

دوافع مشاركة طالبات جامعة جنوب الوادى فى ممارسة الأنشطة الترويحية

*نهال عبدالهادى عبدالنبي

المستخلص:

لاحظت الباحثة ان طالبات جامعة جنوب الوادى يمارسن قليلاً من الأنشطة الترويحية، وتساءلت هل هذا الأمر نتيجة عادات وتقاليد بيئية تحولت إلى الجامعة المملوءة بالأنشطة الترويحية التي تتناسب مع أعمارهم أم الأنشطة الترويحية التي تقدمها الجامعة لا يرغب فيها هؤلاء الطالبات أم هناك نقص فى امكانات الجامعة ، فإن البحث يعد محاولة للتعرف على دوافع مشاركة طالبات جامعة جنوب الوادى فى ممارسة الأنشطة الترويحية، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة الطبقيّة العشوائية من طالبات الجامعة والبالغ قوامها (٨٤١) فرداً وبنسبة مئوية قدرها (١٠%)، وجاءت أهم النتائج انه من أهم دوافع المشاركة فى الأنشطة الترويحية لدى طالبات جامعة جنوب الوادى(المحافظة على الصحة، قضاء وقت سعيد، نيل يقة واحترام الاخرين، تنمية القدرات العقلية)
الكلمات الافتتاحية: دوافع المشاركة، الانشطة الترويحية، جامعة جنوب الوادى.

Abstract

Motives for participation of South Valley University students in practicing recreational activities

The researcher noted that the students of The University of South Valley are practicing a bit of recreational activities, and wondered whether this is the result of environmental customs and traditions turned into a university filled with recreational activities that suit their age or recreational activities provided by the university does not want these students or there is a lack of possibilities of the university, the research is an attempt to identify the motives of the participation of the students of the University of The South Valley in the practice of recreational activities, the researcher used the descriptive method, and the sample of research was chosen in the

random class way of the university students and adults The most important results are that one of the most important motivations for participating in recreational activities among students of The University of South Valley (maintaining health, having a good time, getting a good time and respecting others, developing mental abilities)

Opening words: Motivations for participation, recreational activities, University of the South Valley.

مقدمة ومشكلة البحث :

تعتبر الجامعة من المؤسسات التربوية الهامة فى المجتمع حيث تهتم بالنشئ والشباب اهتماماً بالغاً فهي تقوم بدور حيوي وفعال في استثمار أوقات فراغهم بطريقة هادفة وبناءة وذلك من خلال جذبهم للمشاركة فى الأنشطة الترويحية المختلفة تحت إشراف وتوجيه قيادات واعية ومدربة للعمل فى هذا المجال بالإضافة إلى توفير كافة الوسائل والإمكانات لتحقيق الأهداف المرجوة . (٤ : ٢)

ويقوم جهاز رعاية الطلاب داخل الجامعة بتحقيق رسالته التربوية فهو يعمل على غرس القيم الاخلاقية والمهارات المختلفة سواء كانت رياضية أو اجتماعية أو ثقافية أو فنية أو جواله وخدمة عامة أو من خلال الأسر الطلابية، حيث تتضمن إدارة رعاية الطلاب بالجامعة مجموعة من المتخصصين في الخدمة الاجتماعية والتربية الرياضية والشئون المالية والإدارية وتستعين بالمدرسين في الأنشطة المختلفة، كما تقوم الجامعة بتقديم خدماتها للطلاب من خلال الكليات . (١ : ٢٠)

وقيام الأخصائي في مكتب رعاية الطلاب بدوره من شأنه أن يؤثر في تحقيق أهداف الأنشطة الترويحية بالجامعة والتي لا يختلف أحد على أهميتها أو على ضرورتها لخدمة أبناء الجامعة والمساهمة فى أعدادهم الإعداد اللازم ليتحملوا مسؤولياتهم في بناء مجتمعهم، وكذلك يعد الأخصائي هو المسئول الأول في تنفيذ الأنشطة داخل الجامعة . (١١ : ١٣)

وتعد الأنشطة الترويحية داخل الجامعة جزء من العملية التربوية حيث يكتسب الطلاب العديد من المهارات الحركية والعقلية والاجتماعية التي تساعد على استثمار أوقات فراغهم بصورة ايجابية من خلال اشتراكهم في الأنشطة المتعددة والمتنوعة في الجامعة . (٨ : ٩١،٩٢)

وتحاول الباحثة من خلال اتباع المنهج العلمى عمل دراسة تحليلية للاجابة عن العديد من الاسئلة التى تتيح المجال لدراسة العديد من الموضوعات الهامة فى ممارسة طالبات جامعة جنوب الوادى للأنشطة الترويحية والتي يتعلق بعضها بالطالبات أنفسهن ودوافع مشاركتهن ومن يشجعهن ومعوقات ممارستهن للأنشطة الترويحية والبعض الاخر يتعلق بالامكانيات التى تتوافر لهن لمساعدتهن فى الممارسة الترويحية داخل الجامعة .

ونظراً لاهتمامات العديد من العلماء والباحثين بدراسة الأنشطة الترويحية داخل الجامعة مثل دراسة "محمد عبد الوهاب" (٢٠٠٦م) (٧) عن "معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية لطلبة جامعة جنوب الوادي" ، ودراسة " عبد الكريم بن مغزى الزايدى" (٢٠٠٩م) (٦) عن "معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة طيبة" ، ودراسة " طارق زغلول سيد" (٢٠١٠م) (٤) عن " إستراتيجية مقترحة لتطوير الأنشطة الترويحية بجامعة المنيا" ، ودراسة " عبد العزيز أحمد الوصابى" (٢٠١٠م) (٥) عن " معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى طلاب معهد التربية البدنية والرياضية في الجزائر" و كذلك العديد من الدراسات الأجنبية .

ومن خلال عمل الباحثة كأخصائية رياضية بكلية الصيدلة وتواجدها فى مكتب رعاية الشباب وتعاملها الدائم مع الطالبات يومياً ، وخلال ممارستها لأداء عملها الوظيفى لاحظت أن كثيراً من طالبات الجامعة لا يمارسن الأنشطة الترويحية لكن يمارسن قليلاً من هذه الأنشطة ، وتساؤل هل هذا الأمر نتيجة عادات وتقاليد بيئية تحولت إلى الجامعة المملوءة بالأنشطة الترويحية التي تتناسب مع أعمارهم أم الأنشطة الترويحية التي تقدمها الجامعة لا يرغب فيها هؤلاء الطالبات أم هناك نقص فى امكانيات الجامعة ، فإن البحث

يعد محاولة للتعرف على دوافع مشاركة طالبات جامعة جنوب الوادى فى ممارسة الأنشطة الترويحية

أهمية البحث والحاجة إليه :

تكمن أهمية هذه الدراسة فى أنها تعد أول دراسة تحليلية تجري على طالبات جامعة جنوب الوادى كجامعة تعد من الجامعات المنشأ حديثاً وذلك لاتاحة الفرصة لوضع البرامج الترويحية المناسبة للطالبات وذلك من خلال التعرف على الاهتمامات الترويحية لديه، ودوافع الممارسة، وكذلك دراسة الإمكانيات البشرية والمادية التى يجب توافرها لتحقيق اقصى استفادة من ممارسة الطالبات للأنشطة الترويحية داخل إطار الجامعة .

هدف البحث :

يهدف البحث إلى محاولة التعرف على دوافع مشاركة طالبات جامعة جنوب الوادى فى ممارسة الأنشطة الترويحية.

تساؤلات البحث :

١- ما دوافع مشاركة طالبات جامعة جنوب الوادى فى ممارسة الأنشطة الترويحية ؟

المصطلحات الواردة بالبحث:

١- الترويح Recreation :

يعرفه " محمود اسماعيل طلبه " بأنه " نشاط اختياري بناء يمارس فى وقت الفراغ وهدفه الأسمى هو السعادة والرضا عن النفس ويسهم فى تنمية جانب أو أكثر من جوانب الفرد بدنياً ونفسياً وإجتماعياً ووجدانياً وخلقياً ومعرفياً " . (١٠ : ٤١)

٢- الأنشطة الترويحية Recreational Activities :

تعرفها " تهاني عبد السلام " بأنها " أنشطة اختيارية هادفة وبناءة تمارس في وقت الفراغ وغرضها في ذاتها ودوافعها السعادة الشخصية " . (٢ : ١١)

الدراسات السابقة :

أ - الدراسات العربية :

١- قام " سالم ابراهيم على " (٢٠١٥) (٣) بدراسة استهدفت تحليل الأنشطة الترويحية لطلبة الصف الرابع الاعدادي في جمهورية العراق ، استخدم الباحث المنهج الوصفي ، واختار عينة من الطلبة الممارسين للأنشطة الترويحية البالغ عددهم (٤٠٠) طالباً ، وقد استخدم الاستبيان كأداة لجمع البيانات ، وكان من أهم النتائج أن رياضة كرة القدم احتلت المركز الاول ، وأنهم يمارسون الأنشطة الترويحية بدافع تجديد نشاط وحيوية الجسم وان هناك ضعف في الامكانيات والأدوات .

٢- قام " عبد العزيز أحمد الوصابي " (٢٠١٠) (٥) بدراسة استهدفت التعرف على معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى طلاب معهد التربية البدنية والرياضية في الجزائر، استخدم الباحث المنهج الوصفي واختار عينة على (٩٥٠) طالب واستخدم الاستبيان كأداة لجمع البيانات وكانت من أهم النتائج أن عدم وجود إدارة متخصصة بالأنشطة الرياضية الترويحية، عدم توفير الأدوات اللازمة للأنشطة ، عدم توفير أماكن مناسبة ، وعدم توفير مواصلات .

٣- قام " محمد عبد الوهاب محمد " (٢٠٠٦) (٧) بدراسة استهدفت تحديد معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية بجامعة جنوب الوادي لدى طلاب الجامعة والمعوقات التي تواجه طلاب الكليات العملية والنظرية بجامعة جنوب الوادي عند ممارستهم للأنشطة الترويحية واستخدم الباحث المنهج الوصفي واختار عينة على (٤٤٩) طالب وطالبة واستخدم الاستبيان كأداة لجمع البيانات وكان من أهم النتائج أن هناك ضعف في الإمكانيات المادية من قبل الجامعة وكذلك عدم وجود ثقافة ترويحية .

٤- قام " وليد طه مسعد " (٢٠٠٦) (١٢) بدراسة استهدفت التعرف علي نقاط الضعف والقصور في برامج الأنشطة الرياضية والترويحية وكيفية تقويم هذه النقاط وإيجاد حلول لها ، واتبع الباحث المنهج الوصفي الأسلوب المسحي ، واشتملت عينة البحث علي (١٨) مدير عام ، (١٣) رئيس لمدينة جامعية ، (٨) أخصائي رياضي ، (٦٠) أخصائي اجتماعي ، (٤٧٩) طالب ، (٣٤١) طالبة بالمدن الجامعية واستخدم الباحث الاستبيان والمقابلة الشخصية وتحليل الوثائق كأدوات لجمع البيانات ، وكان من أهم نتائجها عدم وضوح أهداف الأنشطة الترويحية والرياضية للطلاب والأنشطة المقدمة للطلاب تقليدية ومملة ولا تفي باحتياجات الطلاب ، والأعباء الدراسية تعوق الطلاب عن الممارسة للأنشطة ويوجد قصور واضح في مشاركة الطالبات وعدم تناسب الإمكانيات المتاحة مع أعداد الممارسين للأنشطة وعدم وجود الوعي للطلاب بأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية والترويحية بالمدن الجامعية .

٥- قام " طارق زغلول سيد حسن " (٢٠١٠) (٤) بدراسة استهدفت وضع إستراتيجية لتطوير الأنشطة الترويحية بجامعة المنيا ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي (الأسلوب المسحي) واختار عينة من الطلبة والطالبات الممارسين للأنشطة الترويحية بجامعة المنيا وعددهم (١٧٧٦) ، كما اختار عدد من الأخصائيين والمشرفين وأعضاء هيئة التدريس وبلغ عددهم (١٢٨) ، واستخدم الباحث المقابلة وتحليل المحتوى و الوثائق والاستبيان كأدوات لجمع البيانات وكان من أهم النتائج أن الأنشطة الترويحية لا تلبي احتياجات الطلبة الممارسين ، هناك نقص فى الإمكانيات المادية والبشرية والأدوات .

ب- الدراسات الأجنبية :

١- قام " باروا باتي ليون - Barrows batti lyon " (٢٠٠٣) (١٣) بدراسة استهدفت التعرف علي المعوقات والدوافع والفوائد المرتبطة بممارسة النشاط الرياضي ،

حيث قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي (الأسلوب المسحي) ، كما قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية والبالغ قوامها (٢٤٦) طالب وطالبة منهم (١٢١) طالب ، (١٢٥) طالبة ، وكانت من أهم أدوات الدراسة (الاستبيان ، المقابلة الشخصية) ، وكانت من أهم النتائج التي توصل إليها الباحث أن الدوافع تتمثل في المتعة والتخلص من الانفعالات ، وتتمثل المعوقات في ضيق الوقت المتاح للنشاط والإجهاد البدني وتتمثل الفوائد في قلة التوتر لدي الطلاب .

٢- قام " فيريس - Fehres " (٢٠٠٢) (١٤) بدراسة استهدفت التعرف علي الأنشطة الرياضية التي يفضلها الطلاب وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي الأسلوب المسحي ، وبلغت عينة الدراسة (١٢٥٦) طالب وطالبة ، واستخدم الباحث الاستبيان والمقابلة الشخصية كأدوات لجمع البيانات ، وكانت من أهم النتائج أظهرت أن الطلبة والطالبات يفضلون ممارسة الألعاب الفردية عن الألعاب الجماعية ، وجاء تفضيلهم بالترتيب في الألعاب الفردية (الدراجات - السباحة - العدو - اليوجا - الجمباز - كرة القدم) .

٣- قام " جون كايجر - kiger john " (١٩٩٦) (١٥) بدراسة استهدفت التعرف على محددات اختيار طلاب الجامعة أنشطة الترويح الرياضي التي يمارسونها واستخدام الباحث المنهج الوصفي واختار عينة من (٩٨٨) طالب وطالبة واستخدم الاستبيان كأداة لجمع البيانات وكان من أهم النتائج هناك تأثير إيجابي للدوافع الداخلية والدوافع الخارجية على مستوى المشارك لأنشطة الترويح الرياضي .

مدي الاستفادة من الدراسات السابقة :

لقد استفادت الباحثة من الدراسات السابقة فيما يلي :

- ١- تحديد خطوات إجراء هذا البحث من الناحية الإدارية ومن الناحية الفنية .
- ٢- التعرف على المراجع الخاصة بمجالات البحث .
- ٣- تحديد منهج البحث .

٤- اختيار وسائل جمع البيانات .

٥- إلقاء الضوء على أهم الأساليب الإحصائية ، واختيار أنسبها لمعالجة بيانات هذا البحث.

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بإتباع الأسلوب المسحي وذلك لملاءمته لطبيعة البحث .

مجتمع البحث :

يمثل مجتمع البحث طالبات كليات جامعة جنوب الوادي للعام الدراسي ٢٠١٧م/٢٠١٨م الذى بلغ عددهم (٢٥٠٠٨) طالبة .

عينة البحث :

قامت الباحثة باختيار (٦) من كليات الجامعة بالطريقة العشوائية البسيطة وهم (الصيدلة - العلاج الطبيعي- التمريض- الإعلام - تجارة - حقوق) ، ثم قامت الباحثة باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة من الطالبات الممارسات للأنشطة الترويحية وبلغ قوامها (٨٤١) طالبة بنسبة (١٠%) وجدول (١) يوضح توصيف عينة البحث

جدول (١)

توصيف عينة البحث

م	توصيف عينة البحث	كلية الصيدلة	كلية العلاج الطبيعي	كلية التمريض	كلية الإعلام	كلية التجارة	كلية الحقوق	المجموع
١	مجتمع البحث	١٥٠	٢٨٤	٤٥٠	٢١٣٤	٢٧٢٥	٢٦٨٨	٨٤٣١
٢	عينة البحث	١٥	٢٨	٤٥	٢١٣	٢٧٢	٢٦٨	٨٤١
٣	النسبة المئوية	%١٠	%١٠	%١٠	%١٠	%١٠	%١٠	%١٠

أدوات جمع البيانات :

استعانت الباحثة في جمع بيانات هذا البحث بالأدوات التالية :

أ- السجلات والوثائق :

قامت الباحثة بالإطلاع علي السجلات والوثائق الخاصة بالمديرين والمشرفين والأخصائيين القائمين علي تنفيذ الأنشطة الترويجية من أجل التعرف علي وظائفهم ومؤهلاتهم وعدد سنوات الخبرة والدورات التي حصلوا عليها .

ب- المقابلة الشخصية :

استخدمت الباحثة المقابلة الشخصية للحصول علي البيانات التي تفيد هذا البحث ، وقد تمت المقابلات الشخصية مع بعض طالبات جامعة جنوب الوادي وكذلك بعض المديرين والأخصائيين والمشرفين القائمين علي تنفيذ الأنشطة الترويجية بالكليات قيد البحث .

ج- الاستبيان :

استخدمت الباحثة الاستبيان كأداة رئيسية لجمع بيانات هذا البحث وقامت الباحثة بإعداد وتصميم الاستبيان متبعة الخطوات الآتية :

١- تحديد الهدف من الاستبيان وتمثل في التعرف علي دوافع مشاركة طالبات جامعة جنوب الوادى فى ممارسة الأنشطة الترويحية.

٢- الإطلاع علي العديد من المراجع والدراسات السابقة كدراسة " سالم ابراهيم على " (٢٠١٥م) (٧) ، " عبد العزيز أحمد الوصابى " (٢٠١٠م) (٩) ، " محمد عبد الوهاب محمد " (٢٠٠٦م) (١٩) ، " طارق زغول سيد حسن" (٢٠١٠م) (٨) ، " محمود صديق عبد الواحد" (١٩٩٨) (٢٤) ، للاستفادة مما سبق في تحديد محاور الاستبيان قيد البحث .

٣- بناء علي الإطلاع علي البحوث والدراسات السابقة تم تحديد محاور الاستبيان وهي كالتالي :

- المحور الأول الجوانب البدنية
- المحور الثانى الجوانب النفسية
- المحور الثالث الجوانب الاجتماعية
- المحور الرابع الجوانب المعرفية والعقلية

- قامت الباحثة بإعداد استمارة استطلاع رأي مجموعة من الخبراء بلغ قوامها (١٠) عشر خبراء من أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية علي مستوي جمهورية مصر العربية (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي في المحاور وقد أتفق الخبراء علي مناسبة المحاور للغرض الذي وضعت من أجله .

جدول (٢)

النسبة المئوية لأراء الخبراء حول مدى مناسبة محاور الاستبيان (ن=١٠)

النسبة المئوية	رأى الخبير		المحاور	م
	مناسب	غير مناسب		
١٠٠%	١٠	-	الجوانب البدنية	١
١٠٠%	١٠	-	الجوانب النفسية	٢
٩٠%	٩	١	الجوانب الاجتماعية	٣
١٠٠%	١٠	-	الجوانب المعرفية والعقلية	٤

يتضح من جدول (٢) أن النسبة المئوية لموافقة السادة الخبراء على محاور الاستبانة تراوحت (٩٠% : ١٠٠%) ، وقد ارتضت الباحثة نسبة ٧٠% كحد أدنى لقبول تلك المحاور ، وعلى ذلك فقد تم قبول جميع المحاور المقترحة ، وبذلك فإن الاستبانة مناسبة للغرض التي صممت من أجله .

٤- قامت الباحثة بوضع العبارات الخاصة بكل محور من محاور الاستبيان .

المعاملات العلمية للاستبانة :

قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية للاستبانة على النحو التالي :

أ . الصدق :

لحساب صدق الاستبانة استخدمت الباحثة الطرق التالية :

(١) صدق المحتوى :

قامت الباحثة بعرض الاستبانة فى صورتها المبدئية (ملحق ٣) على مجموعة من الخبراء فى مجال الترويج الرياضى قوامها (١٠) عشرة خبراء (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي فى ملاءمة الاستبيان فيما وضع من اجله سواء من حيث المحاور والعبارات الخاصة بكل محور ومدى مناسبة تلك العبارات للمحور الذى تمثله ، وقد تراوحت النسبة المئوية لأراء الخبراء حول عبارات الاستبانة ما بين (٨٠% : ١٠٠%)

وبذلك تم الموافقة على جميع عبارات الاستبانة لحصولها على نسبة أكثر من ٧٠% من اتفاق الخبراء .

جدول (٣)

آراء السادة الخبراء في العبارات المقترحة لاستبانة
دوافع ممارسة طالبات جامعة جنوب الوادي للأنشطة الترويحية
(ن=١٠)

الجوانب المعرفية والعقلية		الجوانب الاجتماعية		الجوانب النفسية		الجوانب البدنية		الفرعي
%	العبارة	%	العبارة	%	العبارة	%	العبارة	
١٠٠%	٢٤	٩٠%	١٩	١٠٠%	٧	١٠٠%	١	دوافع ممارسة طالبات جامعة جنوب الوادي للأنشطة الترويحية.
١٠٠%	٢٥	١٠٠%	٢٠	٨٠%	٨	٩٠%	٢	
٨٠%	٢٦	٨٠%	٢١	١٠٠%	٩	١٠٠%	٣	
١٠٠%	٢٧	١٠٠%	٢٢	٩٠%	١٠	٩٠%	٤	
٩٠%	٢٨	٩٠%	٢٣	١٠٠%	١١	١٠٠%	٥	
٩٠%	٢٩			٩٠%	١٢	١٠٠%	٦	
				٩٠%	١٣			
				١٠٠%	١٤			
				١٠٠%	١٥			
				١٠٠%	١٦			
				١٠٠%	١٧			
				١٠٠%	١٨			

يتضح من الجدول (٣) أن النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول مناسبة العبارات المقترحة للاستبيان تراوحت ما بين (٨٠% : ١٠٠%) ، وفى ضوء ذلك تم قبول جميع العبارات.

(٢) صدق الاتساق الداخلي :

لحساب صدق الاتساق الداخلي للاستبانة قامت الباحثة بتطبيقه على عينة قوامها (٣٠) ثلاثون طالبة من مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية للبحث، حيث قامت الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاستبانة ، ومعاملات الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للاستبانة والجداول (٤) ، توضح النتيجة على التوالي .

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين عبارات استبيان دوافع ممارسة طالبات
جامعة جنوب الوادي للأنشطة الترويحية ومجموع المحور المنتمة إليه
(ن=٣٠)

العبارات													المحور الفرعي	المحور الرئيسي					
													الناحية البدنية	دوافع ممارسة طالبات جامعة جنوب الوادي للأنشطة الترويحية .					
															معامل الارتباط				
													الناحية النفسية						
															معامل الارتباط				
													الناحية الاجتماعية						
															معامل الارتباط				
													الناحية العقلية والمعرفية						
															معامل الارتباط				
١٨	١٧	١٦	١٥	١٤	١٣	١٢	١١	١٠	٩	٨	٧	٦	٥		٤	٣	٢	١	رقم العبارة
٠.٩٠	٠.٩٠	٠.٨٨	٠.٩٣	٠.٨٧	٠.٨٥	٠.٩٢	٠.٧٨	٠.٧٥	٠.٧٤	٠.٩٥	٠.٨٣	٠.٧٧	٠.٨٦		٠.٧٢	٠.٨٠	٠.٧٧	٠.٨٦	معامل الارتباط
													٢٣	٢٢	٢١	٢٠	١٩	رقم العبارة	
													٠.٧٧	٠.٨٦	٠.٨٦	٠.٧٢	٠.٧٨	معامل الارتباط	
													٢٩	٢٨	٢٧	٢٦	٢٥	٢٤	رقم العبارة
													٠.٧٥	٠.٧٤	٠.٩٤	٠.٩٥	٠.٩٦	٠.٨٠	معامل الارتباط

قيمة ر الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ = ٠.٣٦١

يتضح من جدول رقم (١٠) أن معاملات الارتباط بين عبارات استبانته دوافع المشاركة في الأنشطة الترويحية لدى طالبات جامعة جنوب الوادي والدرجة الكلية له تراوحت ما بين (٠.٧٢ : ٠.٩٦) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للمحور.

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين مجموع كل محور والمجموع الكلي للاستبيان (ن=٣٠)

م	المحور	معامل
١	الجوانب البدنية	٠.٩٠
٢	الجوانب النفسية	٠.٩٣
٣	الجوانب الاجتماعية	٠.٨٥
٤	الجوانب المعرفية والعلمية	٠.٨٩

قيمة ر الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ = ٠.٣٦١

يتضح من جدول رقم (٥) أن معاملات الارتباط بين مجموع كل محور والدرجة الكلية للاستبيان تراوحت ما بين (٠.٨٥ : ٠.٩٣) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى الاتساق الداخلى للاستمارة ككل .
ب- الثبات :

لحساب ثبات الاستبيان قامت الباحثة باستخدام معامل ألفا لكرونباخ وذلك بتطبيق الاستبانة على عينة قوامها (٣٠) ثلاثون طالبة من طالبات كليات جامعة جنوب الوادي قيد البحث من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث والجدول (٢٠) يوضح ذلك .

جدول (٦)

معاملات الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ لمحاور الاستبيان (ن=٣٠)

م	المحاور	معامل ألفا
١	الجوانب البدنية	٠.٩٠
٢	الجوانب النفسية	٠.٨٢
٣	الجوانب الاجتماعية	٠.٨٨
٤	الجوانب المعرفية والعلمية	٠.٩٠
	الدرجة الكلية	٠.٨٩

يتضح من جدول رقم (٦) أن معاملات الفا للاستبيان تراوحت ما بين (٠.٨٢) : (٠.٩٠) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى ثبات الاستبيان.

تطبيق البحث :

بعد أن تأكدت الباحثة من صدق وثبات الاستمارة تم التطبيق على عينة البحث الأساسية فى الفترة من ١٥ / ٢ / ٢٠٢٠م الى ١٥ / ٣ / ٢٠٢٠م حيث تم تطبيق الاستمارة عدد (٨٤١) طالبة من إجمالي (٨٤٣١) من المجتمع الكلى للعينة .

المعالجات الإحصائية :

بعد جمع البيانات وجدولتها تم معالجتها إحصائياً، ولحساب نتائج البحث استخدمت الباحثة الأساليب الإحصائية الآتية :

- معامل الارتباط - النسبة المئوية - معامل الفا لكرونيباخ - الدرجة المقدره - مربع كا .

وقد ارتضت الباحثة مستوى دلالة عند مستوى (٠.٠٥) ، كما استخدمت البرنامج الإحصائي spss ٢٢ لحساب بعض المعاملات الإحصائية .

عرض ومناقشة وتفسير النتائج :

عرض نتائج تساؤل البحث والذي ينص علي " ما هي الاهتمامات الترويحية لطالبات جامعة جنوب الوادي؟ " .

جدول (٧)

الدرجة المقدره والنسبة المئوية ومربع كا والترتيب لاستجابات عينة البحث في المحور الثاني دوافع المشاركة في الأنشطة الترويحية لدى طالبات جامعة جنوب الوادي(الجوانب البدنية)
(ن=٨٤١)

م	العبارات	الاستجابة			الدرجة المقدره	النسبة المئوية	مربع كا	الترتيب
		موافق	موافق الى حد ما	غير موافق				
١	أحافظ على صحتي	٧٠٠	١٢٢	19	٢٣٦٣	%٩٣.٦٦	961.30	١
٢	أنمي مهاراتي في الأنشطة المختلفة	٥٦٠	٢٠١	80	٢١٦٢	%85.69	444.62	٦
٣	أجد نشاطي وحيويتي	٦٨٣	١٣٠	28	٢٣٣٧	%92.63	886.13	٢
٤	أنمي قدراتي الحركية	٦٥٨	١٥٥	28	٢٣١٢	%91.64	791.96	٣
٥	أنمي لياقتي البدنية	٦١١	٢٠٣	27	٢٢٦٦	%89.81	640.30	٥
٦	أتجنب الإصابة بالأمراض	٦٣١	١٨٦	24	٢٢٨٩	%90.73	704.78	٤

قيمة (كا) الجدولية عند درجة حرية (٢) ومستوي دلالة ٠.٠٥ = ٥.٩٩

يتضح من جدول (٧) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لآراء عينة البحث في عبارات المحور الثاني دوافع المشاركة في الأنشطة الترويحية لدى طالبات جامعة جنوب الوادي (الجوانب البدنية) ما بين (%٨٥.٦٩ : %٩٣.٦٦) ، حيث حقق (أحافظ علي صحتي) الترتيب الأول ، بينما حقق(أنمي مهاراتي في الأنشطة المختلفة) الترتيب الأخير.

- توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث في جميع العبارات وفي اتجاه (موافق) .

تفسير ومناقشة نتائج التساؤل الثاني (الجوانب البدنية) :

يتضح من نتائج جدول (٧) اتفاق جميع آراء عينة البحث علي تحقق عبارات دوافع المشاركة في ممارسة الأنشطة الترويحية (الجوانب البدنية) وتغزو الباحثة هذه النتيجة إلي أن ممارسة الأنشطة الترويحية تعمل علي تنمية وتطوير اللياقة البدنية والقدرات الحركية لدي الطالبات ، وكذلك تساعد في تحسين كفاءة أجهزتهم الحيوية كما إنها تعمل علي إكسابهم العديد من العادات الصحية السليمة وكذلك الوقاية من التعرض للإصابة بأمراض القلب والدورة الدموية .

وهذا يتفق مع " محمد الحماحمي ، عايدة عبد العزيز " (٢٠٠١) علي أن الأهداف التي تتحقق للفرد من خلال مشاركته في أوجه نشاط الترويح الرياضي هي رفع كفاءة الأجهزة الحيوية، وتطوير الحالة البدنية وتحسين القوام وإشباع الهواية والتخلص من التوتر واكتساب القيم التربوية (٢١ : ٢٩) .

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كلاً من " طارق زغلول سيد حسن" (٢٠١٠) (٨) ، " فيريس Fehres " (٢٠٠٢) (٣٠) ، باروا باتي ليون Barrows batti lyon " (٢٠٠٣) (٢٨) والتي تشير إلي أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية وتأثيرها علي الجوانب البدنية لدي الطالبات .

جدول (٨)

الدرجة المقدره والنسبة المئوية ومربع كا والترتيب لاستجابات عينة البحث في المحور الثاني
دوافع المشاركة في الأنشطة الترويحية لدى طالبات جامعة جنوب الوادي (الجوانب النفسية)

(ن=٨٤١)

م	العبارات	الاستجابة			الدرجة المقدره	النسبة المئوية	مربع كا	الترتيب
		موافق	موافق الى حد ما	غير موافق				
١	أشعر بالاسترخاء	٧٠٨	٨٤	49	٢٣٤١	%٩٢.٧٩	980.83	١٠
٢	أشعر بالإثارة والتشويق	٧٢٢	٩٠	29	٢٣٧٥	%94.13	1050.41	٦
٣	أتحدى نفسي لتحقيق أفضل أداء	٦٩٩	١١٢	30	٢٣٥١	%93.18	949.89	٨
٤	أقضى وقتاً سعيداً	٧٥٢	٦٣	26	٢٤٠٨	%95.44	1192.83	١
٥	أشعر بالرضا عن النفس	٧١١	٨٠	50	٢٣٤٣	%92.87	994.03	٩
٦	أتجنب الملل	٧٤٠	٧٠	31	٢٣٩١	%94.77	1133.30	٤
٧	أعرف الكثير عن نفسي	٧٣٦	٨٧	18	٢٤٠٠	%95.12	1119.48	٣
٨	أشعر بأنني أنجز شيء ما	٧٠١	٨٣	57	٢٣٢٦	%92.19	948.08	١٢
٩	أشعر بالانطلاق والحرية	٧٥٠	٤٤	47	٢٣٨٥	%94.53	1180.33	٥
١٠	أختبر نفسي في مواقف صعبة	٧١٣	٥٨	70	٢٣٢٥	%92.15	1001.92	١١
١١	أتنافس مع الآخرين	٧١٩	٧٧	45	٢٣٥٦	%93.38	1031.47	٧
١٢	أشعر بالسعادة والمتعة	٧٥٣	٥٨	30	٢٤٠٥	%95.32	1196.83	٢

قيمة (كا) الجدولية عند درجة حرية (٢) ومستوي دلالة ٠.٠٥ = ٥.٩٩

يتضح من جدول (٢٨) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لآراء عينة البحث في عبارات المحور الثاني دوافع المشاركة في الأنشطة الترويحية لدى طالبات جامعة جنوب الوادي (الجوانب النفسية) ما بين (٩٢.١٩%:٩5.44%) ، حيث حقق (أقضى وقتاً سعيداً) الترتيب الأول ، بينما حقق(أشعر بأنني أنجز شيء ما) الترتيب الأخير .
- توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث في جميع العبارات وفي اتجاه (موافق) .

تفسير ومناقشة نتائج التساؤل الثاني (الجوانب النفسية) :

يتضح من نتائج جدول (٨) اتفاق جميع آراء عينة البحث علي تحقق عبارات دوافع المشاركة في ممارسة الأنشطة الترويحية (الجوانب النفسية) وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلي أن ممارسة الأنشطة الترويحية تعمل علي حيث أن اشتراك الطالبات مع غيرهم في ممارسة أنشطة ترويحية تجعلهم يشعرون بالاسترخاء النفسي والراحة النفسية وكذلك تحقيق السعادة والرضا عن النفس ومن ثم تزداد ثقتهم بنفسهم ويقل التوتر والقلق النفسي الموجود لديهم نتيجة ضغوط الحياة النفسية والدراسية ومن ثم فإنهم لا يشعرون بالملل بل ويشعرون بالإنجاز في كافة أنشطة حياتهم .

ويشير " محمود إسماعيل طلبة " (٢٠١٠) إلي أن ممارسة الفرد للأنشطة المختلفة في وقت فراغه سواء كانت رياضية أو اجتماعية أو فنية أو ثقافية أو خلوية تؤدي إلي اعتزاز الفرد وثقته بنفسه فهو يتفاعل مع الآخرين ويشاركهم ويتبادل معهم الأفكار والآراء وينمي معارفه ، كما أنه بمشاركة في أنشطة خدمة المجتمع وتنمية البيئة ينال احترام المجتمع له (٣٥ : ٤٥) .

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كلاً من " طارق زغلول سيد حسن" (٢٠١٠) (٨) ، " فيريس Fehres " (٢٠٠٢) (٣٠) ، باروا باتي ليون Barrows batti lyon " (٢٠٠٣) (٢٨) والتي تشير إلي أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية وتأثيرها علي تنمية الجوانب النفسية لدي الطالبات والتي تتمثل في الثقة بالنفس ، والراحة النفسية ، التخلص من ضغوط الحياة النفسية .

جدول (٩)

الدرجة المقدره والنسبة المئوية ومربعاً كا والترتيب

لإستجابات عينة البحث في المحور الثاني دوافع المشاركة في الأنشطة

الترويحية لدى طالبات جامعة جنوب الوادي (الجوانب الاجتماعية) (ن=٨٤١)

م	العبارات	الاستجابة			الدرجة المقدره	النسبة المئوية	مربع كا	الترتيب
		موافق	موافق الى حد ما	غير موافق				

٥	1010.59	%٩١.٤٨	٢٣٠٨	88	٣٩	٧١٤	أستمع بصحبة الآخرين
١	1232.82	%95.80	٢٤١٧	25	٥٦	٧٦٠	أنال ثقة واحترام الآخرين
٢	1106.13	%93.66	٢٣٦٣	54	٥٢	٧٣٥	أتعرف على أصدقاء جدد
٣	943.09	%92.63	٢٣٣٧	44	٩٨	٦٩٩	أشارك زميلاتي في الأنشطة المختلفة
٤	970.03	%91.64	٢٣١٢	76	٥٩	٧٠٦	ألتقي بزميلاتي

قيمة (كا) الجدولية عند درجة حرية (٢) ومستوي دلالة ٠.٠٥ = ٥.٩٩

يتضح من جدول (٩) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لآراء عينة البحث في عبارات المحور الثاني دوافع المشاركة في الأنشطة الترويحية لدى طالبات جامعة جنوب الوادي (الجوانب الاجتماعية) ما بين (٩١.٤٨% : 95.80%) ، حيث حقق (أنال ثقة واحترام الآخرين) الترتيب الأول ، بينما حقق (أستمع بصحبة الآخرين) الترتيب الأخير .

- توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث في جميع العبارات وفي اتجاه (موافق) .

تفسير ومناقشة نتائج التساؤل الثاني (الجوانب النفسية) :

يتضح من نتائج جدول (٢٩) اتفاق جميع آراء عينة البحث علي عبارات دوافع المشاركة في ممارسة الأنشطة الترويحية (الجوانب الاجتماعية) وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلي أن ممارسة الأنشطة الترويحية تجعل الطالبات قادرين علي التفاعل والتواصل الاجتماعي مع الآخرين في العديد من المواقف المختلفة ، كما تساعد الطالبات في التعرف علي أصدقاء جدد ومن ثم تزداد الأواصر والمشاركة الاجتماعية بينهم في العديد من المواقف المختلفة ومن هنا يأتي الانتماء والولاء للجماعة .

وهذا ما يؤكد " محمد الحماحي ، عايدة عبد العزيز " (٢٠٠١) علي أن للأنشطة الترويحية دورها في تنمية الولاء والانتماء لدي الطالبات وكذلك توثيق

العلاقات الاجتماعية بين الطالبات والمديرين والأخصائيين ، وكذلك تنمية وتشجيع العمل الجماعي والتعاون بين الطالبات وكذلك خدمة البيئة والمجتمع وزيادة قدرة الطالبات علي مواجهة المشكلات .

(٣٣ : ١٥٥ ، ١١٦)

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كلاً من " طارق زغلول سيد حسن" (٢٠١٠) (٨) ، " فيريس Fehres " (٢٠٠٢) (٣٠) ، باروا باتي ليون Barrows batti Lyon " (٢٠٠٣) (٢٨) والتي تشير إلي أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية وتأثيرها علي الجوانب الاجتماعية لدي الطالبات والتي من شأنها تساعدهم علي تحقيق التفاعل والتواصل الاجتماعي فيما بينهم وكذلك تحقيق المشاركة الاجتماعية في العديد من المواقف المختلفة .

جدول (١٠)

الدرجة المقدره والنسبة المئوية ومربع كا والترتيب لاستجابات عينة البحث في المحور الثاني دوافع المشاركة في الأنشطة الترويحية لدى طالبات جامعة جنوب الوادي (الجوانب المعرفية والعقلية)

ن=٨٤١

م	العبارات	الاستجابة			الدرجة المقدره	النسبة المئوية	مربع كا	الترتيب
		موافق	موافق الى حد	غير موافق				
١	أكتسب معلومات ومعارف جديدة	٦٣١	١٠٧	103	٢٢١٠	٨٧.٥٩%	658.00	٤
٢	أشعر بأنني قادر على ابتكار أشياء جديدة	٦٩٨	٥٦	87	٢٢٩٣	90.88%	935.13	٢
٣	أحاول استطلاع واستكشاف أشياء جديدة	٦٣٦	١٥٥	50	٢٢٦٨	89.89%	696.53	٣
٤	أحاول تنمية قدراتي العقلية	٦٧٨	١٢٠	43	٢٣١٧	91.84%	856.74	١
٥	أستمتع باستخدام خبراتي السابقة	٥٨٧	١٦٥	89	٢١٨٠	86.41%	513.51	٥
٦	أستخدم قدراتي العقلية	٥٦٣	١٧٨	100	٢١٤٥	85.02%	438.38	٦

قيمة (كا) الجدولية عند درجة حرية (٢) ومستوي دلالة ٠.٠٥ = ٥.٩٩

يتضح من جدول (١٠) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لآراء عينة البحث في عبارات المحور الثاني دوافع المشاركة في الأنشطة الترويحية لدى طالبات جامعة جنوب الوادي (الجوانب المعرفية والعقلية) ما بين (80.58% : 91.84%) حيث حقق (أحاول تنمية قدراتي العقلية) الترتيب الأول ، بينما حقق (استمتع باستخدام خبراتي السابقة) الترتيب الأخير.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث في جميع العبارات وفي اتجاه (موافق) .

تفسير ومناقشة نتائج التساؤل الثاني (الجوانب المعرفية والعقلية) :

يتضح من نتائج جدول (٣٠) اتفاق جميع آراء عينة البحث علي تحقق عبارات دوافع المشاركة في ممارسة الأنشطة الترويحية (الجوانب المعرفية والعقلية) وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلي أن ممارسة الأنشطة الترويحية تساعد الطالبات علي اكتساب العديد من المعلومات والمعارف والمهارات الجديدة ، كما أنها تساعدهم علي تنمية قدراتهم العقلية ومن ثم يكونوا قادرين علي الابتكار والإبداع في العديد من المجالات المختلفة ، كما أنها تساعدهم في التفكير الجيد ليكونوا قادرين علي اتخاذ القرارات السليمة في العديد من المواقف والمشكلات التي تواجههم .

وبذلك نجد أن الباحثة قد أجابت علي تساؤل البحث وهو : ما هي دوافع

المشاركة في الأنشطة الترويحية لدى طالبات جامعة جنوب الوادي ؟

الاستخلاصات و التوصيات :

اولاً: الاستخلاصات

في ضوء أهداف البحث وفروضة واستنادا على ما تم من إجراءات ومعالجات إحصائية وتفسير للنتائج وفي نطاق مجتمع البحث توصلت الباحثة إلى الاستخلاصات التالية :

١- الجوانب البدنية :

يتضح أن من أهم دوافع المشاركة في الأنشطة الترويحية لدى طالبات جامعة جنوب الوادي (الجوانب البدنية) على التوالي هي :

- أحافظ علي صحتي .
- أجدد نشاطي وحيويتي .
- أنمى قدراتي الحركية .
- أتجنب الإصابة بالأمراض .

٢- الجوانب النفسية :

يتضح أن من أهم دوافع المشاركة في الأنشطة الترويحية لدى طالبات جامعة جنوب الوادي (الجوانب النفسية) على التوالي هي :

- أقضي وقتاً سعيداً .
- أشعر بالسعادة والمتعة .
- أعرف الكثير عن نفسى .

٣- الجوانب الاجتماعية :

يتضح أن من أهم دوافع المشاركة في الأنشطة الترويحية لدى طالبات جامعة جنوب الوادي (الجوانب الاجتماعية) على التوالي هي :

- أنال ثقة واحترام الآخرين .
- أتعرف على أصدقاء جدد .
- أشارك زميلاتي في الأنشطة المختلفة .

٤- الجوانب المعرفية والعقلية :

يتضح أن من أهم دوافع المشاركة في الأنشطة الترويحية لدى طالبات جامعة جنوب الوادي (الجوانب المعرفية والعقلية) على التوالي هي :

- أحاول تنمية قدراتي العقلية .
- أشعر بأنني قادر على ابتكار أشياء جديدة .
- أحاول استطلاع واستكشاف أشياء جديدة .

ثانياً: التوصيات :

استنادا إلى ما أسفرت عنه نتائج واستخلاصات هذا البحث وفى حدود عينة البحث توصى الباحثة بما يلى :

١- الاهتمام بوضع برامج مقننة للأنشطة الترويحية وتحقيق التوازن بينها (رياضية ، فنية ، ثقافية ...الخ) حيث أنها تعد هدفاً أساسياً من أهداف رعاية الشباب بالجامعة وذلك برصد ميزانيات كبيرة لها وإعداد الكوادر في مجال الترويج وصقلها مع ضرورة توفير الحوافز من مكافآت تشجيعية وغيرها لهم ، مع متابعتها وتقييمها باستمرار من قبل المسؤولين.

٢- ضرورة توفير الإمكانيات من أجهزة وأدوات والمنشآت اللازمة لممارسة الأنشطة الترويحية والمحافظة عليها وصيانتها بوجود فنيين متخصصين .

٣- العمل على تحقيق التوازن بين الأنشطة الممارسة والإمكانيات المتاحة عند التخطيط لبرامج الأنشطة المختلفة بالجامعة .

٤- العمل على إزالة المعوقات التي تحول دون ممارسة الأنشطة الترويحية بالجامعة .

٥- زيادة التوعية بأهمية ممارسة الأنشطة الترويحية وخاصة بالنسبة للطالبات بما يتماشى مع العادات والتقاليد .

٦- العمل على إشراك الأعضاء والعاملين في وضع برامج الأنشطة الترويحية المختلفة بالجامعة

٧- ضرورة توفير الرعاية الطبية للطالبات بالجامعة .

قائمة المراجع

أولاً : المراجع العربية :

- ١- البناء التنظيمى لجامعة جنوب الوادى المعتمد من الجهاز المركزى للتنظيم والإدارة ، القاهرة ، ١٩٩٦ م .
- ٢- تهانى عبد السلام محمد ، " دراسات فى الترويح " ، دار المعارف ، الاسكندرية ، ١٩٩١ م.
- ٣- سالم إبراهيم على ، " دراسة تحليلية للأنشطة الترويحية لطلبة الصف ارباع الأعدادى فى جمهورية العراق" ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، العراق ، ٢٠١٥ م .
- ٤- طارق زغلول سيد ، " إستراتيجية مقترحة لتطوير الأنشطة الترويحية بجامعة المنيا " ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠١٠ م .
- ٥- عبد العزيز أحمد الوصابى ، " معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى طلاب معهد التربية البدنية والرياضية فى الجزائر " ، رسالة دكتوراه ، الجزائر ، ٢٠١٠ م.
- ٦- عبد الكريم بن مغزى الزايدى ، " معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة طيبة " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة طيبة ، ٢٠٠٩ م .
- ٧- محمد عبد الوهاب محمد ، " معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية بجامعة جنوب الوادى " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠٠٦ م .
- ٨- محمد كمال السنودى ، " الترويح الرياضى واوقات الفراغ " ، مكتبة شجرة الدر ، المنصورة ، ٢٠٠٣ م .

- ٩- محمد محمد الحماحمي ، عايدة عبد العزيز ، الترويح بين النظرية والتطبيق ، ط ٢ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ٢٠٠١ م .
- ١٠- محمود اسماعيل طلبه ، " سيكولوجية الترويح وأوقات الفراغ " ، إسلاميك جرافيك للنشر، المنيا ، ٢٠١٠ م .
- ١١- نرمين أحمد كمال ، " تأثير برنامج تنمية ادارة مقترح للأخصائى الرياضى بإدارات رعاية الشباب بجامعة طنطا " ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة طنطا، ٢٠٠٣ م.
- ١٢- وليد طه مسعد ، تقويم برامج الأنشطة الرياضية والترويحية بالمدن الجامعية بجامعة قناة السويس ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة المنيا ، ٢٠٠٦ م .

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 13- Barrows – patti –lyon ، Exercise participation and the relationship to depressive symptoms – tology ، motives ، barriers and perceived benefits of exercise participation in college student . texas – tech – university m 2003 .
- 14- Fehres ، K ، Hochschulen and hochschul sport in dieckert ، wopp ، (hrsg) ، hand buch freizeit sport ، Scotland ، 2002 .
- 15- John Kiger R ، An examination of the determinations to the overall recreational sports participation ammo Cottage, students, 1996 .