-1- النقل الجامعي:

بإمكان الطالب الجامعي المقيم الاستفادة من خدمات وسائل النقل المتعاقدة مع الإقامات الجامعية وذلك بعد تسديد الاشتراك وهي بطاقة تمنح له على مستوى مصلحة الإيواء والنقل.

## 6-2- الإطعام:

يتوفر كل حي جامعي على مطعم يفتح أبوابه إلى كل الطلبة بدون استثناء بإظهار بطاقة الطالب أو بطاقة الإطعام المسلمة من قبل الإقامة التي يتبع لها المطعم المرغوب فيه.

## 6-3- الطب الوقائي والعلاجي:

يضمن المركز الطبي الجامعي أو العيادة المتواجدة على مستوى كل إقامة جامعية وقاية صحية لكل الأسرة الجامعية وتعد الوقاية الطبية ضرورة لكل الطلبة.

لكن السؤال المطروح هو هل الطالب مرتاح لظروف السكن؟ الدراسات هي التي تكشف ذلك. في دراسة لبلغيث (2014) بعنوان ظروف الحياة الطلابية (السكن) بفرنسا وجد أن 9,4 % من الطلبة المبحوثين غير راضين أو راضين قليلا، و16,1 % متوسطي الرضى ، و74,5 % راضين أو راضين بشدة كبيرة . (Beghith, 2014)

أراد الباحث بهذه الدراسة الإشارة إلى الأهمية التي يجب أن تعطى لظروف الإسكان الخاصة بالطلبة حتى يستطيع الطالب التفرغ لما يفيد، الدراسة والمناشط الترويجية الإيجابية.

### خلاصة:

تطرقنا في هذا الفصل إلى الطالب الجامعي بتعريفه والتعرف على المشكلات التي يعانيها بالإضافة إلى الخصائص التي يتميز بها ومميزات مرحلة النمو في المرحلة الجامعية وأبرزنا ذلك لما للرياضة الترويجية من أهمية في تجاوز المشكلات التي تحيط به إضافة إلى ما لها من دور في تنميته من مختلف النواحي التي ذكرناها سابقا. وعرجنا كذلك على الإقامات الجامعية باعتبارها الوسط الاجتماعي للطلبة الذي يساعد على نمو شخصية الطالب وتحقيق طموحه وتحريك دوافعه وهو يستطيع أن يحسن ظروف حياة الطالب داخل الإقامات الجامعية لضمان نوعية حسنة للتكوين والتعلم وهذا حسب الوسائل والأنشطة الموجودة بالحي الجامعي منها الرياضية، الثقافية والعلمية. وتطرقنا للطالب الجامعي باعتباره محور دراستنا.

# الباب الثاني : الدراسة الميدانية

1- الفصل الأول: منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

2- الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

## مدخل الباب:

سنحاول من خلال هذا الباب الذي سميناه الدراسة الميدانية، والذي قسمناه إلى فصلين. سنتطرق في الفصل الأول المسمى منهجية البحث والإجراءات الميدانية إلى الدراسة الاستطلاعية، محاولين إعطاء نظرة على مراحل البحث وعن أداة القياس والمنهج المتبع وعينة البحث. أما الفصل الثاني الذي سميناه عرض وتحليل ومناقشة النتائج فسنحاول من خلاله إعطاء عرض لمختلف النتائج التي أسفرت عنها الدراسة، ووصفها عن طريق إعطاء معاني لنتائجها، ثم نقوم بتحليل ومناقشة النتائج ومقارنتها بالفرضيات المطروحة في بداية هذا البحث، لنحاول في الأخير عرض النتائج والاقتراحات التي أسفرت عنها الدراسة ثم نتطرق وضع مقترح إستراتيجية استثمار وقت الفراغ.

# الفصل الأول : منهجية البحث و الإجراءات الميدانية

تمهيد

1-الدراسة الاستطلاعية

1-1- منهج الدراسة

1-2-ميدان الدراسة

1-3-مجتمع الدراسة

1-4-عينة الدراسة

1-5- عينة الدراسة الاستطلاعية

2-أداة القياس

3-الخصائص السيكومترية

3-1- الصدق

3-2- صدق الاتساق الداخلي بالنسبة للاستبيان الموجه للطلبة

3-3- الثبات

4-التجزئة النصفية

5- أدوات البحث

6- الدراسة الإحصائية

7-صعوبات البحث

خلاصة

## تمهيد:

بعد ما تم التطرق في الفصول السابقة إلى الإحاطة النظرية بموضوع الدراسة من خلال تحديد المشكلة وخلفياتها ثم تناول الإستراتيجية وما يحيط بها والغرض منها من خلال ممارسة النشاط الرياضي من طرف محور الدراسة ألا وهو الطالب الجامعي.

نتناول في هذا الفصل منهجية البحث و الإجراءات الميدانية، من خلال التطرق إلى عينة البحث وكيفية اختيارها وأدوات القياس المستعملة وكيفية بنائها، والتعرف على صلاحيتها من خلال الصدق والثبات. ومن أجل الوصول إلى الهدف الأساسي الذي يسعى إليه هذا البحث بطريقة علمية موضوعية وجب علينا إتباع هذه المنهجية قبل عرض ومناقشة وتحليل النتائج.

### 1- الدراسة الاستطلاعية:

إن الهدف من الدراسة الاستطلاعية هو التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث وصلاحية الأداة المستعملة لجمع المعلومات، ويذكر مختار (ذوادي، 2014) أنه يتم من خلال الدراسة الاستطلاعية التأكد من أن أدوات الدراسة تستجيب للمعطيات السيكميترية للأداة من صدق وثبات، وكذا تتجاوز العراقيل التي قد تعترض الدراسة الأساسية (ذوادي، 2014، صفحة 95).

### 1-1- منهج الدراسة:

إن اقتراح إستراتيجية لاستثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية يتطلب منا الوقوف على الأسباب التي تعزى إليها قلة الممارسة وللإجابة على ما طرح من تساؤلات الدراسة استخدمنا المنهج الوصفي باعتباره الملائم للدراسة.

حيث يقول عليان وغنيم ( لعجيلات، 2013) أنه منهج يستخدم لدراسة الأوضاع الراهنة للظواهر من حيث خصائصها، أشكالها،علاقاتها،والعوامل المؤثرة فيها،فهو منهج يركز على وصف دقيق وتفصيلي لظاهرة أو موضوع محدد على صورة نوعية وكمية، وقد يقتصر هذا المنهج على وضع قائم لفترة زمنية محدودة أو تطور يشمل فترات زمنية عدة، كما يشمل في كثير من الأحيان على التنبؤ للظواهر والأحداث التي يدرسها،من أجل التعرف إلى الظاهرة من حيث المحتوى والمضمون،والوصول إلى نتائج وتعميمات تساعد في فهم الواقع وتطويره. وإن المنهج الوصفي يدخل ضمن منهج البحث الميداني. (لعجيلات، 2013، صفحة 125)

حيث يقول موريس أنجوس(2004) أنه يطبق عموماً على مجموعات واسعة من الأفراد،مثل سكان بلد ما، حيث من الصعب أو ربما من المستحيل الاتصال بهم كلهم،ما عدا ما يتعلق بالحكومات التي تملك الوسائل البشرية والمالية الضرورية للقيام بالتعديلات الكبرى،فإن منهج البحث الميداني يتم عادة عن طريق الاستعانة بالمعينة وذلك بانتقاء جزء

من مجموع هؤلاء الأفراد، كما يمكن أن يجري التحقيق على مجموعات صغيرة جدا والتي ليس من الضروري معاينتها دائما. (أنجوس، 2004، صفحة 106)

### 1-2- ميدان الدراسة:

يتناول موضوع الدراسة إشكالية وقت الفراغ والكيفية التي يجب أن يستثمر بها من قبل الطلبة المقيمين بالأحياء الجامعية، ومن أجل التعرف على ميدان البحث بغية تحديد مجتمع الدراسة وعينة البحث قام الباحث بزيارة إلى مديرية الخدمات الجامعية بولاية مستغانم وزيارات ميدانية إلى الأحياء الجامعية بالولاية المذكورة حيث تمكن الباحث من التعرف على عدد الإقامات وعدد الطلبة بكل إقامة إضافة إلى التعرف على إقامات البنين وإقامات البنات. (انظر الملحق رقم 7)

### 1-3- مجتمع الدراسة:

الزيارات الميدانية التي قام بها الباحث ساعدت في تحديد مجتمع الدراسة من الطلبة والمشرفين حيث تمثل في 3 أحياء للذكور وهي حي القطب الصحي وحي بن يحيى بلقاسم وحي الجدوب و4 أحياء للإناث وهي حي بوعيسي محمد وحي الدكتور بلعربي وحي المعهد الفلاحي وحي شمومة من مجتمع الدراسة.

### 1-4- عينة الدراسة:

بعد تحديد مجتمع الدراسة والذي هو الطلبة المقيمين بالأحياء الجامعية لولاية مستغانم (انظر الملحق رقم 7) تم اختيار الأحياء بطريقة عشوائية و هي: حين للذكور وهما حي القطب الصحي وحي بن يحيى بلقاسم وحين للإناث وهما حي بوعيسي محمد وحي الدكتور بلعربي.

وكذلك عينة الدراسة من الطلبة أما بالنسبة للمشرفين وبعد استثناء عينة الدراسة الاستطلاعية تم اعتماد أسلوب المسح الشامل نظرا لصغر عدد أفراد العينة حيث بلغ 13 مشرفا. وهم من الأحياء التالية: أحياء الإناث: حي المعهد الفلاحي، حي شمومة، حي الدكتور بلعربي وحي، أحياء الذكور: القطب الصحي، حي بن يحيى بلقاسم.

- الجدول رقم (01): النسب المئوية لعينة الدراسة.

النسبة المئوية	مجموع عينة الطلبة	النسبة المئوية	عينة الطلبة	عينة الأحياء	أحياء مجتمع الدراسة
% 5,09	197	% 5,12	107	بوعيسي محمد	المعهد الفلاحي
					بوعيسي محمد
		% 5,06	90	الدكتور بلعربي	شمومة
					الدكتور بلعربي
% 7,08	141	% 7,38	105	بن يحي بلقاسم	بن يحي بلقاسم
					المجدوب
		% 6,79	36	القطب الصحي	القطب الصحي

### 1-5- عينة الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية علي عينة من الطلبة مقدره ب 46 طالبا مقيما و6 من المشرفين على الأنشطة الرياضية، وكلهم من مجتمع الدراسة (الطلبة والمشرفون) وتم استثنائهم من الدراسة الأساسية.

### 2- تصميم أداة الدراسة:

من أجل بناء أداة الدراسة تم إتباع الخطوات التالية:

1 - القراءة البيبليوغرافية للدراسات والمراجع المرتبطة بموضوع الدراسة، حيث استفدت كثيرا من دراسة الوزير وآخرون في بناء الاستبيان في محاوره المتعلقة بالأهداف، برنامج النشاط الرياضي، الإمكانيات والدعاية والإعلان .

2 - إجراء لقاءات من أجل المساعدة في بناء الاستبيان ، وهي مبينة فيما يأتي:

من خلال الزيارات الميدانية التي قام بها الطالب الباحث إلى الإقامات الجامعية بولاية مستغانم وجد شبه عزوف عن ممارسة النشاط الرياضي بالرغم من الإمكانيات الموجودة، ومن أجل تميم ذلك وبناء الاستبيان قام الطالب الباحث بإجراء لقاءات في الفترة الممتدة من شهر ديسمبر 2015 إلى شهر جانفي 2016 مع الطلبة المقيمين ومع المشرفين عن الأنشطة الرياضية بالأحياء الجامعية التالية. حي القطب الصحي للذكور، حي الدكتور بلعربي للبنات ،حي بن يحي بلقاسم للذكور، وكانت نتائجها كالتالي:

- الجدول رقم (02): يبين نسبة الممارسين للنشاط الرياضي من وجهة نظر الطلبة.

لا		أحيانا				نعم				السؤال			
إناث		ذكور		إناث		ذكور		إناث			ذكور		
%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	%	ت	هل تمارس الرياضة	
33,3	4	8,3	1	0	0	8,3	1	25	3	25	3		
5				1				6				ت	المجموع
41,66				8,33				50				%	
12												ت	المجموع الكلي
100												%	

يتبين من الجدول أعلاه أن نسبة غير الممارسين والتي هي 41,66% تقارب إلى حد ما نسبة الممارسين والتي هي 50% وبالتالي نستطيع أن نقول أن نسبة غير الممارسين مرتفعة خصوصا إذا أدرجنا نسبة الممارسين أحيانا والتي هي 8,33%.

- الجدول رقم (03): يبين صفة الممارسة للنشاط الرياضي من وجهة نظر المشرفين عن الأنشطة.

بصفة قليلة		بصفة متوسطة		بصفة كبيرة		السؤال
%	ت	%	ت	%	ت	
100	3	0	0	0	0	هل يمارس الطلبة النشاط الرياضي

يتبين من الجدول أعلاه أن ممارسة النشاط الرياضي بصفة قليلة كانت بنسبة مئوية قدرها 100%، ومن الجدول 1 و 2 يتبين أن نسبة ممارسة النشاط الرياضي لا ترقى إلى المستوى المطلوب.

- الجدول رقم (04): يبين أسباب عدم الممارسة للنشاط الرياضي من وجهة نظر الطلبة.

النسبة المئوية	التكرارات	أسباب عدم الممارسة
25 %	3	ضييق الوقت
25 %	3	عدم وجود الرغبة
16,66 %	2	كثرة الطلبة
8,33 %	1	المرض

يتبين من الجدول أعلاه أن أسباب عدم الممارسة هي بالترتيب كالتالي:

1. ضيق الوقت بنسبة 25 بالمائة.
  2. عدم وجود الرغبة بنسبة 25 بالمائة.
  3. كثرة الطلبة بنسبة 16,66 بالمائة.
  4. المرض بنسبة 8,33 بالمائة.
- ومنه نستنتج أن هناك إشكالية في تنظيم الوقت وإشكالية أعظم وتتمثل في عدم وجود الرغبة وهنا يجب تغيير الميول.
- أ) الإمكانيات:

- الجدول رقم (05): يبين مدى قلة الإمكانيات من وجهة نظر الطلبة.

النسبة المئوية	التكرارات	الإمكانيات
8,33 %	1	الملاعب غير موجودة
25 %	3	المرشحات أحيانا غير موجودة
25 %	3	بعض الطلبة لا يحافظ على المرافق
8,33 %	1	عدم توفر الإمكانيات للتدرب
8,33 %	1	عدم وجود صيانة

يتبين من الجدول أعلاه أن تأثير الإمكانيات وارد وهذا من خلال النسب المذكورة حيث لم تكن مرتفعة.

- الجدول رقم (06): يبين الإمكانيات المادية من وجهة نظر المشرفين عن الأنشطة.

مج: موجود.

غمج: غير موجود.

غص: غير صالح.

حي بن يحيى بلقاسم			حي الدكتور بلعربي			حي القطب الصحي			الإمكانيات المادية
غص	غمج	مج	غص	غمج	مج	غص	غمج	مج	
		X			X			X	ملعب كرة القدم
		X			X				ملعب كرة اليد
		X			X				ملعب كرة السلة
		X			X			X	ملعب الكرة الطائرة
X								X	قاعة متعددة الرياضات
		X							قاعة جيدو
								X	رياضة قتالية
		X			X				قاعة تقوية عضلية
		X			X			X	تنس الطاولة
		X							الشطرنج، الكرة الحديدية
					X				البايغوت
		X						X	المرشاة

يتبين من الجدول أعلاه أن الإمكانيات المادية موجودة إلى حد ما وهذا يؤثر على الممارسة إضافة إلى إمكانية عدم

مناسبتها إلى العدد الهائل من الطلبة.

- الجدول رقم (07): يبين الإمكانيات البشرية من وجهة نظر المشرفين عن الأنشطة.

حي بن يحيى بلقاسم		حي الدكتور بلعربي		حي القطب الصحي		الإمكانيات البشرية
غمج	مج	غمج	مج	غمج	مج	
	X		X		X	الطبيب
	X		X			رئيس مصلحة
	X		X		X	منشط
	X				X	المشرف المساعد
	X		X		X	عمال الصيانة
X		X		X		المدرّب

يتبين من الجدول أعلاه أن الإمكانيات البشرية موجودة لكنها لا تفي بالغرض إضافة إلى عدم توفر المدرّبين وهذا قد يؤثر على من تكون رغبته في الممارسة التعلّم المهاري وهو أحد أهداف النشاط الرياضي الترويجي.

- الجدول رقم (08): يبين كيفية قضاء وقت الفراغ من وجهة نظر الطلبة.

النسب المئوية	التكرارات	كيفية قضاء وقت الفراغ
50 %	6	ممارسة الرياضة
8,33 %	1	الكتابة والقراءة
16,66 %	2	الانترنت

- يتبين من الجدول أعلاه أن ممارسة الرياضة تحتل المرتبة الأولى في مناشط وقت الفراغ بنسبة 50 بالمائة أما في المرتبة الثانية فتأتي الانترنت بنسبة 16,66 بالمائة، أما في المرتبة الثالثة فتأتي الكتابة والقراءة بنسبة 8,33 بالمائة. إضافة إلى فإن 3 من المستجوبين ليس لهم هواية.

- الجدول رقم (09): يبين الأنشطة الرياضية المفضلة من وجهة نظر الطلبة.

النسب المئوية	التكرارات	الأنشطة الرياضية المفضلة
% 8,33	1	كرة السلة
% 8,33	1	الكرة الطائرة
% 33,33	4	كرة القدم
% 25	3	العصي
% 33,33	4	الجرى
% 8,33	1	الكراي

بين من الجدول أعلاه أن كرة القدم والجرى تأتيان في المرتبة الأولى بنسبة 33,33 بالمائة ورياضة العصي تأتي في المرتبة الثالثة بنسبة 25 بالمائة أما كرة السلة و الكرة الطائرة و الكراي في المرتبة الثالثة بنسبة 8,33 بالمائة.

- الجدول رقم (10): يبين أهداف الممارسة من وجهة نظر الطلبة.

النسب المئوية	التكرارات	أهداف الممارسة
% 16,66	2	المتعة
% 8,33	1	اللياقة
% 25	3	الصحة
% 8,33	1	الترفيه
% 8,33	1	الدفاع عن النفس
% 8,33	1	التعرف على الأصدقاء
% 8,33	1	تساعد على الدراسة
% 8,33	1	هواية

يتبين من الجدول أعلاه أن الصحة تأتي في المرتبة الأولى بنسبة 25 بالمائة والمتعة تأتي في المرتبة الثانية بنسبة 16,66 بالمائة أما الترفيه والدفاع عن النفس والتعرف على الأصدقاء واللياقة والمساعدة على الدراسة وكونها هواية فتأتي في المرتبة الثالثة بنسبة 8,33 بالمائة.

- الجدول رقم (11): يبين كيفية الإعلان عن الأنشطة الرياضية من وجهة نظر الطلبة.

النسبة المئوية	التكرارات	الإعلان
8,33 %	1	الاعتماد على الملصقات

يتبين من الجدول أعلاه أن نسبة قليلة من الطلبة تعلم بالإعلان بواسطة الملصقات قدرت ب 8,33 بالمائة، وبالتالي يجب الاعتماد على وسائل أخرى

- الجدول رقم (12): يبين كيفية الإعلان عن الأنشطة الرياضية من وجهة نظر المشرفين عن الأنشطة.

حي بن يحيى بلقاسم		حي الدكتور بلعربي		حي القطب الصحي		الإعلان
لا	نعم	لا	نعم	لا	نعم	
	X		X		X	ملصقات
			X			وجود إذاعة
	X				X	إعلام شفاهي

يتبين من الجدول أعلاه أن الاعتماد على الملصقات يأتي في المرتبة الأولى أما الإعلام الشفاهي يأتي في المرتبة الثانية والإذاعة في المرتبة الثالثة.

(ب) ملاحظات:

- 1- الميزانية تؤثر على البرمجة حسب رأي المشرف بحي القطب الصحي.
- 2- الطبيب يعمل من 8 سا إلى 16 سا في كل حي.
- 3- بحي الدكتور بلعربي يوجد طبيبان.
- 4- في حالة الحوادث يتم استدعاء الحماية المدنية.
- 5- على مستوى الإقامة يعمل المشرف من 8 سا إلى 16 سا إلا في المسابقات يستمر العمل حتى النهاية.
- 6- بحي القطب الصحي يشرف المشرف المساعد على انتقاء اللاعبين لتمثيل الحي.
- 7- تكليف الطلبة بالتدريب بحي بن يحيى بلقاسم.
- 8- مدرّبين بالخبرة بحي الدكتور بلعربي.
- 9- عدم اعتناء الطلبة بالمرافق واستعمال مرافق أخرى من أجل كرة القدم. بحي بن يحيى بلقاسم و حي القطب الصحي.

### ج) برمجة الأنشطة:

- 1- الفترة المسائية.
- 2- مساهمة التنظيمات الطلابية بموافقة الإدارة المشرفة عن الأنشطة بحجى القطب الصحي.
- 3- تنظيم دورة داخلية ثم جهوية ثم وطنية بين مديريات الخدمات الجامعية بحجى بن يحيى بلقاسم وحي القطب الصحي.
- 4- تنظيم مسابقات أخرى ثقافية على غرار الرياضية على مستوى الأحياء الجامعية بحجى القطب الصحي.
- 5- تعارض المصالح بين الإدارة والتنظيم الطلابي بحجى القطب الصحي.
- 6- وجود هيئة تتابع تنفيذ البرامج ممثلة في مصلحة النشاطات تحت إشراف قسم المراقبة والتنسيق بحجى القطب الصحي

### د) المكافآت :

- 1- عتاد رياضي كامل بحجى القطب الصحي.
  - 2- تبرمج أيام تحسيسية في كل حي لكن بدون اهتمام الطلبة بحجى القطب الصحي.
  - 3- مهام المنشط هي إحياء الاحتفالات الوطنية والدينية وتسيير الدورات الرياضية على مستوى الحي الجامعي في مختلف الرياضات.
  - 4- هناك اتفاقية بين وزارة التعليم العالي ووزارة الشباب والرياضة لتعيين مدرّبين بالحي الجامعي. وهذا حسب المنشطة بحجى بلعربي، السنة 2016 .
  - 5- المقابلة مع المشرف عن الأنشطة بحجى القطب الصحي أجريت بيته حيث كانت مدتها أطول .
- وبعد البحث المكتبي المعمق والمطول ونتائج المقابلات الميدانية قام الباحث بصياغة أولية لأدوات البحث (انظر الملحق رقم 1 و 2) ثم توجه نحو اختبار المقاييس السيكمومترية للأدوات، حيث بعد أن اكتملت أداتي الدراسة في صورتيهما الأولية تم عرضها على مجموعة من الأساتذة المحكمين فقد أشار أغلب المحكمين إلى الإبقاء على المحاور مع تغيير طفيف في الفقرات وسنفضل في ذلك فيما يأتي.

### 3- المقاييس السيكمومترية:

تعتبر المقاييس السيكمومترية للأداة من أهم الخطوات التي يعتمد عليها الباحثون للتأكد من صلاحية الأدوات. وقام الباحث بحساب صدق وثبات أدنى الدراسة باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية إصدار 20.

### 3-1- الصدق:

اعتمد الباحث في صدق الاستبيان على صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي.

#### • صدق المحكمين:

تم عرض الاستبيان على مجموعة من المحكمين من أجل التعرف على مدى مناسبة المحاور و الفقرات ومدى وضوح العبارات حيث تم حذف بعض الفقرات وذلك بناء على آراء الخبراء.

تم عرض أدائي القياس على 8 محكمين، تلقيت الرد من 5 محكمين، ومحكم واحد تأخر في الرد ومحكم آخر لم يرد.  
( أنظر القائمة الاسمية للمحكمين الملحق رقم 8 )

أسفرت نتائج التحكيم على الاستبيان المقدم للطلبة عن مايلي:

- الجدول رقم (13): العبارات التي حذفت وعدلت وأضيفت وأدمجت بالنسبة لاستبيان الطلبة.

المحاور	الفقرات المحذوفة	الفقرات المعدلة	الفقرات المضافة والمدمجة
المحور الأول	الفقرة رقم 5 الفقرة رقم 7 الفقرة رقم 10	الفقرة رقم 2 الفقرة رقم 8	
المحور الثاني	الفقرة رقم 9		دمج الفقرات 7 و 14 و 15 في فقرة واحدة .
المحور الثالث	الفقرة 12	الفقرة 11	
المحور الرابع	الفقرة 10		
المحور الخامس	الفقرة رقم 10 الفقرة رقم 11		
المحور السادس			
المحور السابع			إضافة الفقرة رقم 12

وقد تم تعديل الاستبيان الموجه للطلبة حسب ما هو مبين في الجدول أعلاه. (أنظر الملحق رقم 3 )

أسفرت نتائج التحكيم على الاستبيان المقدم للمشرفين عن مايلي:

- الجدول رقم (14): العبارات التي حذفت وعدلت وأضيفت وأدجت بالنسبة لاستبيان المشرفين.

المحاور	الفقرات المحذوفة	الفقرات المعدلة	الفقرات المضافة والمدمجة
المحور الأول	الفقرة رقم 6		
المحور الثاني	الفقرة رقم 7 الفقرة رقم 8		
المحور الثالث			
المحور الرابع	الفقرة رقم 5		

وقد تم تعديل الاستبيان الموجه للمشرفين حسب ما هو مبين في الجدول أعلاه. (أنظر الملحق رقم4)

• بصدق الاتساق الداخلي:

حسب الصمادي وأبو نواس (لعجيلات 2013 ) لا يمكن الاعتماد على صدق المحكمين كمؤشر وحيد للتحقق من صدق البناء وضرورة توظيف طرق أخرى للوصول إلى دلالات أكثر موضوعية (لعجيلات، 2013، صفحة 138) وعليه تم حساب صدق الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجات الإجابة على الفقرات وبين الدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه.

3-2- صدق الاتساق الداخلي بالنسبة للاستبيان الموجه للطلبة :

- الجدول رقم (15):معامل ارتباط درجة الفقرة مع المجموع الكلي للمحور الأول (ن=44).

رقم الفقرة	معامل الاتساق الداخلي	مستوى الدلالة
01	0,638	0,0001
02	0,599	0,0001
03	0,577	0,0001
04	0,566	0,0001
05	0,518	0,0001
06	0,608	0,0001
07	0,406	0,005
08	0,421	0,004
09	0,400	0,006

يتضح من الجدول أعلاه أن كل الفقرات أي من 1 إلى 9 معاملات ارتباطها دالة إحصائية عند مستوى 0,01.  
 - الجدول رقم (16): معامل ارتباط درجة الفقرة مع المجموع الكلي للمحور الثاني (ن=44).

رقم الفقرة	معامل الاتساق الداخلي	مستوى الدلالة
01	0,552	0,0001
02	0,488	0,001
03	0,763	0,001
04	0,634	0,001
05	0,672	0,0001
06	0,529	0,0001
07	0,770	0,0001
08	0,475	0,001
09	0,567	0,001
10	0,562	0,001
11	0,391	0,007
12	0,437	0,002

يتضح من الجدول أعلاه أن كل الفقرات أي من 1 إلى 12 معاملات ارتباطها دالة إحصائية عند مستوى 0,01.

- الجدول رقم (17):معامل ارتباط درجة الفقرة مع المجموع الكلي للمحور الثالث (ن=44).

رقم الفقرة	معامل الاتساق الداخلي	مستوى الدلالة
01	0,284	0,05
02	0,425	0,002
03	0,248	0,09
04	0,265	0,07
05	0,342	0,02
06	0,349	0,01
07	0,500	0,0001
08	0,161	0,2
09	0,305	0,03
10	0,514	0,0001
11	0,375	0,01
12	0,394	0,007
13	0,428	0,003

يتضح من الجدول أعلاه أن الفقرات 3، 4، 8 معاملات ارتباطها غير دالة إحصائياً، أما الفقرات 1، 5، معاملات ارتباطها دالة إحصائياً عند مستوى 0,05، أما الفقرات 1,2,6,7,10,11,12 معاملات ارتباطها دالة إحصائياً عند مستوى 0,01.

- الجدول رقم (18): معامل ارتباط درجة الفقرة مع المجموع الكلي للمحور الرابع (ن=44).

رقم الفقرة	معامل الإتساق الداخلي	مستوى الدلالة
01	0,405	0,005
02	0,425	0,003
03	0,014	0,9
04	0487	0,001
05	0,469	0,001
06	0,312	0,03
07	0,475	0,001
08	0,592	0,0001
09	0,289	0,05
10	0,035	0,8

يتضح من الجدول أعلاه أن الفقرات 3، 4، 8 معاملات ارتباطها غير دالة إحصائياً، أما الفقرات 1، 5، 9 معاملات ارتباطها دالة إحصائياً عند مستوى 0,05، أما الفقرات 1، 2، 6، 7، 10، 11، 12، 13 معاملات ارتباطها دالة إحصائياً عند مستوى 0,01.

- الجدول رقم (19): معامل ارتباط درجة الفقرة مع المجموع الكلي للمحور الخامس (ن=44).

رقم الفقرة	معامل الاتساق الداخلي	مستوى الدلالة
01	0,355	0,01
02	0,376	0,01
03	0,426	0,003
04	0,504	0,0001
05	0,675	0,0001
06	0,527	0,0001
07	0,446	0,002
08	0,582	0,0001
09	0,630	0,0001
10	0,443	0,002
11	0,131	0,3
12	0,432	0,002
13	0,570	0,0001

يتضح من الجدول أعلاه أن الفقرات 11 معامل ارتباطها غير دال إحصائياً، أما الفقرات 1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 12، 13 معاملات ارتباطها دالة إحصائياً عند مستوى 0,01.

- الجدول رقم (20): معامل ارتباط درجة الفقرة مع المجموع الكلي للمحور السادس. ن=44).

رقم الفقرة	معامل الاتساق الداخلي	مستوى الدلالة
01	0,622	0,0001
02	0,582	0,0001
03	0,530	0,0001
04	0,595	0,0001
05	0,525	0,0001
06	0,466	0,001
07	0,233	0,1
08	0,323	0,02
09	0,043	0,7
10	0,032	0,8
11	0,454	0,002
12	0,383	0,009

يتضح من الجدول أعلاه أن الفقرات 7، 9، 10 معاملات إرتباطها غير دالة إحصائيا، أما الفقرة 8 معامل ارتباطها دال إحصائيا عند مستوى 0,05، أما الفقرات 1، 2، 3، 4، 5، 6، 11، 12 معاملات ارتباطها دالة إحصائيا عند مستوى 0,01.

- الجدول رقم (21): معامل ارتباط درجة الفقرة مع المجموع الكلي للمحور السابع (ن=44).

رقم الفقرة	معامل الإتساق الداخلي	مستوى الدلالة
01	0,342	0,02
02	0,638	0,0001
03	0,503	0,0001
04	0,507	0,0001
05	0,652	0,0001
06	0,480	0,001
07	0,500	0,0001
08	0,634	0,0001
09	0,542	0,0001
10	0,619	0,0001
11	0,432	0,003
12	0,313	0,03

يتضح من الجدول أعلاه أن الفقرات 1، 12 معاملات ارتباطها دالة إحصائية عند مستوى 0,05، أما الفقرات 2، 3، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11 معاملات ارتباطها دالة إحصائية عند مستوى 0,01 . أما بالنسبة للاستبيان الموجه للمشرفين اكتفى الباحث بالنسبة للصدق على صدق المحكمين فقط حيث لا يمكن حساب صدق الاتساق الداخلي عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة الإجابة على الفقرات وبين الدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه نظراً لقلّة عدد أفراد العينة الاستطلاعية حيث لم يتجاوز العدد ستة (06) أفراد.

**3-3- الثبات:** من أجل التأكيد من ثبات أدبي القياس أستخدم الباحث أسلوبين هما الاتساق الداخلي والتجزئة النصفية وفيما يلي عرض نتائجهما.

**أ - الاتساق الداخلي:** من أجل معاينة ثبات درجة أدبي القياس استخدم الباحث أسلوب الاتساق الداخلي بحساب معامل ألفا كرونباخ و كانت النتائج على النحو التالي:

- الجدول رقم (22) : يبين معامل ألفا كرونباخ لكل محور وللمجموع الكلي للاستبيان الخاص بالطلبة.

المحاور	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
المحور الأول: الأنشطة التي يقضي من خلالها الطلبة أوقات فراغهم	09	0,674
المحور الثاني: الأنشطة الرياضية المفضلة	12	0,807
المحور الثالث: التعرف على قدرة الطلبة في تنظيم أوقات فراغهم خلال اليوم	13	0,434
المحور الرابع: أهداف النشاط الرياضي	10	0,217
المحور الخامس: برامج الأنشطة الرياضية	13	0,709
المحور السادس: الإمكانيات المادية والبشرية	12	0,558
المحور السابع: الدعاية والإعلان	12	0,745
المجموع الكلي	81	0,842

يتضح من الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ للمحور الأول بلغ 0,674 و للمحور الثاني بلغ 0,807 و للمحور الخامس بلغ 0,709 و للمحور السادس بلغ 0,558 و للمحور السابع بلغ 0,745 وهي قيم مرتفعة مما يدل على أنها تملك معاملات ثبات عالية لكن يتبين كذلك من الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ للمحور الثالث بلغ 0,434 وهي قيمة منخفضة و للمحور الرابع بلغ 0,217 وهي قيمة ضعيفة ولكن معامل ألفا كرونباخ للدرجة الكلية للاستبيان بلغ 0,842 و هي قيمة عالية ومنه نستنتج أن الاستبيان يتميز بالثبات.

- الجدول رقم (23): يبين معامل ألفا كرونباخ لكل محور وللمجموع الكلي للإستبيان الخاص بالمشرفين.

المحاور	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
المحور الأول: أهداف النشاط الرياضي	13	0,617
المحور الثاني: برنامج النشاط الرياضي	12	0,445
المحور الثالث: الإمكانيات المادية والبشرية	14	0,880
المحور الرابع: الدعاية والإعلان	10	0,329
المجموع الكلي	49	0,900

يتضح من الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ للمحور الأول بلغ 0,617 وللمحور الثالث بلغ 0,880 وهي قيم مرتفعة مما يدل على أنها تملك معاملات ثبات عالية لكن يتبين كذلك من الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ للمحور الثاني بلغ 0,445 وهي قيمة منخفضة وللمحور الرابع بلغ 0,329 وهي قيمة ضعيفة ولكن معامل ألفا كرونباخ للدرجة الكلية للاستبيان بلغ 0,900 وهي قيمة عالية ومنه نستنتج أن الاستبيان يتميز بالثبات.

#### 4-التجزئة النصفية:

للتأكد من ثبات الاستبيان استخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية بالرغم من أن عدد فقرات الاستبيان فردي وعلى هذا الأساس تم اللجوء إلى معامل جيتمان للتجزئة النصفية بواسطة برنامج الحزمة الإحصائية إضافة إلى حساب معامل سيرمان براون في حالة عدم تكافؤ طول الجزئين، و جاءت النتائج على النحو الآتي:

- الجدول رقم (24): يبين معاملات الثبات عن طريق التجزئة النصفية للإستبيان الخاص بالطلبة.

قيمة المعامل	الأسلوب المستخدم	
0,751	الجزء الأول: 41 فقرة	ألفا كرونباخ
0,681	الجزء الثاني: 40 فقره	
0,870	معامل سبيرمان براون في حالة عدم تكافؤ الأجزاء	
0,866	معامل التجزئة النصفية لجيتمان	

يتبين من الجدول أعلاه أن قيم المعاملات تراوحت بين 0,681 و 0,870 وهي قيم مرتفعة مما يدل على ثبات لدرجات الاستبيان الموجه للطلبة.

- الجدول رقم (25): يبين معاملات الثبات عن طريق التجزئة النصفية للإستبيان الخاص بالمشرفين.

قيمة المعامل	الأسلوب المستخدم	
0,818	الجزء الأول: 25 فقرة	ألفا كرونباخ
0,799	الجزء الثاني: 24 فقرة	
0,949	معامل سبيرمان براون في حالة عدم تكافؤ الأجزاء	
0,949	معامل التجزئة النصفية لجيتمان	

يتبين من الجدول أعلاه أن قيم المعاملات تراوحت بين 0,799 و 0,949 وهي قيم مرتفعة مما يدل على ثبات لدرجات الاستبيان الموجه للمشرفين.

انطلاقاً مما سبق تم الاحتفاظ بكل فقرات أدبي القياس (انظر الملحق رقم: 3 و 4) نظراً للقيم المرتفعة لمعامل ألفا كرونباخ و نظراً كذلك لعدم وجود فقرات معامل ارتباطها سالب مع الدرجة الكلية للمحور. أما بالنسبة للفقرات التي لديها ارتباط بالرغم من أنه غير دال تم الاحتفاظ بها و أرجع الباحث ذلك إلى نوع الأسئلة و التي تتطلب الإجابة عنها نوع من الاسترجاع من أجل التذكر.

## 5- تطبيق الدراسة الأساسية:

قام الباحث بتطبيق الدراسة الأساسية ابتداء من أوائل أبريل 2016 حيث اعتمد الباحث على فريق عمل من أجل توزيع الاستثمارات تكون من الطلبة المقيمين بالأحياء الجامعية التي اختيرت منها عينة الدراسة وهي على النحو التالي: أحياء الذكور:

- حي بن يحيى بلقاسم ،حي القطب الصحي .

- أحياء الإناث:حي بوعيسي محمد ،حي الدكتور بلعربي .

و استغرقت مدة توزيع الاستثمارات واسترجاعها ما يقارب الثلاثة أشهر حيث في حالة عدم استرجاع الاستثمارات المقسمة نعاود التوزيع مرة أخرى من أجل بلوغ النسبة المحددة ونفس الشيء في حالة إلغاء الاستثمارات وهذا إلى غاية بلوغ أو تجاوز النسبة المحددة بخمسة بالمائة.

وبعد استرجاع الاستثمارات شرع الباحث في تفرغها باستعمال برنامج الحزمة الإحصائية إصدار 20 وبعدها

تم القيام بالمعالجة الإحصائية للبيانات.

## 6- الأساليب الإحصائية:

من أجل تحليل البيانات استعمل الباحث الأساليب الإحصائية التالية:

### أ. الأساليب الإحصائية الوصفية:

- التكرارات: استعملت لتحديد إستجابات أفراد العينة على فقرات الإستبيان.

- النسب المئوية: استعملت لتحديد النسبة المئوية للأفراد المستجوبين عن كل فقرة من فقرات الإستبيان.

### ب. الأساليب الإحصائية للفروق:

إختبار حسن المطابقة لمعرفة تجانس أو تباين إجابات عينة الدراسة عن الفقرات.

## 7- صعوبات البحث:

- صعوبة في توزيع الإستثمارات.

- صعوبة في الدخول إلى أحياء الإناث.

- صعوبة في اللقاءات مع بعض المشرفين .

## خلاصة:

تناولنا في هذا الفصل منهجية البحث والإجراءات الميدانية حيث أكدنا من خلال الخصائص السيكومترية للأداة من صلاحيتها لتكون أداة علمية قابلة للاستعمال، و تناولنا مجتمع البحث و كيفية اختيار عينة البحث، وأخيراً الأدوات الإحصائية التي تناسب مع هذه الدراسة، وتطرق في الفصل الموالي إلى عرض ومناقشة النتائج .

## الفصل الثاني :

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد

1- عرض النتائج

1-1- عرض نتائج الإناث

1-2- عرض نتائج الذكور

1-3- عرض نتائج المشرفين على الأنشطة بأحياء الإناث

1-4- عرض نتائج المشرفين على الأنشطة بأحياء الذكور

2 - مناقشة الفرضيات

2-1- مناقشة الفرضية الأولى

2-2- مناقشة الفرضية الثانية

2-3- مناقشة الفرضية الثالثة

2-4- مناقشة الفرضية الرابعة

3- الاستنتاجات

4- التوصيات

5-مقترح إستراتيجية استثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية عند

طلبة الإقامات الجامعية

الخلاصة العامة

## تمهيد :

مر القول في فصل منهجية البحث والإجراءات الميدانية أن أجزاء البحث في تكامل وتناغم للوصول إلى الحقيقة العلمية، فبعد عرض الإطار المنهجي يأتي هذا الفصل في جزئه الأول ليستعرض النتائج المتوصل إليها محاولا الباحث فيه استنطاق الأرقام والدلالات الإحصائية.

إننا نعرض النتائج كما أفرزتها المعالجة الإحصائية المتحصل عليها من جراء تطبيق الاستمارة.

ومن خلال الطرح النظري والمعالجة الميدانية وبناء على أهداف الدراسة، وفي إطار المنهج العلمي المستخدم ومن خلال البيانات والمعلومات التي تم الحصول عليها من عينة الدراسة وعرض النتائج، سنناقش ونحلل فرضيات البحث مستخدمين ما تم التوصل إليه في الطرح النظري من جهة وتأييد أو معارضة ما تم التوصل إليه في الدراسات السابقة ذات العلاقة التي تناولناها بالعرض والتحليل من جهة ثانية، كل ذلك من اجل الابتعاد عن الذاتية في الحكم على الفرضيات المعتمدة، وبغية التدعيم وإعطاء الحجج والبراهين فيما تم التوصل إليه.

## 1- عرض نتائج:

### 1-1- عرض نتائج الإناث:

- الجدول رقم (26): المحور الأول . الأنشطة التي يقضي من خلالها الطلبة أوقات فراغهم .

مستوى الدلالة	ك <sup>2</sup>	الإجابات				العبارة	ترتيب
		لا	أحيانا	نعم	ت		
0,000	25,107	34	90	73	ت	حضور الحفلات الفنية	01
		17,3	45,7	37,1	%		
0,000	54,102	18	98	81	ت	مشاهدة التلفاز	02
		9,1	49,7	41,1	%		
0,000	33,695	28	91	78	ت	الاستماع إلى الموسيقى	03
		14,2	46,2	39,6	%		
0,20	7,868	54	84	59	ت	الرسم	04
		27,4	42,6	29,9	%		
0,000	18,589	43	92	62	ت	تصفح الانترنت	05
		21,8	46,7	31,5	%		
0,000	19,289	39	89	69	ت	ممارسة النشاط الرياضي	06
		19,8	45,2	35,0	%		
0,000	31,807	30	93	74	ت	المطالعة	07
		15,2	47,2	37,6	%		
0,11	9,056	47	81	69	ت	مصاحبة الأصدقاء	08
		23,9	41,1	35,0	%		
0,000	25,868	45	99	53	ت	حضور الملتقيات العلمية، دينية، ثقافية	09
		22,8	50,3	26,9	%		

من خلال إجابات عينة الدراسة في الجدول أعلاه والذي يبين الأنشطة التي يقضي من خلالها الطلبة أوقات

فراغهم تبين مايلي:

- بناء على قيم ك<sup>2</sup> والتي جاءت دالة عند مستوى أقل من 0,01 في الإجابة على الفقرات 1, 2, 3, 5, 6, 7, 9 مما يدل على وجود فروق في الإجابات وهي لصالح المحبين بأحياننا حيث كانت النسب المئوية في الإجابات على الفقرات 1, 2, 3, 5, 6, 7, 9 كما يلي: 45,7, 49,7, 46,2, 45,2, 47,2, 50,3

- وكان مجموع التكرارات الموافقة للنسب المئوية المذكورة والخاصة بأحياننا كما يلي: 90, 98, 91, 92, 89, 93, 99,
- أما بالنسبة للمجيبين بنعم على الفقرات السابقة الذكر فكانت كالتالي: 1, 37, 41, 39, 31, 35, 0, 26, 9, 37, 6,
- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بنعم على النحو التالي: 73, 81, 78, 62, 69, 74, 53,
- أما بالنسبة للمجيبين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت كالتالي: 3, 17, 9, 1, 14, 2, 8, 19, 8, 21, 8, 22, 8, 15, 2,
- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بلا على النحو التالي: 34, 18, 28, 43, 39, 30, 45,
- أما بالنسبة للفقرتين 4 و 8 لم تكن فيهما قيمتا ك<sup>2</sup> دالة إحصائية عند المستوى 0,05
- ومما سبق يتبين أن ليس هناك استمرارية وانضباط في الاستثمار الجيد لوقت الفراغ.

- الجدول رقم (27): المحور الثاني . الأنشطة الرياضية المفضل .

مستوى الدلالة	ك <sup>2</sup>	الإجابات			العبارة	رقم	
		لا	أحيانا	نعم			
0,000	16,335	40	85	72	ت	السباحة	01
		20,3	43,1	36,5	%		
0,000	15,391	41	85	71	ت	كرة القدم	02
		20,8	43 ,1	36,0	%		
0,000	15,726	45	90	62	ت	كرة السلة	03
		22,8	45,7	31,5	%		
0,000	23,218	42	96	59	ت	كرة اليد	04
		21,3	48,7	29,9	%		
0,000	29,431	36	98	63	ت	الكرة الطائرة	05
		18,3	49,7	32,0	%		
0,000	16,944	41	88	68	ت	تنس الأرض	06
		20,8	44,7	34,5	%		
0,001	13,898	50	90	57	ت	الرياضات القتالية	07
		25,4	45,7	28,9	%		
0,000	16,030	50	92	55	ت	رياضة كمال الأجسام	08
		25,4	46,7	27,9	%		
0,000	21,817	37	90	70	ت	الكرة الحديدية	09
		18,8	45,7	35,5	%		
0,000	25,472	40	97	60	ت	الشطرنج	10
		20,3	49,2	30,5	%		
0,007	9,817	52	86	59	ت	المشي، الهرولة ( footing)	11
		26,4	43,7	29,9	%		
0,000	29,817	42	101	54	ت	البيلياردو ، تنس الطاولة ، البايغوت	12
		21,3	51, 3	27,4	%		

من خلال إجابات عينة الدراسة في الجدول أعلاه والذي يبين الأنشطة الرياضية المفضلة لدى الطلبة يتبين مايلي:

بناء على قيم كا<sup>2</sup> والتي جاءت دالة عند مستوى أقل من 0,01 في الإجابة على الفقرات 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 , 8, 9, 10, 11, 12 مما يدل على وجود فروق في الإجابات وهي لصالح المجهيين بأحيانا حيث كانت النسب المئوية في الإجابات على الفقرات السابقة الذكر بالنسبة للمجهيين بأحيانا كمايلي, 43,1, 45,7, 48,7, 49,7, 44,7 , 45,7, 46,7, 49,2, 43,7, 51,3 ,

- وكان مجموع التكرارات الموافق للنسب المئوية المذكورة والخاصة بأحيانا كما يلي: 85, 85, 90, 96, 98, 88 , 90, 92, 90, 97, 86, 101 ,

- أما بالنسبة للمجهيين بنعم على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 36,5, 36,0, 31,5 , 29,9, 32,0, 34,5, 28,9, 27,9, 35,5, 30,5, 29,9, 27,4 ,

- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجهيين بنعم على النحو التالي: 72, 71, 62, 59, 63, 68, 57 , 55, 60, 70, 59, 54 ,

- أما بالنسبة للمجهيين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 20,3, 20,8, 22,8 , 20,8, 18,3, 21,3, 25,4, 25,4, 18,8, 20,3, 26,4, 21,3 ,

- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجهيين بلا على النحو التالي: 40, 41, 45, 42, 36, 41, 50 , 50, 37, 40, 52, 42 ,

- ومما سبق يتبين أن الطالبات لديهن ميل لأغلب الرياضات المذكورة في الإستبان.

- الجدول رقم (28): المحور الثالث . التعرف على قدرة الطلبة في تنظيم أوقات فراغهم خلال اليوم .

مستوى الدلالة	ن <sup>2</sup>	الإجابات			العبارة	رقم	
		لا	أحيانا	نعم			
0,003	11,766	43	76	78	ت	أدرس طوال الوقت	01
		21,8	38,6	39,6	%		
0,000	63,421	27	116	54	ت	أهتم بتنظيم الوقت خلال اليوم	02
		13,7	58,9	27,4	%		
0,005	10,548	46	83	68	ت	أخصص وقت محدد للدراسة	03
		23,4	42,1	34,5	%		
0,000	33,766	38	104	55	ت	أستغل وقت الفراغ خلال اليوم في ممارسة نشاط رياضي ترويحي	04
		19,3	52,8	27,9	%		
0,000	20,112	36	80	81	ت	يكون معظم وقت الفراغ موجه إلى ممارسة نشاط رياضي ترويحي	05
		18,3	40,6	41,1	%		
0,000	47,645	25	104	68	ت	أحافظ على مواعيدي بدقة	06
		12,7	52,8	34,5	%		
0,012	8,812	49	83	65	ت	لدي وقت فراغ طويل	07
		24,9	42,1	33,0	%		
0,000	27,909	38	98	61	ت	أنام الساعات التي أحتاجها	08
		19,3	49,7	31,0	%		
0,000	16,731	39	83	75	ت	أستغل كل فراغي في المراجعة خلال الامتحانات	09
		19,8	42,1	38,1	%		
0,000	22,213	39	93	65	ت	كثيرا ما أقوم بتأجيل واجباتي الدراسية	10
		19,8	47,2	33,0	%		
0,000	20,112	42	93	62	ت	مارست النشاط الرياضي الترويحي قبل الالتحاق بالجامعة	11
		21,3	47,2	31,5	%		
0,000	24,376	40	96	61	ت	عند ممارسة النشاط الرياضي الترويحي أستطيع أن أركز في الدراسة والتحضير	12
		20,3	48,7	31,0	%		
0,000	15,970	40	84	73	ت	يكتسب الطلبة المعارف والمهارات خلال ممارستهم النشاط الرياضي الترويحي	13
		20,3	42,6	37,1	%		

من خلال إجابات عينة الدراسة في الجدول أعلاه والذي يبين الكيفية التي ينظم بها الطلبة أوقات فراغهم خلال اليوم يتبين مايلي:

- بناء على قيم كا<sup>2</sup> والتي جاءت دالة عند مستوى أقل من 0,02 في الإجابة على الفقرات 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13 فروق في الإجابات وهي لصالح المجيبين بأحيانا في الفقرات 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13 حيث كانت النسب المئوية في الإجابات على الفقرات السابقة الذكر بالنسبة للمجيبين بأحيانا كمايلي: 58,9, 42,1, 52,8, 52,8, 42,1, 49,7, 42,9, 47,2, 47,2, 48,7, 42,6.
  - وكان مجموع التكرارات الموافقة للنسب المئوية المذكورة والخاصة بأحيانا كما يلي: 83, 104, 104, 83, 116, 83, 98, 83, 93, 93, 96, 84.
  - أما بالنسبة للمجيبين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 19,3, 23,4, 13,7, 20,3, 20,3, 21,3, 19,8, 19,8, 19,3, 24,9, 12,7.
  - وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بلا على النحو التالي: 39, 38, 49, 25, 38, 46, 27, 40, 40, 42, 39.
  - وأما بالنسبة للمجيبين بنعم على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 27,9, 34,5, 27,4, 37,1, 31,0, 31,5, 33,0, 38,1, 31,0, 33,0, 34,5.
  - وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بنعم على النحو التالي: 7, 61, 65, 68, 55, 68, 54, 73, 61, 62, 65.
  - وكانت الفروق في الإجابات لصالح المجيبين بنعم على الفقرتين 1 و 5 حيث كانت النسب المئوية كالتالي: 9,6, 41,13.
  - وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بنعم على النحو التالي: 81, 78.
  - أما بالنسبة للمجيبين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 18,3, 21,8, 36, 43.
  - أما بالنسبة للمجيبين بأحيانا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 40,6, 38,6, 40,6, 80, 76.
- ومما سبق يتبين أن الطالبات ليس لديهن استمرارية في تنظيم الوقت ويظهر من خلال إجابة الطالبات على الفقرة رقم 1 أنهن أكثر اهتماما بالدراسة ولكن إجابتهن بنعم على الفقرة 5 والمتعلقة بممارسة النشاط الرياضي تتناقض إلى حد مع الإجابة على الفقرة 4 وهذا ما يؤكد خلاصة العرض.

- الجدول رقم (29): المحور الرابع . أهداف النشاط الرياضي .

مستوى الدلالة	ك <sup>2</sup>	الإجابات			العبارة	ترتيب
		لا	أحيانا	نعم		
0,000	28,091	32	91	74	ت	01
		16,2	46,2	37,6	%	
0,000	22,305	36	89	72	ت	02
		18,3	45,2	36,5	%	
0,000	26,629	40	98	59	ت	03
		20,3	49,7	29,9	%	
0,001	14,508	42	85	70	ت	04
		21,3	43,1	35,5	%	
0,000	26,664	34	92	71	ت	05
		17,3	46,7	36,0	%	
0,000	21,817	37	90	70	ت	06
		18,8	45,7	35,5	%	
0,000	38,447	31	102	64	ت	07
		15,7	51,8	32,5	%	
0,000	21,513	35	80	82	ت	08
		17,8	40,6	41,6	%	
0,000	34,396	29	95	73	ت	09
		14,7	48,2	37,1	%	
0,005	10,518	45	81	71	ت	10
		22,8	41,1	36,0	%	

- من خلال إجابات عينة الدراسة في الجدول أعلاه والذي يبين أهداف النشاط الرياضي يتبين مايلي:
- بناء على قيم كا<sup>2</sup> والتي جاءت دالة عند مستوى أقل من 0,01 في الإجابة على الفقرات مما يدل على وجود فروق في الإجابات وهي لصالح المجهيين بأحيانا في الفقرات 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10 حيث كانت النسب المئوية في الإجابات على الفقرات السابقة الذكر بالنسبة للمجهيين بأحيانا كمايلي: 46,2, 45,2, 49,7, 43,1, 46,7, 49,7, 45,7, 51,8, 48,2, 41,1,
  - وكان مجموع التكرارات الموافقة للنسب المئوية المذكورة والخاصة بأحيانا كما يلي: 91, 89, 98, 85, 92, 90, 102, 95, 81,
  - أما بالنسبة للمجهيين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 2, 16, 3, 18, 3, 20, 3, 21, 3, 17, 3, 18, 8, 15, 7, 14, 7, 22, 8,
  - وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجهيين بلا على النحو التالي: 32, 36, 40, 42, 34, 37, 31, 45, 29,
  - وأما بالنسبة للمجهيين بنعم على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 6, 37, 36, 5, 29, 9, 35, 5, 36, 0, 32, 5, 37, 1, 36, 0,
  - وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجهيين بنعم على النحو التالي: 74, 72, 59, 70, 71, 70, 64, 71, 73,
  - وكانت الفروق في الإجابات لصالح المجهيين بنعم على الفقرة 8 حيث كانت النسبة المئوية كالتالي: 6, 41,
  - وكانت التكرارات الموافقة للنسبة المئوية للمجهيين بنعم على النحو التالي: 82,
  - أما بالنسبة للمجهيين بلا على الفقرة السابقة الذكر فكانت النسبة المئوية كالتالي: 8, 17,
  - وكانت التكرارات الموافقة للنسبة المئوية للمجهيين بلا على النحو التالي: 35,
  - أما بالنسبة للمجهيين بأحيانا على الفقرة السابقة الذكر فكانت النسبة المئوية كالتالي: 6, 40,
  - وكانت التكرارات الموافقة للنسبة المئوية للمجهيين بأحيانا على النحو التالي: 80,
- ومما سبق يتبين من خلال إجابات الطالبات أن أهداف النشاط الرياضي لا تتحقق دوما إلا أنه من خلال إجابة الطالبات على الفقرة رقم 8 يتبين أن ممارسة النشاط الرياضي تساعد على التحصيل.

- الجدول رقم (30): المحور الخامس . برامج الأنشطة الرياضية .

مستوى الدلالة	مكا <sup>2</sup>	الإجابات			العبارة	رقم
		لا	أحيانا	نعم		
0,000	26,112	39	97	61	ت	01
		19,8	49,2	31,0	%	
0,000	21,970	35	85	77	ت	02
		17,8	43,1	39,1	%	
0,000	39,726	28	100	69	ت	03
		14,2	50,8	35,0	%	
0,000	24,863	33	86	78	ت	04
		16,8	43,7	39,6	%	
0,000	28,213	42	100	55	ت	05
		21,3	50,8	27,9	%	
0,001	13,685	43	85	69	ت	06
		21,8	43,1	35,0	%	
0,000	39,970	26	97	74	ت	07
		13,2	49,2	37,6	%	
0,000	18,102	38	84	75	ت	08
		19,3	42,6	38,1	%	
0,000	22,244	38	92	67	ت	09
		19,3	46,7	34,0	%	
0,000	26,081	41	98	58	ت	10
		20,8	49,7	29,4	%	
0,000	26,081	41	98	58	ت	11
		20,8	49,7	29,4	%	
0,000	19,533	43	93	61	ت	12
		21,8	47,2	31,0	%	
0,000	20,234	38	89	70	ت	13
		19,3	45,2	35,5	%	

من خلال إجابات عينة الدراسة في الجدول أعلاه والذي يبين برنامج النشاط الرياضي يتبين مايلي:

بناء على قيم  $\chi^2$  والتي جاءت دالة عند مستوى أقل من 0,01 في الإجابة على الفقرات مما يدل على وجود فروق في الإجابات وهي لصالح المجيبين أحيانا في الفقرات 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13 حيث كانت النسب المئوية في الإجابات على الفقرات السابقة الذكر بالنسبة للمجيبين أحيانا كمايلي: 50,8, 43,1, 49,2, 43,7, 50,8, 43,1, 49,2, 42,6, 46,7, 49,7, 49,7, 47,2, 45,2,

- وكان مجموع التكرارات الموافقة للنسب المئوية المذكورة والخاصة بأحيانا كما يلي: 85, 100, 86, 100, 85, 97, 89, 93, 98, 98, 92, 84, 97,

- أما بالنسبة للمجيبين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 14,2, 17,8, 19,8, 19,3, 21,8, 20,8, 20,8, 19,3, 19,3, 13,2, 21,8, 21,3, 16,8,

- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بلا على النحو التالي: 26, 43, 42, 33, 28, 35, 39, 38, 43, 41, 41, 38, 38,

- وأما بالنسبة للمجيبين بنعم على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 35,0, 39,1, 31,0, 35,5, 31,0, 29,4, 29,4, 34,0, 38,1, 37,6, 35,0, 27,9, 39,6,

- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بنعم على النحو التالي: 74, 69, 55, 78, 69, 77, 61, 70, 61, 58, 58, 67, 75,

ومما سبق يتبين أن إجابات الطالبات عن فقرات برنامج النشاط الرياضي كانت اغلبها أحيانا يعني أن هناك اهتمام نسبي أثناء البرمجة برغبات الطالبات.

- الجدول رقم (31): المحور السادس . الإمكانيات المادية والبشرية .

مستوى الدلالة	م <sup>2</sup> كا	الإجابات			العبارة	رقم
		لا	أحيانا	نعم		
0,000	21,391	39	92	66	ت	01
		19,8	46,7	33,5	%	
0,000	22,122	42	95	60	ت	02
		21,3	48,2	30,5	%	
0,000	15,726	45	90	62	ت	03
		22,8	45,7	31,5	%	
0,000	23,919	37	93	67	ت	04
		18,8	47,2	34,0	%	
0,000	21,513	38	91	68	ت	05
		19,3	46,2	34,5	%	
0,000	39,513	29	101	67	ت	06
		14,7	51,3	34,0	%	
0,001	14,203	43	86	68	ت	07
		21,8	43,7	34,5	%	
0,000	25,594	42	98	57	ت	08
		21,3	49,7	28,9	%	
0,000	17,005	39	84	74	ت	09
		19,8	42,6	37,6	%	
0,000	37,320	31	101	65	ت	10
		15,7	51,3	33,0	%	
0,003	11,645	44	82	71	ت	11
		22,3	41,6	36,0	%	
0,000	35,706	34	102	61	ت	12
		17,3	51,8	31,0	%	

من خلال إجابات عينة الدراسة في الجدول أعلاه والذي يبين الإمكانيات المادية والبشرية يتبين مايلي:

بناء على قيم ك<sup>2</sup> والتي جاءت دالة عند مستوى أقل من 0,01 في الإجابة على الفقرات مما يدل على وجود فروق في الإجابات وهي لصالح المحبين بأحيانا في الفقرات 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 حيث كانت

النسب المئوية في الإجابات على الفقرات السابقة الذكر بالنسبة للمجيبين بأحيانا كما يلي: 45,7 , 48,2 , 46,7 ,  
51,8 , 41,6 , 51,3 , 42,6 , 49,7 , 43,7 , 51,3 , 46,2 , 47,2 ,  
- وكان مجموع التكرارات الموافق للنسب المئوية المذكورة والخاصة بأحيانا كما يلي: 92 , 95 , 90 , 93 , 91 , 101 ,  
86 , 98 , 84 , 101 , 82 , 102 ,  
- أما بالنسبة للمجيبين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 19,8 , 21,3 , 22,8 ,  
18,8 , 19,3 , 14,7 , 21,8 , 21,3 , 19,8 , 15,7 , 22,3 , 17,3 .  
وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بلا على النحو التالي: 39 , 42 , 45 , 37 , 38 , 29 , 43 , 42 ,  
39 , 31 , 44 , 34 ,  
- وأما بالنسبة للمجيبين بنعم على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 31,5 , 30,5 , 33,5 ,  
34,0 , 34,5 , 34,0 , 34,5 , 28,9 , 37,6 , 33,0 , 36,0 , 31,0 ,  
- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بنعم على النحو التالي: 66 , 60 , 62 , 67 , 68 , 67 , 68 ,  
57 , 74 , 65 , 71 , 61 .  
ومما سبق يتبين أن إجابات الطالبات عن فقرات الإمكانيات المادية والبشرية كانت اغلبها بأحيانا ولكن إذا قارنا  
بين المجيبين بنعم والمجيبين بلا نجد أن النسب المئوية للمجيبين بنعم كانت أكبر في كل الفقرات وبالتالي نستنتج أن  
الإمكانيات المادية والبشرية متوفرة إلى حد ما .

- الجدول رقم (32): المحور السابع . الدعاية والإعلان .

مستوى الدلالة	ك <sup>2</sup>	الإجابات			العبارة	رقم
		لا	أحيانا	نعم		
0,000	30,284	35	98	64	ت	01
		17,8	49,7	32,5	%	
0,000	24,802	38	95	64	ت	02
		19,3	48,2	32,5	%	
0,000	31,350	35	99	63	ت	03
		17,8	50,3	32,0	%	
0,002	12,193	46	86	65	ت	04
		23,4	43,7	33,0	%	
0,000	21,695	41	94	62	ت	05
		20,8	47,7	31,5	%	
0,000	25,107	34	90	73	ت	06
		17,3	45,7	37,1	%	
0,000	27,665	34	94	69	ت	07
		17,3	47,7	35,0	%	
0,000	22,701	41	95	61	ت	08
		20,8	48,2	31,0	%	
0,000	17,340	49	93	55	ت	09
		24,9	47,2	27,9	%	
0,000	23,188	45	97	55	ت	10
		22,8	49,2	27,9	%	
0,000	29,301	34	96	67	ت	11
		17,3	48,7	34,0	%	
0,000	43,624	22	89	86	ت	12
		11,2	45,2	43,7	%	

من خلال إجابات عينة الدراسة في الجدول أعلاه والذي يبين الدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية يتبين

مايلي:

بناء على قيم ك<sup>2</sup> والتي جاءت دالة عند مستوى أقل من 0,01 في الإجابة على الفقرات مما يدل على وجود فروق في الإجابات وهي لصالح المجيبين بأحيانا في الفقرات 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 حيث كانت

النسب المثوية في الإجابات على الفقرات السابقة الذكر بالنسبة للمجيبين بأحيانا كما يلي: 50,3 , 48,2 , 49,7 ,  
 45,2 , 48,7 , 49,2 , 47,2 , 48,2 , 47,7 , 45,7 , 47,7 , 43,7 ,  
 - وكان مجموع التكرارات الموافق للنسب المثوية المذكورة والخاصة بأحيانا كما يلي: 98 , 95 , 99 , 86 , 94 , 90 ,  
 94 , 95 , 93 , 97 , 96 , 89 أما بالنسبة للمجيبين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المثوية كالتالي:  
 11,2 , 17,3 , 22,8 , 24,9 , 20,8 , 17,3 , 17,3 , 20,8 , 23,4 , 17,8 , 19,3 , 17,8 ,  
 - وكانت التكرارات الموافقة للنسب المثوية للمجيبين بلا على النحو التالي: 35 , 38 , 35 , 34 , 41 , 46 , 41 , 34 ,  
 22 , 34 , 45 , 49 , 41 ,  
 - وأما بالنسبة للمجيبين بنعم على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المثوية كالتالي: 32,5 , 32,5 , 32,0 ,  
 43,7 , 34,0 , 27,9 , 27,9 , 31,0 , 35,0 , 37,1 , 31,5 , 33,0 ,  
 - وكانت التكرارات الموافقة للنسب المثوية للمجيبين بنعم على النحو التالي: 64 , 64 , 63 , 65 , 62 , 73 , 69 ,  
 86 , 67 , 55 , 55 , 61 ,  
 ومما سبق يتبين أن إجابات الطالبات عن الدعاية والإعلان عن الأنشطة كانت اغلبها بأحيانا ولكن إذا قارنا  
 بين المجيبين بنعم والمجيبين بلا نجد أن النسب المثوية للمجيبين بنعم أكبر في كل الفقرات وبالتالي نستنتج أن في أغلب  
 الأحيان يكون هناك إعلان عن الأنشطة الرياضية.

## 1-2- عرض نتائج الذكور:

- الجدول رقم (33): المحور الأول . الأنشطة التي يقضي من خلالها الطلبة أوقات فراغهم .

مستوى الدلالة	ك <sup>2</sup>	الإجابات			العبارة	رقم
		لا	أحيانا	نعم		
0,031	6,936	36	61	44	ت	01 حضور الحفلات الفنية
		25,5	43,3	31,2	%	
0,000	23,660	21	67	53	ت	02 مشاهدة التلفاز
		14,9	47,5	37,6	%	
0,000	20,723	26	70	45	ت	03 الاستماع إلى الموسيقى
		18,4	49,6	31,9	%	
0,094	4,723	46	58	37	ت	04 الرسم
		32,6	41,1	26,2	%	
0,000	23,787	30	74	37	ت	05 تصفح الانترنت
		21,3	52,5	26,2	%	
0,000	22,340	22	67	52	ت	06 ممارسة النشاط الرياضي
		15,6	47,5	36,9	%	
0,001	14,596	29	66	46	ت	07 المطالعة
		20,6	46,8	32,6	%	
0,000	18,894	27	69	45	ت	08 مصاحبة الأصدقاء
		19,1	48,9	31,9	%	
0,001	13,447	27	61	53	ت	09 حضور المنتقيات علمية، دينية، ثقافية
		19,1	43,3	37,6	%	

من خلال إجابات عينة الدراسة في الجدول أعلاه والذي يبين الأنشطة التي يقضي من خلالها الطلبة أوقات

فراغهم تبين مايلي:

بناء على قيم ك<sup>2</sup> والتي جاءت دالة عند مستوى أقل من 0,04 في الإجابة على الفقرات 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9 مما يدل على وجود فروق في الإجابات وهي لصالح المحبين بأحيانا حيث كانت النسب المئوية في الإجابات على الفقرات 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9 كمايلي: 43,3, 47,5, 49,6, 52,5, 47,5, 46,8, 48,9, 43,3

- وكان مجموع التكرارات الموافق للنسب المعنوية المذكورة والخاصة أحيانا كما يلي: 61, 67, 70, 74, 67, 66
- , 69, 61 أما بالنسبة للمجيبين بنعم على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المعنوية كالتالي: 2, 31, 37, 6, 31, 9, 26, 2, 36, 9, 32, 6, 31, 9, 37, 6
- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المعنوية للمجيبين بنعم على النحو التالي: 44, 53, 45, 37, 52, 46, 45, 53
- أما بالنسبة للمجيبين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المعنوية كالتالي: 5, 25, 14, 9, 18, 4, 19, 1, 19, 1, 20, 6, 15, 6, 21, 3, 19, 1
- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المعنوية للمجيبين بلا على النحو التالي: 36, 21, 26, 30, 22, 29, 27, 27
- أما بالنسبة للفقرة 4 لم تكن فيها قيمة  $\chi^2$  دالة إحصائية عند المستوى 0,05.
- ومما سبق يتبين أن ليس هناك إست مرارية وانضباط في الاستثمار الجيد لوقت الفراغ.

- الجدول رقم (34): المحور الثاني . الأنشطة الرياضية المفضلة .

مستوى الدلالة	ك <sup>2</sup>	الإجابات				العبارة	رقم
		لا	أحيانا	نعم	ت		
0,000	18,681	24	65	52	ت	السباحة	01
		17,0	46,1	36,9	%		
0,001	13,064	30	65	46	ت	كرة القدم	02
		21,3	46,1	32,6	%		
0,000	23,660	27	73	41	ت	كرة السلة	03
		19,1	51,8	29,1	%		
0,000	15,362	31	68	42	ت	كرة اليد	04
		22,0	48,2	29,8	%		
0,000	17,745	24	63	54	ت	الكرة الطائرة	05
		17,0	44,7	38,3	%		
0,000	18,681	24	65	52	ت	تنس الأرض	06
		17,0	46,1	36,9	%		
0,000	20,468	28	71	42	ت	الرياضات القتالية	07
		19,9	50,4	29,8	%		
0,001	13,830	32	67	42	ت	رياضة كمال الأجسام	08
		22,7	47,5	29,8	%		
0,000	21,745	28	72	41	ت	الكرة الحديدية	09
		19,9	51,1	29,1	%		
0,006	10,255	32	63	46	ت	الشطرنج	10
		22,7	44,7	32,6	%		
0,000	23,021	26	72	43	ت	المشي، الهرولة (footing)	11
		18,4	51,1	30,5	%		
0,035	6,681	35	60	46	ت	البيلاردو، تنس الطاولة، البابيفوت	12
		24,8	42,6	32,6	%		

من خلال إجابات عينة الدراسة في الجدول أعلاه والذي يبين الأنشطة الرياضية المفضلة لدى الطلبة يتبين مايلي:

- بناء على قيم كا<sup>2</sup> والتي جاءت دالة عند مستوى أقل من 0,04 في الإجابة على الفقرات 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 مما يدل على وجود فروق في الإجابات وهي لصالح المجهين بأحيانا حيث كانت النسب المئوية في الإجابات على الفقرات السابقة الذكر بالنسبة للمجهين بأحيانا كما يلي: 46,1, 46,1, 46,1, 48,2, 44,7, 46,1, 46,1, 47,5, 51,1, 44,7, 51,1, 42
- وكان مجموع التكرارات الموافق للنسب المئوية المذكورة والخاصة بأحيانا كما يلي: 65, 65, 63, 68, 63, 65, 60, 72, 63, 72, 67, 71
- أما بالنسبة للمجهين بنعم على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 29,1, 32,6, 36,9, 32,6, 30,5, 32,6, 29,1, 29,8, 29,8, 36,9, 38,3, 29,8, 42, 52, 54, 42, 41, 46, 52, 46, 43, 46, 41, 42, 46
- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجهين بنعم على النحو التالي: 19,1, 21,3, 17,0, 24,8, 18,4, 22,7, 19,9, 22,7, 19,9, 17,0, 17,0, 22,0, 28, 24, 24, 31, 27, 30, 24, 35, 26, 32, 28, 32, 35
- ومما سبق يتبين أن الطلبة الذكور لديهم ميل لأغلب الرياضات المذكورة في الاستبيان.

- الجدول رقم (35): المحور الثالث . التعرف على قدرة الطلبة في تنظيم أوقات فراغهم خلال اليوم .

مستوى الدلالة	ك <sup>2</sup>	الإجابات			العبارة	رقم	
		لا	أحيانا	نعم			
0,000	43,021	18	81	42	ت	أدرس طوال الوقت	01
		12,8	57,4	29,8	%		
0,002	12,383	28	61	52	ت	أهتم بتنظيم الوقت خلال اليوم	02
		19,9	43,3	36,9	%		
0,001	14,851	30	67	44	ت	أخصص وقت محدد للدراسة	03
		21,3	47,5	31,2	%		
0,002	12,043	34	66	41	ت	أستغل وقت الفراغ خلال اليوم في ممارسة نشاط رياضي ترويحي	04
		24,1	46,8	29,1	%		
0,001	14,596	33	68	40	ت	يكون معظم وقت الفراغ موجه إلى ممارسة نشاط رياضي ترويحي	05
		23,4	48,2	28,4	%		
0,002	12,298	30	64	47	ت	أحافظ على مواعيدي بدقة	06
		21,3	45,4	33,3	%		
0,000	24,298	26	73	42	ت	لدي وقت فراغ طويل	07
		18,4	51,8	29,8	%		
0,000	22,638	25	71	45	ت	أنام الساعات التي أحتاجها	08
		17,7	50,4	31,9	%		
0,000	19,064	31	71	39	ت	أستغل كل فراغي في المراجعة خلال الامتحانات	09
		22,0	50,4	27,7	%		
0,000	23,021	22	68	51	ت	كثيرا ما أقوم بتأجيل واجباتي الدراسية	10
		15,6	48,2	36,2	%		
0,000	27,745	19	69	53	ت	مارست النشاط الرياضي الترويحي قبل الالتحاق بالجامعة	11
		13,5	48,9	37,6	%		
0,006	10,255	32	63	46	ت	عند ممارسة النشاط الرياضي الترويحي أستطيع أن أركز في الدراسة والتحضير	12
		22,7	44,7	32,6	%		
0,000	16,122	40	69	32	ت	يكتسب الطلبة المعارف والمهارات خلال ممارستهم النشاط الرياضي الترويحي	13
		28,4	48,9	22,7	%		

من خلال إجابات عينة الدراسة في الجدول أعلاه والذي يبين الكيفية التي ينظم بها الطلبة أوقات فراغهم خلال

اليوم يتبين مايلي:

بناءً على قيم  $\chi^2$  والتي جاءت دالة عند مستوى أقل من 0,01 في الإجابة على الفقرات مما يدل على وجود فروق في الإجابات وهي لصالح المجهين بأحيانا في كل الفقرات حيث كانت النسب المئوية في الإجابات على الفقرات مرتبة من 1 , 2 , 3 , 4 , 5 , 6 , 7 , 8 , 9 , 10 , 11 , 12 , 13 بالنسبة للمجهين بأحيانا كما يلي: 47,5 , 43,3 , 57,4 , 48,9 , 44,7 , 48,9 , 48,2 , 50,4 , 50,4 , 51,8 , 45,4 , 48,2 , 46,8 ,

- وكان مجموع التكرارات الموافق للنسب المئوية المذكورة والخاصة بأحيانا كما يلي: 81 , 61 , 67 , 66 , 68 , 64 , 73 , 71 , 71 , 68 , 69 , 63 , 69 ,

- أما بالنسبة للمجهين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 21,3 , 19,9 , 12,8 , 28,4 , 22,7 , 13,5 , 15,6 , 22,0 , 17,7 , 18,4 , 21,3 , 23,4 , 24,1 ,

- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجهين بلا على النحو التالي: 18 , 28 , 30 , 34 , 33 , 30 , 26 , 25 , 31 , 22 , 19 , 32 , 40 ,

- وأما بالنسبة للمجهين بنعم على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 31,2 , 36,9 , 29,8 , 22,7 , 32,6 , 37,6 , 36,2 , 27,7 , 31,9 , 29,8 , 33,3 , 28,4 , 29,1 ,

- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجهين بنعم على النحو التالي: 42 , 52 , 44 , 41 , 40 , 47 , 42 , 45 , 39 , 51 , 53 , 46 , 32 ,

ومما سبق يتبين أن الطلبة الذكور ليس لديهم استمرارية في تنظيم الوقت.

- الجدول رقم (36): المحور الرابع . أهداف النشاط الرياضي .

مستوى الدلالة	ك <sup>2</sup>	الإجابات			العبارة	رقم
		لا	أحيانا	نعم		
0,004	11,021	29	60	52	ت	01
		20,6	42,6	36,6	%	
0,000	22,638	23	69	49	ت	02
		16,3	48,9	34,8	%	
0,008	9,702	33	63	45	ت	03
		23,4	44,7	31,9	%	
0,000	18,170	30	70	41	ت	04
		21,3	49,6	29,1	%	
0,001	13,319	31	66	44	ت	05
		22,0	46,8	31,2	%	
0,000	25,021	21	69	51	ت	06
		14,9	48,9	36,2	%	
0,003	11,617	30	63	48	ت	07
		21,3	44,7	34,0	%	
0,000	23,362	32	74	35	ت	08
		22,7	52,5	24,8	%	
0,000	19,277	28	70	43	ت	09
		19,9	49,6	30,5	%	
0,000	19,702	25	68	48	ت	10
		17,7	48,2	34,0	%	

من خلال إجابات عينة الدراسة في الجدول أعلاه والذي يبين أهداف النشاط الرياضي يتبين مايلي:

بناء على قيم ك<sup>2</sup> والتي جاءت دالة عند مستوى أقل من 0,01 في الإجابة على الفقرات مما يدل على وجود فروق في الإجابات وهي لصالح المحييين بأحيانا في الفقرات 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 حيث كانت النسب المعنوية في الإجابات على الفقرات السابقة الذكر بالنسبة للمحييين بأحيانا كمايلي: 46,8 , 49,6 , 44,7 , 48,9 , 42,6 , 48,2 , 49,6 , 52,5 , 44,7 , 48,9 ,

- وكان مجموع التكرارات الموافقة للنسب المئوية المذكورة والخاصة بأحيانا كما يلي: 60, 69, 63, 70, 66, 69  
63, 74, 70, 68 ,
- أما بالنسبة للمجيبين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 6, 20, 3, 16, 4, 23,  
3, 21, 0, 22, 9, 14, 3, 21, 7, 22, 17,
- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بلا على النحو التالي: 29, 23, 30, 33, 31, 21, 30  
32, 28, 25 ,
- وأما بالنسبة للمجيبين بنعم على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 6, 36, 8, 34, 9, 31,  
1, 29, 2, 31, 2, 36, 2, 34, 0, 24, 8, 30, 5, 34, 0 وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بنعم  
على النحو التالي: 52, 49, 45, 41, 44, 51, 48, 35, 43, 48
- ومما سبق يتبين من خلال إجابات الطلبة أن أهداف النشاط الرياضي لا تتحقق دوما.

- الجدول رقم (37): المحور الخامس - برامج الأنشطة الرياضية .

مستوى الدلالة	مكا	الإجابات			العبارة	ترتيب
		لا	أحيانا	نعم		
0,001	13,447	33	67	41	ت	01
		23,4	47,5	29,1	%	
0,001	13,830	32	67	42	ت	02
		22,7	47,5	29,8	%	
0,000	21,243	29	62	40	ت	03
		20,6	51,1	28,4	%	
0,000	19,957	27	70	44	ت	04
		19,1	49,6	41,2	%	
0,000	21,106	27	71	43	ت	05
		19,1	50,4	30,5	%	
0,000	16,468	26	65	50	ت	06
		18,4	46,1	35,5	%	
0,000	26,723	23	73	45	ت	07
		16,3	51,8	31,9	%	
0,018	8,043	32	59	50	ت	08
		22,7	41,8	35,5	%	
0,000	32,170	23	77	41	ت	09
		16,3	54,6	29,1	%	
0,000	15,617	34	69	38	ت	10
		24,1	48,9	27,0	%	
0,000	23,532	23	70	48	ت	11
		16,3	49,6	34,0	%	
0,000	25,021	21	69	51	ت	12
		14,9	48,9	36,2	%	
0,000	23,787	30	74	37	ت	13
		21,3	52,5	26,2	%	

من خلال إجابات عينة الدراسة في الجدول أعلاه والذي يبين برنامج النشاط الرياضي يتبين مايلي:

بناءً على قيم  $\chi^2$  والتي جاءت دالة عند مستوى أقل من 0,01 في الإجابة على الفقرات مما يدل على وجود فروق في الإجابات وهي لصالح الإيجابيين أحياناً في الفقرات 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13 حيث كانت النسب المئوية في الإجابات على الفقرات السابقة الذكر بالنسبة للمجيبين أحياناً كما يلي: 51,1, 47,5, 47,5, 49,6, 52,5, 48,9, 49,6, 48,9, 54,6, 41,8, 51,8, 41,1, 50,4, 49,6

- وكان مجموع التكرارات الموافق للنسب المئوية المذكورة والخاصة بأحياناً كما يلي: 67, 67, 62, 70, 71, 65, 73, 59, 77, 69, 70, 69, 74

- أما بالنسبة للمجيبين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 20,6, 22,7, 23,4, 19,1, 19,1, 18,4, 16,3, 22,7, 16,3, 24,1, 16,3, 14,9, 21,3

- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بلا على النحو التالي: 33, 32, 29, 27, 27, 26, 23, 32, 23, 34, 23, 21, 30

- وأما بالنسبة للمجيبين بنعم على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 28,4, 29,8, 29,1, 41,2, 30,5, 35,5, 31,9, 35,5, 29,1, 27,0, 34,0, 36,2, 26,2

- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بنعم على النحو التالي: 41, 42, 40, 44, 43, 50, 45, 50, 41, 38, 48, 51, 37 .

ومما سبق يتبين أن إجابات الطلبة عن فقرات برنامج النشاط الرياضي كانت أغلبها أحياناً يعني أن هناك اهتمام نسبي أثناء البرمجة برغبات الطلبة.

- الجدول رقم (38): المحور السادس . الإمكانيات المادية والبشرية .

مستوى الدلالة	سكا	الإجابات				العبارة	رقم
		لا	أحيانا	نعم	ت		
0,000	17,149	33	70	38	ت	تتوفر بالإقامة الجامعية ملاعب كافية لممارسة النشاط الرياضي	01
		23,4	49,6	27,0	%		
0,000	20,596	25	69	47	ت	الملاعب في حالة جيدة	02
		17,7	48,9	33,3	%		
0,000	18,170	24	64	53	ت	يوجد قاعة رياضية مغلقة بما أجهزة	03
		17,0	45,4	37,6	%		
0,000	19,957	34	72	35	ت	مساحة القاعة الرياضية مناسبة لعدد الطلاب	04
		24,1	51,1	24,8	%		
0,002	12,809	36	67	38	ت	تتوفر الإقامة على الأدوات و الأجهزة المناسبة لممارسة النشاط الرياضي	05
		25,5	47,5	27,0	%		
0,000	27,106	24	74	43	ت	عدد الأخصائيين الرياضيين يتناسب مع الطلاب الممارسين	06
		17,0	52,5	30,5	%		
0,000	23,021	22	68	51	ت	يوجد عمال لتجهيز الملاعب و صيانتها	07
		15,6	48,2	36,2	%		
0,009	9,319	37	64	40	ت	الملاعب صالحة لممارسة النشاط الرياضي	08
		26,2	45,4	28,4	%		
0,000	21,957	37	73	31	ت	إساءة بعض الطلبة استخدام الوسائل الرياضية الموجودة بالإقامة	09
		26,2	51,8	22,0	%		
0,004	10,894	31	63	47	ت	تتوفر بالإقامة مرشات	10
		22,0	44,7	33,3	%		
0,000	28,894	20	72	49	ت	توفر الإدارة مشرفين على الأنشطة الرياضية	11
		14,2	51,1	34,8	%		
0,000	18,681	29	70	42	ت	تتوفر الإقامة على طبيب	12
		20,6	49,6	29,8	%		

من خلال إجابات عينة الدراسة في الجدول أعلاه والذي يبين الإمكانيات المادية والبشرية يتبين مايلي :

بناءً على قيم  $\chi^2$  والتي جاءت دالة عند مستوى أقل من 0,01 في الإجابة على الفقرات مما يدل على وجود فروق في الإجابات وهي لصالح المجهيين بأحيانا في الفقرات 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 حيث كانت النسب المئوية في الإجابات على الفقرات السابقة الذكر بالنسبة للمجهيين بأحيانا كما يلي: 45,4, 48,9, 49,6, 49,6, 51,1, 51,1, 47,5, 52,5, 48,2, 45,4, 51,8, 44,7, 51,1, 49,6,

- وكان مجموع التكرارات الموافقة للنسب المئوية المذكورة والخاصة بأحيانا كما يلي: 70, 69, 90, 72, 67, 74, 68, 64, 73, 63, 72, 70,

- أما بالنسبة للمجهيين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 23, 4, 17, 7, 17, 0, 24, 1, 25, 5, 17, 0, 15, 6, 26, 2, 26, 2, 22, 0, 14, 2, 20, 6,

- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجهيين بلا على النحو التالي: 33, 25, 24, 34, 36, 22, 37, 37, 31, 20, 29,

- وأما بالنسبة للمجهيين بنعم على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 27, 0, 33, 3, 37, 6, 24, 8, 27, 0, 30, 5, 36, 2, 28, 4, 22, 0, 33, 3, 34, 8, 29, 8,

- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجهيين بنعم على النحو التالي: 38, 47, 53, 35, 38, 43, 51, 40, 31, 47, 49, 42,

ومما سبق يتبين أن إجابات الطلبة عن فقرات الإمكانيات المادية والبشرية كانت أغلبها بأحيانا ولكن إذا قارنا بين المجهيين بنعم والمجهيين بلا نجد أن النسب المئوية للمجهيين بنعم كانت أكبر في كل الفقرات إلا في الفقرة 9 وبالتالي نستنتج أن الإمكانيات المادية والبشرية متوفرة إلى حد ما .

- الجدول رقم (39): المحور السابع . الدعاية والإعلان .

مستوى الدلالة	كا <sup>2</sup>	الإجابات			العبارة	رقم
		لا	أحيانا	نعم		
0,000	18,553	33	71	37	ت	01
		23,4	50,4	26,2	%	
0,000	20,468	28	71	42	ت	02
		19,9	50,4	29,8	%	
0,002	12,426	29	63	49	ت	03
		20,6	44,7	34,8	%	
0,000	20,468	31	72	38	ت	04
		22,0	51,1	27,0	%	
0,009	9,319	37	64	40	ت	05
		26,2	54,4	28,4	%	
0,000	19,915	29	71	41	ت	06
		20,6	50,4	29,1	%	
0,000	16,213	28	67	46	ت	07
		19,9	47,5	32,6	%	
0,035	6,681	34	59	48	ت	08
		24,1	41,8	34,0	%	
0,000	25,191	31	75	35	ت	09
		22,0	53,2	24,8	%	
0,138	3,957	40	58	43	ت	10
		28,4	41,1	30,5	%	
0,000	33,745	23	78	40	ت	11
		16,3	55,3	28,4	%	
0,000	34,596	18	75	48	ت	12
		12,8	53,2	34,0	%	

من خلال إجابات عينة الدراسة في الجدول أعلاه والذي يبين الدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية يتبين

مايلي:

بناء على قيم كا<sup>2</sup> والتي جاءت دالة عند مستوى أقل من 0,01 في الإجابة على الفقرات ما عدا الفقرة رقم 10 مما يدل على وجود فروق في الإجابات وهي لصالح المحبين بأحيانا في الفقرات 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11, 12

حيث كانت النسب المعنوية في الإجابات على الفقرات السابقة الذكر بالنسبة للمجيبين بأحيانا كما يلي: 50,4 , 50,4 , 53,2 , 53,2 , 55,3 , 41,8 , 47,5 , 50,4 , 54,4 , 51,1 , 44,7 ,

- وكان مجموع التكرارات الموافق للنسب المعنوية المذكورة والخاصة بأحيانا كما يلي: 71 , 64 , 72 , 63 , 71 , 71 , 67 , 59 , 75 , 78 , 75 ,

- أما بالنسبة للمجيبين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المعنوية كالتالي: 20,6 , 19,9 , 23,4 , 12,8 , 16,3 , 22,0 , 24,1 , 19,9 , 20,6 , 26,2 , 22,0 ,

- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المعنوية للمجيبين بلا على النحو التالي: 28 , 29 , 37 , 31 , 29 , 28 , 33 , 18 , 23 , 31 , 34 ,

- وأما بالنسبة للمجيبين بنعم على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المعنوية كالتالي: 34,8 , 29,8 , 26,2 , 34,0 , 28,4 , 24,8 , 34,0 , 32,6 , 29,1 , 28,4 , 27,0 ,

- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المعنوية للمجيبين بنعم على النحو التالي: 46 , 41 , 40 , 38 , 49 , 42 , 37 , 48 , 40 , 35 , 48 , .

ومما سبق يتبين أن إجابات الطلبة عن الدعاية والإعلان عن الأنشطة كانت اغلبها بأحيانا ولكن إذا قارنا بين المجيبين بنعم والمجيبين بلا نجد أن النسب المعنوية للمجيبين بنعم أكبر في كل الفقرات وبالتالي نستنتج أن في أغلب الأحيان يكون هناك إعلان عن الأنشطة الرياضية.

### 1-3- عرض نتائج المشرفين على الأنشطة بأحياء الإناث:

- الجدول رقم (40): المحور الأول . أهداف النشاط الرياضي .

مستوى الدلالة	ك <sup>2</sup>	الإجابات			العبارة	رقم
		لا	أحيانا	نعم		
0,607	1,000	2	2	4	ت	01
		25,0	25,0	50,0	%	
1,000	0,000	00	4	4	ت	02
		00,0	50,0	50,0	%	
0,157	2,000	00	2	6	ت	03
		00,0	25,0	75,0	%	
0,034	4,500	00	1	7	ت	04
		00,0	12,5	87,5	%	
0,157	2,000	00	6	2	ت	05
		00,0	75,0	25,0	%	
0,607	1,000	2	2	4	ت	06
		25,0	25,0	50,0	%	
0,480	0,500	0	3	5	ت	07
		0,0	37,5	62,5	%	
0,044	6,250	1	1	6	ت	08
		12,5	12,5	75,0	%	
0,044	6,250	1	6	1	ت	09
		12,5	75,0	12,5	%	
0,034	4,500	1	0	7	ت	10
		12,5	0,0	87,5	%	
0,197	3,250	1	5	2	ت	11
		12,5	62,5	25,0	%	
0,882	0,250	3	2	3	ت	12
		37,5	25,0	37,5	%	
0,417	1,750	1	4	3	ت	13
		12,5	50,0	37,5	%	

من خلال إجابات عينة الدراسة من المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الإناث في الجدول أعلاه والذي يبين أهداف النشاط الرياضي يتبين مايلي:

بناء على قيم كا<sup>2</sup> والتي جاءت دالة عند مستوى أقل من 0,05 في الإجابة على الفقرات 4, 8, 9, 10 ولم تكن دالة في الإجابة على الفقرات 1, 2, 3, 5, 6, 7, 11, 12, 13 مما يدل على وجود فروق في الإجابات وهي لصالح المجيبين بنعم في الفقرات 4, 8, 10 حيث كانت النسب المئوية في الإجابات على الفقرات السابقة الذكر بالنسبة للمجيبين بنعم كمايلي: 87,5, 75,0, 87,5

- وكان مجموع التكرارات الموافق للنسب المئوية المذكورة والخاصة بنعم كما يلي: 7, 6, 7 أما بالنسبة للمجيبين بأحيانا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 12,25, 12,25, 0,0

- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بأحيانا على النحو التالي: 1, 1, 0 وأما بالنسبة للمجيبين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 12,25, 12,25, 0,0

- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بلا على النحو التالي: 0, 1, 1 أما في الفقرة 9 فكانت الفروق في الإجابات لصالح المجيبين بأحيانا بنسبة 75,0 بالمائة حيث بلغ عدد التكرارات 6 أما بالنسبة للمجيبين بلا كانت النسبة المئوية 12,25

- وكان مجموع التكرارات 1 أما بالنسبة للمجيبين بنعم على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسبة المئوية 12,25 وعدد التكرارات 1 الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بأحيانا على النحو التالي: 1, 1, 0 وأما بالنسبة للمجيبين بلا على الفقرات السابقة الذكر فكانت النسب المئوية كالتالي: 12,25, 12,25, 0,0

- وكانت التكرارات الموافقة للنسب المئوية للمجيبين بلا على النحو التالي: 0, 1, 1 وأما بالنسبة للإجابات التي لم تكن فيها قيم كا<sup>2</sup> دالة كانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بنعم في الفقرات 1, 3, 6, 7 وكانت كالتالي: 62,5, 50,0, 75,0, 50,0

- وكانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بأحيانا في الفقرات 5, 11, 13 وكانت كالتالي: 75,0, 62,5, 50,0 وكانت النسب المئوية متساوية بين المجيبين بنعم وأحيانا في الفقرة 2 بنسبة 50 بالمائة وكانت النسب المئوية متساوية بين المجيبين بنعم ولا في الفقرة 12 بنسبة 37,5 بالمائة .

وهما سبق يتبين أن إجابات المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الإناث عن أهداف النشاط الرياضي كانت أغلبها بنعم ثم بأحيانا وبالتالي نستنتج أن غالبا ما تتحقق أهداف النشاط الرياضي من وجهة نظر المشرفين.

- الجدول رقم (41): المحور الثاني . برنامج النشاط الرياضي .

رقم	العبارة	الإجابات			مستوى الدلالة	ك <sup>2</sup>
		لا	أحيانا	نعم		
01	يراعى في وضع برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية رغبات الطلاب	2	3	3	ت	0,882
		25,0	37,5	37,5	%	
02	يعمل برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية على إكتساب الطلاب مهارات جديدة	2	4	2	ت	0,607
		25,0	50,0	25,0	%	
03	يوجد برنامج تدريبي لكل لعبة من الألعاب التي يحتويها البرنامج	0	2	6	ت	0,157
		0,0	25,0	75,0	%	
04	يهتم برنامج النشاط الرياضي بالألعاب الجماعية	0	4	4	ت	1,000
		0,0	50,0	50,0	%	
05	يهتم برنامج النشاط الرياضي بالألعاب الفردية	4	3	1	ت	0,417
		50,0	37,5	12,5	%	
06	يراعي برنامج النشاط الرياضي الجداول الدراسية على مدار السنة	2	4	2	ت	0,607
		25,0	50,0	25,0	%	
07	تميز الأنشطة الرياضية التي يتضمنها البرنامج بالتنوع	0	2	6	ت	0,157
		0,0	25,0	75,0	%	
08	يتم عمل لقاءات مع الطلبة لتنمية الوعي بأهمية النشاط الرياضي	0	5	3	ت	0,480
		0,0	62,5	37,5	%	
09	يساهم الطلبة في تخطيط برنامج النشاط الرياضي	2	2	4	ت	0,607
		25,0	25,0	50,0	%	
10	يساهم الطلبة في تنفيذ برنامج النشاط الرياضي	0	6	2	ت	0,157
		0,0	75,0	25,0	%	
11	يتم عمل حفلات تكريم للفرق الفائزة	2	0	6	ت	0,157
		25,0	0,0	75,0	%	
12	تمنح شهادات تقديرية للطلبة الفائزين	0	5	3	ت	0,480
		0,0	62,5	37,5	%	

من خلال إجابات عينة الدراسة من المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الإناث في الجدول أعلاه والذي يبين

برنامج النشاط الرياضي يتبين مايلي:

بناء على قيم  $\chi^2$  والتي جاءت غير دالة عند مستوى أقل من 0,05 في الإجابة على الفقرات 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12 مما يدل على عدم وجود فروق في الإجابات، ولكن من خلال النسب المئوية يتبين مايلي:

- كانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بنعم في الفقرات 3, 7, 9, 11 حيث هي بالترتيب كمايلي:  
75,0, 75,0, 50,0, 75,0, بالتكرارات التالية: 6, 6, 4, 6

- وكانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بأحيانا في الفقرات 2, 6, 8, 10, 12 حيث هي بالترتيب كمايلي:  
50,0, 50,0, 62,5, 62,5, 75,0, 62,5, بالتكرارات التالية: 4, 4, 5, 6, 5

- وكانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بلا في الفقرة 5 حيث بلغت 37,5 بتكرارات 4

- وكانت النسب المئوية متساوية بين المجيبين بنعم وأحيانا في الفقرات 1, 4 حيث بلغت النسب بالترتيب كمايلي:  
37,5, 50,0, بالتكرارات التالية: 3, 2

ومما سبق يتبين أن إجابات المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الإناث عن برنامج النشاط الرياضي كانت اغلبها بنعم و بأحيانا وبالتالي نستنتج أن غالبا ما يراعى في البرمجة رغبات الطالبات ومن خلال الإجابة عن الفقرة 5 يتبين أن ليس هناك إهتمام بالرياضات الفردية في البرمجة وهذا من وجهة نظر المشرفين.

- الجدول رقم (42): المحور الثالث . الإمكانيات المادية والبشرية .

مستوى الدلالة	م <sup>2</sup>	الإجابات			العبارة	رقم
		لا	أحيانا	نعم		
0,417	1,750	1	3	4	ت	01
		12,5	37,5	50,0	%	
تتوفر ملاعب كافية لممارسة النشاط الرياضي						
0,417	1,750	1	3	4	ت	02
		12,5	37,5	50,0	%	
الملاعب في حالة جيدة						
0,417	1,750	1	3	4	ت	03
		12,5	37,5	50,0	%	
يوجد قاعة رياضية مغلقة بما أجهزة						
0,607	1,000	2	2	4	ت	04
		25,0	25,0	50,0	%	
مساحة القاعة الرياضية مناسبة لعدد الطلاب						
0,034	4,500	0	7	1	ت	05
		0,0	87,5	12,5	%	
تتوفر الإقامة على الأدوات و الأجهزة المناسبة لممارسة النشاط الرياضي						
0,417	1,750	1	3	4	ت	06
		12,5	37,5	50,0	%	
عدد الأحصائيين الرياضيين يتناسب مع الطلاب الممارسين						
0,480	0,500	0	3	5	ت	07
		0,0	37,5	62,5	%	
يوجد عمال لتجهيز الملاعب و صيانتها						
1,000	0,000	0	4	4	ت	08
		0,0	50,0	50,0	%	
الملاعب صالحة لممارسة النشاط الرياضي						
0,197	3,250	1	2	5	ت	09
		12,5	25,0	62,5	%	
إساءة بعض الطلبة إستخدام الوسائل الرياضية الموجودة بالإقامة						
0,157	2,000	0	6	2	ت	10
		0,0	75,0	25,0	%	
تتوفر بالإقامة مرشات						
0,882	0,250	3	2	3	ت	11
		37,5	25,0	37,5	%	
ميزانية النشاط الرياضي كافية						
1,000	0,000	0	4	4	ت	12
		0,0	50,0	50,0	%	
الميزانية تسمح بتوفير الملابس للفرق الرياضية						
0,197	3,250	1	2	5	ت	13
		12,5	25,0	62,5	%	
يتم الإستعانة بمرافق خارج الإقامة						
0,157	2,000	0	6	2	ت	14
		0,0	75,0	25,0	%	
تتوفر الإقامة على طبيب						

من خلال إجابات عينة الدراسة من المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الإناث في الجدول أعلاه والذي يبين  
الإمكانات المادية والبشرية يتبين مايلي:

بناء على قيم كا<sup>2</sup> والتي جاءت غير دالة عند مستوى أقل من 0,05 في الإجابة على الفقرات 1, 2, 3, 4, 6, 7,  
8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 مما يدل على عدم وجود فروق في الإجابات إلا في الفقرة 5 كانت قيمة كا<sup>2</sup> دالة  
عند مستوى أقل من 0,05 مما يدل على وجود فروق في الإجابات لصالح المجيبين بأحيانا حيث بلغت النسبة المئوية  
87,5 وكان مجموع التكرارات الموافق للنسب المئوية المذكورة 7 أما بالنسبة للمجيبين بنعم على الفقر السابقة الذكر  
فكانت النسبة المئوية 12,25 بتكرار 1 أما بالنسبة للمجيبين بلا على الفقر السابقة الذكر فكانت النسبة المئوية 0,0  
بتكرار 0 لكن من خلال النسب المئوية يتبين مايلي:

- كانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بنعم في الفقرات 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 13, حيث هي بالترتيب  
كمايلي: 50,0, 50,0, 50,0, 50,0, 50,0, 62,5, 62,5, 62,5, 62,5, 62,5, 62,5, 62,5, 62,5, 62,5, 62,5, 62,5,  
5, 5, 5,

- وكانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بأحيانا في الفقرات 10, 14 حيث هي بالترتيب كمايلي: 75,0,  
75,0 بالتكرارات التالية: 6, 6,

- وكانت النسب المئوية متساوية بين المجيبين بنعم وأحيانا في الفقرات 8, 12 حيث بلغت النسب بالترتيب كمايلي:  
50,0, 50,0 بالتكرارات التالية: 4, 4,

- وكانت النسب المئوية متساوية بين المجيبين بنعم ولا في الفقرة 11 حيث بلغت النسبة 37,5 بتكرار 3 .

ومما سبق يتبين أن إجابات المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الإناث عن الإمكانات المادية والبشرية كانت  
أغلبها بنعم وبأحيانا وبالتالي نستنتج أن الإمكانات المادية والبشرية متوفرة بالأحياء الجامعية للبنات وهذا من وجهة نظر  
المشرفين.

- الجدول رقم (43): المحور الرابع . الدعاية والإعلان .

مستوى الدلالة	م <sup>2</sup>	الإجابات			العبارة	رقم	
		لا	أحيانا	نعم			
0,282	0,250	3	3	2	ت	تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية	01
		37,5	37,5	25,0	%		
0,034	4,500	1	7	0	ت	تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية في وقت مبكر	02
		12,5	87,5	0,0	%		
0,044	6,250	1	1	6	ت	تهتم الإقامة بتعريف الطلاب بأهمية الأنشطة الرياضية	03
		12,5	12,5	75,0	%		
0,197	3,250	1	5	2	ت	تهتم الإقامة بالدعاية للأنشطة الرياضية	04
		12,5	62,5	25,0	%		
0,157	2,000	0	2	6	ت	توجد إذاعة داخلية للإعلان عن برامج الأنشطة الرياضية	05
		0,0	25,0	75,0	%		
0,157	2,000	0	2	6	ت	يوجد تأثير إيجابي للدعاية للأنشطة الرياضية على مشاركة الطلاب في ممارسة النشاط الرياضي	06
		0,0	25,0	75,0	%		
0,417	1,750	1	4	3	ت	يلتقي المشرف مع الطلاب لتوضيح برامج النشاط الرياضي	07
		12,5	50,0	37,5	%		
0,197	3,250	2	1	5	ت	يلتقي المشرف مع الطلاب لتوضيح كيفية المشاركة في الأنشطة الرياضية	08
		25,0	12,5	62,5	%		
0,480	0,500	0	5	3	ت	يعلن عن نتائج الأنشطة الرياضية	09
		0,0	62,5	37,5	%		
0,417	1,750	1	3	4	ت	تستخدم ملصقات حائطية لإعلام الطلاب عن برنامج النشاط الرياضي	10
		12,5	37,5	50,0	%		

من خلال إجابات عينة الدراسة من المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الإناث في الجدول أعلاه والذي يبين الدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية يتبين مايلي:

بناء على قيم كا<sup>2</sup> والتي جاءت غير دالة عند مستوى أقل من 0,05 في الإجابة على الفقرات 1, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 مما يدل على عدم وجود فروق في الإجابات إلا في الفقرة 2 و3 كانت قيمة كا<sup>2</sup> دالة عند مستوى أقل من 0,05 مما يدل على وجود فروق في الإجابات لصالح المجيبين بأحيانا في الفقرة 2 حيث بلغت النسبة المئوية 87,5 وكان مجموع التكرارات الموافق للنسب المئوية المذكورة 7 أما بالنسبة للمجيبين بنعم على الفقر السابقة الذكر فكانت النسبة المئوية 0,0 بتكرار 0 أما بالنسبة للمجيبين بلا على الفقر السابقة الذكر فكانت النسبة المئوية 12,25 بتكرار 1 ولصالح المجيبين بنعم في الفقرة 3 حيث بلغت النسبة المئوية 75,0 وكان مجموع التكرارات الموافق للنسب المئوية المذكورة 6 أما بالنسبة للمجيبين بأحيانا على الفقرة السابقة الذكر فكانت النسبة المئوية 12,25 بتكرار 1 أما بالنسبة للمجيبين بلا على الفقرة السابقة الذكر فكانت النسبة المئوية 12,25 بتكرار 1

لكن من خلال النسب المئوية التي كانت فيها الفروق غير دالة يتبين مايلي:

- كانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بنعم في الفقرات 5, 6, 8, 10 حيث هي بالترتيب كمايلي:  
75,0, 75,0, 62,5, 50,0 بالتكرارات التالية: 6, 6, 5, 4 .

- وكانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بأحيانا في الفقرات 4, 7, 9 حيث هي بالترتيب كمايلي:  
62,5, 50,0, 62,5 بالتكرارات التالية: 5, 4, 5

- وكانت النسب المئوية متساوية بين المجيبين بأحيانا ولا في الفقر و1 حيث بلغت النسبة 37,5 بتكرار 3  
ومما سبق يتبين أن إجابات المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الإناث عن الدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية كانت أغلبها بنعم و بأحيانا وبالتالي نستنتج أن هناك دعاية وإعلان عن الأنشطة الرياضية بالأحياء الجامعية للبنات وهذا من وجهة نظر المشرفين .

#### 1-4- عرض نتائج المشرفين على الأنشطة بأحياء الذكور :

- الجدول رقم (44): المحور الأول . أهداف النشاط الرياضي .

مستوى الدلالة	ك <sup>2</sup>	الإجابات			العبارة	رقم	
		لا	أحيانا	نعم			
0,655	0,200	0	3	2	ت	الإمكانات المادية كافية لتحقيق اهداف النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية	01
		00	60,0	40,0	%		
0,180	1,800	0	1	4	ت	يهدف النشاط الرياضي إلى شغل وقت فراغ الطلاب بطريقة إيجابية	02
		00	20,0	80,0	%		
0,180	1,800	0	1	4	ت	يكسب النشاط الرياضي للطلاب الممارسين اللياقة البدنية	03
		00	20,0	80,0	%		
0,819	0,400	1	2	2	ت	تقل شكوى الطلاب الممارسين من بعض الأمراض	04
		20,0	40,0	40,0	%		
0,655	0,200	2	0	3	ت	تصبح سلوكيات الطلاب أكثر إيجابية بعد ممارسة النشاط الرياضي	05
		40,0	00	60,0	%		
0,655	0,200	0	3	2	ت	تساهم ممارسة النشاط الرياضي في زيادة التنافس الشريف بين الطلاب	06
		00	60,0	40,0	%		
0,655	0,200	0	2	3	ت	تساهم ممارسة النشاط الرياضي في تحسين المستوى الأخلاقي لدى الممارسين	07
		00	40,0	60,0	%		
0,819	0,400	1	2	2	ت	يحقق برنامج النشاط الرياضي الحالي توسيع قاعدة الممارسين	08
		20,0	40,0	40,0	%		
0,655	0,200	0	2	3	ت	يحقق النشاط الرياضي تنمية الروح الإجتماعية بين الطلاب	09
		00	40,0	60,0	%		
0,819	0,400	2	2	1	ت	يهدف البرنامج إلى تنمية الهوايات الرياضية بين الطلاب	10
		40,0	40,0	20,0	%		
0,819	0,400	1	2	2	ت	يهدف النشاط الرياضي إلى تحقيق الثقة بالنفس	11
		20,0	40,0	40,0	%		
0,449	1,600	1	3	1	ت	يمارس الطلبة في وقت الفراغ أنشطة رياضية	12
		20,0	60,0	20,0	%		
0,655	0,200	0	2	3	ت	هناك إقبال كبير على ممارسة النشاط الرياضي	13
		00	40,0	60,0	%		

من خلال إجابات عينة الدراسة من المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الذكور في الجدول أعلاه والذي يبين أهداف النشاط الرياضي يتبين مايلي:

بناء على قيم ك<sup>2</sup> والتي جاءت غير دالة عند مستوى أقل من 0,05 في الإجابة على الفقرات 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13 مما يدل على عدم وجود فروق في الإجابات . ولكن من خلال النسب المئوية يتبين مايلي:

- كانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بنعم في الفقرات 2, 3, 5, 7, 9, 13 حيث هي بالترتيب كمايلي:  
60,0, 60,0, 80,0, 60,0, 60,0, 60,0, 60,0, 60,0, 60,0, 60,0, 3, 4, 3, 3, 3

- وكانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بأحيانا في الفقرات 1, 6, 12 حيث هي بالترتيب كمايلي:  
60,0, 60,0, 60,0 بالتكرارات التالية: 3, 3, 3

- وكانت النسب المئوية متساوية بين المجيبين بنعم وأحيانا في الفقرات 4, 8, 11 حيث بلغت النسب بالترتيب كمايلي: 40,0, 40,0, 40,0 بالتكرارات التالية: 2, 2, 2.

- وكانت النسب المئوية متساوية بين المجيبين بأحيانا ولا في الفقرة 10 حيث بلغت النسب المئوية 40,0 وعدد التكرارات 2.

ومما سبق يتبين أن إجابات المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الذكور عن أهداف النشاط الرياضي كانت اغلبها بنعم ثم بأحيانا وبالتالي نستنتج أن غالبا ما تتحقق أهداف النشاط الرياضي من وجهة نظر المشرفين.

- الجدول رقم (45): المحور الثاني . برنامج النشاط الرياضي .

مستوى الدلالة	مكا	الإجابات			العبارة	رقم	
		لا	أحيانا	نعم			
0,449	1,600	1	3	1	ت	يراعى في وضع برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية رغبات الطلاب	01
		20,0	60,0	20,0	%		
0,655	0,200	0	2	3	ت	يعمل برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية على إكتساب الطلاب مهارات جديدة	02
		00	40,0	60,0	%		
0,819	0,400	1	2	2	ت	يوجد برنامج تدريبي لكل لعبة من الألعاب التي يحتويها البرنامج	03
		20,0	40,0	40,0	%		
0,655	0,200	0	3	2	ت	يهتم برنامج النشاط الرياضي بالألعاب الجماعية	04
		00	60,0	40,0	%		
0,180	1,800	1	0	4	ت	يهتم برنامج النشاط الرياضي بالألعاب الفردية	05
		20,0	00	80,0	%		
امكانية	عدم	0	5	0	ت	يراعي برنامج النشاط الرياضي الجداول الدراسية على مدار السنة	06
		00	100	00	%		
0,655	0,200	2	0	3	ت	تميز الأنشطة الرياضية التي يتضمنها البرنامج بالتنوع	07
		40,0	00	60,0	%		
0,655	0,200	0	2	3	ت	يتم عمل لقاءات مع الطلبة لتنمية الوعي بأهمية النشاط الرياضي	08
		00	40,0	60,0	%		
0,449	1,600	1	1	3	ت	يساهم الطلبة في تخطيط برنامج النشاط الرياضي	09
		20,0	20,0	60,0	%		
0,449	1,600	1	3	1	ت	يساهم الطلبة في تنفيذ برنامج النشاط الرياضي	10
		20,0	60,0	20,0	%		
0,655	0,200	0	3	2	ت	يتم عمل حفلات تكريم للفرق الفائزة	11
		00	60,0	40,0	%		
0,819	0,400	2	2	1	ت	تمنح شهادات تقديرية للطلبة الفائزين	12
		40,0	40,0	20,0	%		

من خلال إجابات عينة الدراسة من المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الذكور في الجدول أعلاه والذي يبين

برنامج النشاط الرياضي يتبين مايلي:

بناء على قيم كا<sup>2</sup> والتي جاءت غير دالة عند مستوى أقل من 0,05 في الإجابة على الفقرات 1, 2, 3, 4, 5, 6 , 7, 8, 9, 10, 11, 12 مما يدل على عدم وجود فروق في الإجابات، ولكن من خلال النسب المئوية يتبين مايلي:

- كانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بنعم في الفقرات 2, 5, 7, 8, 9 حيث هي بالترتيب كمايلي:

60,0, 80,0, 60,0, 60,0, 60,0 بالتكرارات التالية: 3, 4, 3, 3, 3

- وكانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بأحيانا في الفقرات 1, 4, 6, 10, 11 حيث هي بالترتيب كمايلي:

60,0, 60,0, 100, 60,0, 60,0 بالتكرارات التالية: 3, 3, 5, 3, 3 .

- وكانت النسب المئوية متساوية بين المجيبين بنعم وأحيانا في الفقرات 3 حيث بلغت النسبة 40,0 بتكرارات 2

- وكانت النسب المئوية متساوية بين المجيبين بأحيانا ولا في الفقرات 12 حيث بلغت النسبة 40,0 بتكرارات 2

ومما سبق يتبين أن إجابات المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الذكور عن برنامج النشاط الرياضي كانت اغلبها بنعم و بأحيانا وبالتالي نستنتج أن غالبا ما يراعى في البرمجة رغبات الطلبة ومن خلال الإجابة عن الفقرة 12 يتبين أنه نادرا ما تمنح شهادات تقديرية للطلبة الفائزين.

- الجدول رقم (46): المحور الثالث . الإمكانات المادية والبشرية .

مستوى الدلالة	م <sup>2</sup>	الإجابات			العبارة	ترتيب
		لا	أحيانا	نعم		
0,819	0,400	1	2	2	ت	01
		20,0	40,0	40,0	%	
تتوفر ملاعب كافية لممارسة النشاط الرياضي						
0,449	1,600	1	3	1	ت	02
		20,0	60,0	20,0	%	
الملاعب في حالة جيدة						
0,655	0,200	0	2	3	ت	03
		00	40,0	60,0	%	
يوجد قاعة رياضية مغلقة بما أجهزة						
0,655	0,200	0	3	2	ت	04
		00	60,0	40,0	%	
مساحة القاعة الرياضية مناسبة لعدد الطلاب						
0,819	0,400	2	1	2	ت	05
		40,0	20,0	40,0	%	
تتوفر الإقامة على الأدوات و الأجهزة المناسبة لممارسة النشاط الرياضي						
0,655	0,200	0	3	2	ت	06
		00	60,0	40,0	%	
عدد الأحصائيين الرياضيين يتناسب مع الطلاب الممارسين						
0,819	0,400	2	1	2	ت	07
		40,0	20,0	40,0	%	
يوجد عمال لتجهيز الملاعب و صيانتها						
0,180	1,800	0	4	1	ت	08
		00	80,0	20,0	%	
الملاعب صالحة لممارسة النشاط الرياضي						
0,449	1,600	1	1	3	ت	09
		20,0	20,0	60,0	%	
إساءة بعض الطلبة إستخدام الوسائل الرياضية الموجودة بالإقامة						
0,180	1,800	1	4	0	ت	10
		20,0	80,0	00	%	
تتوفر بالإقامة مرشات						
0,819	0,400	2	1	2	ت	11
		40,0	20,0	40,0	%	
ميزانية النشاط الرياضي كافية						
امكانية	عدم	0	5	0	ت	12
		00	100	00	%	
الميزانية تسمح بتوفير الملابس للفرق الرياضية						
0,655	0,200	2	0	3	ت	13
		40,0	00	60,0	%	
يتم الإستعانة بمرافق خارج الإقامة						
0,655	0,200	0	3	2	ت	14
		00	60,0	40,0	%	
تتوفر الإقامة على طبيب						

من خلال إجابات عينة الدراسة من المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الذكور في الجدول أعلاه والذي يبين  
الإمكانات المادية والبشرية يتبين مايلي:

بناء على قيم كاسي والتجاءت غير دالة عند مستوى أقل من 0,05 في الإجابة على الفقرات 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 مما يدل على عدم وجود فروق في الإجابات . لكن من خلال النسب المئوية  
يتبين مايلي:

- كانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بنعم في الفقرات 3, 9, 13, حيث هي بالترتيب كمايلي:  
60,0, 60,0, 60,0 بالتكرارات التالية: 3, 3, 3

- وكانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بأحيانا في الفقرات 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14 حيث هي بالترتيب  
كمايلي: 60,0, 60,0, 60,0, 80,0, 80,0, 100, 60 بالتكرارات التالية: 3, 3, 3, 4, 4, 5, 3

- وكانت النسب المئوية متساوية بين المجيبين بنعم وأحيانا في الفقرة 1 حيث بلغت النسبة 40,0, بتكرارين 2  
- وكانت النسب المئوية متساوية بين المجيبين بنعم ولا في الفقرات 5, 7, و11 حيث بلغت النسبة 40 في الفقرات  
الثلاث بتكرارين 2.

ومما سبق يتبين أن إجابات المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الذكور عن الإمكانات المادية والبشرية كانت  
أغلبها بنعم و بأحيانا وبالتالي نستنتج أن الإمكانات المادية والبشرية متوفرة إلى حد ما بالأحياء الجامعية للذكور وهذا من  
وجهة نظر المشرفين.

- الجدول رقم (47): المحور الرابع . الدعاية والإعلان .

مستوى الدلالة	ك <sup>2</sup>	الإجابات			العبارة	رقم	
		لا	أحيانا	نعم			
0,819	0,400	2	2	1	ت	تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية	01
		40,0	40,0	20,0	%		
0,819	0,400	1	2	2	ت	تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية في وقت مبكر	02
		20,0	40,0	40,0	%		
0,655	0,200	0	2	3	ت	تهتم الإقامة بتعريف الطلاب بأهمية الأنشطة الرياضية	03
		00	40,0	60,0	%		
0,819	0,400	1	2	2	ت	تهتم الإقامة بالدعاية للأنشطة الرياضية	04
		20,0	40,0	40,0	%		
0,449	1,600	1	3	1	ت	توجد إذاعة داخلية للإعلان عن برامج الأنشطة الرياضية	05
		20,0	60,0	20,0	%		
0,449	1,600	1	1	3	ت	يوجد تأثير إيجابي للدعاية للأنشطة الرياضية على مشاركة الطلاب في ممارسة النشاط الرياضي	06
		20,0	20,0	60,0	%		
0,655	0,200	0	3	2	ت	يلتقي المشرف مع الطلاب لتوضيح برامج النشاط الرياضي	07
		00	60,0	40,0	%		
0,180	1,800	0	1	4	ت	يلتقي المشرف مع الطلاب لتوضيح كيفية المشاركة في الأنشطة الرياضية	08
		00	20,0	80,0	%		
0,180	1,800	0	4	1	ت	يعلن عن نتائج الأنشطة الرياضية	09
		00	80,0	20,0	%		
0,819	0,400	1	2	2	ت	تستخدم ملصقات حائطية لإعلام الطلاب عن برنامج النشاط الرياضي	10
		20,0	40,0	40,0	%		

من خلال إجابات عينة الدراسة من المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الذكور في الجدول أعلاه والذي يبين

الدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية يتبين مايلي:

بناء على قيم  $\chi^2$  والتي جاءت غير دالة عند مستوى أقل من 0,05 في الإجابة على الفقرات 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 مما يدل على عدم وجود فروق في الإجابات . لكن من خلال النسب المئوية يتبين مايلي:

- كانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بنعم في الفقرات 3, 6, 8 حيث هي بالترتيب كمايلي:  
60,0, 60,0, 80,0 بالتكرارات التالية: 3, 3, 4
- وكانت النسب المئوية أكبر بالنسبة للمجيبين بأحيانا في الفقرات 5, 7, 9 حيث هي بالترتيب كمايلي:  
60,0, 60,0, 80,0 بالتكرارات التالية: 3, 3, 4 .
- وكانت النسب المئوية متساوية بين المجيبين بنعم وأحيانا في الفقرة 2, 4, 10 حيث بلغت بالترتيب  
40,0, 40,0, 40,0 بتكرارين 2
- وكانت النسب المئوية متساوية بين المجيبين بأحيانا ولا في الفقرة 1 حيث بلغت النسبة 40 بتكرارين 2

ومما سبق يتبين أن إجابات المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الذكور عن الدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية كانت أغلبها بنعم و بأحيانا وبالتالي نستنتج أن هناك دعاية وإعلان عن الأنشطة الرياضية بالأحياء الجامعية للذكور وهذا من وجهة نظر المشرفين .

## 2- مناقشة الفرضيات:

### 2-1- مناقشة الفرضية الأولى:

انطلاقا من الجدول المعنون بالأنشطة التي يقضي من خلالها الطلبة الذكور أوقات فراغهم تبين أن أغلبية المجيبين كانت إجاباتهم على الفقرات بأحيانا وهذا يبين أن الطلبة الذكور لديهم مناشط ترويجية كثيرة وترتبت بناء على النسب المئوية كالتالي:

- تصفح الانترنت بنسبة 52,5
  - الاستماع إلى الموسيقى بنسبة 49,6
  - مصاحبة الأصدقاء بنسبة 48,9
  - مشاهدة التلفاز وممارسة النشاط الرياضي بنسبة 47,5
  - المطالعة بنسبة 46,8
  - حضور الملتقيات والحفلات بنسبة 43,3
  - الرسم بنسبة 41,1
- ويظهر من خلال النسب أن الطلبة ينشغلون أكثر بالمناشط السلبية وهذا ما يفسر عدم الاهتمام كثيرا بالنشاط الرياضي أثناء وقت الفراغ .

أما بالنسبة للطلبات فكانت إجابتهن على الفقرات بأحيانا كذلك وهذا يبين أن الطالبات لديهن مناشط ترويجية كثيرة وترتبت بناء على النسب المئوية كالتالي:

- حضور الملتقيات 50,3

- مشاهدة التلفاز 49,7
- المطالعة بنسبة 47,2
- تصفح الانترنت بنسبة 46,7
- الاستماع إلى الموسيقى بنسبة 46,2
- حضور الحفلات بنسبة 45,7
- ممارسة النشاط الرياضي بنسبة 45,2
- الرسم بنسبة 42,6
- مصاحبة الأصدقاء بنسبة 41,1

ويظهر من خلال النسب أن الطالبات ينشغلن أكثر بالمنشط السلبية كالذكور وهذا ما يفسر عدم الاهتمام كثيرا بالنشاط الرياضي أثناء وقت الفراغ .

أما من الجدول الذي يبين مدى قدرة الطلبة الذكور على تنظيم أوقات فراغهم تبين انطلاقا منه أن الإجابات تركزت كلها في أحيانا حيث كانت نسبة المجيبين على العبارة التي نصها أهتم بتنظيم الوقت خلال اليوم 43,3 وهي نسبة لا يستهان بها أما نسبة الفقرة التي نصها أستغل وقت الفراغ خلال اليوم في ممارسه نشاط رياضي ترويجي هي 46,8 أما بالنسبة للمحافظة على المواعيد فأغلب الطلبة أجابوا بأحيانا بنسبة 45,4 أما بالنسبة للفقرة التي نصها أنام الساعات التي أحتاجها فكانت إجابة الأغلبية بأحيانا بنسبة 49,7 ومنه يتبين أن أغلب الطلبة وقتهم غير منتظم.

أما بالنسبة للطالبات كانت نسبة المجيبين على العبارة التي نصها أهتم بتنظيم الوقت خلال اليوم 58,9 لصالح المحييات بأحيانا وهي نسبة لا يستهان بها أما نسبة الفقرة التي نصها أستغل وقت الفراغ خلال اليوم في ممارسه نشاط رياضي ترويجي هي 52,8 لصالح المحييات بأحيانا أما بالنسبة للمحافظة على المواعيد فأغلب الطالبات أجبن بأحيانا بنسبة 52,8 أما بالنسبة للفقرة التي نصها أنام الساعات التي أحتاجها فكانت إجابة الأغلبية بأحيانا بنسبة 50,4 ومنه يتبين أن أغلب الطالبات وقتهم غير منتظم.

وتتوافق دراستنا مع ما توصلت إليه دراسة الكردي (1988) إلى أن من أسباب عزوف الطلبة عن ممارسة الرياضة في الوقت الحر تعزى إلى عدم انتظام الوقت الحر خلال الدراسة الجامعية الأولى.

وتتوافق هذه النتيجة مع ما توصل إليه أحمد عبد الدايم الوزير وآخرون (2011) حيث بين أن النشاط الرياضي لا يشغل وقت فراغ الطلاب وهي إحدى المشكلات التي تعاني منها المجتمعات المعاصرة ويستدل بما قاله الحماسي بأن الإنسان أصبح يعيش في عصر أطلق عليه عصر الفراغ نتيجة لما توفره هذه المخترعات من جهد ووقت للإنسان لذا كان من الضروري أن تتحدى برامج النشاط الرياضي لمعالجة مشكلة وقت الفراغ.

ومع ما توصل إليه سمير بن محمد (2009) حيث رأى أن الطلبة يفضلون قضاء وقت فراغهم في نشاط غير بدني مع أصدقائهم وهذا في ضل قلة الاهتمام بالمرافق والمنشآت الرياضية بالجامعة.

ومع ما توصل إليه عزيز وحيدر (2009) حيث توصل إلى وجود جانب سلمي مسيطر على الطلبة في استثمار معظم أوقات فراغهم لأن هنالك مجموعة لا يستهان بها يقضون وقت فراغهم بدون فائدة أو جدوى كاللقاء مع الجنس الأخر، التحول في الشارع، الجلوس في المقهى واستعمال جهاز الموبايل للهو.

ومع ما توصل إليه السويد (2015) متمثلاً في استخدام توتير بين شباب العينة وأغلبهم يتعامل معه بصفة يومية والقلة التي لا تستعمله لا تتجاوز 3 بالمائة ويقضي أفراد العينة وقتاً زمنياً يومياً يتراوح بين الساعة والساعتين وما هو أكثر من 3 ساعات وتوزعوا على هذه المدد الزمنية بدرجة شبه متساوية.

ومع ما ذكره بينغ (2015) حيث قال أن الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 18 و30 سنة معروفون بالاستعمال المكثف والمتنوع للانترنت والتكنولوجيات الرقمية. (Bing, 2015, p. 3)

ومع ما ذكره كوزانيتيس (2009) عن جيبتر روسرش (2002) أن الشباب الجامعيين يستهلك 11,4 يوم في الشهر في الانترنت أي 9,6 ساعات في اليوم. (Kozanitis, 2009, p. 5)

ومع ما توصل إليه كنعان (2010) حيث وجد أن هناك اهتمام عند طالبات الصفوف (السابع، العاشر، والثاني ثانوي) في تعلم المباحث التربوية المختلفة على حساب ممارسة النشاط الرياضي إضافة إلى وجود معوقات مرتبطة بالجانب الديني.

وتوصل وطفة في دراسته (1992) بعنوان : وقت الفراغ لدى الشباب إلى انعدام الفروق بين الذكور والإناث ومن خلال الفقرة التي نصها أنام الساعات التي أحتاجها حيث كانت الإجابة لصالح المجهيين بأحيانا وهذا يشكل كذلك دليل على عدم استثمار الوقت في ممارسة نشاط رياضي بكيفية تسمح بانتظام وقت النوم وهذا ما يؤكد دامين وفرانسوا (2012) بأن إيقاع النوم واليقظة وممارسة الرياضة مرتبطان وأي تغيير في أي منهما يغير في مستوى الآخر. (Damien & François, 2012, p. 25)

ومما سبق يتأكد فرض هذه الدراسة والذي نصه لا يحسن الطالب الجامعي المقيم استثمار وقت فراغه في أنشطة ترويجية يغلب عليها الطابع الرياضي.

## 2-2- مناقشة الفرضية الثانية:

انطلاقاً من الجدول المعنون بالإمكانات المادية والبشرية من وجهة نظر الطلبة الذكور تبين أن أغلبية المجهيين كانت إجابتهم على الفقرات بأحيانا وهذا يبين أن الإمكانيات لا ترقى إلى المستوى المطلوب ونستخلص ذلك من خلال النسب المئوية للمجهيين بأحيانا وهي كالتالي:

- مساحة القاعة الرياضية مناسبة لعدد الطلاب بنسبة 51,1
  - تتوفر الإقامة على الأدوات و الأجهزة المناسبة لممارسة النشاط الرياض بنسبة 47,5
  - عدد الأخصائيين الرياضيين يتناسب مع الطلاب الممارسين بنسبة 52,2
  - يوجد عمال لتجهيز الملاعب و صيانتها بنسبة 48,2
  - الملاعب صالحة لممارسة النشاط الرياضي بنسبة 45,4
- وهذا ما نستطيع أن نستخلص منه أن الإمكانيات سواء كانت مادية أو بشرية لا تتميز بالجاهزية على الدوام لممارسة النشاط الرياضي.

أما من وجهة نظر المشرفين على النشاط الرياضي بأحياء الذكور يتبين من خلال الإجابة عن الفقرة رقم 2 والتي نصها الملاعب في حالة جيدة أن نسبة المجهيين بأحيانا كانت مرتفعة حيث بلغت 60 بالمائة ومن الفقرة رقم 8 والتي نصها الملاعب صالحة لممارسة النشاط الرياضي حيث بلغت نسبة المجهيين بأحيانا 80 بالمائة ومن الفقرة 13 والتي نصها

يتم الإستعانة بمرافق خارج الإقامة حيث بلغت نسبة المجيبين بنعم 60 بالمائة أن الإمكانيات لا ترقى إلى المستوى المطلوب.

أما من وجهة نظر الطالبات يتبين انطلاقا من الجدول المعنون بالإمكانيات المادية والبشرية أن أغلبية المجيبات كانت إجابتهن على الفقرات بأحيانا وهذا يبين أن الإمكانيات لا ترقى إلى المستوى المطلوب ونستخلص ذلك من خلال النسب المئوية للمجيبين بأحيانا وهي كالتالي:

- مساحة القاعة الرياضية مناسبة لعدد الطلاب بنسبة 51,1

- تتوفر الإقامة على الأدوات و الأجهزة المناسبة لممارسة النشاط الرياض بنسبة 47,5

- عدد الأخصائيين الرياضيين يتناسب مع الطلاب الممارسين بنسبة 47,2

- يوجد عمال لتجهيز الملاعب و صيانتها بنسبة 43,7

- الملاعب صالحة لممارسة النشاط الرياضي بنسبة 49,7

وهذا ما نستطيع أن نستخلص منه أن الإمكانيات سواء كانت مادية أو بشرية لا تتميز بالجهازية على الدوام لممارسة النشاط الرياضي.

أما من وجهة نظر المشرفين على النشاط الرياضي بأحياء الإناث يتبين من خلال الإجابة عن الفقرة رقم 5 والتي نصها تتوفر الإقامة على الأدوات و الأجهزة المناسبة لممارسة النشاط الرياضي أن نسبة المجيبين بأحيانا كانت مرتفعة حيث بلغت 87,5 بالمائة ومن الفقرة رقم 8 والتي نصها الملاعب صالحة لممارسة النشاط الرياضي تساوت نسبة المجيبين بأحيانا مع نسبة المجيبين بنعم حيث بلغت 50 بالمائة ومن الفقرة 13 والتي نصها يتم الإستعانة بمرافق خارج الإقامة حيث بلغت نسبة المجيبين بنعم 62,5 بالمائة أن الإمكانيات لا ترقى إلى المستوى المطلوب .

وإذا نظرنا إلى إجابات الطلبة ذكورا وإناثا عن فقرات الجدول الخاص بالأنشطة الرياضية المفضلة وجدنا الإجابات لصالح المجيبين بأحيانا أي أن هناك ميول نسبي لكل الرياضات المذكورة وهذا يتطلب إمكانيات معتبرة. وهناك اتفاق بين المجيبين طلبة ، طالبات ومشرفين على أن الطلبة ذكورا وإناثا يسيئون استخدام الوسائل الرياضية ومنه يمكن القول أن الإمكانيات لا توفر بنسبة كافية للطلبة من أجل ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية. وتتوافق النتائج مع ما ذكره علاء الدين حمدي(2011) بإيجازه لمعوقات إستفادة الطلبة من خدمات النشاط الرياضي ونذكر منها ما يلي:

- قلة اهتمام الجامعة بالأنشطة بصفة عامة والرياضة بصفة خاصة

- نقص الإمكانيات (علاء الدين، 2011، صفحة 69)

ومع ما توصل إليه كنعان (2010) حيث خلص إلى وجود معوقات مرتبطة بالإمكانيات الرياضية تحد من مشاركة طالبات الصفوف (السابع، العاشر، والثاني ثانوي) في الأنشطة الرياضية المدرسية .

ومع ما خلصت إليه دراسة قنديل وآخرين (1986) إلى أن أهم المشكلات التي لا تساعد الشباب على حسن إستثمار وقت الفراغ إستثمارا إيجابيا هو عدم وجود ناد قريب من السكن، أو قلة الملاعب في الحي.

وأیضا دراسة الكردي(1988) أن أهم أسباب عزوف الطلبة عن ممارسة الرياضة في الوقت الحر يعزى إلى ضعف

الإمكانيات المادية والبشرية.

وأيضاً دراسة إيمان حسين وهدى محمد سليمان(2013) حيث توصلنا إلى أن من بين المعوقات التي تحد من إقامة الأنشطة الرياضية ما يلي:

- قلة الإمكانيات المادية لتوفير ملاعب وقاعات رياضية وحمامات إضافة إلى قلة التجهيزات الرياضية والحوافز المادية والمعنوية.

- روتينية الأنشطة الرياضية.

ومع ما توصل إليه سمير بن محمد(2009) حيث رأى أنه لا بد من زيادة الاهتمام بالمرافق والمنشآت الرياضية بالجامعة وتوفير الوسائل الصحية مع توفير مشرف نشاط رياضي لكل كلية حيث أن ذلك قد يشجع الطالب على ممارسة الأنشطة الرياضية.

ومنه حسب إجابات الطلبة فإن قلة الإمكانيات تعرقل ممارسة النشاط الرياضي الترويحي وبالتالي فإن الفرض محقق.

## 2-3- مناقشة الفرضية الثالثة:

انطلاقاً من الجدول المعنون ببرامج الأنشطة الرياضية من وجهة نظر الطلبة الذكور تبين أن أغلبية المجيبين كانت إجابتهن على الفقرات بأحيانا حيث جاءت النسب المئوية على النحو التالي:

- تتماشى محتويات برنامج النشاط الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية مع رغبتك 47,5

- يهتم البرنامج الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية بالألعاب الجماعية 47,5

- يهتم البرنامج الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية بالألعاب الفردية 51,1

- يوجد تكامل بين برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية والبرنامج الدراسي 50,4

- يساهم الطلبة في تخطيط البرنامج الرياضي 51,8

- يتم عمل لقاءات مع الطلاب لتنمية الوعي بأهمية النشاط الرياضي: 48,9

- يساهم الطلبة في تنفيذ البرنامج الرياضي 49,6

- يتم عمل حفلات تكريم للفرق الفائزة 48,9

- تمنح شهادات تقديرية للطلبة الفائزين 52,2

ويتبين من خلال إجابات الطلبة الذكور أن برنامج النشاط الرياضي لا يساهم في جلب أكبر عدد ممكن من الممارسين.

وانطلاقاً من الجدول المعنون ببرامج الأنشطة الرياضية من وجهة نظر الطالبات تبين أن أغلبية المجيبات كانت إجابتهن على الفقرات بأحيانا حيث جاءت النسب المئوية على النحو التالي:

- تتماشى محتويات برنامج النشاط الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية مع رغبتك 49,2

- يهتم البرنامج الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية بالألعاب الجماعية 43,1

- يهتم البرنامج الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية بالألعاب الفردية 50,8

- يوجد تكامل بين برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية والبرنامج الدراسي 50,8

- يساهم الطلبة في تخطيط البرنامج الرياضي 49,2

- يتم عمل لقاءات مع الطلاب لتنمية الوعي بأهمية النشاط الرياضي 49,7
- يساهم الطلبة في تنفيذ البرنامج الرياضي 49,7
- يتم عمل حفلات تكريم للفرق الفائزة 47,2
- تمنح شهادات تقديرية للطلبة الفائزين 45,2

ويتبين من خلال إجابات الطالبات أن برنامج النشاط الرياضي لا يساهم في جلب أكبر عدد ممكن من الممارسات. أما من وجهة نظر المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الذكور يتبين انطلاقا من النسب المئوية في الجدول المعنون ببرنامج النشاط الرياضي والتي جاءت على النحو التالي:

- يراعى في وضع برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية رغبات الطلاب: 60 بالمائة لصالح المحبين بأحيانا.
- يعمل برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية على إكتساب الطلاب مهارات جديدة: 60 بالمائة لصالح المحبين بنعم.

- يهتم برنامج النشاط الرياضي بالألعاب الجماعية 60 بالمائة لصالح المحبين بأحيانا.
  - يهتم برنامج النشاط الرياضي بالألعاب الفردية 80 بالمائة لصالح المحبين بنعم.
  - يراعى برنامج النشاط الرياضي الجداول الدراسية على مدار السنة 100 بالمائة لصالح المحبين بأحيانا.
  - يتم عمل لقاءات مع الطلبة لتنمية الوعي بأهمية النشاط الرياضي 60 بالمائة لصالح المحبين بنعم.
  - يساهم الطلبة في تنفيذ برنامج النشاط الرياض 60 بالمائة لصالح المحبين بأحيانا.
  - يتم عمل حفلات تكريم للفرق الفائزة 60 بالمائة لصالح المحبين بأحيانا.
  - ان برنامج النشاط الرياضي لا يساهم في جلب عدد أكبر من الممارسين.
- أما من وجهة نظر المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الذكور يتبين انطلاقا من النسب المئوية في الجدول المعنون ببرنامج النشاط الرياضي والتي جاءت على النحو التالي:

- يراعى في وضع برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية رغبات الطلاب 37,5 بالمائة لصالح المحبين بنعم و بأحيانا.
- يعمل برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية على اكتساب الطلاب مهارات جديدة 50 بالمائة لصالح المحبين - بأحيانا.

- يهتم برنامج النشاط الرياضي بالألعاب الجماعية 50 بالمائة لصالح المحبين بنعم و بأحيانا.
- يهتم برنامج النشاط الرياضي بالألعاب الفردية 37,5 بالمائة لصالح المحبين بأحيانا.
- يراعى برنامج النشاط الرياضي الجداول الدراسية على مدار السنة 50 بالمائة لصالح المحبين بأحيانا.
- يتم عمل لقاءات مع الطلبة لتنمية الوعي بأهمية النشاط الرياضي 62,5 بالمائة لصالح المحبين بأحيانا.
- يساهم الطلبة في تنفيذ برنامج النشاط الرياضي 75 بالمائة لصالح المحبين بأحيانا.
- يتم عمل حفلات تكريم للفرق الفائزة 75 بالمائة لصالح المحبين بنعم.
- تمنح شهادات تقديرية للطلبة الفائزين 62,5 بالمائة لصالح المحبين بأحيانا.
- أن برنامج النشاط الرياضي لا يساهم في جلب عدد أكبر من الممارسات.

وبالأخذ بعين الاعتبار وجهات النظر بصورة عامة نجد أن برنامج النشاط الرياضي لا يجذب أكبر عدد من الممارسين والممارسات ويلاحظ أيضا وجود شبه إلتفاق على أن الرياضات الفردية تلقى اهتماما أكبر بالمقارنة مع الرياضات الجماعية.

وانطلاقا من الجدول المعنون بأهداف النشاط الرياضي من وجهة نظر الطلبة الذكور تبين أن أغلبية المجيبين كانت إجابتهم على الفقرات بأحيانا حيث جاءت النسب المئوية على النحو التالي:

- ممارسة النشاط الرياضي تساعد إيجابيا في شغل وقت الفراغ 42,6 بالمائة
- ممارسة النشاط الرياضي تشعرني بالارتياح النفسي 48,9 بالمائة
- ممارسة النشاط الرياضي تؤثر إيجابيا على صحتي 49,6 بالمائة
- تتيح لي ممارسة النشاط الرياضي بناء علاقات طيبة مع الآخرين 44,7 بالمائة
- ممارسة النشاط الرياضي تساعدني في التحصيل الدراسي 52,5 بالمائة
- برنامج النشاط الرياضي يجلب ممارسين جدد 49,6 بالمائة

ونستخلص مما سبق أن الطلبة وعون بأهمية النشاط الرياضي ولكن التحقيق النسبي للأهداف ناتج عن قلة الممارسة وهذا ما يبينه المستخلص من نظرة المشرفين .

وانطلاقا من الجدول المعنون بأهداف النشاط الرياضي من وجهة نظر الطالبات تبين أن أغلبية المجيبين كانت إجابتهم على الفقرات بأحيانا حيث جاءت النسب المئوية على النحو التالي:

- ممارسة النشاط الرياضي تساعد إيجابيا في شغل وقت الفراغ 46,2 بالمائة
- ممارسة النشاط الرياضي تشعرني بالارتياح النفسي 45,2 بالمائة
- ممارسة النشاط الرياضي تؤثر إيجابيا على صحتي 43,1 بالمائة
- تتيح لي ممارسة النشاط الرياضي بناء علاقات طيبة مع الآخرين 51,8 بالمائة
- برنامج النشاط الرياضي يجلب ممارسين جدد 48,2 بالمائة
- إلا الفقرة المعنونة بممارسة النشاط الرياضي تساعدني في التحصيل الدراسي كانت نسبتها 41,6 بالمائة لصالح المجيبين بنعم.

ونستخلص مما سبق أن الطالبات على وعي بأهمية النشاط الرياضي ولكن التحقيق النسبي للأهداف ناتج عن قلة الممارسة وهذا ما يبينه المستخلص من نظرة المشرفين.

أما من وجهة نظر المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الذكور يتبين انطلاقا من النسب المئوية في الجدول المعنون بأهداف النشاط الرياضي والتي جاءت على النحو التالي:

- يهدف النشاط الرياضي إلى شغل وقت فراغ الطلاب بطريقة إيجابية 80 بالمائة لصالح المجيبين بنعم.
- يكسب النشاط الرياضي للطلاب الممارسين اللياقة البدنية 80 بالمائة لصالح المجيبين بنعم.
- تصبح سلوكيات الطلاب أكثر إيجابية بعد ممارسة النشاط الرياضي 60 بالمائة لصالح المجيبين بنعم.
- يحقق برنامج النشاط الرياضي الحالي توسيع قاعدة الممارسين 40 بالمائة لصالح المجيبين بنعم وأحيانا.
- يهدف البرنامج إلى تنمية الهوايات الرياضية بين الطلاب 40 بالمائة لصالح المجيبين بأحيانا ولا.
- يمارس الطلبة في وقت الفراغ أنشطة رياضية 60 بالمائة لصالح المجيبين بأحيانا.

أن ليس هناك إقبال كبير على ممارسة النشاط الرياضي ويعود ذلك لأسباب عديدة ومن بينها عدم قدرة برامج الأنشطة الرياضية على جلب الكثير من الممارسين بالرغم من تحقيق نسبي لبعض أهداف البرنامج.

أما من وجهة نظر المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الإناث يتبين انطلاقاً من النسب المئوية في الجدول المعنون بأهداف النشاط الرياضي والتي جاءت على النحو التالي:

- يهدف النشاط الرياضي إلى شغل وقت فراغ الطلاب بطريقة إيجابية 5 بالمائة لصالح المحييين بنعم وأحياناً.
- يكسب النشاط الرياضي للطلاب الممارسين اللياقة البدنية 75 بالمائة لصالح المحييين بنعم.
- تصبح سلوكيات الطلاب أكثر إيجابية بعد ممارسة النشاط الرياضي 75 بالمائة لصالح المحييين بأحياناً.
- يحقق برنامج النشاط الرياضي الحالي توسيع قاعدة الممارسين 75 بالمائة لصالح المحييين بنعم.
- يهدف البرنامج إلى تنمية الهوايات الرياضية بين الطلاب 87,5 بالمائة لصالح المحييين بنعم.
- يمارس الطلبة في وقت الفراغ أنشطة رياضية 37,5 بالمائة لصالح المحييين بنعم ولا.

أن ليس هناك إقبال كبير على ممارسة النشاط الرياضي ويعود ذلك لأسباب عديدة ومن بينها عدم قدرة برامج الأنشطة الرياضية على جلب الكثير من الممارسات بالرغم من تحقيق نسبي لبعض أهداف البرنامج.

ويرى علاء الدين حمدي (2011) أن مسؤولية تنظيم الأنشطة الرياضية تقع على كلا من الاتحادات الطلابية والتي تمثل المشاركة الطلابية كما أن الإدارة العامة تختص بتقديم وتنظيم برامج الأنشطة الرياضية المختلفة للطلاب بهدف استثمار أوقات فراغهم. (علاء الدين، 2011، صفحة 68)

ويذكر علاء الدين حمدي (2011) أن من معوقات الاستفادة من النشاط الرياضي الافتقار إلى البرامج الثقافية التي تعمل على خلق الوعي بأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية. (علاء الدين، 2011، صفحة 69)

ويبين أحمد عبد الدائم الوزير وآخرون (2011) عن محمد حسن علاوي أنه يجب عند وضع الأهداف أن تكون واقعية ومحددة، وتتناسب مع الإمكانيات والموارد المالية والبشرية بل لا بد أن يرتبط تحديد الأهداف بتحديد مدى زمني لتحقيق هذه الأهداف .

ومما سبق نقول أن برامج الأنشطة الرياضية لا يحفز الطلبة على الممارسة بالإقامات الجامعية وبالتالي تحقق الفرض.

## 2-4- مناقشة الفرضية الرابعة:

انطلاقاً من الجدول المعنون بالدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية من وجهة نظر الطلبة الذكور تبين أن أغلبية

المحييين كانت إجابتهم على الفقرات بأحياناً حيث جاءت النسب المئوية على النحو التالي:

- تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية 50,4 بالمائة
- تهتم الإقامة بالدعاية لأهمية الأنشطة الرياضية 51,1 بالمائة
- توجد إذاعة داخلية للإعلان عن برامج الأنشطة الرياضية 50,4 بالمائة
- تعلن نتائج المسابقات الرياضية بين الإقامات بصورة واضحة داخل الإقامة 41,8 بالمائة
- تستخدم الملصقات كوسيلة لإعلام الطلاب عن برامج النشاط الرياضي 55,3 بالمائة
- تستخدم الانترنت في الإعلان عن الأنشطة 53,2 بالمائة

تبين مما سبق من وجهة نظر الطلبة أنه لا يكون هناك دوما إعلان عن الأنشطة الرياضية خصوصا في عدم التوفر الدائم للإذاعة، لكن في الوقت الذي يكثر فيه إستعمال الأنترنت من قبل الطلبة يعتمد عليها أحيانا فقط في الإعلان عن برنامج الأنشطة الرياضية وبالتالي فالدعاية والإعلان على مستوى الإقامات الجامعية بأحياء الذكور لا تساهم في جلب العدد الأكبر من الممارسين.

وانطلاقا من الجدول المعنون بالدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية من وجهة نظر الطالبات تبين أن أغلبية المجيبات كانت إجابتهن على الفقرات بأحيانا حيث جاءت النسب المئوية على النحو التالي:

- تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية 49,7 بالمائة
- تهتم الإقامة بالدعاية لأهمية الأنشطة الرياضية 43,7 بالمائة
- توجد إذاعة داخلية للإعلان عن برامج الأنشطة الرياضية 45,7 بالمائة
- تعلن نتائج المسابقات الرياضية بين الإقامات بصورة واضحة داخل الإقامة 48,2 بالمائة
- تستخدم الملصقات كوسيلة لإعلام الطلاب عن برامج النشاط الرياضي 48,7 بالمائة
- تستخدم الانترنت في الإعلان عن الأنشطة 45,2 بالمائة

تبين مما سبق من وجهة نظر الطالبات أنه لا يكون هناك دوما إعلان عن الأنشطة الرياضية خصوصا في عدم التوفر الدائم للإذاعة، لكن في الوقت الذي يكثر فيه استعمال الانترنت من قبل الطالبات يعتمد عليها أحيانا فقط في الإعلان عن برنامج الأنشطة الرياضية وبالتالي فالدعاية والإعلان على مستوى الإقامات الجامعية بأحياء الإناث لا تساهم في جلب العدد الأكبر من الممارسات.

أما من وجهة نظر المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الذكور يتبين انطلاقا من النسب المئوية في الجدول المعنون بالدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية والتي جاءت على النحو التالي:

- تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية 40 بالمائة لصالح الجييين بأحيانا ولا.
- تهتم الإقامة بالدعاية للأنشطة الرياضية 40 بالمائة لصالح الجييين بنعم وأحيانا.
- توجد إذاعة داخلية للإعلان عن برامج الأنشطة الرياضية 60 بالمائة لصالح الجييين بأحيانا.
- يوجد تأثير إيجابي للدعاية للأنشطة الرياضية على مشاركة الطلاب في ممارسة النشاط الرياضي 60 بالمائة لصالح الجييين بنعم.

- تستخدم ملصقات حائطية لإعلام الطلاب عن برنامج النشاط الرياضي 40 بالمائة لصالح الجييين بنعم وأحيانا. إنه ليس هناك اهتماما كبيرا بالدعاية للأنشطة الرياضية والإعلان عنها مع عدم الاستعمال للإذاعة إلا نادرا بالرغم من الاعتراف بوجود تأثير إيجابي للدعاية على المشاركة في الأنشطة الرياضية والملصقات لا تفني كثيرا بالعرض في وجود الأنترنت. وبالتالي فالدعاية والإعلان على مستوى الإقامات الجامعية بأحياء الذكور لا تساهم في جلب العدد الأكبر من الممارسين.

أما من وجهة نظر المشرفين عن النشاط الرياضي بأحياء الإناث يتبين انطلاقا من النسب المئوية في الجدول المعنون بالدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية والتي جاءت على النحو التالي:

- تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية 37,5 بالمائة لصالح الجييين بأحيانا ولا.
- تهتم الإقامة بالدعاية للأنشطة الرياضية 62,5 بالمائة لصالح الجييين بأحيانا.

- توجد إذاعة داخلية للإعلان عن برامج الأنشطة الرياضية 75 بالمائة لصالح الجييين بنعم  
- يوجد تأثير إيجابي للدعاية للأنشطة الرياضية على مشاركة الطلاب في ممارسة النشاط الرياضي 75 بالمائة لصالح الجييين بنعم.

- تستخدم ملصقات حائطية لإعلام الطلاب عن برنامج النشاط الرياضي 50 بالمائة لصالح الجييين بنعم وأحيانا.  
إنه ليس هناك اهتماما كبيرا بالدعاية للأنشطة الرياضية والإعلان عنها مع عدم الاستعمال للإذاعة إلا نادرا بالرغم من الاعتراف بوجود تأثير إيجابي للدعاية على المشاركة في الأنشطة الرياضية، والملصقات لا تفي كثيرا بالعرض في وجود الأنترنت، وبالتالي فالدعاية والإعلان على مستوى الإقامات الجامعية بأحياء الإناث لا تساهم في جلب العدد الأكبر من الممارسات.

وبالأخذ بعين الاعتبار وجهات النظر بصورة عامة نجد أن الدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية لا تستعمل بالشكل الكافي لجلب أكبر عدد من الممارسين والممارسات ونتفق فيما توصلنا إليه مع ما توصل إليه أحمد عبد الدائم الوزير وآخرون (2011) أن الدعاية والإعلان المتاحة بتنفيذ برنامج النشاط الرياضي غير كافية لتحقيق الأهداف الحالية والتي يجب تحقيقها على أكمل وجه.

ومما سبق نقول أن الدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية غير كافية لجلب أكبر عدد من الممارسين للنشاط الرياضي بالإقامات الجامعية وبالتالي تحقق الفرض.

وبعد مناقشة الفرضيات كل واحدة على حدى نقول أننا أجبنا على التساؤل العام والذي هو: إلى ماذا تعزى قلة ممارسة النشاط الرياضي الترويجي، وبالتالي توصلنا إلى تحقق الفرض العام بمعرفة أسباب قلة الممارسة والتي هي:  
- لا يحسن الطالب الجامعي المقيم استثمار وقت فراغه في أنشطة ترويجية يغلب عليها الطابع الرياضي.  
- قلة الإمكانيات تعرقل ممارسة النشاط الرياضي الترويجي.  
- برنامج الأنشطة الرياضية لا يحفز الطلبة على ممارسة النشاط الرياضي.  
- الدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية غير كافية لجلب أكبر عدد من الممارسين للنشاط الرياضي.

### 3- الاستنتاجات:

خلص الباحث إلى الاستنتاجات التالية في ضوء الغرض من الدراسة وبناء على تساؤلات البحث وفرضياته.

- اهتمام الطلبة بمناشط ترويجية سلبية.
- ممارسة نشاط رياضي ليست من الأولويات.
- الملاعب ليست صالحة دوما.
- عدم مناسبة مساحة القاعة لعدد الطلبة.
- عدد المشرفين عن النشاط الرياضي غير كافي.
- الملاعب لا تكفي دوما خصوصا وأن الطلبة يفضلون إلى حد ما رياضات مختلفة.
- إساءة بعض الطلبة استخدام الوسائل الرياضية.
- قلة اللقاءات التوعوية بأهمية النشاط الرياضي.
- عدم الاستعمال الدائم للأنترنت في الإعلان عن الأنشطة الرياضية والإكتفاء بالملصقات.

#### 4- التوصيات:

- بعد ما خلصنا إليه من استنتاجات وبناء عليها تصاغ التوصيات بما يخدم الهدف العام للبحث وهي كالآتي:
- المشاركة الإيجابية في المناشط الترويجية .
  - تجهيز المرافق الرياضية والحرص على صيانتها .
  - إصلاح أرضية الملاعب بحيث تكون جاهزة دوما للممارسة.
  - توفير العدد المناسب من المشرفين عن النشاط الرياضي.
  - توفير الملاعب المختلفة والاستعانة بالمرافق المجاورة.
  - بناء الأحياء الجامعية بالقرب من المركبات الرياضية.
  - مراعاة رغبات الطلبة.
  - برمجة لقاءات توعية بأهمية النشاط الرياضي.
  - الإعلان عن الأنشطة الرياضية في وقت مبكر.
  - الاستعمال الدائم للانترنت مع الإبقاء على الملصقات للإعلان عن برنامج النشاط الرياضي .
  - مراعاة الجدول الدراسي على العموم وفترة الامتحانات على الخصوص أثناء البرمجة .
- من خلال ما توصلنا إليه من نتائج وما خلصنا إليه من توصيات يكون مقترح الإستراتيجية كالتالي:

#### 5-مقترح إستراتيجية استثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية عند

#### طلبة الإقامات الجامعية :

##### • المقترح الأول: استثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويجية.

- تحسيس الطلبة بأهمية النشاط البدني من أجل بلوغ الحالة الجيدة.
- تحسيس الطلبة بأهمية النشاط البدني في المحافظة على الصحة.
- تحسيس الطلبة بأهمية النشاط البدني في علاج بعض الأمراض.
- تحسيس الطلبة بأهمية النشاط البدني من أجل التحصيل الدراسي.
- تحسيس الطلبة بأهمية النشاط البدني في الاندماج الاجتماعي.
- تحسيس الطلبة بأهمية النشاط البدني في المحافظة على البيئة.

##### الوسائل المستعملة :

- الإذاعة الداخلية.
- استعمال الملصقات.
- استعمال الانترنت.
- فتح حساب خاص بالحى يشترك فيه جميع طلبة الحى.

##### الفاعلين:

- مديرية الخدمات الجامعية.
- مديرية الصحة العمومية.

- مديرية الشبيبة والرياضة.

- اللجان الطلابية.

- الطلبة

### التنفيذ:

- إبرام اتفاقيات بين مديرية الخدمات الجامعية و مديرية الصحة العمومية من أجل القيام بالأيام التحسيسية الخاصة بتعريف الطلبة بأهمية النشاط البدني في المحافظة على الصحة وبأهميته في علاج بعض الأمراض.

- إبرام اتفاقيات بين مديرية الخدمات الجامعية و مديرية الشبيبة والرياضة من أجل القيام بتعريف الطلبة بأهمية النشاط البدني من أجل بلوغ الحالة الجيدة وذلك من خلال كيفية الممارسة.

- مرافقة مختصي الخدمة الاجتماعية والنفسانيين للطلبة خصوصاً الجدد.

- إبلاغ الطلبة من قبل اللجان الطلابية بواسطة الوسائل المستعملة للإيداع بمواعيد الأيام التحسيسية وبما تم تناوله.

- إبلاغ الطالب للطلاب بمواعيد الأيام التحسيسية وبما تم تناوله.

**ملاحظة:** الأيام التحسيسية تكون مبرمجة على مدار السنة. (الاعتماد على وسائل الإيداع المختلفة)

### ● المقترح الثاني: الإمكانيات المادية والبشرية لممارسة الأنشطة الرياضية الترويجية.

- ترميم المرافق الرياضية بالحي الجامعي.

- مناسبة الإمكانيات لعدد الطلبة.

- تنوع المرافق الرياضية بحيث يكون العرض حسب الطلب من أجل ترشيد النفقات

- خلق ممرات للتنقل بين الأحياء وبين الحي الجامعي والجامعة من أجل التنقل مشياً أو باستعمال الدراجات الهوائية

- إبرام اتفاقية بين مديرية الخدمات الجامعية ومديرية الشباب والرياضة من أجل استعمال المرافق الخارجية كالمركبات الرياضية من طرف الطلبة المقيمين.

- استعمال المرافق الرياضية بالحي الجامعي من طرف غير الطلبة واستعمال المرافق الجوارية من قبل الطلبة.

- بناء الأحياء الجامعية بالقرب من المركبات.

- المرونة في أوقات استعمال المرافق الرياضية.

- صيانة المرافق الرياضية.

- توفير المشرفين عن الأنشطة الرياضية.

- توفير مدرّبين من خلال اتفاقية بين مديرية الخدمات الجامعية ومديرية الشباب والرياضة مع الاعتماد كذلك على المتطوعين من الطلبة وغير الطلبة.

- تشكيل هيئة تشرف على المرافق الرياضية من الإداريين والمشرفين والطلبة.

### ● المقترح الثالث: برمجة الأنشطة الرياضية الترويجية:

- تشكيل هيئة تشرف على برمجة الأنشطة الرياضية الترويجية من الإداريين والمشرفين والطلبة.

- مراعاة التنوع في الأنشطة الرياضية من أجل جلب أكبر عدد من الطلبة.

- وضع البرنامج الزمني للأنشطة في غير أوقات الدراسة مع تجنب البرمجة الليلية المتأخرة.

## الفاعلين:

- مديرية الخدمات الجامعية ممثلة في هيئة الإشراف على برمجة الأنشطة الرياضية.
  - مديرية الشباب والرياضة.
  - الفدراليات الولائية.
  - الجمعيات الرياضية.
- إشراك الفاعلين من خلال اتفاقيات من أجل استعمال مرافق الحي الجامعي والمركبات الرياضية الخارجة عن الحي في
- تنظيم الدورات الرياضية لفرق الإحياء الجامعية وللفرق المنتمية إلى الفدراليات الولائية و الجمعيات الرياضية.
  - تنظيم الدورات الرياضية مع ربطها بأغراض أخرى، مثل المحافظة على البيئة، التنمية المستدامة ...
- ملاحظة:** الدورات الرياضية تساعد على جلب المشاهدين، ومن شأن المشاهدة أن تحفز الطلبة على ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في وقت الفراغ.

## ● المقترح الرابع: الدعاية والإعلان للأنشطة الرياضية الترويحية:

### وسائل الدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية المستعملة:

- الإذاعة الداخلية.
- الملصقات الحائطية.
- الحساب الإلكتروني الخاص بالطلبة.
- كتيبات تعرف الطلبة بأهمية النشاط الرياضي والفائدة المرجوة منه من خلال توضيح كيفية الممارسة الصحيحة والسليمة مع التطرق إلى كيفية المشاركة في البرامج الرياضية.
- الإذاعة المحلية والصحافة بالنسبة للدورات التي تنظم تحت إشراف الخدمات الجامعية مع الفدراليات الولائية والجمعيات الرياضية.

**ملاحظة:** إن نشر الوعي من خل الوسائل الإيذاع المختلفة من شأنه أن يساهم في جلب الممارسين.

## ● المقترح الخامس: ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية.

- ممارسة النشاط الرياضي من خلال تنفيذ البرامج المسطرة.
- ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية خارج البرامج المسطرة.

## التقييم:

تقييم مدى نجاح مقترح إستراتيجية استثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية عند طلبة الإقامات الجامعية من أجل الوقوف على الإيجابيات والسلبيات حتى تتمكن من وضع التعديلات اللازمة والتي من شأنها جلب أكبر عدد من الممارسين.

**ملاحظة:** قبل تجسيد مشروع الإستراتيجية يجب إجراء مسح شامل على مجتمع البحث للتعرف على الرياضات التي يرغب الطلبة في ممارستها، وهنا يراعى في العرض نسبة الطلب من أجل ترشيد الميزانية.

## الخلاصة العامة:

إن من مهام الجامعة السعي إلى تحقيق مجموعة من الأهداف، من بينها إعداد الشباب من كافة الجوانب الأكاديمية والاجتماعية، حتى يكونوا قادرين على أداء أدوارهم لتحقيق التنمية المجتمعية بجوانبها المتعددة. وحتى تحقق الجامعة أهدافها كان من الضروري توفير جوانب الرعاية المختلفة ضمن إستراتيجية شاملة من شأنها إتاحة الفرصة للطلبة من أجل ممارسة الأنشطة المختلفة، حيث يوجد في كل إقامة جامعية منشآت وإطارات تعكف على رعاية الطلبة من خلال ما تقدمه من أنشطة وخدمات وبرامج لاستثمار أوقات فراغهم. ويمكن القول أنه من أهم العوامل التي تقرر مستوى كفاءة الإستراتيجية هي:

- إِبلاء الاهتمام بالأنشطة الترويجية بصفة عامة والرياضية بصفة خاصة.
  - توفير الإمكانيات لكي تناسب عدد الطلبة.
  - الاهتمام باللقاءات التوعوية للتذكير بأهمية ممارسة الأنشطة الترويجية بصفة عامة والرياضية بصفة خاصة.
  - بعد الرؤية.
  - النظر إلى خصائص الطلبة المقيمين.
  - تنظيم البرامج مع مراعاة ظروف الطلبة.
- لذلك نخلص إلى أن الإستراتيجية الناجحة يجب أن تقوم على عدد من الافتراضات النظرية والفكرية المرتبطة بالأهداف التي تسعى إلى تحقيقها، وعلى الواقع الذي يتم الانطلاق منه، وعلى الوسيلة التي يقترح استخدامها. ونبز أهمية هذه الدراسة في جانبين فهي تتيح في المجال الرياضي تعرف على مجموعة من الأنشطة الترويجية التي يميل إليها الطلبة الجامعيين، وتحديد المؤثرات السلبية التي تقلص من فعاليتها الناتجة عن الواقع الموجودة في استثمار وقت الفراغ في ممارستها .
- وكان الهدف الرئيسي هو اقتراح إستراتيجية لاستثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويجية عند طلبة الإقامات الجامعية.
- وعليه فالإستراتيجية الناجحة تراعى فيها المعايير العلمية وبالتالي تحقق ما وضعت من أجله، وفي دراستنا حسن استثمار وقت الفراغ لماله من انعكاس على تكامل شخصية الطالب.
- ومن جهة أخرى فهذه الدراسة تلي حاجة علمية تتصل بطبيعة الحياة الاجتماعية للطالب الجامعي وتشخيص الصعوبات التي يواجهها في استغلال أوقات فراغه.

# المصادر والمراجع

## - المصادر و المراجع باللغة العربية

- 1- أبودف، محمود خليل. (2017، أوت). حاجة الانسان من الترويح. كتاب التربية النوعية. الرفع من: <http://iugaza.edu.ps/slemanhm/files>
- 2- حسين وهدى، محمد سليمان. (2013-2014). دراسة معوقات الأنشطة الرياضية للجامعات الحكومية في بغداد. مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، العراق.
- 3- إبراهيم، عبد المقصود و أحمد الشافعي، حسن. (2013). الموسوعة العلمية للإدارة الرياضي (1). الإسكندرية: دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر.
- 4- عبد الرحمان عارف، عبد الجواد وعزة فكري، محمد فؤاد. (2011). إستراتيجية مقترحة للنشاط الرياضي، و دراسات عربية في التربية وعلم النفس، جامعة طيبة.
- 5- البطراوي، أماني متول وسلامة، محمد عبد العزيز. (2013). مقدمة في الترويح وأوقات الفراغ (1). الإسكندرية: ماهي للنشر والتوزيع.
- 6- كريمة، بجرة. (2014). رسالة ماجستير بعنوان : جودة حياة التلميذ وعلاقتها بالتحصيل الدراسي. وهران.
- 7- ناجي، بن حسين. (2010، جانفي). تم الرفع من: [www.univ.ency-education](http://www.univ.ency-education)، (2017، سبتمبر).
- 8- جريدة الرياض. (2007). تم الرفع من : [www.alriyadh.com](http://www.alriyadh.com)
- 9- علاء الدين، حمدي أحمد. (20011). إستراتيجية تسويق خدمات النشاط الرياضي (1). الإسكندرية: دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر.
- 10- قنديل، إبراهيم حامد. (1986). الأوقات الحرة لدى الشباب السعودي المنطقة الغربية. معهدالبحوث العلمية وإحياء التراث الإسلامي، السعودية.
- 11- عبدالسلام، تھاني. (2001). الترويح والتربية الترويحوية (1). القاهرة: دار الفكر العربي.
- 12- عزيز، حاتم حاسم وحيدر، طارق كاظم. (2009). استثمار أوقات الفراغ لدى طلبة الجامعة. مجلة القادسية في الأداب والعلوم التربوية.
- 13- عبده، رزق محمد أحمد. (2012). إستراتيجية تفعيل الإستثمار الرياضي في المؤسسات الرياضية (1). الإسكندرية: دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر.
- 14- نعيسة، رغداء علي. (2012). جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين. مجلة جامعة دمشق،
- 15- الدهري، صالح حسن. (2008). علم النفس (1). عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

- 16- الدين، طلحة حسام وعدلة، عيسى مطر. (1997). مقدمة في الإدارة الرياضية (1). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 17- عبد العزيز، عايدة. (1984). اتجاهات خريجات جامعات انديانا نحو ممارسة النشاط الترويحي في وقت الفراغ. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 18- شرف، عبد المجيد. (1999). الإدارة في التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق (2). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 19- وطفة، علي أسعد. (2015، فيفري). وقت الفراغ لدى الشباب. تم الرفع من: [www.snpstudents.com](http://www.snpstudents.com) ، (25 أوت 2017)
- 20- أحمد، فرغلي عبد الله. (2003). منظومة مراكز الشباب التربوية (1). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 21- عبد المقصود، إبراهيم حسن، أحمد الشافعي. (2003). الموسوعة العلمية للإدارة الرياضية (1). الإسكندرية: دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر.
- 22- حليلة، قادري. (2012). مشكلات الطلبة الجدد. مجلة العلوم الإنسانية والإجتماعية. تم الرفع من: [http:// www.noorsa.net/files/file/79e8\\_16.pdf](http://www.noorsa.net/files/file/79e8_16.pdf)
- 23- درويش، كمال ومحمد، الحماسي. (1997). رؤية عصرية للترويج وأوقات الفراغ (1). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 24- درويش، كمال والخولي، أمين. (2001). الترويج وأوقات الفراغ (2). القاهرة: دار الفكر العربي.
- 25- علاوي، محمد حسن. (1998). سيكولوجيا النمو للمربي الرياضي (1). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 26- الحماسي، محمد وعايدة، مصطفى عبد العزيز. (2001). الترويج بين النظرية والتطبيق (2). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 27- إبراهيم، مروان عبد المجيد. (2010). إستراتيجية الرياضة (1). عمان: مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.
- 28- عبد المجيد، نادي أحمد علي. (2010). إستراتيجية إعداد البطل الأولمبي (1). الإسكندرية: دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر.
- 29- موسي، هاني محمد يونس. (2008، جويلية). دراسة تقويمية للأنشطة الطلابية بكلية المعلمين. مؤتمر " مناهج التعليم والهوية الثقافية "، الجمعية المصرية للمناهج، (4).
- 30- التميمي، ياسين علوان اسماعيل. (2008). درس التربية الرياضية وأثره على ميول ورغبات طلبة المدارس الثانوية. مجلة علوم التربية الرياضية. تم الرفع من: [http://www.uobabylon.edu.iq/.../sports\\_edition2/physical\\_journal2\\_9.do](http://www.uobabylon.edu.iq/.../sports_edition2/physical_journal2_9.do)

31- استيتية، دلال ملحس. (1997). أثر متغيرات الجنس و مكان السكن و المستوى الاقتصادي على مدى ممارسة مجالات أنشطة أوقات الفراغ في عينة أردنية. عمان.

32- سيد، سمير بن محمد خليل. (2009). دراسة تأثير الإمكانات والانشطة الرياضية على اتجاهات طلبة جامعة. جامعة طيبة، السعودية.

33- الحماحي، المعجم. تعريف ومعنى المقاربة النسقية في معجم المعاني الوسيط ، اللغة. تم الرفع من: [www.almaany.com.dict](http://www.almaany.com.dict), (2017، سبتمبر).

34- الكردي، عصمت. (1988). اتجاهات الممارسة الرياضية في الوقت الحر لدى طلاب الجامعة الاردنية. عمان.

35- خطاب، عطيات ومحمد. (1990). الممارسة الرياضية في وقت الفراغ لتلاميذ و تلميذات المدارس الثانوية في كتاب أوقات الفراغ و الترويح. القاهرة: دار المعارف.

36- ذوادي، علي. (2014). الضغوط المهنية وعلاقتها بالرضا الوظيفي. مذكرة ماجستير، جامعة وهران.

37- كنعان، عيد محمد. (2010). معوقات مشاركة طالبات مدارس شمال الأردن في الانشطة الرياضية المدرسية. مجلة جامعة دمشق. تم الرفع من:

<http://www.damascusuniversity.edu.sy/mag/edu/images/.../485-526.pdf>

38- الحماحي، محمد. (1997). الرياضة للجميع-الفلسفة والتطبيق (1). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

39- أنجيس، موريس. (2004). منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية (2). الجزائر: دار القصبه للنشر.

40- مارديني، وليد. (1999). اتجاهات طلبة جامعة اليرموك نحو الأنشطة الترويحية و أوقات الفراغ، مجلة جامعة دمشق. الأردن.

41- لعجيلات، يوسف. (2013). المشكلات المهنية لدى مدرسي التربية البدنية والرياضية في المدرسة الجزائرية. مذكرة ماجستير، جامعة ورقلة.

42- إبراهيم، رهام فرج. (2015، جوان). أهم المشكلات التي تواجه الطالب الجامعي. تم الرفع من:

[www.omu.edu.ly/articles/OMU%20Articles/pdf/Issue/14.pdf](http://www.omu.edu.ly/articles/OMU%20Articles/pdf/Issue/14.pdf)

- المصادر و المراجع باللغة الأجنبية :

43- Laubressac, C et Loica, F et Jessica, J et Véronique, M.(2009). Etude sur la Vie Etudiante.Paris. Repéré à : [www.asdo-etudes.fr](http://www.asdo-etudes.fr).

44- Payot-Podevin, C. (2009). *Le sport au féminin*. Clamecy: Nouvelle Imprimerie Laballery.

- 45- Barget, E et Daniel, V et Jacques, R.(2008). *Management du sport théories et pratiques*. Bruxelles: Sarl Vivre. Repéré à : [www.sarlvivre.com](http://www.sarlvivre.com).
- 46- Biard, E. (2012, oct.5). *Facteurs de diffusion des pratiques sportives hors cadre et stratégie des acteurs : Etudes de cas comparatives dans la délocalisation des sports de nature aux milieux urbains*. Paris, France.
- 47- Beghith, F. (2014, juillet). *L'enquete condition de vie des étudiants*. Repéré à : [www.ove-national.education.fr](http://www.ove-national.education.fr), (2013).
- 48- Christopher, G. (2011). *Enquête Vie de Campus*. Bordeaux.
- 49- Robert, H. (2014). *Agir pour améliorer la qualité de vie ainsi que la santé globale des étudiants de l'université laval*. Repéré à : [www.ulaval.ca](http://www.ulaval.ca).
- 50- Gaubert, I et Olivier, B et Véronique, B et Emmanuel, B. (2014). *Les fondamentaux du sport santé*. Paris. Repéré à : [www.ed-amphora.fr](http://www.ed-amphora.fr).
- 51- Bazex, J et Pierre, P et Daniel, R. (2012, oct.9). *Les Activités Physiques et Sportives-la Santé-la Société*. Repéré à : [www.academiemedecine.fr](http://www.academiemedecine.fr).
- 52- Descotes, Jean-marc et Thierry, B. (2012). *Sport et Cancer*. Union Européenne par L'intermédiaire. Repéré à : [www.alphabook](http://www.alphabook).
- 53- Kozanitis, P. (2009, juillet.21). *Les caractéristiques des étudiants d'aujourd'hui*. Repéré à : [www.polymtl.ca/livreueap/docs/.../Caractéristiques\\_etudiants\\_aujourd-hui.pdf](http://www.polymtl.ca/livreueap/docs/.../Caractéristiques_etudiants_aujourd-hui.pdf), (2017, out.27).
- 54- Laure, P et Jean-François. (2007). *Professionnels du sport professionnels de la santé*. France: Normandie Roto Impression.
- 55- Damien, L et François, D.(2012). *Sport et sommeil*. Paris: Union Européenne par L'intermédiaire. Repéré à : [www.alphabook](http://www.alphabook).
- 56- Malavoy. (2013). *Le Gout et Le Piasir de bougie*. Repéré à : [www.mels.gouv.qc.ca](http://www.mels.gouv.qc.ca), (2016).
- 57- Maresca, B et Pierre, T et Gérard, s. (2004). *Ocupation du temps libre*. Paris. Repéré à : [www.credoc.fr/pdf/Rech/C210.pdf](http://www.credoc.fr/pdf/Rech/C210.pdf), Éd.
- 58- Naves, Marie-Cécile. (2011). *Questions sociales comment inciter le plus grand nombre à pratiquer un sport ou une activité physique*. Paris: Centre D'analyse Stratégique, France.

59- Vandramin, Patricia.(2007). *Enquete temps et travail temps rytmes de travail et conciliation des temps sociaux*. Repéré à : [www.ftu-namur.org](http://www.ftu-namur.org).

60- Oppert, Jean-Michel.(2014, juin.12). *Francais alimentation et santé*.Petit Déjeuner Presse-Sédentaire:rester pour la Santé. Repéré à : [dyon-j.dyon@alimentation-santé.org](mailto:dyon-j.dyon@alimentation-santé.org).

الملاحق

**الملحق الأول:  
الاستبيان للتعديل للطلبة**

جامعة عبد الحميد بن باديس  
معهد التربية البدنية والرياضية  
استبيان موجه للسادة الخبراء

السادة المحكمين: تحية طيبة

يقوم الطالب الباحث بإعداد أطروحة دكتوراه تحت عنوان: استراتيجية مقترحة لاستثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية عند طلبة الإقامات الجامعية.  
ونرجو من سيادتكم الموقرة إفادتنا من خلال تحكيمكم لهذا الاستبيان الموجه للطلبة المقيمين بالإقامات الجامعية.  
وهو على النحو التالي:  
نتقدم إليكم أيها الطلبة بمجموعة من الفقرات تدور حول ممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ، حيث أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة.

ضع علامة X أمام الإجابة التي تختارها أمام كل عبارة في الخانة المناسبة.

الجنس:

مكان الإقامة:

التخصص:

- المحور الأول: الأنشطة التي يقضي من خلالها الطلبة أوقات فراغهم

الرقم	الفقرات	مقبول	غير مقبول	يعدل
01	الذهاب إلى الحفلات الفنية			
	تعديل:			
02	مشاهدة الأفلام			
	تعديل:			
03	الإستماع إلى الموسيقى			
	تعديل:			
04	الرسم			
	تعديل:			
05	العزف			
	تعديل:			
06	تصفح الأنترنت			
	تعديل:			
07	الفايسبوك (facebook)			
	تعديل:			
08	ممارسة الرياضة			
	تعديل:			
09	المطالعة			
	تعديل:			
10	الكتابة ( الشعر، القصة، ..... )			
	تعديل:			
11	مصاحبة الأصدقاء			
	تعديل:			
12	حضور المنتقيات ( علمية، دينية، ثقافية )			
	تعديل:			

اقتراحات أخرى:

- المحور الثاني: الأنشطة الرياضية المفضلة:

الرقم	الفقرات	مقبول	غير مقبول	يعدل
01	السباحة			
	تعديل:			
02	كرة القدم			
	تعديل:			
03	كرة السلة			
	تعديل:			
04	كرة اليد			
	تعديل:			
05	الكرة الطائرة			
	تعديل:			
06	تنس الأرض			
	تعديل:			
07	تنس الطاولة			
	تعديل:			
08	الرياضات القتالية			
	تعديل:			
09	كمال الأجسام			
	تعديل:			
10	الكرة الحديدية			
	تعديل:			
11	الشطرنج			
	تعديل:			
12	الهرولة ( footing )			
	تعديل:			
13	المشي			
	تعديل:			
14	البلياردو (billard)			
	تعديل:			
15	الباييفوت Babyfoot			
	تعديل:			

اقتراحات أخرى:

- المحور الثالث: قدرة الطلبة على تنظيم أوقات فراغهم خلال اليوم:

الرقم	الفقرات	مقبول	غير مقبول	يعدل
01	أدرس طوال الوقت			
	تعديل:			
02	أهتم بتنظيم الوقت خلال اليوم			
	تعديل:			
03	أخصص وقت محدد للدراسة			
	تعديل:			
04	إستغل وقت الفراغ خلال اليوم في ممارسة نشاط رياضي ترويحي			
	تعديل:			
05	يكون معظم وقت الفراغ موجه إلى ممارسة نشاط رياضي ترويحي			
	تعديل:			
06	أحافظ على مواعيدي بدقة			
	تعديل:			
07	لدي وقت فراغ طويل			
	تعديل:			
08	أنام الساعات التي أحتاجها			
	تعديل:			
09	أستغل كل فراغي في المراجعة خلال الإمتحانات			
	تعديل:			
10	كثيرا ما أقوم بتأجيل واجباتي الدراسية			
	تعديل:			
11	مارست التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية			
	تعديل:			
12	دروس التربية البدنية في مرحلة الثانوية تساعد على الإستمرار في المشاركة في النشاط الرياضي الترويحي			
	تعديل:			
13	عند ممارسة النشاط الرياضي الترويحي أستطيع أن أركز بعدها في الدراسة والتحضير			
	تعديل:			
14	يكتسب الطلبة المعارف والمهارات خلال ممارستهم النشاط الرياضي الترويحي			
	تعديل:			

اقتراحات أخرى:

- المحور الرابع: أهداف النشاط الرياضي:

الرقم	الفقرات	مقبول	غير مقبول	يعدل
01	ممارسة النشاط الرياضي تساعد إيجابيا في شغل وقت الفراغ			
	تعديل:			
02	ممارسة النشاط الرياضي تشعرني بالارتياح النفسي			
	تعديل:			
03	ممارسة النشاط الرياضي تحسن سلوكياتي			
	تعديل:			
04	ممارسة النشاط الرياضي تؤثر إيجابيا على صحتي			
	تعديل:			
05	يحقق النشاط الرياضي التنافس الشريف بين الطلاب			
	تعديل:			
06	تمنحني ممارسة النشاط الرياضي فرصة التعاون مع الآخرين			
	تعديل:			
07	تتيح لي ممارسة النشاط الرياضي بناء علاقات طيبة مع الآخرين			
	تعديل:			
08	ممارسة النشاط الرياضي تساعدني في التحصيل الدراسي			
	تعديل:			
09	برنامج النشاط الرياضي يجلب ممارسين جدد			
	تعديل:			
10	أقلع بعض الطلاب الممارسين عن التدخين			
	تعديل:			
11	تكسب ممارسة النشاط الرياضي الثقة بالنفس			
	تعديل:			

اقتراحات أخرى:

- المحور الخامس: برامج الأنشطة الرياضية

الرقم	الفقرات	مقبول	غير مقبول	يعدل
1	تتماشى محتويات برنامج النشاط الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية مع رغبتك			
	<b>تعديل:</b>			
2	يهتم البرنامج الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية بالألعاب الجماعية			
	<b>تعديل:</b>			
3	يهتم البرنامج الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية بالألعاب الفردية			
	<b>تعديل:</b>			
4	يتيح البرنامج الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية فرص كافية للإحتكاك بالفرق الأخرى			
	<b>تعديل:</b>			
5	يوجد تكامل بين برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية والبرنامج الدراسي			
	<b>تعديل:</b>			
6	تتفق مواعيد المباريات مع الجدول الدراسي			
	<b>تعديل:</b>			
7	يساهم الطلبة في تخطيط البرنامج الرياضي			
	<b>تعديل:</b>			
8	تتميز الأنشطة الرياضية بالتنوع			
	<b>تعديل:</b>			
9	يتم التدريب على الأنشطة الرياضية			
	<b>تعديل:</b>			
10	عدد مرات تدريب الفرق بالإقامة الجامعية مرة في الأسبوع			
	<b>تعديل:</b>			
11	عدد مرات تدريب الفرق بالإقامة الجامعية مرتين في الأسبوع			
	<b>تعديل:</b>			
12	يتم عمل لقاءات مع الطلاب لتنمية الوعي بأهمية النشاط الرياضي			
	<b>تعديل:</b>			
13	يساهم الطلبة في تنفيذ البرنامج الرياضي			
	<b>تعديل:</b>			
14	يتم عمل حفلات تكريم للفرق الفائزة			
	<b>تعديل:</b>			
15	تمنح شهادات تقديرية للطلبة الفائزين			
	<b>تعديل:</b>			

اقتراحات أخرى:

- المحور السادس: الإمكانيات المادية و البشرية

الرقم	الفقرات	مقبول	غير مقبول	يعدل
01	تتوفر بالإقامة الجامعية ملاعب كافية لممارسة النشاط الرياضي			
	تعديل:			
02	الملاعب في حالة جيدة			
	تعديل:			
03	يوجد قاعة رياضية مغلقة بها أجهزة			
	تعديل:			
04	مساحة القاعة الرياضية مناسبة لعدد الطلاب			
	تعديل:			
05	تتوفر الإقامة على الأدوات و الأجهزة المناسبة لممارسة النشاط الرياضي			
	تعديل:			
06	عدد الأخصائيين الرياضيين يتناسب مع الطلاب الممارسين			
	تعديل:			
07	يوجد عمال لتجهيز الملاعب و صيانتها			
	تعديل:			
08	الملاعب صالحة لممارسة النشاط الرياضي			
	تعديل:			
09	إساءة بعض الطلبة إستخدام الوسائل الرياضية الموجودة بالإقامة			
	تعديل:			
10	تتوفر بالإقامة مرشات			
	تعديل:			
11	توفر الإدارة مشرفين على الأنشطة الرياضية			
	تعديل:			
12	تتوفر الإقامة على طبيب			
	تعديل:			

اقتراحات أخرى:

-المحور السابع: الدعاية و الإعلان

الرقم	الفقرات	مقبول	غير مقبول	يعدل
01	تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية			
	تعديل:			
02	تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية في وقت مبكر			
	تعديل:			
03	تهتم الإقامة بتعريف الطلاب بأهمية النشاط الرياضي			
	تعديل:			
04	تهتم الإقامة بالدعاية لأهمية الأنشطة الرياضية			
	تعديل:			
05	يتم الإعلان عن أسماء المميزين رياضيا			
	تعديل:			
06	توجد إذاعة داخلية للإعلان عن برامج الأنشطة الرياضية			
	تعديل:			
07	تتابع نتائج الأنشطة الرياضية التي تشترك فيها الإقامة			
	تعديل:			
08	تعلن نتائج المسابقات الرياضية بين الإقامات بصورة واضحة داخل الإقامة			
	تعديل:			
09	يلتقي المشرف الرياضي مع الطلاب لتوضيح أهمية ممارسة النشاط الرياضي			
	تعديل:			
10	يلتقي المشرف الرياضي مع الطلاب لتوضيح كيفية المشاركة في الأنشطة الرياضية			
	تعديل:			
11	تستخدم ملصقات حائطية كوسيلة لإعلام الطلاب عن برامج النشاط الرياضي			
	تعديل:			

اقتراحات أخرى:

**الملحق الثاني:**  
**الاستبيان للتعديل للمشرفين**

جامعة عبد الحميد بن باديس

معهد التربية البدنية والرياضية

استبيان موجه للسادة الخبراء

السادة المحكمين: تحية طيبة

يقوم الطالب الباحث بإعداد أطروحة دكتوراه تحت عنوان: إستراتيجية مقترحة لاستثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية عند طلبة الإقامات الجامعية.

ونرجو من سيادتكم الموقرة إفادتنا من خلال تحكيمكم لهذا الاستبيان الموجه للطلبة المقيمين

بالإقامات الجامعية. وهو على النحو التالي:

نتقدم إليكم أيها المشرفين عن الأنشطة بمجموعة من الفقرات تدور حول ممارسة الأنشطة الرياضية

في وقت الفراغ، حيث أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة.

ضع علامة X أمام الإجابة التي تختارها أمام كل عبارة في الخانة المناسبة.

الإقامة التي تعمل بها:

- المحور الأول: أهداف النشاط الرياضي

الرقم	الفقرات	مقبول	غير مقبول	يعدل
01	الإمكانات المادية كافية لتحقيق اهداف النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية			
	تعديل:			
02	يهدف النشاط الرياضي إلى شغل وقت فراغ الطلاب بطريقة إيجابية			
	تعديل:			
03	يكسب النشاط الرياضي للطلاب الممارسين اللياقة البدنية			
	تعديل:			
04	تقل شكوى الطلاب الممارسين من بعض الأمراض			
	تعديل:			
05	تصبح سلوكيات الطلاب أكثر إيجابية بعد ممارسة النشاط الرياضي			
	تعديل:			
06	أقلع بعض الطلاب الممارسين عن التدخين			
	تعديل:			
07	تساهم ممارسة النشاط الرياضي في زيادة التنافس الشريف بين الطلاب			
	تعديل:			
08	تساهم ممارسة النشاط الرياضي في تحسين المستوى الأخلاقي لدى الممارسين			
	تعديل:			
09	يحقق برنامج النشاط الرياضي الحالي توسيع قاعدة الممارسين			
	تعديل:			
10	يحقق النشاط الرياضي تنمية الروح الإجتماعية بين الطلاب			
	تعديل:			
11	يهدف البرنامج إلى تنمية الهوايات الرياضية بين الطلاب			
	تعديل:			
12	يهدف النشاط الرياضي إلى تحقيق الثقة بالنفس			
	تعديل:			
13	يمارس الطلبة في وقت الفراغ أنشطة رياضية			
	تعديل:			
14	هناك إقبال كبير على ممارسة النشاط الرياضي			
	تعديل:			

اقتراحات أخرى:

- المحور الثاني: برنامج النشاط الرياضي

الرقم	الفقرات	مقبول	غير مقبول	يعدل
01	يراعى في وضع برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية رغبات الطلاب			
	تعديل:			
02	يعمل برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية على إكتساب الطلاب مهارات جديدة			
	تعديل:			
03	يوجد برنامج تدريبي لكل لعبة من الألعاب التي يحتويها البرنامج			
	تعديل:			
04	يهتم برنامج النشاط الرياضي بالألعاب الجماعية			
	تعديل:			
05	يهتم برنامج النشاط الرياضي بالألعاب الفردية			
	تعديل:			
06	يراعي برنامج النشاط الرياضي الجداول الدراسية على مدار السنة			
	تعديل:			
07	يتم تدريب الفرق الرياضية مرة في الأسبوع			
	تعديل:			
08	يتم تدريب الفرق الرياضية مرتين في الأسبوع			
	تعديل:			
09	تتميز الأنشطة الرياضية التي يتضمنها البرنامج بالتنوع			
	تعديل:			
10	يتم عمل لقاءات مع الطلبة لتنمية الوعي بأهمية النشاط الرياضي			
	تعديل:			
11	يساهم الطلبة في تخطيط برنامج النشاط الرياضي			
	تعديل:			
12	يساهم الطلبة في تنفيذ برنامج النشاط الرياضي			
	تعديل:			
13	يتم عمل حفلات تكريم للفرق الفائزة			
	تعديل:			
14	تمنح شهادات تقديرية للطلبة الفائزين			
	تعديل:			

اقتراحات أخرى:

- المحور الثالث: الإمكانيات المادية و البشرية

الرقم	الفقرات	مقبول	غير مقبول	يعدل
01	تتوفر ملاعب كافية لممارسة النشاط الرياضي			
	تعديل:			
02	الملاعب في حالة جيدة			
	تعديل:			
03	يوجد قاعة رياضية مغلقة بما أجهزة			
	تعديل:			
04	مساحة القاعة الرياضية مناسبة لعدد الطلاب			
	تعديل:			
05	تتوفر الإقامة على الأدوات و الأجهزة المناسبة لممارسة النشاط الرياضي			
	تعديل:			
06	عدد الأخصائيين الرياضيين يتناسب مع الطلاب الممارسين			
	تعديل:			
07	يوجد عمال لتجهيز الملاعب و صيانتها			
	تعديل:			
08	الملاعب صالحة لممارسة النشاط الرياضي			
	تعديل:			
09	إساءة بعض الطلبة إستخدام الوسائل الرياضية الموجودة بالإقامة			
	تعديل:			
10	تتوفر بالإقامة مرشات			
	تعديل:			
11	ميزانية النشاط الرياضي كافية			
	تعديل:			
12	الميزانية تسمح بتوفير الملابس للفرق الرياضية			
	تعديل:			
13	يتم الإستعانة بمرافق خارج الإقامة			
	تعديل:			
14	تتوفر الإقامة على طبيب			
	تعديل:			

اقتراحات أخرى:

- المحور الرابع: الدعاية والإعلان

الرقم	الفقرات	مقبول	غير مقبول	يعدل
01	تحتّم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية			
	تعديل:			
02	تحتّم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية في وقت مبكر			
	تعديل:			
03	تحتّم الإقامة بتعريف الطلاب بأهمية الأنشطة الرياضية			
	تعديل:			
04	تحتّم الإقامة بالدعاية للأنشطة الرياضية			
	تعديل:			
05	يتم الإعلان عن أسماء المميزين رياضيا			
	تعديل:			
06	توجد إذاعة داخلية للإعلان عن برامج الأنشطة الرياضية			
	تعديل:			
07	يوجد تأثير إيجابي للدعاية للأنشطة الرياضية على مشاركة الطلاب في ممارسة النشاط الرياضي			
	تعديل:			
08	يلتقي المشرف مع الطلاب لتوضيح برامج النشاط الرياضي			
	تعديل:			
09	يلتقي المشرف مع الطلاب لتوضيح كيفية المشاركة في الأنشطة الرياضية			
	تعديل:			
10	يعلن عن نتائج الأنشطة الرياضية			
	تعديل:			
11	تستخدم ملصقات حائطية لإعلام الطلاب عن برنامج النشاط الرياضي			
	تحتّم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية			
12	تعديل:			
	تحتّم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية في وقت مبكر			
13	تعديل:			
	تحتّم الإقامة بتعريف الطلاب بأهمية الأنشطة الرياضية			
14	تعديل:			
	تعديل:			

اقتراحات أخرى:

# الملحق الثالث: الاستبيان معدل للطلبة

جامعة عبد الحميد بن باديس  
معهد التربية البدنية والرياضية  
الاستبيان في الصورة النهائية

نتقدم إليكم أيها الطلبة بمجموعة من الفقرات تدور حول ممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ، حيث أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة.  
ضع علامة X أمام الإجابة التي تختارها أمام كل عبارة في الخانة المناسبة.

الجنس:

مكان الإقامة:

التخصص:

المحور الأول: الأنشطة التي يقضي من خلالها الطلبة أوقات فراغهم

لا	أحيانا	نعم	الفقرات	الرقم
			حضور الحفلات الفنية	01
			مشاهدة التلفاز	02
			الإستماع إلى الموسيقى	03
			الرسم	04
			تصفح الأنترنت	05
			ممارسة النشاط الرياضي	06
			المطالعة	07
			مصاحبة الأصدقاء	08
			حضور الملتقيات ( علمية، دينية، ثقافية )	09

- المحور الثاني: الأنشطة الرياضية المفضلة

الرقم	الفقرات	نعم	أحيانا	لا
01	السباحة			
02	كرة القدم			
03	كرة السلة			
04	كرة اليد			
05	الكرة الطائرة			
06	تنس الأرض			
07	الرياضات القتالية			
08	رياضة كمال الأجسام			
09	الكرة الحديدية			
10	الشطرنج			
11	المشي ، الهرولة ( footing )			
12	البيلاردو ، تنس الطاولة ، البايغوت			

- المحور الثالث: التعرف على قدرة الطلبة في تنظيم أوقات فراغهم خلال اليوم

الرقم	الفقرات	نعم	أحيانا	لا
01	أدرس طوال الوقت			
02	أهتم بتنظيم الوقت خلال اليوم			
03	أخصص وقت محدد للدراسة			
04	أستغل وقت الفراغ خلال اليوم في ممارسة نشاط رياضي ترويحي			
05	يكون معظم وقت الفراغ موجه إلى ممارسة نشاط رياضي ترويحي			
06	أحافظ على مواعيدي بدقة			
07	لدي وقت فراغ طويل			
08	أنام الساعات التي أحتاجها			
09	أستغل كل فراغي في المراجعة خلال الإمتحانات			
10	كثيرا ما أقوم بتأجيل واجباتي الدراسية			
11	مارست النشاط الرياضي الترويحي قبل الالتحاق بالجامعة			
12	عند ممارسة النشاط الرياضي الترويحي أستطيع أن أركز بعدها في الدراسة والتحضير			
13	يكتسب الطلبة المعارف والمهارات خلال ممارستهم النشاط الرياضي الترويحي			

- المحور الرابع: أهداف النشاط الرياضي

الرقم	الفقرات	نعم	أحيانا	لا
01	ممارسة النشاط الرياضي تساعد إيجابيا في شغل وقت الفراغ			
02	ممارسة النشاط الرياضي تشعرني بالارتياح النفسي			
03	ممارسة النشاط الرياضي تحسن سلوكياتي			
04	ممارسة النشاط الرياضي تؤثر إيجابيا على صحي			
05	يحقق النشاط الرياضي التنافس الشريف بين الطلاب			
06	تمنحني ممارسة النشاط الرياضي فرصة التعاون مع الآخرين			
07	تتيح لي ممارسة النشاط الرياضي بناء علاقات طيبة مع الآخرين			
08	ممارسة النشاط الرياضي تساعدني في التحصيل الدراسي			
09	برنامج النشاط الرياضي يجلب ممارسين جدد			
10	تكسب ممارسة النشاط الرياضي الثقة بالنفس			

- المحور الخامس: برامج الأنشطة الرياضي

الرقم	الفقرات	نعم	أحيانا	لا
1	تتماشى محتويات برنامج النشاط الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية مع رغبتك			
2	يهتم البرنامج الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية بالألعاب الجماعية			
3	يهتم البرنامج الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية بالألعاب الفردية			
4	يتيح البرنامج الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية فرص كافية للإحتكاك بالفرق الأخرى			
5	يوجد تكامل بين برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية والبرنامج الدراسي			
6	تتفق مواعيد المباريات مع الجدول الدراسي			
7	يساهم الطلبة في تخطيط البرنامج الرياضي			
8	تتميز الأنشطة الرياضية بالتنوع			
9	يتم التدريب على الأنشطة الرياضية			
10	يتم عمل لقاءات مع الطلاب لتنمية الوعي بأهمية النشاط الرياضي			
11	يساهم الطلبة في تنفيذ البرنامج الرياضي			
12	يتم عمل حفلات تكريم للفرق الفائزة			
13	تمنح شهادات تقديرية للطلبة الفائزين			

- المحور السادس: الإمكانيات المادية و البشرية

الرقم	الفقرات	نعم	أحيانا	لا
1	تتوفر بالإقامة الجامعية ملاعب كافية لممارسة النشاط الرياضي			
2	الملاعب في حالة جيدة			
3	يوجد قاعة رياضية مغلقة بها أجهزة			
4	مساحة القاعة الرياضية مناسبة لعدد الطلاب			
5	تتوفر الإقامة على الأدوات و الأجهزة المناسبة لممارسة النشاط الرياضي			
6	عدد الأخصائيين الرياضيين يتناسب مع الطلاب الممارسين			
7	يوجد عمال لتجهيز الملاعب و صيانتها			
8	الملاعب صالحة لممارسة النشاط الرياضي			
9	إساءة بعض الطلبة إستخدام الوسائل الرياضية الموجودة بالإقامة			
10	تتوفر بالإقامة مرشات			
11	توفر الإدارة مشرفين على الأنشطة الرياضية			
12	تتوفر الإقامة على طبيب			

- المحور السابع: الدعاية و الإعلان

الرقم	الفقرات	نعم	أحيانا	لا
1	تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية			
2	تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية في وقت مبكر			
3	تهتم الإقامة بتعريف الطلاب بأهمية النشاط الرياضي			
4	تهتم الإقامة بالدعاية لأهمية الأنشطة الرياضية			
5	يتم الإعلان عن أسماء المميزين رياضيا			
6	توجد إذاعة داخلية للإعلان عن برامج الأنشطة الرياضية			
7	تتابع نتائج الأنشطة الرياضية التي تشترك فيها الإقامة			
8	تعلن نتائج المسابقات الرياضية بين الإقامات بصورة واضحة داخل الإقامة			
9	يلتقي المشرف الرياضي مع الطلاب لتوضيح أهمية ممارسة النشاط الرياضي			
10	يلتقي المشرف الرياضي مع الطلاب لتوضيح كيفية المشاركة في الأنشطة الرياضية			
11	تستخدم ملصقات حائطية كوسيلة لإعلام الطلاب عن برامج النشاط الرياضي			
12	تستخدم الانترنت في الإعلان عن الأنشطة			

# الملحق الرابع: الاستبيان معدل للمشرفين

جامعة عبد الحميد بن باديس  
معهد التربية البدنية والرياضية  
الاستبيان في الصورة النهائية

نتقدم إليكم أيها المشرفين عن الأنشطة بمجموعة من الفقرات تدور حول ممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ، حيث أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة.  
ضع علامة X أمام الإجابة التي تختارها أمام كل عبارة في الخانة المناسبة.

الإقامة التي تعمل بها:

- المحور الأول: أهداف النشاط الرياضي

الرقم	الفقرات	نعم	أحيانا	لا
01	الإمكانيات المادية كافية لتحقيق اهداف النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية			
02	يهدف النشاط الرياضي إلى شغل وقت فراغ الطلاب بطريقة إيجابية			
03	يكسب النشاط الرياضي للطلاب الممارسين اللياقة البدنية			
04	تقل شكوى الطلاب الممارسين من بعض الأمراض			
05	تصبح سلوكيات الطلاب أكثر إيجابية بعد ممارسة النشاط الرياضي			
06	تساهم ممارسة النشاط الرياضي في زيادة التنافس الشريف بين الطلاب			
07	تساهم ممارسة النشاط الرياضي في تحسين المستوى الأخلاقي لدى الممارسين			
08	يحقق برنامج النشاط الرياضي الحالي توسيع قاعدة الممارسين			
09	تنمية يحقق النشاط الرياضي الروح الإجتماعية بين الطلاب			
10	يهدف البرنامج إلى تنمية الهوايات الرياضية بين الطلاب			
11	يهدف النشاط الرياضي إلى تحقيق الثقة بالنفس			
12	يمارس الطلبة في وقت الفراغ أنشطة رياضية			
13	هناك إقبال كبير على ممارسة النشاط الرياضي			

- المحور الثاني: برنامج النشاط الرياضي

لا	أحيانا	نعم	الفقرات	الرقم
			يراعى في وضع برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية رغبات الطلاب	01
			يعمل برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية على إكتساب الطلاب مهارات جديدة	02
			يوجد برنامج تدريبي لكل لعبة من الألعاب التي يحتويها البرنامج	03
			يهتم برنامج النشاط الرياضي بالألعاب الجماعية	04
			يهتم برنامج النشاط الرياضي بالألعاب الفردية	05
			يراعي برنامج النشاط الرياضي الجداول الدراسية على مدار السنة	06
			تتميز الأنشطة الرياضية التي يتضمنها البرنامج بالتنوع	07
			يتم عمل لقاءات مع الطلبة لتنمية الوعي بأهمية النشاط الرياضي	08
			يساهم الطلبة في تخطيط برنامج النشاط الرياضي	09
			يساهم الطلبة في تنفيذ برنامج النشاط الرياضي	10
			يتم عمل حفلات تكريم للفرق الفائزة	11
			تمنح شهادات تقديرية للطلبة الفائزين	12

- المحور الثالث: الإمكانيات المادية و البشرية

لا	أحيانا	نعم	الفقرات	الرقم
			تتوفر ملاعب كافية لممارسة النشاط الرياضي	1
			الملاعب في حالة جيدة	2
			يوجد قاعة رياضية مغلقة بها أجهزة	3
			مساحة القاعة الرياضية مناسبة لعدد الطلاب	4
			تتوفر الإقامة على الأدوات و الأجهزة المناسبة لممارسة النشاط الرياضي	5
			عدد الأخصائيين الرياضيين يتناسب مع الطلاب الممارسين	6
			يوجد عمال لتجهيز الملاعب و صيانتها	7
			الملاعب صالحة لممارسة النشاط الرياضي	8
			إساءة بعض الطلبة إستخدام الوسائل الرياضية الموجودة بالإقامة	9
			تتوفر بالإقامة مرشات	10
			ميزانية النشاط الرياضي كافية	11
			الميزانية تسمح بتوفير الملابس للفرق الرياضية	12
			يتم الإستعانة بمرافق خارج الإقامة	13
			تتوفر الإقامة على طبيب	14

- المحور الرابع: الدعاية والإعلان

لا	أحيانا	نعم	الفقرات	الرقم
			تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية	01
			تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية في وقت مبكر	02
			تهتم الإقامة بتعريف الطلاب بأهمية الأنشطة الرياضية	03
			تهتم الإقامة بالدعاية للأنشطة الرياضية	04
			توجد إذاعة داخلية للإعلان عن برامج الأنشطة الرياضية	05
			يوجد تأثير إيجابي للدعاية للأنشطة الرياضية على مشاركة الطلاب في ممارسة النشاط الرياضي	06
			يلتقي المشرف مع الطلاب لتوضيح برامج النشاط الرياضي	07
			يلتقي المشرف مع الطلاب لتوضيح كيفية المشاركة في الأنشطة الرياضية	08
			يعلن عن نتائج الأنشطة الرياضية	09
			تستخدم ملصقات حائطية لإعلام الطلاب عن برنامج النشاط الرياضي	10

**الملحق الخامس:  
الاستبيان المقدم للطلبة**

جامعة عبد الحميد بن باديس \_ مستغانم \_

معهد التربية البدنية والرياضية

نتقدم إليكم أيها الطلبة بمجموعة من الفقرات تدور حول ممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ، حيث

أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة.

ضع علامة X أمام الإجابة التي تختارها أمام كل عبارة في الخانة المناسبة.

أنثى

ذكر الجنس:

مكان الإقامة الجامعية:

التخصص:

الرقم	الفقرات	نعم	أحيانا	لا
<b>الأنشطة التي أقضي من خلالها وقت فراغي</b>				
01	حضور الحفلات الفنية			
02	مشاهدة التلفاز			
03	الإستماع إلى الموسيقى			
04	الرسم			
05	تصفح الأنترنت			
06	ممارسة النشاط الرياضي			
07	المطالعة			
08	مصاحبة الأصدقاء			
09	حضور الملتقيات ( علمية، دينية، ثقافية )			

<b>الأنشطة الرياضية المفضلة</b>				
10	السباحة			
11	كرة القدم			
12	كرة السلة			
13	كرة اليد			
14	الكرة الطائرة			
15	تنس الأرض			
16	الرياضات القتالية			
17	رياضة كمال الأجسام			
18	الكرة الحديدية			
19	الشطرنج			
20	المشي ، الهرولة ( footing )			
21	البيلاردو، تنس الطاولة، البايفوت			

الرقم	الفقرات	نعم	أحيانا	لا
22	أدرس طوال الوقت			
23	ممارسة النشاط الرياضي تساعد إيجابيا في شغل وقت الفراغ			
24	تتماشى محتويات برنامج النشاط الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية مع			
25	تتوفر بالإقامة الجامعية ملاعب كافية لممارسة النشاط الرياضي			
26	تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية			
27	أهتم بتنظيم الوقت خلال اليوم			
28	ممارسة النشاط الرياضي تشعرني بالارتياح النفسي			
29	يهتم البرنامج الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية بالألعاب الجماعية			
30	الملاعب في حالة جيدة			
31	تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية في وقت مبكر			
32	أخصص وقت محدد للدراسة			
33	ممارسة النشاط الرياضي تحسن سلوكياتي			
34	يهتم البرنامج الرياضي الحالي بالإقامة الجامعية بالألعاب الفردية			
35	يوجد قاعة رياضية مغلقة بها أجهزة			
36	تهتم الإقامة بتعريف الطلاب بأهمية النشاط الرياضي			
37	أستغل وقت الفراغ خلال اليوم في ممارسة نشاط رياضي ترويحي			
38	ممارسة النشاط الرياضي تؤثر إيجابيا على صحي			
39	يتيح البرنامج الرياضي الحالي بالإقامة فرص كافية للاحتكاك بالفرق			
40	مساحة القاعة الرياضية مناسبة لعدد الطلاب			
41	تهتم الإقامة بالدعاية لأهمية الأنشطة الرياضية			
42	يكون معظم وقت الفراغ موجه إلى ممارسة نشاط رياضي ترويحي			
43	يحقق النشاط الرياضي التنافس الشريف بين الطلاب			
44	يوجد تكامل بين برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية والبرنامج			
45	تتوفر الإقامة على الأدوات و الأجهزة المناسبة لممارسة النشاط الرياضي			
46	يتم الإعلان عن أسماء المميزين رياضيا			
47	أحافظ على مواعيدي بدقة			
48	تمنحني ممارسة النشاط الرياضي فرصة التعاون مع الآخرين			
49	تتفق مواعيد المباريات مع الجدول الدراسي			
50	عدد الأخصائيين الرياضيين يتناسب مع الطلاب الممارسين			
51	توجد إذاعة داخلية للإعلان عن برامج الأنشطة الرياضية			
52	لدي وقت فراغ طويل			
53	تتيح لي ممارسة النشاط الرياضي بناء علاقات طيبة مع الآخرين			
54	يساهم الطلبة في تخطيط البرنامج الرياضي			

			يوجد عمال لتجهيز الملاعب و صيانتها	55
			أتابع نتائج الأنشطة الرياضية التي تشترك فيها الإقامة	56
			أنام الساعات التي أحتاجها	57
			ممارسة النشاط الرياضي تساعدني في التحصيل الدراسي	58
			تميز الأنشطة الرياضية بالتنوع	59
			الملاعب صالحة لممارسة النشاط الرياضي	60
			تعلم نتائج المسابقات الرياضية بين الإقامات بصورة واضحة داخل	61
			أستغل كل فراغي في المراجعة خلال الامتحانات	62
			برنامج النشاط الرياضي يجلب ممارسين جدد	63
			يتم التدريب على الأنشطة الرياضية	64
			إساءة بعض الطلبة استخدام الوسائل الرياضية الموجودة بالإقامة	65
			يلتقي المشرف الرياضي مع الطلاب لتوضيح أهمية ممارسة النشاط	66
			كثيرا ما أقوم بتأجيل واجباتي الدراسية	67
			تكسب ممارسة النشاط الرياضي الثقة بالنفس	68
			يتم عمل لقاءات مع الطلاب لتنمية الوعي بأهمية النشاط الرياضي	69
			تتوفر بالإقامة مرشات	70
			يلتقي المشرف مع الطلاب لتوضيح كيفية المشاركة في الأنشطة الرياضية	71
			مارست النشاط الرياضي الترويحي قبل الالتحاق بالجامعة	72
			يساهم الطلبة في تنفيذ البرنامج الرياضي	73
			توفر الإدارة مشرفين على الأنشطة الرياضية	74
			تستخدم الملصقات كوسيلة لإعلام الطلاب عن برامج النشاط الرياضي	75
			عند ممارسة النشاط الرياضي الترويحي أستطيع أن أركز في الدراسة	76
			يتم عمل حفلات تكريم للفرق الفائزة	77
			تتوفر الإقامة على طبيب	78
			تستخدم الانترنت في الإعلان عن الأنشطة	79
			يكتسب الطلبة المعارف والمهارات خلال ممارستهم النشاط الرياضي	80
			تمنح شهادات تقديرية للطلبة الفائزين	81

**الملحق السادس:**  
**الاستبيان المقدم للمشرفين**

جامعة عبد الحميد بن باديس \_ مستغانم \_

معهد التربية البدنية والرياضية

نتقدم إليكم أيها المشرفين عن الأنشطة بمجموعة من الفقرات تدور حول ممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ، حيث أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة.

ضع علامة X أمام الإجابة التي تختارها أمام كل عبارة في الخانة المناسبة.

الإقامة التي تعمل بها:

الرقم	الفقرات	نعم	أحيانا	لا
1	يراعى في وضع برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية رغبات الطلاب			
2	تتوفر ملاعب كافية لممارسة النشاط الرياضي			
3	تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية			
4	الإمكانات المادية كافية لتحقيق أهداف النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية			
5	يعمل برنامج النشاط الرياضي بالإقامة الجامعية على إكساب الطلاب مهارات			
6	الملاعب في حالة جيدة			
7	تهتم الإقامة بالإعلان عن الأنشطة الرياضية في وقت مبكر			
8	يهدف النشاط الرياضي إلى شغل وقت فراغ الطلاب بطريقة إيجابية			
9	يوجد برنامج تدريبي لكل لعبة من الألعاب التي يحتويها البرنامج			
10	يوجد قاعة رياضية معلقة بما أجهزة			
11	تهتم الإقامة بتعريف الطلاب بأهمية الأنشطة الرياضية			
12	يكسب النشاط الرياضي للطلاب الممارسين اللياقة البدنية			
13	يهتم برنامج النشاط الرياضي بالألعاب الجماعية			
14	مساحة القاعة الرياضية مناسبة لعدد الطلاب			
15	تهتم الإقامة بالدعاية للأنشطة الرياضية			
16	تقل شكاوى الطلاب الممارسين من بعض الأمراض			
17	يهتم برنامج النشاط الرياضي بالألعاب الفردية			
18	تتوفر الإقامة على الأدوات و الأجهزة المناسبة لممارسة النشاط الرياضي			
19	توجد إذاعة داخلية للإعلان عن برامج الأنشطة الرياضية			
20	تصبح سلوكيات الطلاب أكثر إيجابية بعد ممارسة النشاط الرياضي			
21	يراعى برنامج النشاط الرياضي الجداول الدراسية على مدار السنة			
22	عدد الأخصائيين الرياضيين يتناسب مع الطلاب الممارسين			
23	يوجد تأثير إيجابي للدعاية للأنشطة الرياضية على مشاركة الطلاب في			
24	تساهم ممارسة النشاط الرياضي في زيادة التنافس الشريف بين الطلاب			
25	تتميز الأنشطة الرياضية التي يتضمنها البرنامج بالتنوع			
26	يوجد عمال لتجهيز الملاعب و صيانتها			
27	يلتقي المشرف مع الطلاب لتوضيح برامج النشاط الرياضي			

			28	تساهم ممارسة النشاط الرياضي في تحسين المستوى الأخلاقي لدى الممارسين
			29	يتم عمل لقاءات مع الطلبة لتنمية الوعي بأهمية النشاط الرياضي
			30	الملاعب صالحة لممارسة النشاط الرياضي
			31	يلتقي المشرف مع الطلاب لتوضيح كيفية المشاركة في الأنشطة الرياضية
			32	يحقق برنامج النشاط الرياضي الحالي توسيع قاعدة الممارسين
			33	يساهم الطلبة في تخطيط برنامج النشاط الرياضي
			34	إساءة بعض الطلبة استخدام الوسائل الرياضية الموجودة بالإقامة
			35	يعلن عن نتائج الأنشطة الرياضية
			36	يحقق النشاط الرياضي الروح الاجتماعية بين الطلاب
			37	يساهم الطلبة في تنفيذ برنامج النشاط الرياضي
			38	تتوفر بالإقامة مرشات
			39	تستخدم ملصقات حائطية لإعلام الطلاب عن برنامج النشاط الرياضي
			40	يهدف البرنامج إلى تنمية الهوايات الرياضية بين الطلاب
			41	يتم عمل حفلات تكريم للفرق الفائزة
			42	ميزانية النشاط الرياضي كافية
			43	يهدف النشاط الرياضي إلى تحقيق الثقة بالنفس
			44	تمنح شهادات تقديرية للطلبة الفائزين
			45	الميزانية تسمح بتوفير الملابس للفرق الرياضية
			46	يمارس الطلبة في وقت الفراغ أنشطة رياضية
			47	يتم الاستعانة بمرافق خارج الإقامة
			48	هناك إقبال كبير على ممارسة النشاط الرياضي
			49	تتوفر الإقامة على طيب

**الملحق السابع:**  
**عدد الطلبة المقيمين بالأحياء الجامعية**



الوضعية التقديرية للأسرة الشاغرة المخصصة للدخول الجامعي 2016-2017  
بمديرية الخدمات الجامعية مستغانم

الطاقة الحقيقية			الطاقة النظرية			الإقامة الجامعية
المجموع	إناث	ذكور	المجموع	إناث	ذكور	
2203	2203	/	3400	3400	/	المعهد الفلاحي سابقا
2087	2087	/	2250	2250	/	بوعيسى محمد
1902	1902	/	2000	2000	/	شمومة
1777	1777	/	2000	2000	/	بلعربي عبد القادر
1421	/	1421	2000	/	2000	بن يحي بلقاسم
1600	/	1600	2000	/	2000	المجدوب
530	/	530	1000	/	1000	القطب الصحي 1000 سرير
11520	7969	3551	14650	9650	5000	المجموع

# الملحق الثامن: قائمة المحكمين

قائمة الأساتذة المحكمين

الرقم	الاسم و اللقب	الدرجة العلمية	الامضاء
01	د. زبشيب نور الدين	دكتوراه	
02	أ.م.م رموزة محمد	دكتوراه	
03	أ.م.م انزلة راجيا	دكتوراه	
04	د. مرقان حميد	"	
05	أ.م.م صربي رعد	أ.د. أستاذ	
06			
07			
08			
09			

**الملحق التاسع:  
ميلاد أول إذاعة طلابية**

جريدة الجرائد صحافة 11 مارس 2013

11

تحت اسم "نسيم الونشريس"

## ميلاد أول إذاعة طلابية بالإقامة الجامعية "بلعربي عبد القادر" للبنات

نسم مساء أمس إطلاق أول بث إذاعي على مستوى الحي الجامعي خروبية "نحت اسم نسيم الونشريس وذلك بالتنسيق مع مسؤول النشاطات السيد عثمان عبد القادر وقد جاءت فكرة إطلاق أول مولود إذاعي بالإقامة الجامعية إلى الاتحاد العام الطلابي الحر "خليفة أحمد ياسين

فروع مستغانم، حيث لقي هذا المشروع استحسانا ودعمًا من قبل مدير إقامة بلعربي عبد القادر السيد بن مهدي اسماعيل من خلال سعيه نحو تجسيد الفكرة. يضم هذا المشروع برامج متنوعة من طبخ وتجميل وشعر وقصص، إضافة إلى الخياطة والأخبار، على أن تبيت برامج إذاعة نسيم

الونشريس كل أيام الأسبوع ما عدا السبت، الإثنين والأربعاء، من الساعة الخامسة مساءً إلى غاية الثامنة مساءً، ليشهد يوم الجمعة خصيصاً فترتين للبث صباحية من العاشرة إلى الواحدة زوالاً تتنوع فيها البرامج من ترفيه، دينية وثقافية، أما الفترة المسائية التي تنطلق من الثالثة إلى الخامسة

مساءً، تفتتح إذاعة نسيم الونشريس فضاء مفتوحاً للطلبات لتحمية المواعيد والقدرات والبراءة الرصيد المعرفي في شتى مجالات الحياة لإحداث التغيير وكسر الروتين على مستوى الإقامة كما أشادت به رئيسة خلية أحمد ياسين الطالبة كريمة عاشور.

حمية دغمان (م)

الملحق العاشر:  
أمر بمهمة للدراسة الاستطلاعية

مستغانم في 20/01/2016

# تسهيل مهمة

إلى السيد مدير الحي الجامعي  
لولاية مستغانم

السلام عليكم سيدي الكريم ...

يرجى منكم سيدي الكريم تسهيل مهمة الطالب 'فراش العجال' من مواليد 18/04/1974  
بممارسة ولاية مستغانم، المسجل في السنة الثالثة دكتوراه علوم، من أجل الدخول إلى الأحياء الجامعية للقيام  
بالدراسات الاستطلاعية الخاصة ببحث الدكتوراه.

و في الأخير تقبلوا منا سيادة المدير فائق الاحترام والشكر.



معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم حروبة

ع.ب 092 مستغانم - 27000 الجزائر

الهاتف: 421134 05 213 + الفاكس: 28 10 30 45 213 +

البريد الإلكتروني: [leas@univ-mosta.dz](mailto:leas@univ-mosta.dz) ou [leas@univ-mosta.dz](mailto:leas@univ-mosta.dz)

الملحق الحادي العاشر:  
أمر بمهمة للدراسة الأساسية

مستغانم في : 2016/04/27

# تسهيل مهمة

إلى السيد مدير الخدمات الجامعية

لولاية مستغانم

السلام عليكم سيدي الكريم ...

يرجى منكم سيدي الكريم تسهيل مهمة الطالب "قراش العجال" من مواليد 1974/04/18 بماسرى ولاية مستغانم. المسجل في السنة الثالثة دكتوراه علوم. من أجل الدخول إلى الأحياء الجامعية للقيام بالدراسة الأساسية الخاصة ببحث الدكتوراه.

وفي الأخير تقبلوا منا سيادة المدير فائق الاحترام والشكر.

المدير المساعد



معهد التربية البدنية و الرياضية - جامعة مستغانم حرجية

ج ب 002 مستغانم - 27000 الجزائر

هاتف: +213 45 421134 (0) الفاكس: +213 45 42 11 36

البريد الإلكتروني: [leps@univ-mosta.dz](mailto:leps@univ-mosta.dz) ou [btaps@univ-mosta.dz](mailto:btaps@univ-mosta.dz)

# ملخص البحث باللغة العربية

## ملخص الدراسة:

### عنوان الدراسة :

إستراتيجية مقترحة لاستثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية عند طلبة الإقامات الجامعية. هدفت هذه الدراسة إلى اقتراح إستراتيجية لاستثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية عند طلبة الإقامات الجامعية من خلال التعرف على الكيفية التي يستثمر بها الطالب الجامعي المقيم وقت فراغه وتأثيرها على ممارسة النشاط الرياضي الترويحي إضافة إلى التعرف على العوامل التي لها تأثير على ممارسة النشاط الرياضي الترويحي وهي قلة الإمكانيات، برامج الأنشطة الرياضية، الدعاية والإعلان.

وقد اشتملت عينة الدراسة على 338 طالبا (141 ذكورا، 197 إناثا) موزعين على أربع إقامات جامعية ( 2 للذكور و 2 للإناث) اختيروا بطريقة عشوائية من مجموع 5815 طالبا (1951 ذكورا، 3864 إناثا)، واشتملت كذلك على 13 مشرفا اختيروا بأسلوب المسح الشامل نظرا لصغر عدد أفراد العينة.

إنتهج الباحث المنهج الوصفي واعتمد على استبيانين، الأول موجه للطلبة مكون من (81) فقرة موزعة على سبعة محاور والثاني موجه للمشرفين مكون من (49) فقرة موزعة على أربعة محاور .

وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية: النسب المئوية، التكرارات و اختبار حسن المطابقة ك<sup>2</sup> .

وقد أظهرت نتائج الدراسة أن الطلبة يمشون وقت الفراغ في مناشط ترويحية سلبية إضافة إلى قلة الإمكانيات ،مع عدم قدرة البرامج ووسائل الدعاية والإعلان على جلب الممارسين.

وعليه يوصي الباحث ببرمجة الأيام التحسيسية إضافة إلى توفير الإمكانيات الرياضية مع وضع برامج تراعي رغبات الطلبة بالاعتماد على وسائل الدعاية والإعلان المختلفة.

### الكلمات الدالة:

- إستراتيجية استثمار وقت الفراغ، النشاط الرياضي الترويحي، الطالب الجامعي المقيم.

# ملخص البحث باللغة الفرنسية

## **Résumé:**

### **Le titre:**

La proposition d'une stratégie d'exploitation du temps libre a la pratique des activités sportives récréatives chez les étudiants universitaires résidants.

Le but de cette étude est la proposition d'une stratégie d'exploitation du temps libre a la pratique des activités sportives récréatives chez les étudiants universitaires résidants à travers l'identification de la façon d'exploitation du temps libre et son effet sur la pratique des activités sportives récréatives ainsi l'identification des facteurs liés à la pratique des activités sportives récréatives qui sont les moyens ,les programmes et la diffusion .

On se basant sur une étude de l'échantillon de 338 étudiants ( 141 M, et 197 F) distribués sur quatre cités universitaires ( 02 M , et 02 F) ont été choisis au hasard à partir d'un nombre de 5815 étudiants(1951 M,3864 F) et de l'échantillon de 13 encadreurs qui ont été choisis par un balayage complet.

Le chercheur a adopté une approche descriptive, on se basant sur deux questionnaires, le premier pour les étudiants, il contient 81 expressions réparties sur sept chapitres, et le deuxième pour les encadreurs des activités récréatives, il contient 49 expressions réparties sur quatre chapitres.

En utilisant les pourcentages, les fréquences et le teste  $k^2$ .

Les résultats ont montré que les étudiants passent le temps libre dans des activités récréatives négatives ainsi l'insuffisance des moyens et l'incapacité des programmes et de la diffusion d'attirer les pratiquants.

Par conséquent, le chercheur recommande une grande importance aux infrastructures sportives, à la programmation des journées de sensibilisation, les programmes et la diffusion.

### **Les mots clés :**

- la stratégie d'exploitation du temps libre, l'activité sportive récréative, les étudiants universitaires résidants.

# ملخص البحث باللغة الانجليزية

## Summary

### **Title:**

The proposal of the strategies to explore the free time in the practical sports activities.

The aim of this study is to propose the strategies carried out by the university student living in free time and use of free time to practice recreative sports.

Further identification of the strategy followed by the administration of the university campus in the management of free time of the current strategy.

Based on a survey sample of 338 students (141 M and 197 F) distributed on four campus (02 M and 02 F) were randomly selected from a number of 5815 students (1951 males and 3864 females), and the samples of 13 that were chosen through a complete selection.

The researcher adopted a descriptive approach, based on 02 questionnaires the first was for the students which contain 81 questions in to seven chapters, and the next for the strainers for the recreative activities it contains 49 questions spread into 4 chapters.

Percentage, frequencies and tests  $k^2$

The results showed that students spend their free the in negative physical activities and the lack of means, and inabilities of the programs and diffusion to sports infrastructures providing meetings to encourage the programs and diffusions.

### **The key words:**

The strategy of exploitation of free time practicing recreative sport.

Students of residents university.