



واقع الترويج الرياضي لمرحلة التعليم الاساسى بمحافظة المنوفية"

١ أ.د/ محمد عبدالعظيم شمس

٢ د/ نعمة أبوزيد جمعة

٣ الباحثة / رانيا حمدي محمد سالم

=====

مقدمة البحث :

يتسم العالم اليوم بمعرفة تتسارع وتيرتها عنها ثقافات متعددة وها نحن نستقبل القرن الواحد والعشرين الذى يذخر بمتغيرات عديدة تمثل ثورة علمية وتكنولوجية لا حدود لأثارها السياسية والثقافية والأقتصادية والاجتماعية والرياضية.

يشير "عبد اللطيف الجزائر" (٢٠٠٥م). بأن هذا القرن يتسم بالإنجازات العلمية وبخاصة في المجال التكنولوجي فكلما زادت المعلومات زادت الحاجة إلى استحداث وسائل تكنولوجية جديدة ومع استحداث تلك الوسائل الجديدة تزداد المعلومات التي نحصل عليها ولقد أصبحت التكنولوجيا تتدخل في كل جانب من جوانب حياتنا وأحد هذه الجوانب هي العملية التدريبية. (10 : 17)

وتذكر "شيماء محمد محمود" (٢٠٠٤م)، أن الحاسب الآلي في التربية البدنية والرياضة-: كأحد إنجازات التكنولوجيا في اختصار الكثير من الجهد والوقت ، كما أنها رفعت من درجة صدق النتائج إلى قدرات تقترب من الكمال ، كما نجح العلماء في صناعة العديد من العقول الإلكترونية لتستخدم في كافة المجالات والميادين ولقد كان للمجال الرياضي نصيب كبير في هذا. (6 : 22)

كما انتشرت الألعاب الإلكترونية في كثير من المجتمعات العربية والأجنبية إذ لا يكاد يخلو منها بيت ولا متجر، تجذب الأطفال بالرسوم والألوان والخيال والمغامرة، حيث انتشرت انتشارا واسعا وكبيراً ونمت نمواً ملحوظاً وأغرقت الأسواق بأنواع مختلفة منها ودخلت إلى معظم المنازل وأصبحت الشغل الشاغل لأطفال اليوم حيث أنها استحوذت على عقولهم واهتماماتهم. كما أن ألعاب الألعاب الإلكترونية لم تعد حكراً على الصغار بل صارت هوس الكثير من الشباب وتعدى ذلك للكبار.

وقد انتشرت هذه الألعاب الإلكترونية بسرعة هائلة في المجتمعات العربية بوجه عام والخليجية بوجه خاص، فلا يكاد يخلو بيت في الخليج منها حتى أصبحت جزءاً من غرفة الطفل، بل أصبح الآباء والأمهات يصاحبونها معهم أينما ذهبوا ليزيدوا الأطفال إدماناً على ممارستها. وفي العجلة

١ أستاذ الإدارة الرياضية ورئيس قسم أصول التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية جامعة السادات

٢ مدرس بقسم أصول التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة السادات

٣ باحثة ماجستير بكلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات





الصيفية يحترار الأهل، حول كيفية تمضية أطفالهم لهذه العطلة، وإذا طرح السؤال عما يسعد الأولاد خلال إجازتهم، فإجابة نسبة كبيرة منهم، تأتي لصالح أحدث ألعاب الحاسب والفيديو . (25) ويذكر "كمال درويش و محمد الحماحي" (٢٠٠٤م). تدخل ظاهرة الفراغ والترويح ضمن نسيج مختلف النظم الاجتماعية التي يتألف منها المجتمع، ومن ثم فقد بدأ الاهتمام بالترويح كأحد مظاهر السلوك الحضاري للفرد، ويرى المهتمون بدراسة الترويح أنه يمكن التعرف علي حضارة المجتمعات من خلال معرفة الوسائل التي تستخدمها تلك المجتمعات في مواجهة وقت الفراغ، وأنه توجد علاقة وثيقة بين ثقافة المجتمع ومستويات المشاركة في مناشط الترويح السائدة في هذا المجتمع (١١ : ٥٣).

والنشاط الترويحي وقاية للفرد ففيه يعبر الفرد عن مشاعره وينمي عقله ويتقهم وينتج وتزداد معارفه ومعلوماته فتتطلق طاقتة ويبتكر وتتعدل اتجاهاته وينمو ميوله فتكتسب الحياه رونقها وتصبح أكثر بهجة وإشراقا فيحقق إشباعا للفرد والاحساس بالانتماء وتنظيمه لوقته وتحسين صحته البدنية والنفسية ، ويعد الترويح مظهرا من مظاهر النشاط الانساني في ممارسة الانشطة المختلفة في وقت فراغهم سواء رياضية أو فنية أو اجتماعية أو ثقافية أو خلوية تؤدي إلي ثقة الفرد و اعتزازة بنفسه وينمي معارفه ، وبمشاركته بأنشطة خدمة وتنمية المجتمع ينال احترام المجتمع له . (١٧ : ٤٤,٤٥) ويرى "محمد السمودي" (٢٠٠٣م)، أن الترويح هو طريقة حياة وأسلوب معيشة يتميز بأنه يحوي نشاطاً عنيفاً كما في الرياضات والألعاب العنيفة أو هادئاً كسماع الموسيقى أو قراءة كتاب، وتتعدد أنشطة الترويح بتعدد اهتمامات الأفراد، فما هو مرغوب من فرد ما قد يكون غير متذوقاً للآخرين. (١٥ : ٦١)

ويرى "كمال درويش و محمد الحماحي" (٢٠٠٤م)، نقلاً عن بتلر Petler ، أن الترويح هو: نوع من أنواع النشاط الذي يمارس في وقت الفراغ والذي يختاره الفرد لممارسته بدافعية ذاتية والذي يكون من نتائجه اكتساب القيم البدنية والخلقية والمعرفية والاجتماعية. (١١ : ٥٥) ويرى "كمال درويش و محمد الحماحي" (٢٠٠٤م)، أن تؤكد الدول المتقدمة علي أهمية البرامج في مجال أوقات الفراغ والترويح لدورها في تنمية وتطوير شخصية الفرد ككل وفي تحقيق النمو المتكامل له، لأنها من أهم الوسائل التربوية التي تحقق أهدافها في استثمار أوقات الفراغ، وتحقيق أهداف التربية بوجه عام. (١١ : ١٤٧)

ويشير "كمال درويش و محمد الحماحي و أمين الخولي" (٢٠٠١م) . والأنشطة التي يمارسها الدى طلاب في وقت الفراغ لا تعتبر وقتاً للترويح والانسجام واستعادة القوي فقط، ولكنها فترة يمكن





في غضون تطوير وتنمية الشخصية بصورة متزنة وشاملة. مما دفع بعض الدول كفرنسا إلى تخصيص وزارة للفراغ وتوجيه الشباب والنشئ وتنقيف عقولهم، صقل نفوسهم وتربية أذواقهم من خلال ممارسة الأنشطة المختلفة. (١٢ : ٣١)

وتشير " تهاني عبد السلام " (٢٠٠١م) : أن مميزات الأنشطة الترويحية الرياضية أن هناك مميزات متعددة للنشاط الترويحي الرياضي من أهمها:-

١- المتعة لغرض المتعة من ممارسة النشاط الترويحي الرياضي: فكثيراً ما نلاحظ أن الأفراد الذين

يمارسون رياضة أو لعبة معينة بغرض ترويحي لا يجيدونها ومع ذلك يجدون متعة ويشعرون بالسعادة لرمي أو قذف أو استقبال الكرة وتكوين فريقين مثلاً ولا يتبعون إلا القليل من القواعد والقوانين الخاصة بهذه اللعبة أو تلك الرياضة.

٢- المنافسة : إن الرغبة في المنافسة مع أفراد أو فرق تزيد من الحماس للاشتراك في الأنشطة

الترويحية الرياضية وتنشأ هذه الرغبة في الصغر حين يقسم الأفراد فريقين تبعاً للاختيار .

٣- اللياقة البدنية ينحصر الاهتمام الأكبر من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية في المحافظة

على اللياقة البدنية. (٢ : ٢٠٢ , ٢٠٣)

مشكلة البحث :

نتيجة لتعدد الألعاب الإلكترونية وتنوعها ظهرت آثار مختلفة على سلوك الأطفال الممارسين لها من نواحي متعددة أسهمت في الدعوة إلى القيام بدراسة لهذه الظاهرة للتعرف على الآثار السلوكية والصحية والاجتماعية المختلفة على الأطفال. فعلى سبيل المثال تقرر Mai، (2010) أنه نظراً لضعف أجهزة الرقابة على محلات بيع الألعاب الإلكترونية ومراكز الألعاب وقلة مراقبة الأسر لما يشاهده أبنائهم من الألعاب وقلة الوعي بمخاطر الألعاب الإلكترونية فإن هناك حاجة ماسة لمعرفة الآثار السلوكية والصحية والاجتماعية للألعاب الإلكترونية على الأطفال. (٢٥)

ومن خلال ملاحظة الباحثون أن الترويج الرياضي كأحد مناشط الترويج أصبح يواجه صعوبه بالغه أثناء الممارسة ، فإذا كان الترويج الرياضي هو أستثمار وقت الفراغ بشكل ممتع ومشوق للوصول لاهداف بدنية وصحية فإنه يفقد أحد أهم دوافع ممارسته وهو التشويق والمتعه وذلك نتيجة الانصراف عنه الى التكنولوجيا الحديثه وما توفره من العاب أكثر متعه في العالم الافتراضى وذلك في حدود علم الباحثون.





هدف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على واقع الترويح الرياضي لمرحلة التعليم الاساسي بمحافظة المنوفية"

تساؤلات البحث :

١. ماهي الدوافع الاجتماعية لدى طلاب مرحلة التعليم الاساسي بمحافظة المنوفية؟
٢. ماهي الدوافع النفسية لدى طلاب مرحلة التعليم الاساسي بمحافظة المنوفية؟
٣. ماهي الدوافع الصحية لدى طلاب مرحلة التعليم الاساسي بمحافظة المنوفية؟
٤. ماهي الخطورة التي يتعرض لها طلاب مرحلة التعليم الاساسي بمحافظة المنوفية؟

مصطلحات البحث :

الترويح :

ويعرفه كمال درويش، أمين الخولي نقلا عن دافيد جراي David Gray بأنه ظرف انفعالي ينتاب الإنسان وينتج من الإحساس بالوجود في الحياة ومن الرضا وهو يتصف بمشاعر كالإجادة والإنجاز والانتعاش والقبول والنجاح والقيمة الذاتية والسرور وهو يدعم الصورة الايجابية للذات، كما انه يستجيب للخبرة الجمالية وتحقيق الأغراض الشخصية والتغذية الراجعة من الآخرين وهو أنشطة مستقلة للفراغ مقبولة اجتماعية (١٢ : ١٢٢)

الترويح الرياضي :

ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية المنظمة تحت إشراف اخصائي ترويحي من أجل الأستمتاع أثناء وقت الفراغ والأرتقاء بالمستوي المهاري لنوع النشاط الممارس وتشويق وزيادة الدافعية والمشاركة الإيجابية وإخفاء المتعة والفاعلية والتفاعل والاستمرار أثناء الممارسه. (١٢ : ١٢٢)

ويعرفها أيضاً محمد الحماحمي وعائدة عبد العزيز (٢٠٠٦م) الترويح الرياضي بأنه ذلك النوع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من المناشط البدنية والرياضية، كما أنه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيراً على الجوانب البدنية والفسولوجية للممارس لأوجهه مناشطه التي تشمل على الألعاب والرياضات. (١٦ : ٨٤)





الدوافع الاجتماعية :

هي العمليات النفسية التي تحرك تفكير الناس وشعورهم وسلوكهم في تفاعلهم مع الآخرين؛ نظراً لأن المواقف الاجتماعية تواجه الأشخاص بتفضيلات واحتياجات الآخرين، وليس فقط احتياجاتهم الخاصة، فإنها تتطلب منظوراً أوسع وهي الطريقة التي يقدر بها الناس هذه الاهتمامات فيما يتعلق بمصالحهم الخاصة. (تعريف إجرائي)

الدوافع الصحية :

وهو الشعور بالرغبة بالارتقاء بالصحة واكساب العادات الصحية السليمة والقوام السليم المتناسق أو النفور من المرض والاصابة (تعريف إجرائي)

الدوافع النفسية :

هو شعور الفرد بنفسه وشعوره بالاحترام والقيمة والكفاءة. ويشمل قناعات الشخص حول نفسه بالإضافة إلى الحالات مثل الانتصار واليأس والفخر والخجل. (تعريف إجرائي)

الخطورة :

حاجة الفرد للتعبير عن ذاته بصورة نرجسية مباشرة أو غير مباشرة والوصول إلى أقصى ما يمكن تحقيقه من إمكانات وقدرات بقصد إشباع حاجاته، وإعادة حالة الاتزان التي تساعده في استخدام تلك الإمكانات والقدرات (تعريف إجرائي)

إجراءات البحث

أولاً: منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته باستخدام الأسلوب المسحي، نظراً لملائمته لطبيعة عينة البحث.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث :

مجتمع البحث:

يتحدد مجتمع البحث الحالي من طلاب مرحلة التعليم الاساسي بمحافظة المنوفية (٦٠٠) طالب من المرحلة الاعدادية.





عينة البحث:

قام الباحثون باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وقوامها (٣٠٠) طالب , تم إجراء الدراسة الأساسية علي عينة قوامها (٢٥٠) طالب, كما تم إجراء الدراسة الاستطلاعية علي عينة قوامها (٥٠) طالب ، من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية.

جدول (١)

توصيف العينة

م	الإدارات بالمنوفية	العينة الاستطلاعية	العينة الأساسية	الإجمالي
١	منوف	٥	٢٥	٣٠
٢	شبين الكوم	٥	٢٥	٣٠
٣	قويسنا	٥	٢٥	٣٠
٤	أشمون	٥	٢٥	٣٠
٥	سرس الليان	٥	٢٥	٣٠
٦	مدينة السادات	٥	٢٥	٣٠
٧	الشهداء	٥	٢٥	٣٠
٨	الباجور	٥	٢٥	٣٠
٩	تلا	٥	٢٥	٣٠
١٠	بركة السبع	٥	٢٥	٣٠
	الإجمالي	٥٠	٢٥٠	٣٠٠

يشير جدول رقم (١) إلى أن عدد الكليات في جامعة مدينة السادات التي بها طلاب ذوى احتياجات خاصة

شروط اختيار العينة:

راعا الباحثون في اختيار العينة ما يلي :

- أن تكون ممثلة لمجتمع البحث من طلاب مرحلة التعليم الاساسي بمحافظة المنوفية.
- أن تكون العينة ممثلة لجميع طلاب مرحلة التعليم الاساسي بمحافظة المنوفية.

أدوات جمع البيانات :

استخدم الباحثون في جمع البيانات

- مقياس الترويج الرياضي لدى طلاب مرحلة التعليم الاساسي "اعداد الباحثون".





خطوات بناء مقياس الترويج الرياضي لدى طلاب مرحلة التعليم الاساسي "اعداد الباحثون":

١. مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة المرتبطة بالترويج الرياضي ومراجعة قوائم ومقاييس الترويج الرياضي .

٢. تم تحديد المحاور المقترحة لمقياس الترويج الرياضي من خلال المسح المرجعي ، وقد بلغ عددها أربعة محاور وهي:

- دوافع اجتماعية .
- دوافع صحية .
- دوافع نفسية .
- الخطورة .

قام الباحثون بوضع المقياس في صورته النهائية والتي تكونت من (٣٩) عبارة حيث قامت الباحثون استبعاد العناوين الدالة على المحاور.

جدول (٢)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الاول دوافع اجتماعية

ن = ٥

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
١	يمنحني الترويج الرياضي السعادة والسرور	٥	%١٠٠
٢	يمنحني الترويج الرياضي المتعة والتشويق	٥	%١٠٠
٣	ينمي الترويج الرياضي مهاراتي ومواهبى الرياضية المختلفة.	٥	%١٠٠
٤	يوجد تشجيع من الأسرة علي ممارسة أي نوع من الأنشطة الرياضية	٥	%١٠٠
٥	يشبع الترويج الرياضي الميل للحركة أو للعب أو لهواية معينة.	٤	%٨٠
٦	يساعدني الترويج على حب الاخرين و التغلب على الانانية	٤	%٨٠
٧	يساعدني على التعود علي احترام المواعيد	٥	%١٠٠
٨	يساعدني فى التخلص من الميول العدوانية والسلوك الغير أخلاقي بشكل مقبول اجتماعيا.	٥	%١٠٠
٩	أفضل اللعب مع الأصدقاء على الألعاب الالكترونية.	٥	%١٠٠
١٠	أحدد وقتا لممارسة النشاط الرياضي بعد الانتهاء من الواجبات المدرسية.	٥	%١٠٠
١١	اكتسب غالبا صداقات من خلال أنشطة وقت الفراغ	٤	%٨٠
١٢	أنشطة وقت الفراغ تساعد على احساسى بالانتعاش	٥	%١٠٠





يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الاول (دوافع اجتماعية) قد تراوحت بين (٨٠٪، ١٠٠٪) وقد ارتضت الباحثة بنسبة ٧٠٪ ، ليكون المحور من ١٢ عبارة .

جدول (٣)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الثاني دوافع صحية

ن = ٥

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
١	أنشطة وقت الفراغ تسهم بالارتقاء بصحتي	٤	٨٠٪
٢	أنشطة وقت الفراغ هامة جدا لي	٥	١٠٠٪
٣	ممارسة الرياضة تكسبني العادات الصحية السليمة	٥	١٠٠٪
٤	يكسبني الترويح الرياضي القوام السليم المتناسق	٥	١٠٠٪
٥	ممارسة الانشطة الرياضية ينشط الدماغ ويزيد من ذكائي	٥	١٠٠٪
٦	ممارسة الانشطة الرياضية تسهم في تحسين وتعزيز التنسيق بين الحواس (حركات الأذن والعين واليد).	٥	١٠٠٪
٧	قضاء أوقات طويلة في ممارسة الانشطة الرياضية قد يؤدي إلى ضعف في صحتي	٥	١٠٠٪
٨	ممارسة الانشطة الرياضية قد تؤثر سلبا على الأداء الدراسي	٤	٨٠٪
٩	قضاء أوقات طويلة في ممارسة الانشطة الرياضية قد يؤدي إلى مشاكل صحية	٤	٨٠٪
١٠	ممارسة الانشطة الرياضية تجعلني لا استطيع النوم جيدا	٥	١٠٠٪
١١	قضاء أوقات طويلة في ممارسة الانشطة الرياضية قد يؤدي إلى النحافة	٥	١٠٠٪
١٢	قضاء أوقات طويلة في ممارسة الانشطة الرياضية قد يؤدي إلى سوء التغذية.	٤	٨٠٪

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الثاني (دوافع صحية) قد تراوحت بين (٨٠٪، ١٠٠٪) وقد ارتضت الباحثة بنسبة ٧٠٪ ، ليكون المحور من ١٢ عبارة .



جدول (٤)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الثالث دوافع نفسية

ن = ٥

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
١	الممارسة الرياضية تعمل على إزالة التوترات النفسية الشديدة	٥	١٠٠٪
٢	ممارسه الانشطة الرياضية التي تعتمد على العنف يمكن أن تزيد من الأفكار والسلوكيات العدوانية	٤	٨٠٪
٣	الممارسة الرياضية تعتبر بالنسبة لي احسن فرصة للاسترخاء	٤	٨٠٪
٤	الممارسة الرياضية تساعدني فى التغلب على الصراعات النفسية والعدوان	٥	١٠٠٪
٥	تؤدي الانشطة الرياضية إلى تنشيط الفكر والتفكير الإبداعي وتنمية المهارات الحركية	٥	١٠٠٪
٦	اشعر بان الرياضة تبعدني عن المشاكل المتعددة	٤	٨٠٪
٧	الممارسة الرياضية تستطيع ان تجعلني سعيدًا بصورة حقيقية	٤	٨٠٪
٨	الممارسة الرياضية أستطيع ان افرغ فيها طاقتي	٥	١٠٠٪
٩	أفضل الانشطة الرياضية بدلا من الخروج للتنزه	٤	٨٠٪
١٠	اثناء النوم احلم اننى امارس الانشطة الرياضية	٥	١٠٠٪

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الثالث (دوافع نفسية)

قد تراوحت بين (٨٠٪، ١٠٠٪) وقد ارتضت الباحثة بنسبة ٧٠٪، ليكون المحور من ١٠ عبارات.

جدول (٥)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الرابع الخطورة

ن = ٥

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
١	أحب ممارسه الانشطة الرياضية التي تتميز بالخطورة	٥	١٠٠٪
٢	اتجنب الى الانشطة الرياضية التي ترتبط بالمخاطرة والاحتمالات الكبيرة للإصابات	٤	٨٠٪
٣	اذا طلب مني الاختيار فإنني افضل الانشطة الخطرة عن الانشطة الرياضية غير الخطرة او الاقل خطورة	٤	٨٠٪
٤	الانشطة الرياضية التي تتطلب جرأة ومغامرة افضلها الى اقصى مدى	٤	٨٠٪
٥	تعجبني الانشطة الرياضية التي تتطلب منى السيطرة على المواقف الخطرة	٥	١٠٠٪

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الرابع (الخطورة) قد

تراوحت بين (٨٠٪، ١٠٠٪) وقد ارتضت الباحثة بنسبة ٧٠٪، ليكون المحور من ٥ عبارات.





حساب المعاملات العلمية للمقياس وهى :

صدق المقياس :

صدق المحكمين:

نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحاور قد تراوحت بين (٨٠٪، ١٠٠٪) وقد ارتضت الباحثون بنسبة ٧٠٪ ليتكون الاستبيان من ٣٩ عبارة .

صدق الاتساق الداخلي:

قام الباحثون بتطبيق الاستبيان على عينة قوامها (٥٠) طالب من افراد من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الاساسية لها نفس مواصفات ثم قامت الباحثون بحساب معاملات الارتباط لبيرسون بين:

١- كل عبارة من عبارات الاستبيان ودرجة المحور التى تنتمى اليه.

٢- الابعاد والدرجة الكلية للمقياس .

وتم التوصل الي أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الاول (دوافع اجتماعية) والمحور التى تنتمى اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الاول (دوافع اجتماعية)، وأن معاملات الارتباط بين كل محور والدرجة الكلية للمقياس ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لمحاور المقياس.

ثبات المقياس :

قام الباحثون بتطبيق المقياس على عينة التقنين (العينة الاستطلاعية) وقوامها (٥٠) طالب من خارج عينة البحث الأساسية ، وتم حساب معامل الفاكورنباخ بطريقة التجزئة لحساب الثبات، وقد تراوح ما بين (٠.٦٤٨ ، ٠.٨٦٨) وهى معاملات دال احصائياً مما يؤكد على ثبات محاور المقياس.

الدراسة الاستطلاعية :

قامت الباحثون بتطبيق الدراسة الاستطلاعية الأولى من خلال الفترة (١٧/١٠/٢٠٢٠م) الي الفترة (٢٢/١٠/٢٠٢٠م) على عينة عشوائية من طلاب مرحلة التعليم الاساسي بمحافظة المنوفية وقوامها (٥٠) طالب خارج عينة البحث الأساسية بهدف:

- التأكد من وضوح وفهم العينة لعبارات المقياس.
- توضيح طريقة الإجابة على عبارات المقياس.



**الدراسة الأساسية :**

قامت الباحثون بتطبيق الدراسة الأساسية بعد حساب المعاملات العلمية لمقياسي البحث من خلال الفترة (٢٠٢٠/١١/١) الي الفترة (٢٠٢٠/١٢/١٦)م على عينة اساسية وقوامها (٢٥٠) طالب.

أسلوب المعالجة الإحصائية للبيانات :

تم تحليل البيانات المستخلصة من هذا البحث وفقاً للأساليب الإحصائية التالية :

- معامل الارتباط.
- النسبة المئوية.
- الأهمية النسبية.
- كا^٢

عرض وتفسير ومناقشة النتائج:

عرض النتائج الخاصة بالتساؤل الاول:

وللإجابة على هذا التساؤل تم حساب الأهمية النسبية والوزن التقديرى لدرجة عينة البحث على عبارات استبيان (الترويح الرياضي) ورصدت نتائج ذلك فى الجداول التالية :

جدول (٦)

الأهمية النسبية والتكرارات والنسبة المئوية لإجابات عينة البحث على المحور الاول
دوافع اجتماعية لممارسي الترويح الرياضي للمرحلة الاعدادية

ن=٢٥٠

م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديرى
		ك	%	ك	%	ك	%		
١	يمنحنى الترويح الرياضى السعادة والسرور	١٩٥	٧٨,٠٠	٣١	١٢,٤٠	٢٤	٩,٦٠	٨٩,٤٧	٢٢٤,٧٤
٢	يمنحنى الترويح الرياضى المتعة والتشويق	١٨٩	٧٥,٦٠	٣٥	١٤,٠٠	٢٦	١٠,٤٠	٨٨,٤٠	٢٠١,٤٦
٣	ينمى الترويح الرياضى مهاراتي ومواهبى الرياضية المختلفة.	١٤٩	٥٩,٦٠	٧٥	٣٠,٠٠	٢٦	١٠,٤٠	٨٣,٠٧	٩٢,٠٢
٤	يوجد تشجيع من الأسرة علي ممارسة أي نوع من الأنشطة الرياضية	١٥٥	٦٢,٠٠	٦٨	٢٧,٢٠	٢٧	١٠,٨٠	٨٣,٧٣	١٠٢,٥٤
٥	يشبع الترويح الرياضى الميل للحركة أو للعب أو لهواية معينة.	١٥٩	٦٣,٦٠	٥٥	٢٢,٠٠	٣٦	١٤,٤٠	٨٣,٠٧	١٠٥,٢٢





م	العبارة	نعم		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديرى	ك	ك
		%	ك	%	ك				
٦	يساعدنى الترويح على حب الاخرين و التغلب على الانانية	٧٥,٢٠	٣٠	١٢,٠٠	٣٢	٨٧,٤٧	٦٥٦	١٢,٨٠	١٩٧,٢٢
٧	يساعدنى على التعود علي احترام المواعيد	٧٢,٤٠	٣٤	١٣,٦٠	٣٥	٨٦,١٣	٦٤٦	١٤,٠٠	١٧١,٧٠
٨	يساعدنى فى التخلص من الميول العدوانية والسلوك الغير أخلاقي بشكل مقبول اجتماعيا.	٧١,٦٠	٤٠	١٦,٠٠	٣١	٨٦,٤٠	٦٤٨	١٢,٤٠	١٦٥,٢٢
٩	أفضل اللعب مع الأصدقاء على الألعاب الالكترونية.	٧٤,٠٠	٣٧	١٤,٨٠	٢٨	٨٧,٦٠	٦٥٧	١١,٢٠	١٨٦,٥٤
١٠	أحدد وقتا لممارسة النشاط الرياضي بعد الانتهاء من الواجبات المدرسية.	٧١,٢٠	٣٨	١٥,٢٠	٣٤	٨٥,٨٧	٦٤٤	١٣,٦٠	١٦١,٤١
١١	اكتسب غالبا صداقات من خلال أنشطة وقت الفراغ	٧٢,٠٠	٣٨	١٥,٢٠	٣٢	٨٦,٤٠	٦٤٨	١٢,٨٠	١٦٨,٤٢
١٢	أنشطة وقت الفراغ تساعد على احساسى بالانتعاش	٧٣,٦٠	٢٨	١١,٢٠	٣٨	٨٦,١٣	٦٤٦	١٥,٢٠	١٨٣,٠١

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة احصائياً بين استجابات عينة البحث على عبارات المحور (دوافع اجتماعية) لاستبيان (الترويح الرياضي) فى جميع العبارات حيث كانت قيمة كا ٢ المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٠٥، كما اتضح أن النسب المئوية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات المحور قد تراوحت بين (٨٣.٠٧٪، ٨٩.٤٧٪).

ويرى الباحثون أن الأنشطة الترويحية الرياضية تمكن الطفل من مواجهة العديد من التحديات في المواقف الاجتماعية أثناء تفاعله مع الأقران والراشدين إذا تتطلب هذه المواقف الاجتماعية مجموعة من المهارات المركبة التي تمكن الطفل من الإدارة الناجحة للمواقف.

يشير محمد إبراهيم الذهبي (٢٠٠٥) إلى أنه من أهم مميزات الترويح الرياضي للتنفيس، فالمنافسة توفر مجالاً خاصاً للتنفيس عن الرغبات العدوانية سواء للاعبين أو المشاهدين فالنشاط الترويحي الرياضي يوفر الفرص للتخلص من الضغط العصبي الذي يعترضنا في طريقتنا الحديثة للحياة. (٨ : ١٤)

وتساعد البرامج الترويحية على تنشيط أطفال المدارس على كثير من العادات الاجتماعية الحسنة وتوجههم إلى كيفية حل المشكلات بطريقة تتناسب مع قدراتهم مما يكسبهم القدرة على التعبير عن الذات والثقة بالنفس والوعي الذاتي والعديد من الفوائد النفسية، كتدريب الطفل على تقبل الهزيمة وإطاعة الأوامر. (٣ : ٢٢٧)





ويذكر "ريسي Reese (2007) أن الأنشطة الترويحية ضرورة حتمية للأطفال، فهي تحقق الإشباع الفطري لهم، وتجعل التعلم يحدث بشيء من المتعة، كما تؤدي إلى زيادة شعور الطفل بما حوله لأنها تعد أحد مظاهر التجديد التربوي، وتعتمد فكرتها الأساسية على كيفية جعل الطفل فعالاً ونشطاً عن طريق تحفيزه للعمل عن طريق الإثارة والتشويق. (٢٠ : ٣٠٠)

ويرى الباحثون أن الأنشطة الترويحية من أكثر الأنشطة التي يمارسها الفرد ويشعر عند ممارستها بالسعادة والسرور والمتعة وذلك من خلال ما توفره من أنشطة عديدة يستطيع الفرد من خلالها أن يعبر عن ذاته وأن يبتكر وأن يمارسها دون الالتزام بالقواعد القانونية مع مراعاة عدم الإضرار بمشاعر الغير.

وتتيح الأنشطة التي يمارسها الطلاب الفرصة لتكوين علاقات مع الأصدقاء وذلك من خلال الحفلات والرحلات الجماعية ورحلات الخلاء والتي من خلالها يستطيع الفرد الانتماء إلى الجماعات وهي رغبة قوية لدى الأفراد في كل الأعمار.

ويتفق ذلك مع دراسة ميادة محمد فهمي الجمل (٢٠١٧م) (١٧) دراسة محمد أحمد عوض أحمد (٢٠١٨م) (١١) الذي يؤكد على أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية. الذي يعان من مشاعر الاغتراب النفسي. ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية يؤثر إيجابياً في التخلص من مشاعر الاغتراب النفسي. الطلبة الوافدين لديهم وعى أكبر لأهمية الأنشطة الترويحية الرياضية من الطالبات

جدول (٧)

الأهمية النسبية والتكرارات والنسبة المئوية لإجابات عينة البحث على المحور الثاني
دوافع صحية لممارسي الترويج الرياضي

ن=٢٥٠

م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديري	كأ
		ك	%	ك	%	ك	%			
١	أنشطة وقت الفراغ تسهم بالارتقاء بصحتي	١٨٣	٧٣,٢٠	٣٠	١٢,٠٠	٣٧	١٤,٨٠	٨٦,١٣	٦٤٦	١٧٩,١٠
٢	أنشطة وقت الفراغ هامة جداً لي	١٦٩	٦٧,٦٠	٣٥	١٤,٠٠	٤٦	١٨,٤٠	٨٣,٠٧	٦٢٣	١٣٢,٨٢
٣	ممارسة الرياضة تكسبني العادات الصحية السليمة	١٧٢	٦٨,٨٠	٣٤	١٣,٦٠	٤٤	١٧,٦٠	٨٣,٧٣	٦٢٨	١٤٢,١١
٤	يكسبني الترويج الرياضي القوام السليم المتناسق	١٩٥	٧٨,٠٠	٢٢	٨,٨٠	٣٣	١٣,٢٠	٨٨,٢٧	٦٦٢	٢٢٥,١٨





م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديري	كا
		ك	%	ك	%	ك	%			
٥	ممارسة الانشطة الرياضية ينشط الدماغ ويزيد من ذكائي	١٩٥	٧٨,٠٠	٢٣	٩,٢٠	٣٢	١٢,٨٠	٨٨,٤٠	٦٦٣	٢٢٤,٩٤
٦	ممارسة الانشطة الرياضية تسهم في تحسين وتعزيز التنسيق بين الحواس (حركات الأذن والعين واليد).	١٧٢	٦٨,٨٠	٣٢	١٢,٨٠	٤٦	١٨,٤٠	٨٣,٤٧	٦٢٦	١٤٢,٦٩
٧	قضاء أوقات طويلة في ممارسة الانشطة الرياضية قد يؤدي إلى ضعف في صحتي	١٨٢	٧٢,٨٠	٤٣	١٧,٢٠	٢٥	١٠,٠٠	٨٧,٦٠	٦٥٧	١٧٧,١٨
٨	ممارسة الانشطة الرياضية قد تؤثر سلبا على الأداء الدراسي	١٦٣	٦٥,٢٠	٤٨	١٩,٢٠	٣٩	١٥,٦٠	٨٣,٢٠	٦٢٤	١١٤,٧٣
٩	قضاء أوقات طويلة في ممارسة الانشطة الرياضية قد يؤدي إلى مشاكل صحية	١٦٩	٦٧,٦٠	٤٧	١٨,٨٠	٣٤	١٣,٦٠	٨٤,٦٧	٦٣٥	١٣٣,١١
١٠	ممارسة الانشطة الرياضية تجعلني لا استطيع النوم جيدا	١٥٦	٦٢,٤٠	٥٦	٢٢,٤٠	٣٨	١٥,٢٠	٨٢,٤٠	٦١٨	٩٦,٩٩
١١	قضاء أوقات طويلة في ممارسة الانشطة الرياضية قد يؤدي إلى النحافة	١٥٨	٦٣,٢٠	٦١	٢٤,٤٠	٣١	١٢,٤٠	٨٣,٦٠	٦٢٧	١٠٥,٧٥
١٢	قضاء أوقات طويلة في ممارسة الانشطة الرياضية قد يؤدي إلى سوء التغذية.	١٦٢	٦٤,٨٠	٤٤	١٧,٦٠	٤٤	١٧,٦٠	٨٢,٤٠	٦١٨	١١١,٣٩

يتضح من جدول (٧) وجود فروق دالة احصائياً بين استجابات عينة البحث على عبارات المحور (دوافع صحية) لاستبيان (الترويج الرياضي) في جميع العبارات حيث كانت قيمة كا المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٠٥، كما اتضح أن النسب المئوية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات المحور قد تراوحت بين (٨٢.٥٠ % ، ٨٨.٤٠ %).

ويرى الباحثون أيضاً أن الأنشطة الترويحية تزيد من دافعية الإنجاز ودافعية التعليم لدى الأطفال الصغار، كما أنها تدعم السلوك التعليمي والاجتماعي، فاستخدام الألعاب الحركية الترويحية التي تخص الخيال تسمح لهم بأسلوب شيق عند عرض معلوماتهم المتعلمة.

وتشير "دعاء فتحي البشبيشي (٢٠٠٥) على أن الترويج عند الطفل بمثابة الميدان الذي يعبر فيه عن مشاعره ومسرح خيالاته وعن طريقه يتصل بمن حوله وينمو جسدياً ونفسياً واجتماعياً. (٤) :

(٣٧)

وتؤكد نهلة إبراهيم نقلاً عن سارة وكراج Sara & Ciarg (2000) على ضرورة الاهتمام بدعم الترويج وجعله جزءاً من ثقافة المجتمع للمساهمة في تحقيق المتعة والسعادة الإنسانية إضافة إلى قيمته الحيوية في حل العديد من مشكلات المجتمع. (١٨ : ١٤٦)





ويرى الباحثون أن المتعة لغرض المتعة من ممارسة النشاط الترويحي الرياضي فكثيراً ما نلاحظ أن الأفراد الذين يمارسون رياضة أو لعبة معينة بغرض ترويحي لا يجيدونها ومع ذلك يجدون متعة ويشعرون بالسعادة لرمي أو قذف أو استقبال الكرة وتكوين فريقين مثلاً ولا يتبعون إلا القليل من القواعد والقوانين الخاصة بهذه اللعبة أو تلك الرياضة.

ويتفق مع ذلك دراسة عصام سعد (٢٠٠٠) صبحي سراج (٢٠٠٧) أن مميزات الأنشطة الترويحية الاجتماعية يمكن حصرها فيما يلي: تهيئة الفرص للتعاون بين الأفراد سواء من الجنسين أو الجنس الواحد-مقابلة الحاجات النفسية الأساسية كالحاجة إلى الانتماء والتعاون. هيئة المجالات المتعددة للتعبير الحر المبتكر عن النفس-تهيئة الفرص لخدمة الآخرين-تهيئة الفرص لتعلم أنشطة ترويحية جديدة- تنمية القدرة على تفهم طبيعة الإنسان بدون تعصب لضغوط المنافس

جدول (٨)

الأهمية النسبية والتكرارات والنسبة المئوية لإجابات عينة البحث على المحور الثالث
دوافع نفسية لممارسي الترويح الرياضي

ن=٢٥٠

م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديري	كا
		ك	%	ك	%	ك	%			
١	الممارسة الرياضية تعمل على إزالة التوترات النفسية الشديدة	١٥٨	٦٣.٢٠	٣٤	١٣.٦٠	٥٨	٢٣.٢٠	٨٠.٠٠	٦٠٠	١٠٣.٨١
٢	ممارسه الانشطة الرياضية التي تعتمد على العنف يمكن أن تزيد من الأفكار والسلوكيات العدوانية	١٦٨	٦٧.٢٠	٣٤	١٣.٦٠	٤٨	١٩.٢٠	٨٢.٦٧	٦٢٠	١٣٠.٢١
٣	الممارسة الرياضية تعتبر بالنسبة لي احسن فرصة للاسترخاء	١٧٠	٦٨.٠٠	١٩	٧.٦٠	٦١	٢٤.٤٠	٨١.٢٠	٦٠٩	١٤٥.٧٨
٤	الممارسة الرياضية تساعدني في التغلب على الصراعات النفسية والعدوان	١٦٩	٦٧.٦٠	٢٠	٨.٠٠	٦١	٢٤.٤٠	٨١.٠٧	٦٠٨	١٤٢.١٨
٥	تؤدي الانشطة الرياضية إلى تشييط الفكر والتفكير الإبداعي وتنمية المهارات الحركية	١٨٥	٧٤.٠٠	٢١	٨.٤٠	٤٤	١٧.٦٠	٨٥.٤٧	٦٤١	١٨٩.٢٢
٦	اشعر بان الرياضة تبعدني عن المشاكل المتعددة	١٦٥	٦٦.٠٠	٥١	٢٠.٤٠	٣٤	١٣.٦٠	٨٤.١٣	٦٣١	١٢١.٧٨





م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديرى	كا
		ك	%	ك	%	ك	%			
٧	الممارسة الرياضية تستطيع ان تجعلني سعيدًا بصورة حقيقية	١٨٥	٧٤.٠٠	٢٣	٩.٢٠	٤٢	١٦.٨٠	٨٥.٧٣	٦٤٣	١٨٨.٢٢
٨	الممارسة الرياضية أستطيع ان افرغ فيها طاقتى	١٦٧	٦٦.٨٠	٢٦	١٠.٤٠	٥٧	٢٢.٨٠	٨١.٣٣	٦١٠	١٣١.٧٧
٩	أفضل الانشطة الرياضية بدلا من الخروج للتنزه	١٦٥	٦٦.٠٠	٤٥	١٨.٠٠	٤٠	١٦.٠٠	٨٣.٣٣	٦٢٥	١٢٠.٢٠
١٠	اثناء النوم احلم اننى امارس الانشطة الرياضية	١٤٩	٥٩.٦٠	٥٢	٢٠.٨٠	٤٩	١٩.٦٠	٨٠.٠٠	٦٠٠	٧٧.٦٧

يتضح من جدول (٨) وجود فروق دالة احصائياً بين استجابات عينة البحث على عبارات المحور (دوافع نفسية) لاستبيان (الترويح الرياضي) فى جميع العبارات حيث كانت قيمة كا ٢ المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٠٥، كما اتضح أن النسب المئوية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات المحور قد تراوحت بين (٨٠.٠٠٪، ٨٥.٧٣٪) .

ويرى الباحثون أيضاً أن الأنشطة الترويحية تساعدنى فى التغلب على الصراعات النفسية والعدوان كما تستطيع الممارسة الرياضية أستطيع ان افرغ فيها طاقتى كما تزيد من الأفكار والسلوكيات العدوانية و تبعدنى عن المشاكل المتعددة.

وتشير "مريم عبده فرج (٢٠٠٢) أن المهارات الترويحية من الأمور الهامة في حياة أطفال المدارس ويمكن استثمار رغباتهم في ممارسة هذه الأنشطة في تعليمهم وتدريبهم على جوانب معرفية وحياتية عديدة. (١٩ : ١٢٤)

ويبرز دور الترويح الرياضي في تخفيف حدة السلوك العدواني والتخلص من الميول العدوانية حيث أن المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية توفر مجالاً غصباً للتفيس عن الرغبات العدوانية، فالنشاط الرياضي يوفر فرص التخلص من الضغط العصبي الذي نقابله في حياتنا. (١٠ : ١٤)

ويرى أشرف محمد عبد الحميد (٢٠٠٧) أن اللعب يهيئ الفرصة للطفل لكي يتخلص من الصراعات التي يعانيتها، وأنه يخفف من حدة التوتر والإحباط الذي ينوء به، حيث يؤدي إلى تفريغ





الطاقة والنشاط الزائد عند الطفل والتعبير عن الانفعالات والمشاعر السلبية التي قد يعاني منها الطفل بطرق مخططة تضبط عدوانيتهم. (١ : ٢٤٨)

ويشير تيمور راغب (٢٠٠٦) أنه من خلال ممارسة الأنشطة الترويحية يستطيع كل طفل أن يعبر عن مشاعره وأحاسيسه وتنمي قدراته وثقته بنفسه وإنتاجه، وكذلك تظهر مواهبه بالإضافة إلى أن تنمو معلوماته وتتأثر اتجاهاته ويتطور سلوكه إلى السلوك الأفضل. (٣ : ٧٧، ٧٨)

ويرى الباحثون أن الأهداف التي تهتم بالفرد الممارس لمناشطها من الجانب النفسي، وتحتوي على الأهداف التالية: تنمية الرغبة واستثارة دافعية الفرد نحو ممارسة النشاط الحركي - تحقيق السعادة لحياة الفرد والترويح عن ذاته - التعبير عن الذات وتفرغ الانفعالات المكبوتة - تحقيق الاسترخاء والتوازن النفسي للفرد - إشباع الدافع للممارسة وللمغامرة - ويتفق ذلك مع دراسة : عصام سعد ٢٠٠٠ الذي توصل الى أن الترويح يساعد في التغلب على ظاهرة العزلة الاجتماعية التي تسود المجتمع المعاصر بتكوين علاقات مع الآخرين - تحقيق التوافق الاجتماعي للأفراد والجماعات - تشكيل السلوك الاجتماعي السوي - ممارسة الحياة الاجتماعية الديمقراطية الناجحة

جدول (٩)

الأهمية النسبية والتكرارات والنسبة المئوية لإجابات عينة البحث على المحور الرابع
الخطورة لممارسي الترويح الرياضي

ن=٢٥٠

م	العبارة	نعم		الى حد ما		لا		الاهمية النسبية	الوزن التقديري	ك ^٢
		ك	%	ك	%	ك	%			
١	أحب ممارسه الأنشطة الرياضية التي تتميز بالخطورة	١٨٦	٧٤,٤٠	٢٩	١١,٦٠	٣٥	١٤,٠٠	٨٦,٨٠	٦٥١	١٨٩,٩٤
٢	اميل الى الأنشطة الرياضية التي ترتبط بالمخاطرة والاحتمالات الكبيرة للإصابات	٤٦	١٨,٤٠	٣٠	١٢,٠٠	١٧٤	٦٩,٦٠	٨٣,٧٣	٦٢٨	١٤٩,٥٠
٣	إذا طلب مني الاختيار فإنني افضل الأنشطة الخطرة عن الأنشطة الرياضية غير الخطرة او الاقل خطورة	١٧٢	٦٨,٨٠	٢٨	١١,٢٠	٥٠	٢٠,٠٠	٨٢,٩٣	٦٢٢	١٤٤,٤٢
٤	الأنشطة الرياضية التي تتطلب جراءة ومغامرة افضلها الى اقصى مدى	١٦٦	٦٦,٤٠	٥٤	٢١,٦٠	٣٠	١٢,٠٠	٨٤,٨٠	٦٣٦	١٢٦,٤٦
٥	تعجبنى الأنشطة الرياضية التي تتطلب مني السيطرة على المواقف الخطرة	١٦٧	٦٦,٨٠	٣٩	١٥,٦٠	٤٤	١٧,٦٠	٨٣,٠٧	٦٢٣	١٢٦,١٥





يتضح من جدول (٩) وجود فروق دالة احصائياً بين استجابات عينة البحث على عبارات المحور (الخطورة) لاستبيان (الترويح الرياضي) في جميع العبارات حيث كانت قيمة كا^٢ المحسوبة أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥، كما اتضح أن النسب المئوية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات المحور قد تراوحت بين (٨٢.٩٣٪ ، ٨٦.٨٠٪)

ويرى الباحثون أيضاً أن الأنشطة الترويحية التي تميل الي المخاطرة تتميز بزيادة التشويق والاثارة مما تشبع ميول الدى طلاب للحاجة الي المتعة.

ويشير عصام نور (٢٠٠٦) إلى أن الترويح يساعد الطفل على اكتساب معارف جديدة من خلال ما يقوم به من فعل ورد فعل، أو ما يقوم به وما يترتب عليه من نتائج الأمر الذي يسمح بتكيف الطفل وإكسابه مهارات سلوكية جديدة تلائم المواقف المختلفة من خلال لعب الأدوار المختلفة، كما يساعد اللعب على إعادة التكيف وكل ذلك يتم دون مخاطرة أو نتائج ضارة (٨ : ٥٣)

يرى "جيلي كاسينج Gayle Kssing (2006) أن الترويح يشير إلى عدد كبير من الأنشطة والخبرات التي يشترك فيها الأطفال طواعية أثناء وقت الفراغ ويشعرون من خلاله بالمتعة الداخلية المستمرة في المشاركة. (٢٣ : ٣٠)

ويرى الباحثون أن الواقع للحركة والنشاط يعتبر دافع أساسي لجميع الأفراد ويزداد في الأهمية لدى الصغار والشباب، والغرض الحركي أساس النشاط البدني في البرنامج الترويحي و يعمل النشاط الترويحي على تنمية قوة وتناسق ومرونة عضلات الجسم والتوافق العضلي العصبي و يعمل النشاط الترويحي على رفع مستوى الحيوية، والجلد ومقاومة التعب و يعمل النشاط الترويحي على التخلص من الضغط العصبي وبالتالي يعمل على الراحة و يعمل النشاط الترويحي على التخلص من الطاقة الزائد

ويتفق ذلك مع دراسة محمد السمودي (٢٠٠٣) (١٥) أن يوفر النشاط الترويحي الفرص لإشباع رغبة حب الاستطلاع والاجتماعية وتأكيد الذات والتعبير عن النفس والتقليد والمحاكاة ويوفر النشاط الترويحي الفرص لتنمية الثقة بالنفس ويقضي على الخجل ويبعث على السعادة في الوصول وتحقيق النجاح و يعمل النشاط الترويحي على رفع مستوى الصحة العقلية.

وبهذا يتحقق التساؤل الذى ينص على :-

ما تأثير ممارسة الترويح الرياضى لمرحلة التعليم الاساسى بمحافظة المنوفية ؟





الاستخلاصات والتوصيات

أولاً: الاستخلاصات:

في ضوء هدف البحث ومنهجيته , والعينة التي طبقت عليها الدراسة , والتحليل الإحصائي المستخدم قد أدت إلي ظهور هذه النتائج التالية :-

التوصل إلي قائمة من المحاور التي يمكن القياس بها للترويح الرياضي لدى طلاب المرحلة الاعدادية وهي (دوافع اجتماعية , وصحية , نفسية , الخطورة) .

أ : الاستخلاصات الدوافع اجتماعية لممارسة الترويح الرياضي :

١. الترويح الرياضي والترفيه تجلب السعادة والفرح وتمنح المتعة والإثارة
٢. ممارسة الرياضة الترفيهية من تمارين تنمي مهارات التلاميذ ومواهبهم الرياضية المختلفة.
٣. يشجع أفراد الأسرة المشاركة في أي نوع من الأنشطة الرياضية

ب : الاستخلاصات الدوافع الصحية لممارسة الترويح الرياضي :

١. تساعد الأنشطة الترفيهية على تحسين الصحة و التمرين يساعد على تطوير عادات صحية
٢. الرياضة وأوقات الفراغ تمكن من الحصول على جسم صحي ومتناغم
٣. يمكن أن تؤدي ممارسة الرياضة إلى تنشيط الدماغ وزيادة الذكاء

ج : الاستخلاصات الدوافع النفسية لممارسة الترويح الرياضي :

١. تساعد التمارين الرياضية في التغلب على الصراع النفسي والعدوان
٢. تحفز الأنشطة الرياضية التفكير والتفكير الإبداعي وتنمي المهارات الرياضية
٣. الترويح الرياضي يبعد عن العديد من المشاكل
٤. تجعل ممارسة الرياضة التلاميذ في حالة سعادة

د : الاستخلاصات الخطورة لممارسة الترويح الرياضي :

١. التلاميذ تفضل الأنشطة المغامرة على الرياضات غير الخطرة أو الأقل خطورة
٢. الأنشطة الرياضية التي تتطلب الجرأة والمغامرة هي الأفضل
٣. الأنشطة الرياضية التي تتطلب التحكم في المواقف الخطرة يفضلها التلاميذ





التوصيات:

- استنادا على أشارت إليه النتائج وما توصلت إليها الباحثون من استنتاجات يوصى الباحثون بما يلي:-
- الاهتمام بتطبيق مقياس الترويح الرياضي المقترح لدى طلاب مرحلة التعليم الاساسى.

توصيات لأولياء الأمور:

- ← اختيار الألعاب المناسبة لعمر وجنس الطفل، توجيه الأطفال لشراء الألعاب التي تنمي الذوق لهم، والتي تساعد علي تنمية الذاكرة للطفل.
← مساعدة الأطفال في اختيار الألعاب التي يتم تشغيلها علي هذه الأجهزة.
← اختيار الألعاب التثقيفية والتربوية البعيدة عن العنف.
← تحديد وقت يومي لا يتجاوز الساعتين كحد أقصى في استخدام الألعاب الإلكترونية.
← الاهتمام بجلوس الطفل بشكل صحي لحماية الجهاز العصبي والعصبي.
← توعية الآباء بخطورة بعض الألعاب الإلكترونية وخاصة ما يتسم منها بالعنف، وبخطورة قضاء وقت طويل أمام الألعاب الإلكترونية علي صحة الطفل الجسمية والنفسية والاجتماعية ومحاولة أشتراك ابنائهم في ممارسة الأنشطة الترويحية.

المراجع

اولاً : المراجع العربية :-

١. أشرف محمد عبد الحميد (٢٠٠٧م): الصحة النفسية للعاديين وذوي الاحتياجات الخاصة، دار الزهراء، الرياض.
٢. تهاني عبد السلام (٢٠٠١م): الشباب والترويح والحياة، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
٣. تيمور راغب (٢٠٠٦م): اهتمامات مرتادي القرى السياحية بالأنشطة الترويحية دراسة تحليلية، المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، العدد (٧) سبتمبر.
٤. حلمي إبراهيم، ليلي فرحات (١٩٩٨م): التربية الرياضية والترويح للمعاقين، دار الفكر العربي، القاهرة.





٥. دعاء فتحي البشبيشي (٢٠٠٥م): فاعلية أنشطة الترويح الدرامي في تنمية السلوك التوافقي للأطفال القابلين للتعلم بمدارس التربية الفكرية بمدينة طنطا، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.
٦. شيماء محمد محمود (٢٠٠٤): توظيف الحاسب الآلي في وضع معايير للقدرات التوافقية للأطفال، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.
٧. صبحي سراج (٢٠٠٧) "تأثير برنامج ترويح رياضي في بعض المتغيرات النفسية والفسولوجية والبيوكيميائية لمدمني المخدرات"، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا،
٨. عصام نور (٢٠٠٦م): سيكولوجية الطفل، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية.
٩. عصام سعد (٢٠٠٠) "أثر برنامج للترويح الرياضي على بعض المتغيرات البدنية والفسولوجية والرضا النفسي لدى طلاب جامعة قناة السويس"، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة قناة السويس
١٠. عبد اللطيف الجزار (٢٠٠٥م): مقدمة في تكنولوجيا التعليم النظرية والعملية، كلية البنات، جامعة عين شمس، القاهرة.
١١. كمال الدين عبد الرحمن درويش ومحمد محمد الحماحمي (٢٠٠٤م): رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، ط٢، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
١٢. كمال الدين عبد الرحمن درويش، وامين أنور الخولى (٢٠٠١م): الترويح وواوقات الفراغ (التاريخ والفلسفة - الاجتماعات - البرامج والانشطة)، دار الفكر العربي للطباعة والنشر، القاهرة.
١٣. محمد إبراهيم الذهب (٢٠٠٨م): برنامج مقترح للأنشطة الترويحية في ضوء التوجيهات الفلسفية لدى طلاب الجامعات المصرية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
١٤. محمد أحمد عوض أحمد (٢٠١٨م): ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلاب الوافدين بجامعة المنصورة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.
١٥. محمد السمودي (٢٠٠٣م): الترويح الرياضي وأوقات الفراغ، المنصورة، مكتبة شجرة الدر.





١٦. محمد محمد الحماحمى وعائدة عبد العزيز (٢٠٠٦م): الترويح بين النظرية والتطبيق، الطبعة الرابعة، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

١٧. محمد مصطفى مصطفى صالح (٢٠١٥م): تأثير برنامج ترويح رياضي على مهارات التفاعل الاجتماعي لدى الأطفال ذوي النشاط الزائد المصحوب بنقص الانتباه، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بورسعيد

١٨. محمود أسماعيل طلبة (٢٠١٠م): سيكولوجية الترويح وأوقات الفراغ، دار اسلاميك جرافيك للطباعة والنشر، القاهرة.

١٩. مريم عبده فرج (٢٠٠٢م): مدى فعالية برنامج إرشادي في تعديل السلوكيات غير التوافقية لدى المتخلفين عقلياً (القابلات للتعلم) رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات للطفولة جامعة عين شمس.

٢٠. مصطفى عبد السميع محمد (٢٠٠١م): تكنولوجيا التعليم - دراسات عربية، مركز الكتاب للنشر، ط ٣، القاهرة.

٢١. ميادة محمد فهمى الجمل (٢٠١٧م): فاعليه برنامج ترويحى رياضى على جودة الحياه للسيدات كبار السن، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.

٢٢. نهلة إبراهيم (٢٠٠٣م): تقويم البرامج الترويحية في دور المسنين بمحافظة الإسكندرية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.

ثانياً : المراجع الأجنبية :-

23. **Pierre Coslin(2000):** Entree dans l adolescence, ed academic de Paris.

24. **Reese.Firststeps and beyond (2007):**SecioulGame preparation for futuze leazuning Journal Educational Maltimedia and H y permedia.

25. - <http://alexmedia.forumsmotions.com/t1٥٠٠-topic>

مي (٢٠١٠م) : سلبيات و ايجابيات الالعاب الالكترونية. تم استعراضه بتاريخ ٢٥/١٢/٢٠٢٢ هـ ع

