

البيئة الترويحية الأسرية وعلاقتها بالوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (٩-١٢ سنة) بمحافظة أسيوط

د/ نسرين نادى عبد المجيد محمد*

المقدمة ومشكلة البحث:

تعد التربية الصحية عملية تربية يتحقق عن طريقها رفع مستوى الوعي الصحي، فمن خلالها يزود الفرد بالمعلومات والخبرات بقصد التأثير في معرفتهم وسلوكهم وميولهم الصحية وكذلك صحتهم وصحة مجتمعهم الذي يعيشون فيه كي ينعموا بحياة سليمة.

ويشير "بهاء سلامة" (١٩٩١م) إلى أن التربية الصحية تحقق العديد من الأهداف التي تقيد التلاميذ وتتمثل هذه الأهداف في تحقيق السلامة والكفاية البدنية والنفسية والاجتماعية والصحية، وتعليم التلميذ السلوك والعادات الصحية السليمة كما أنها توفر لهم الرعاية الصحية عن طريق التوعيات الوقائية عن مسببات الأمراض وذلك من خلال استغلال أوجه النشاط الرياضي المختلف لتزويد التلاميذ بالمعلومات الصحية عن اثر وفوائد ممارسة الرياضة على أجهزة الجسم والمعلومات حول الغذاء المناسب، وأهمية الاستحمام بعد ممارسة التمرينات. (٤: ٢١٨ - ٢٢٠)

وأن مفهوم التنشيط والوعي الصحي يعني تثقيف الأفراد واثارة وعيهم لغرض تغيير سلوكهم وعاداتهم خاصة في حالة انتشار الأمراض داخل المجتمع، وكذلك غرس العادات والتقاليد الاجتماعية التي من شأنها تدعيم الجانب الصحي وتطوره مثل ممارسة الرياضة والتغذية الصحية والعادات القوامية السليمة، أن مسألة اللعب في الوعي الصحي والنجاح في تأسيسه لدى الأفراد له علاقة وثيقة بتشكيل جانب مهم من جوانب شخصيتهم، ولهذا فإن هذه المسألة يجب أن تلقى عناية مخطط لها ومقصودة شأنها في ذلك شأن العملية التعليمية النظامية في أي مستوى دراسي. (٧: ٣٢)

*مدرس بقسم علوم الصحة الرياضية- بكلية التربية الرياضية - جامعة أسيوط

وتعتبر الأسرة هي أول بيئة جماعية يعيش فيها الطفل حيث تمثل الخلية الاجتماعية الأولى التي تضع بصماتها على مستقبل حياة الأبناء وهي تؤثر بشكل كبير على نمو الفرد حيث يتعلم من خلالها كيف يتعامل مع الآخرين من حوله، كما تعد الأسرة أحد البيئات الهامة والتي لها دور مؤثر وكبير في مساعده الأبناء على تحقيق النمو الشامل والمتزن وتحقيق الترابط الاجتماعي من خلال عملية التنشئة الاجتماعية والترويحوية السليمة والتي لها تأثير كبير على ملامح شخصياتهم وتشكيلها تشكيلا فرديا وجماعيا وكذلك توجيههم وضبط سلوكياتهم ليصبحوا مواطنون يتصرفون بشكل ملائم يتوافق مع طبيعة المجتمع والقيم السائدة فيه.

ويشير "محمد الحماحمي، عايدة عبد العزيز" (٢٠٠٦م) بأن للأسرة دور هام في تكوين الميول والاتجاهات لدى أبنائها نحو الترويح ومجالاته المختلفة وذلك من خلال توفير البيئة الترويحوية المشجعة على استثمار الفراغ واستغلاله جيدا، كما أن للبيئة الأسرية دورا في تقرير العديد من الاتجاهات والقيم التي تؤدي إلى تعليم الأبناء أهمية وكيفية قضاء وقت الفراغ. (٢٠: ٩)

وترى الباحثة أن للوعي الصحي دور كبير في تكوين الوعي الصحي والاتجاهات، فالوعي الصحي يسيطر على اتجاهاتنا وسلوكنا الصحي بالرغم من الاختلافات الواضحة في المجتمع.

ويعد المستوى الصحي والمظهر القوامي الجيد مقياسين للتقدم والرقى الحضاري لكل أمة لذلك فإن دول العالم المتحضر جميعها تعنى عناية فائقة بأفراد شعوبها على اختلاف أعمارهم وأجناسهم وألوانهم كما تولى عناية خاصة بالناشئ إيماننا منها بما للناشئ من دور هام في بناء وأعمار مستقبل البلاد وتعمل هذه الدول جاهدة بكل ما أوتيت من إمكانيات وقدرات على توفير سبل الرعاية الصحية الشاملة وتقديم الخدمات المختلفة لمواطنيها باذلة في سبيل ذلك الغالي والنفيس سواء في الوقت أو الجهد أو المال، وهي مدركة بأن هذا كله سوف يعود عليها بالخير العميم. (٥ : ٤)

فقد أصبحت ظاهرة الفراغ والترويح تدخل ضمن نسيج النظم الاجتماعية التي يتألف منها المجتمع، كما بدأ الاهتمام بالترويح كأحد مظاهر السلوك الإنساني وأحد الحاجات الإنسانية التي تمس حياة كل فرد، ولذا فقد تزايد الاهتمام بالترويح وتعددت مجالاته لمواجهة الزيادة النامية لوقت الفراغ في المجتمع المعاصر وزيادة الطلب على الترويح لاستثمار هذا الوقت. (٢١: ٤٩)

وبما أن مرحلة الطفولة من أهم مراحل النمو لأنها الأساس الذي يؤثر في الفرد، وتؤثر في حياته إلى الشيخوخة، وهي الفترة التي تتكون فيها الشخصية السليمة بأبعادها ومكوناتها المختلفة ففي هذه المرحلة يكتسب الطفل مختلف المهارات والعادات السلوكية والاتجاهات اللازمة لتكوينه كإنسان، كما يتمكن من تنمية قدراته واستعداداته العقلية وفهم العلاقات الاجتماعية الصحيحة وكيفية ممارستها. (٣٢)

وتعتبر مرحلة الطفولة (٩-١٢) سنة من أهم مراحل من حيث تتميز النمو والتطور السريع الذي يطرأ على التلاميذ، كما أنه تستمر عملية التنشئة الاجتماعية في هذه المرحلة فيعرف الطفل المزيد من المعايير والقيم والاتجاهات الديمقراطية والضمير ومعاني الخطأ والصواب ويهتم بالتقييم الأخلاقي والسلوك. (٢: ١٧٧)

من خلال العرض السابق يتضح للباحثة أن الأسرة لها دور إيجابي ومؤثر نحو تنمية وتطوير استعدادات وقدرات ودوافع وميول أبناءهم ويساعد أيضاً في تكوين شخصيتهم مما يكون لها أثر إيجابي نحو المجتمع، ولذلك فإنه من الضروري الاهتمام بالأبناء في فترة إعدادهم، وأنه لا بد ان يلقوا المساعدة الكافية على اكتساب السلوكيات المطلوبة التي تمكنه من استثمار أوقات فراغه بالوسائل الترويحية المختلفة لتطوير وتنمية الوعي الصحي لديهم.

وللأسرة دوراً هاماً تجاه أبنائها وذلك بتهيئة الوسائل الترويحية المناسبة من الناحية العمرية، الشرعية والتربوية، ومشاركة الأبوين للأبناء في أثناء ممارسة

الأنشطة الترويحية في وقت الفراغ، والعمل على تهيئة الجو الترويحي المناسب من الناحية المادية والمعنوية، وبهذه المعطيات نضمن وجود الآثار الإيجابية وتجنب الآثار السلبية له، التي في النهاية تُسهم في استقرار وتماسك الأسرة.

لذا كان لزاماً على الأسرة أن تهيئ الظروف المناسبة التي تساعد على انطلاق النمو في اتجاه صحي فيمكن لها أن تقوم بإمداد أبناءهم ببعض المعلومات الصحية وان تعمل على تكوين بعض العادات الصحية لديهم من خلال استثمار أوقات فراغهم بالأنشطة الأسرية الترويحية، وتأخذ على عاتقها مسئولية التربية الصحية لأبنائهم خاصة في مرحلة التعليم الأساسي حيث أنها الفترة التي يتطور فيها جسم الطفل من ضعف الطفولة إلى قوة الشباب، وينمو فيها قدرات الفرد، وتتحدد اتجاهاته وعاداته.

وهذا ما أثار فضول الباحثة لمحاولة جاده منها للتوصل الى ما إذا كان هناك ارتباط ما بين تشجيع الأسرة لأبنائهم على ممارسة الأنشطة الترويحية وانعكاس ذلك على الوعي الصحي لدى الأبناء واكتسابهم ممارسة العادات الصحية السليمة التي تساعدهم ، ولا يكون المستوى الصحي للأبناء مرتفعاً ما لم يتم تزويدهم يقسطاً من الوعي الصحي، والذي يأتي من خلال توافر المصادر الجيدة للمعلومات الصحية والتي منها: (الأنشطة الترويحية بمختلف أنواعها)، فأن ما يتعلمه التلاميذ ويكتسبونه من خلال تلك المهارات لها الدور الأكبر في التأثير على معارفهم وسلوكهم.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين البيئة الترويحية الاسرية والوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية (٩ - ١٢) سنة.

تساؤلات البحث:

- ١- ما خصائص البيئة الترويحية الاسرية لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٩ - ١٢) سنة؟
- ٢- ما مستوى الوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٩ - ١٢) سنة ؟

٣- ما العلاقة بين البيئة الترويحية الاسرية والوعى الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٩-١٢) سنة ؟

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي (الدراسات المسحية) وذلك نظرا لملاءمته وطبيعة الدراسة.

مجتمع البحث:

اشتمل مجتمع البحث تلاميذ المرحلة الابتدائية بمدينة أسيوط من (٩-١٢) سنة والبالغ عددهم (٧٠٠٠) تلميذ وتلميذة.

عينة البحث :

جري البحث على عينة اختيرت بالطريقة العشوائية من التلاميذ المسجلين للعام الدراسي ٢٠١٨/٢٠١٩م، والبالغ عددهم (٥٠٠) تلميذ وتلميذة.

أدوات جمع البيانات:

قامت الباحثة باستخدام عدد اثنين استمارة استبيان موزعين كالتالي:

١- الاستبيان الأول: بهدف التعرف على خصائص البيئة الترويحية الأسرية لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٩-١٢) سنة إعداد (محمد مطر، حازم منصور (٢٠١٨)

٢- الاستبيان الثاني: يهدف التعرف علي مستوى الوعى الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٩-١٢) سنة إعداد (الباحثة)

أولاً: استبيان البيئة الترويحية الأسرية:

١- تحديد محاور الاستبيان:

تم عرض المحاور التي توصلت إليها الباحثة على عدد (١٠) من الخبراء في مجال الترويج وعلوم الصحة الرياضية مرفق (١)، وذلك لإبداء الرأي حول مناسبة المحاور المقترحة.

وكانت استجابة الخبراء حول محاور الاستبيان، حيث تراوحت ما بين (٦٠% : ١٠٠%)، وارتضت الباحثة قبول (٧٠%)، من موافقة السادة الخبراء على المحاور المقترحة، وبذلك توصلت الباحثة إلى المحاور الأساسية الاستبيان وعددها (٣) محاور وهي (مكانة الترويج داخل الأسرة، أهداف الترويج في الأسرة، الأنشطة الترويجية الأسرية).

٢- صياغة عبارات الاستبيان:

قامت الباحثة بصياغة العبارات التي تقيس تلك المحاور، وقد روعي عند صياغة عبارات الاستبيان أن تكون سهلة وبسيطة ومفهومة، و تم العرض على (١٠) خبراء وذلك للتعرف على مدى مناسبة صياغة العبارات وكفايتها للمحاور المستخدمة، وكانت النسبة المئوية لاستجابة الخبراء حول عبارات محاور الاستبيان قد تراوحت ما بين (٨٦.٣٣% : ١٠٠%)، وقد ارتضت الباحثة قبول العبارات التي حصلت على نسبة ٧٠% من موافقة السادة الخبراء.

المعاملات العلمية الاستبيان:

أولاً: صدق الاستبيان:

للتحقق من صدق المقياس قامت الباحثة باستخدام صدق الاتساق الداخلي عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والمجموع الكلي للمحور المنتمية اليه، حيث تم تطبيق الاستبيان على عينة استطلاعية قوامها (٥٠) تلميذ وتلميذة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية، وأظهرت معاملات صدق الاتساق الداخلي لعبارات الاستبيان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) تراوحت ما بين (٠.٥٢٩ : ٠.٨٨٩) مما يدل على الاتساق الداخلي لجميع العبارات في الاستبيان، وبذلك يمكن الاستناد إلى صدق الاتساق الداخلي بين مفردات الاستبيان ودرجة البعد التي تنتمي إليها.

وكانت معاملات ارتباط ذات دلالة إحصائية بين درجة كل محور من محاور الاستبيان والاستبيان ككل، حيث كانت معاملات الارتباط ما بين

(٠.٧٥٦ : ٠.٨١٦) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى صدق الاستبيان ككل.

٢- ثبات استمارة استبيان:

للتأكد من ثبات الاستبيان قام الباحث باستخدام طريقة معامل ثبات ألفا-كرونباخ) الاستبيان، وأوضحت المعاملات العلمية للثبات كل بُعد من أبعاد محاور الاستبيان الأول تراوحت ما بين (٠.٨٥٥ : ٠.٨٨٨) وجاء أقل من معامل ثبات الفا الكلى للمحور، والتي بلغت (٠.٨٩٠)؛ مما يدل على ثبات الأبعاد، والمحور ككل، وبذلك أصبحت أداة جمع البيانات جاهزة للتطبيق حيث قامت الباحثة بالتطبيق على العينة الأساسية خلال الفترة من ٢٠١٩/١/١٥ إلى ٢٠١٩/١/٣٠.

ثانياً: استبيان الوعي الصحي:

١- تحديد محاور الاستبيان:

قامت الباحثة بالاطلاع على المراجع العلمية المتخصصة والدراسات المرتبطة وقد توصلت الباحثة إلى (٤) محاور رئيسية، وتم عرض المحاور على عدد (١٠) من الخبراء مرفق (١) وذلك لإبداء الرأي حول مناسبة المحاور المقترحة ويوضح جدول (٦) النسبة المئوية لآراء الخبراء في محاور الاستبيان. وأظهرت استجابة الخبراء حول محاور استبيان الوعي الصحي، تراوحت ما بين (٨٦.٦٦% : ١٠٠%)، وارتضت الباحثة قبول (٧٠%)، من موافقة السادة الخبراء على المحاور المقترحة.

٢- صياغة عبارات الاستبيان:

قامت الباحثة بصياغة العبارات التي تقيس تلك المحاور، وقد روعي عند صياغة العبارات أن تكون سهلة وبسيطة ومفهومة ثم تم العرض على السادة الخبراء مرفق (١)، للتعرف على مدى مناسبة صياغة العبارات وكفايتها للمحاور المستخدمة، وكانت النسبة المئوية لآراء الخبراء حول عبارات محاور الاستبيان قد تراوحت ما بين (٤٠% : ١٠٠%)، وقد ارتضت الباحثة قبول

العبارات التي حصلت على نسبة (٧٠%) من موافقة السادة الخبراء، وتم استبعاد العبارات رقم (٣، ٤، ٨) من محور مجال التغذية، والعبارة (٣) من محور مجال الصحة الشخصية، والعبارات رقم (١، ٧، ٨، ٩) من محور مجال ممارسة النشاط الرياضي، والعبارات رقم (٤، ٧، ٨، ١٠) من محور مجال القوام، وبذلك توصلت الباحثة إلى تصميم الاستبيان في صورتها النهائية وضم (٢٠) مفردة.

المعاملات العلمية الاستبيان:

أولاً: صدق الاستبيان الوعى الصحي

استخدمت الباحثة صدق الاتساق الداخلي عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والمجموع الكلي للمحور المنتمية اليه حيث تم تطبيق الاستبيان على عينة استطلاعية قوامها (٥٠) تلميذ وتلميذة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية، وكانت معاملات صدق الاتساق الداخلي لعبارات الاستبيان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) تراوحت ما بين (٠.٤٨٦: ٠.٦٩١) مما يدل على الاتساق الداخلي لجميع العبارات في الاستبيان، وبذلك يمكن الاستناد إلى صدق الاتساق الداخلي بين مفردات الاستبيان ودرجة البعد التي تنتمي إليها.

ب- معامل الارتباط بين محاور الاستبيان والمجموع الكلي له:

وجود معاملات ارتباط ذات دلالة إحصائية بين درجة كل محور من محاور الاستبيان والاستبيان ككل، حيث كانت معاملات الارتباط ما بين (٠.٥٢٥: ٠.٦٥٦) مما يشير إلى الاتساق الداخلي الاستبيان.

٢ - ثبات استمارة استبيان الوعى الصحي:

للتأكد من ثبات الاستبيان قام الباحث باستخدام طريقة معامل ثبات (ألفا-كرونباخ) الاستبيان، اتضح أن معاملات ثبات كل بُعد من أبعاد محاور

الاستبيان الأول تراوحت ما بين (٠.٥٨٩ : ٠.٦٨٥) وجاء أقل من معامل ثبات الفا الكلى للمحور، والتي بلغت (٠.٧٠٦)؛ مما يدل على ثبات الأبعاد، والمحور ككل، وقد تكونت الصورة النهائية الاستبيان من عدد (٢٠) مفردة، تميزت بمؤشرات ثبات واضحة.

التطبيق علي العينة الأساسية:

بعد التأكد من المعاملات العلمية لأدوات جمع البيانات تم التطبيق علي العينة الأساسية والبالغ عددها (٥٠٠) تلميذ وتلميذة بمرحلة الابتدائية بمدينة أسبوط، وذلك خلال الفترة من ٢٠١٩/٢/١٠ الي ٢٠١٩/٣/١٠. عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها:

تتناول الباحثة- في هذا الجزء- عرضاً لأهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة ومناقشتها وتفسيرها وفقاً لطبيعة كل سؤال على حدة من تساؤلات الدراسة.

الإجابة التساؤل الأول:

- "ما خصائص البيئة الترويحية الأسرية لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٩-١٢) سنة"

جدول (١)

الدرجة المقدره والنسب المئوية لمحور مكانة الترويح داخل الأسرة في استبيان البيئة الترويحية الأسرية (ن=٥٠٠)

م	المفردات	الدرجة المقدره	النسبة المئوية	الترتيب
١	تسعى أسرته لنشر الثقافة الترويحية وتعظيم قيمة وقت الفراغ بين أفرادها.	١٣٢٠	٨٨	١

تابع جدول (١)

الدرجة المقدره والنسب المئوية لمحور مكانة الترويح داخل الأسرة في استبيان البيئة الترويحية الأسرية (ن=٥٠٠)

م	المفردات	الدرجة المقدره	النسبة المئوية	الترتيب
---	----------	----------------	----------------	---------

١٢	٧٨.٢٧	١١٧٤	تمثل أنشطة وقت الفراغ بالنسبة لأسرتك أسلوب حياة.	٢
٣	٨٧.٦٧	١٣١٥	يؤمن أفراد أسرتك بان استثمار وقت الفراغ يزيد من قيمته.	٣
٨	٨٤.٠٧	١٢٦١	تحرص أسرتك على إدارة أنشطة وقت الفراغ واستثماره جيدا.	٤
٧	٨٤.٤	١٢٦٦	يسعى والديك على توفير وسائل الترويح المختلفة داخل المحيط الأسرى..	٥
٦	٨٥.٤	١٢٨١	تعتمد أسرتك بان المشاركة الترويحية بين أفرادها بمثابة دعم حقيقي للاستقرار الأسرى.	٦
٥	٨٥.٢٧	١٢٧٩	تؤمن الأسرة بان الأنشطة الترويحية هي مجالاً للمتعة والاستمتاع بأوقات الفراغ.	٧
١١	٨١.٣٣	١٢٢٠	يوفر والديك جزء من موارد الأسرة مخصص لإشباع الخدمات الترويحية.	٨
١٣	٧٦.٢٧	١١٤٤	تسمح أسرتك بالذهاب لبعض الرحلات والمعسكرات الترويحية مع الأصدقاء والزملاء.	٩
١٠	٨٢	١٢٣٠	تحرص أسرتك على المشاركة في أنشطة ترويحية تتوافق مع حاجاتها ومتطلباتها.	١٠
٤	٨٦.٢	١٢٩٣	يوجد وعى لدى أفراد أسرتك بقيمة الترويح وأهميته في الحياة الأسرية.	١١
٢	٨٧.٨	١٣١٧	تشعر بالراحة والرضا عند ممارسة الأنشطة الترويحية مع أفراد أسرتك.	١٢
٩	٨٣.٧٣	١٢٥٦	تحرص أسرتك على التوازن بين أوقات الدراسة وممارسة الهوايات في أوقات الفراغ.	١٣
	٨٣.٨٨	١٦٣٥٦	مجموع المحور	

يتضح من جدول (١) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الأول مكانة الترويح داخل الأسرة حيث تراوحت استجابات العينة ما بين (٨٢% : ٨٨%) وحصل مجموع المحور الكلي (٨٣.٨٨%)، وقد أظهرت نتائج استجابات عينة الدراسة ما يلي:

حيث جاءت العبارة (١) (تسعى أسرتك لنشر الثقافة الترويحية وتعظيم قيمة وقت الفراغ بين أفرادها) في المرتبة الأولى، يليها العبارة (١٢) (تشعر بالراحة والرضا عند ممارسة الأنشطة الترويحية مع أفراد أسرتك) في

المرتبة الثانية، ثم جاءت العبارة (٣) (يؤمن أفراد أسرته بان استثمار وقت الفراغ يزيد من قيمته) في المرتبة الثالثة، وتفسر الباحثة ذلك بأن الأسرة تسعى لنشر الثقافة الترويحية وتعظيم وقت الفراغ حيث أن الشعور بالراحة والرضا، ويتفق مع ذلك مع نتائج دراسة "مصطفى على محمود" (٢٠٠٧) (٢٦) أن عملية التشجيع على استغلال وقت الفراغ يساهم في تحقيق وإشباع الرغبات والاحتياجات بما يحقق القيمة الأساسية لعملية الترويح، حيث يعد وقت الفراغ أحد الأجزاء الهامة من منظومة الوقت لدى طلاب الجامعة.

كما تتفق تلك النتائج مع نتائج دراسة "عادل محمد عواد" (٢٠٠٨) (١٤) أن عملية استغلال أوقات الفراغ بشكل جيد يساهم في تحقيق الاستقرار النفسي والرضا مع إشباع الرغبات والاحتياجات.

بينما جاءت العبارات (٢، ٩) في المرتبة الثانية عشر والثالثة عشر والتي تشير إلى (تمثل أنشطة وقت الفراغ بالنسبة لأسرتك أسلوب حياة)، (تسمح أسرته بالذهاب لبعض الرحلات والمعسكرات الترويحية مع الأصدقاء والزملاء)، قد ترجع الباحثة ذلك إلى أن نظرة كثير من أولياء الأمور تجاه أوقات الفراغ ليس بنظرة كلية نظراً لمختلف الثقافات والعادات الأسرية والاهتمام بالجانب التعليمي منذ البداية وهذا يظهر باهتمام أولياء الأمور بتعليم أولادهم والحرص على توقيت المذاكرة، إضافة إلى خوف معظم أولياء الأمور من تواجد أبنائهم خارج المنزل وبصحبة زملائهم وأصدقائهم لأوقات طويلة مما قد يؤثر على درجة تركيزهم وكذلك التزامهم بالخطط اليومية والأسبوعية الموضوعة للمذاكرة.

وتتفق تلك النتائج مع نتائج دراسة "حسام عبد العزيز جوده" (٢٠٠٨) (٨) وجود بعض المعوقات الأسرية الداخلية التي تمنع ممارسة طلاب الجامعة للأنشطة الترويحية وذلك بسبب اهتمام الأسرة بمستوى تعليم أولادهم ومستوى

التحصيل الدراسي لهم وبتالي تهتم الأسرة باحتياجات أبنائهم الطلاب في العملية التعليمية.

جدول (٢)

الدرجة المقدره والنسب المئوية لمحور أهداف الترويح في الأسرة في استبيان البيئة الترويحية الأسرية (ن=٥٠٠)

م	المفردات	الدرجة المقدره	النسبة المئوية	الترتيب
١	إكساب أفراد الأسرة الأخلاق الحميدة والسلوك الجيد.	١٤٢٨	٩٥.٢	١
٢	تهيئة الجو المناسب لحرية التعبير في الموضوعات والقضايا المعروضة.	١٣٢٠	٨٨.٠٠	٥
٣	استثمار وشغل وقت الفراغ لدى أفراد الأسرة	١٢٦٤	٨٤.٢٧	١٠
٤	المساعدة في حل بعض المشكلات النفسية والاجتماعية.	١٣١٥	٨٧.٦٧	٦
٥	المحافظة على قدر مناسب من اللياقة البدنية.	١٢٧٣	٨٤.٨٧	٩
٦	حث افراد الأسرة على مساعدة ومساندة الأعمال والمشروعات الخيرية.	١٢٥٧	٨٣.٨٠	١١
٧	توفير المناخ الأسرى لتنمية الهوايات لدى أفراد الأسرة.	١٣٠٢	٨٦.٨٠	٨
٨	تشجيع افراد الأسرة على تكوين صداقات جديدة.	١٣٢٤	٨٨.٢٧	٤
٩	تشجيع افراد الأسرة على الابتكار والإبداع.	١٣٤٥	٨٩.٦٧	٢
١٠	اكتشاف المواهب المختلفة لدى أفراد الأسرة.	١٢٥٥	٨٣.٦٧	١٢
١١	تنمية اتجاهات أفراد الأسرة نحو مناشط أوقات الفراغ والترويح.	١٢٥٢	٨٣.٤٧	١٣
١٢	زيادة القدرة على تحمل المسؤولية.	١٣٣٣	٨٨.٨٧	٣
١٣	تحقيق التوازن بين الاستقلالية والتبعية.	١٢٦٥	٨٤.٣٣	١٠ م
١٤	زيادة روح التعاون بين أفراد الأسرة	١٣٢٠	٨٨.٠٠	٥ م
١٥	إزالة القلق والتوتر وخاصة أوقات الامتحانات.	١٣١١	٨٧.٤٠	٧
	مجموع المحور	١٩٥٦٤	٨٦.٩٥	

يتضح من جدول (٢) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الثاني أهداف الترويح في الأسرة حيث تراوحت استجابات العينة ما

بين (٨٣.٤٧% : ٨٨.٢٧%) بينما حصل مجموع المحور ككل على (٨٦.٩٥%)، وقد أظهرت نتائج استجابات عينة الدراسة ما يلي:

حيث جاءت العبارة (١) (إكساب أفراد الأسرة الأخلاق الحميدة والسلوك الجيد) في المرتبة الأولى، يليها العبارة (٩) (تشجيع أفراد الأسرة على الابتكار والإبداع) في المرتبة الثانية، ثم العبارة (١٢) (زيادة القدرة على تحمل المسؤولية) في المرتبة الثالثة، وتفسر الباحثة ذلك بان اهتمام أولياء الأمور بممارسة الترويح يعتبر ضرورة استغلاله في أنشطة مفيدة تعد المتنفس للتخلص من الأعباء الدراسية واستعادة القوى البدنية والذهنية ولتوفير فرص الحياة المليئة بالمعاني والبهجة وإدخال السرور على أعضاء الأسرة وأيضاً محاولة لتحقيق الاسترخاء النفسي والتخلص من التوتر والقلق لدى معظم التلاميذ في هذه المرحلة السنية نتيجة خوفهم على مستقبلهم الدراسي، كذلك مساعدة بعض أولياء الأمور لأبنائهم بتهيئة المناخ التروحي الذي يساهم في تحسين أسلوب حياتهم وتطوير قدراتهم وزيادة مشاركتهم في الوسط الأسرى الأمر الذي ينعكس إيجابياً في شعورهم بالراحة والطمأنينة النفسية خلال هذه المرحلة السنية.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كلاً من "حيدر على" (٢٠١٧م) (١٠)، ودراسة "سامح حسن عبده" (٢٠٠٧) (١١) بأن أولياء الأمور حريصون على مساعدة أفراد أسرهم على استثمار وقت الفراغ من خلال توفير الأنشطة الترويحية وذلك بغرض تقوية الروابط الأسرية وممارسة أنشطة ممتعة بين أعضاء الأسرة بغرض الوصول بهم إلى الحالة التي تساعدهم في التفوق داخل الأسرة وخارجها.

ويتضح من خلال نتائج جدول (١٢) أن هناك مجموعة من أهداف الترويح في الأسرة لم تحقق وجاءت في المرتبة الأولى العبارة (١١) (تنمية اتجاهات أفراد الأسرة نحو مناشط أوقات الفراغ والترويح)، يليها العبارة (١٠) (اكتشاف المواهب المختلفة لدى أفراد الأسرة)، ثم العبارة (٦) (حث أفراد الأسرة على مساعدة ومساندة الأعمال والمشروعات الخيرية)، وتفسر الباحثة ذلك أن

اتجاهات الأسرة نحو مناقش وقت الفراغ والترويح مع عدم منح الفرصة وتوافر الوقت الملائم بالأسرة لاكتشاف الموهبين مع خوف الأسرة من انخراط أبنائهم في العمل الخيري وذلك بسبب خوفهم من المشكلات التي قد يتعرض لها أبنائهم وبالتالي يحدث تحفظ لدى الأسرة بشكل كبير في توجه أبنائهم نحو العمل الخيري.

وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة "وليد أحمد عبد الرزاق" (٢٠٠١) (٢٨) والتي اتفقت مع كلاً من "كمال درويش، أمين الخولى" (٢٠٠١) (١٩) في ان أهداف الترويح هو تحقيق الرضا مع تحديد ميول واتجاهات الأسرة نحو الممارسة الإيجابية التي تؤثر في تحقيق الهدف الرئيسي للترويح في بناء الشخصية للإفراد وذلك من خلال ممارسة أنشطة الترويح ووقت.

جدول (٣)

الدرجة المقدره والنسب المئوية لمحور الأنشطة الترويحية للأسرة في استبيان البيئة الترويحية الأسرية (ن=٥٠٠)

م	المفردات	الدرجة المقدره	النسبة المئوية	الترتيب
أولاً: أنشطة ترويحية داخل المنزل:				
١	ترتيب المنزل وتجميله.	١٢٨٣	٨٥.٥٣	٣
٢	استقبال الأقارب والأصدقاء لقضاء وقت ممتع يتميز بالجو العائلي.	١٣٢٠	٨٨.٠٠	١
٣	الاستمتاع ومشاهدة البرامج في الراديو والتلفزيون.	١٢٢٨	٨١.٨٧	٤
٤	ممارسة الألعاب الإلكترونية الترويحية.	١٢٢٨	٨١.٨٧	م٤
٥	ممارسة بعض الأنشطة الرياضية مثل التمرينات والأيروبيكس.	١٣١٠	٨٧.٣٣	٢
٦	الاحتفال بالمناسبات كأعياد الميلاد والزواج والنجاح.	١٢٢٥	٨١.٦٧	٥
٧	أشغال التطريز والتريكو.	١١١٢	٧٤.١٣	٦

تابع جدول (٣)

الدرجة المقدره والنسب المئوية لمحور الأنشطة الترويحية للأسرة في استبيان البيئة الترويحية الأسرية (ن=٥٠٠)

م	المفردات	الدرجة المقدرة	النسبة المئوية	الترتيب
ثانياً: أنشطة ترويحية خارج المنزل:				
٨	الرحلات والنزهات الأسرية.	١٢٦٤	٨٤.٢٧	٢
٩	ممارسة الأسرة للأنشطة الترويحية في المؤسسات المختلفة كالأندية ومراكز الشباب.	١١١٢	٧٤.١٣	٧
١٠	الزيارات العائلية أو زيارات الأصدقاء والزملاء.	١٢٤٣	٨٢.٨٧	٣
١١	ممارسة الأسرة الأنشطة الرياضية مع الأصدقاء والجيران.	١١٤٠	٧٦.٠٠	٦
١٢	مشاركة الأسرة في الزيارات الاجتماعية كجمعية الوفاء والأمل ومختلف المستشفيات.	١١٤٤	٧٦.٢٧	٥
١٣	الإشتراك في المسابقات الثقافية والدينية والشعرية.	١١٠٣	٧٣.٥٣	٨
١٤	تناول الطعام خارج المنزل.	١١٨٩	٧٩.٢٧	٤
١٥	التسوق.	١٢٩١	٨٦.٠٧	١
مجموع المحور		١٨١٩٢	٨٠.٨٥	

يتضح من جدول (٣) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الثالث الأنشطة الترويحية للأسر" حيث تراوحت استجابات العينة ما بين (٧٣.٥٣% : ٨٨%)، بينما حصل المحور الكلي على نسبة (٨٠.٨٥%) وقد أظهرت نتائج استجابات عينة الدراسة ما يلي: حيث أظهرت النتائج لمحور الأنشطة الترويحية للأسرة في البعد الأول" أنشطة ترويحية داخل المنزل" حيث جاءت أكثر الأنشطة ممارسة داخل المنزل في المرتبة الأولى(استقبال الأقارب والأصدقاء لقضاء وقت ممتع يتميز بالجو العائلي)، ثم يليها (ممارسة بعض الأنشطة الرياضية مثل التمرينات والأيروبيكس)، ثم (تزيين المنزل وتجميله)، ويليهما(الاستمتاع ومشاهدة البرامج في الراديو والتلفزيون، ممارسة الألعاب الإلكترونية الترويحية)، وتفسر الباحثة ذلك إلى أهمية استقبال الأقارب والأصدقاء حيث يُعد ذلك من ضمن العادات والتقاليد التي تتمتع بها الأسرة، فضلاً عن اهتمامهم بممارسة التمرينات البسيطة بالمنزل؛ إلى جانب مشاهدة التلفزيون والألعاب الإلكترونية.

ويشير "محمد الحماحمي، عايدة عبد العزيز" (٢٠٠٦) أن التلفزيون يعد من وسائل الاتصال والترويج الفعالة داخل الأسرة حيث أن التلفزيون أصبح

مسيطرًا على ميدان الاتصال الجماهيري لما يتميز به من صورة متحركة والتي تزيد من وضوح الكلمة وإدراك معناها، كما يعد وسيلة هامة ولها تأثيرها وذلك نظراً لشيوع وبث العديد من البرامج وال فقرات إلى عدد كبير من المشاهدين وأيضاً الأفراد الذين يعيشون بعيداً عن المدن الرئيسية بالإضافة إلى أنه يعد وسيلة تثقيفية هامة للأميين الذين لا يستطيعون قضاء وقت الفراغ في القراءة أو الكتابة. (٢٠: ١٢١).

بينما جاء نشاط (أشغال التطريز والتريكو) في المركز الأخير بالنسبة للأنشطة التي تمارس داخل المنزل حيث حصل علي نسبة بلغت (٧٤.١٣%)، قد ترجع الباحثة ذلك إلى أن هذا النشاط يتطلب إلى أن يكون ممارسيه على قدر كبير من المهارة والخبرة وأن يمتلكوا المعارف والمعلومات الكافية عن كيفية إتقانه، إضافة إلى أن معظم ربات الأسر لا يتاح لهن الإمكانيات والأدوات اللازمة لتنفيذ هذه الأنشطة.

كما يتضح- كذلك- من خلال عرض النتائج بجدول (١٣) السابق بنسبة لمحور الأنشطة الترويحية للأسرة في البعد الثاني " أنشطة ترويحية خارج المنزل" حيث أظهرت الآراء أن أكثر الأنشطة الترويحية التي تمارس خارج المنزل كان أهمها التالي (التسوق)، يليها (الرحلات والنزهات الأسرية)، ثم (الزيارات العائلية أو زيارات الأصدقاء والزملاء)، ثم يليها (تناول الطعام خارج المنزل)، وترجع الباحثة ذلك إلى أهمية التسوق بالنسبة للأسرة من خلال الحصول على مستلزمات اليومية للأسرة بالإضافة إلى الرحلات العائلية والزيارات حيث يُعد ذلك ضمن الأولويات الروتينية التي تقوم بها الأسرة بصفة مستمرة.

حيث تشير نتائج دراسة كلاً من "نورة محمد (٢٠١١) (٢٧)، محمد سيد (٢٠٠٩) (٢٣)، "محمد متولى (٢٠٠٦) (٢٤)، والتي أشارت جميعها بأن الأنشطة الترويحية الاجتماعية والثقافية من أهم الاهتمامات الترويحية التي

يفضل ممارستها بين أعضاء الأسرة في وقت الفراغ وذلك لإشباع رغباتهم وميولهم الاجتماعية.

وبهذا تمت الإجابة على التساؤل الأول للبحث والذي ينص على "ما خصائص البيئة الترويحية الأسرية لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٩-١٢) سنة؟"

الإجابة على التساؤل الثاني:

٢- ما مستوى الوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٩-١٢) سنة؟

جدول (٤)

الدرجة المقدره والنسب المئوية لمحور مجال التغذية في استبيان الوعي الصحي (ن=٥٠٠)

م	المفردات	الدرجة المقدره	النسبة المئوية	الترتيب
١	اهتم أن يكون الغذاء اليومي متكاملًا وشاملاً.	١٣٠٠	٨٦.٦٧	٢
٢	يتعذر على تناول وجبة الإفطار لضيق الوقت.	٧٦٠	٥٠.٦٧	٥
٣	اهتم بمعرفة عناصر الغذاء التي تمدني بالطاقة.	١٢٠٧	٨٠.٤٧	٣
٤	أحافظ على وزني بالشكل المناسب.	١٣٣٩	٨٩.٢٧	١
٥	أكثر من تناول الخضراوات والفاكهة الطازجة	١١٥٠	٧٦.٦٧	٤
	مجموع المحور	٥٧٥٦	٧٦.٧٥	

يتضح من جدول (٤) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الأول مجال التغذية حيث تراوحت استجابات العينة ما بين (٥٠.٦٧% : ٨٩.٢٧%)، وحصل المجموع الكلي للمحور على نسبة بلغت (٧٦.٧٥%)، وقد أظهرت نتائج استجابات عينة الدراسة ما يلي:

حيث جاءت أكثر المتغيرات المرتبطة بالوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، العبارة (٤) والتي تشير إلى (أحافظ على وزني بالشكل المناسب)، يليها العبارة (١) (اهتم أن يكون الغذاء اليومي متكاملًا وشاملاً)،

حيث تفسر الباحثة ذلك بأهمية الاهتمام بالحالة البدنية للجسم والبعد عن السمنة، فضلاً عن؛ تلك المرحلة يكون فيها مستوى الحركة متقدماً لدى التلاميذ حيث يرغب التلاميذ في ممارسة الحركة التي تنمي الجهاز الحركي لديه مع تنمية القدرات المختلفة.

بينما جاءت العبارة رقم (٢) (يتعذر علي تناول وجبة الإفطار لضيق الوقت)، وهذا يعطى دليل على عدم تناول التلاميذ واجبات الإفطار بصفة مستمر وتعتبر الباحثة ذلك من جوانب القصور التي قد يتعرض لها التلاميذ. ويشير " فخري العلي" (٢٠٠١) (١٨) أن عملية وجود مستوى الوعي الصحي ذات التأثير الإيجابي لدى التلاميذ في المدارس الحكومية يعد من أهم المتغيرات التي تساهم في بناء القدرات البدنية والنفسية لهم من خلال توافر الحصيلة المعرفية والمعلوماتية اللازمة لحياتهم وبالتالي ينعكس على التلاميذ بشكل إيجابي.

جدول (٥)

الدرجة المقدره والنسب المئوية لمحور مجال الصحة الشخصية في استبيان الوعي الصحي (ن=٥٠٠)

م	المفردات	الدرجة المقدره	النسبة المئوية	الترتيب
١	اهتم بالنوم والراحة لساعات كافية.	١٢٧٥	٨٥.٠٠	٣
٢	اهتم بالاستحمام وخاصة بعد المنافسة الرياضية والتمرين.	١٣١١	٨٧.٤٠	٢
٣	اهتم بالسكن في منزل نظيف وصحي من حيث التهوية الجيدة والشمس.	١١٦٨	٧٧.٨٧	٤
٤	اهتم بتقليم أظافر يدي وقدمي كلما احتاج الأمر ذلك.	١٣٤٢	٨٩.٤٧	١
	مجموع المحور	٥٠٩٦	٨٤.٩٣	

يتضح من جدول (٥) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الثاني مجال الصحة الشخصية حيث تراوحت استجابات العينة ما بين

(٥٠.٦٧% : ٨٩.٢٧%)، بينما جاء المجموع الكلي للمحور (٨٤.٩٣%)، وقد أظهرت نتائج استجابات عينة الدراسة ما يلي:

حيث أظهرت النتائج حصول العبارة رقم (٤) (اهتم بتقليم أظافر يداي وقدماي كلما احتاج الأمر ذلك) على المرتبة الأولى ثم يليها العبارة (٢) (اهتم بالاستحمام وخاصة بعد المنافسة الرياضية والتمرين) في المرتبة الثانية، ثم يليها العبارة (١) (اهتم بالنوم والراحة لساعات كافية) في المرتبة الثالثة، وحالت العبارة (٣) (اهتم بالسكن في منزل نظيف وصحي من حيث التهوية الجيدة والشمس) في المرتبة الأخير.

ويذكر "عبدالناصر القدومي" (٢٠٠٥) (١٦) أن الشخص الواعي صحياً هو الشخص المثالي المتمتع بدرجات ومستويات عالية من الصحة المتمثلة بالتكامل البدني والعقلي والنفسي والاجتماعي والصحي وأن ممارسة الأنشطة الرياضية تعمل على الوقاية من أهم الأمراض العصرية.

وترجع الباحثة ذلك باهتمام بالنظافة الشخصية وإظهار المظهر الطيب للتلاميذ وبذلك تزداد الثقة بالنفس والشعور بالأهمية وتوسيع الأفق والنشاط الاجتماعي، وبالرغم من ذلك ينشغل التلاميذ عن مساعدة الأسرة في المنزل وترتيبه ويعتمد التلميذ على الأسرة، لذلك ترى الباحثة انه يجب أن يشارك التلاميذ الأسرة في المنزل حيث تأخذ القيم الاجتماعية في الظهور نتيجة للاشتراك في نشاطات جماعية مما يؤدي اللي تحقيق الذات وإشباع رغبات هؤلاء التلاميذ، وهذا ما اتفق معه " فخري العلي " (٢٠٠١) (١٨)

جدول (٦)

الدرجة المقدرة والنسب المئوية لمحور مجال ممارسة النشاط الرياضي في
استبيان الوعي الصحي (ن=٥٠٠)

م	المفردات	الدرجة المقدرة	النسبة المئوية
١	احب الاشتراك في الأنشطة الرياضية والترويحية	١٣٧٢	٩١.٤٧
٢	اهتم بتخصيص وقت لممارسة بعض التمارين الرياضية.	١٢٦٦	٨٤.٤٠
٣	أتوقف عن ممارسة الانشطة الرياضية التي قد تؤدي إلى إصابتي.	١٢٦٥	٨٤.٣٣
٤	ابتعد عن ممارسة النشاط الرياضي إذا شعرت بالتعب.	١٤٣٠	٩٥.٣٣
٥	اشترك في الأنشطة الرياضية بهدف الشعور بالسعادة والرضا.	١٤٠١	٩٣.٤٠
	مجموع المحور	٦٧٣٤	٨٩.٧٩

يتضح من جدول (١٧) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الثالث مجال ممارسة النشاط الرياضي حيث تراوحت استجابات العينة ما بين (٨٤.٣٣% : ٩٥.٣٣%)، بينما جاء المجموع الكلي للمحور (٨٩.٧٩%)، وقد أظهرت نتائج استجابات عينة الدراسة ما يلي: حيث جاءت العبارة (٤) في المرتبة الأولى والتي تشير إلى (ابتعد عن ممارسة النشاط الرياضي إذا شعرت بالتعب)، ثم يليها العبارة (٥) (اشترك في الأنشطة الرياضية بهدف الشعور بالسعادة والرضا)، ثم يليها العبارة (١) والتي تشير إلى (احب الاشتراك في الأنشطة الرياضية والترويحية)، ثم العبارة (٢) (اهتم بتخصيص وقت لممارسة بعض التمارين الرياضية)، وجاءت في المرتبة الأخيرة العبارة (٣) (أتوقف عن ممارسة الانشطة الرياضية التي قد تؤدي إلى إصابتي)، وقد ترجع الباحثة أن من خصائص تلك المرحلة العمرية من ٩-١٢ سنة اتساق الأفكار العقلية المعرفية وتعلم المهارات الجسمية اللازمة للألعاب وألوان النشاط العادية، فضلاً؛ في هذه المرحلة يزداد تطور النمو الحركي بصورة ملحوظة، إذ نجد الطفل يتمكن بدرجة كبيرة من التوجيه الهادف لحركاته ومن القدرة على التحكم فيها، إذ تصبح حركاته أكثر هدافيه وأكثر اقتصاداً في بذل الجهد.

ويشير "شفيق حداد" (٢٠٠٠)، والهدف أيضا من التثقيف والوعي الصحي من شأنه رفع المستوى الصحي للأفراد بصفة عامة مما يؤدي إلى زيادة الإنتاج والوفر في الإنفاق العلاجي، حيث تظهر العلاقة وثيقة بين تناول الغذاء الجيد والنشاط الرياضي للتمتع بالصحة، وإرشاد الأفراد إلى الطرق التي يستطيعون بواسطتها تقييم حالتهم الصحية (١٣ : ٣٠)

جدول (٨)

الدرجة المقدره والنسب المئوية لمحور مجال القوام في استبيان الوعي الصحي (ن=٥٠٠)

م	المفردات	الدرجة المقدره	النسبة المئوية	الترتيب
١	اهتم بمعرفة الشروط الصحية لوضع الجلوس عند الدارسة.	١٣١٠	٨٧.٣٣	٣
٢	اهتم بمعرفة شروط المشي الصحيح في الشارع.	١٣٣٢	٨٨.٨٠	٢
٣	لا أبالغ في قدرتي على حمل الأشياء.	٧٩٢	٥٢.٨٠	٥
٤	اعرف تأثر ممارسة الرياضة على القوام غير المعتدل.	١٢٤٣	٨٢.٨٧	٣
٥	اهتم بمعرفة كيفية التقاط الأشياء وحملها عن الأرض.	١١٤٠	٧٦.٠٠	٤
٦	أتجنب وسائل التعب البدني والإجهاد.	١٣٤٤	٨٩.٦٠	١
	مجموع المحور	٧١٦١	٧٩.٥٧	

ينتضح من جدول (٨) أن النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في المحور الرابع مجال القوام حيث تراوحت استجابات العينة ما بين (٥٢.٨٠% : ٨٩.٦٠%) بينما جاء المجموع الكلي للمحور (٧٩.٥٧%)، وقد أظهرت نتائج استجابات عينة الدراسة ما يلي: حيث أظهرت النتائج حصول العبارة (٦) والتي تشير إلى (أتجنب وسائل التعب البدني والإجهاد) في المرتبة الأولى، ثم يليها العبارة (٢) والتي تشير إلى (اهتم بمعرفة شروط المشي الصحيح في الشارع) في المرتبة الثانية، ثم يليها العبارة (١) (اهتم بمعرفة الشروط الصحية لوضع الجلوس عند الدارسة) في المرتبة الثالثة، وترجع الباحثة ذلك إلى اهتمام أفراد العينة بالوعي الصحي السليم بما يساعدهم على تحقيق القوام السليم لهم.

حيث يتفق ذلك مع نتائج دراسة "فخري العلي" (٢٠٠١) (١٨)، أن مستوى الثقافة الصحية لدى الطلاب كلما زاد مستوى الثقافة الصحية لديهم يزيد الوعي المعرفي وبالتالي يتحقق القدرة على تحقيق الأداء والمهام المطلوب منهم على اكمل وجه ممكن.

لذلك يشير "عبدالحميد شرف" (٢٠١٠) أنه كلما زاد الوعي الصحي لدى الأفراد يؤدي ذلك إلى تحقيق الكفاءة الوظيفية والجسمية للأفراد وبالتالي يتحقق لديهم المقدرة على الأداء. (١٥ : ٤١)

وبهذا تم الإجابة على التساؤل الثاني للبحث والذي ينص على " ما مستوى الوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٩-١٢) سنة؟"
الإجابة على التساؤل الثالث:

٣- ما العلاقة بين البيئة الترويحية الأسرية والوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٩-١٢) سنة؟

جدول (٩)

معاملات الارتباط لدرجات أفراد العينة بين البيئة الترويحية الأسرية والوعي الصحي (ن=٥٠٠)

الدرجة الكلية للمقياس	الوعي الصحي				المتغيرات
	مجال القوام	مجال ممارسة النشاط الرياضي	مجال الصحة الشخصية	مجال التغذية	
٠.٥٦٥	٠.٤٥٦	٠.٦٢٣	٠.٤٨٩	٠.٥٢٥	مكانة الترويح داخل الأسرة
٠.٥٣٨	٠.٤٦٢	٠.٥٦٥	٠.٥١٢	٠.٤٨٦	أهداف الترويح في الأسرة
٠.٥٢٥	٠.٥٣٢	٠.٦٦٢	٠.٥٦٩	٠.٥٦٥	الأنشطة الترويحية للأسرة
٠.٦٨٢	٠.٥٥٥	٠.٥٢٢	٠.٤٨٨	٠.٥١٢	الدرجة الكلية للمقياس

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٢٧٣

يتضح من الجدول (٩) أنه يوجد ارتباط ذو دلالة إحصائية بين أبعاد البيئة الترويحية الأسرية والوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية، وقد تراوحت قيم معامل الارتباط ما بين (٠.٤٦٥ : ٠.٦٢٣) للأبعاد وقد بلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لاستبيان البيئة الترويحية الأسرية والدرجة الكلية للاستبيان الوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية من (٩-١٢ سنة) (٠.٦٨٢) وجميع القيم دالة عند مستوى معنوية (٠.٠٥).

قد ترجع الباحثة ذلك إلى دور البيئة الترويحية المشجعة على استثمار واستغلال وقت الفراغ داخل النطاق الأسري والتي توفر فرصاً متعددة ومتنوعة من الخبرات والمهارات اللازمة لتنمية الاتجاهات والقيم المتعددة ومتنوعة وكيفية استغلاله في تحقيق التكيف الاجتماعي وتطوير الشخصية الإنسانية من كافة جوانبها واكتساب العديد من القيم الشخصية والاجتماعية وذلك للتأثير في سلوك الأبناء وتعديل وتغيير سلوكهم وتصرفاتهم إلى السلوك الأمثل وبالتالي تحسين قدرتهم على أداء أدوارهم ومسئولياتهم الاجتماعية وكذلك علاقاتهم الاجتماعية في الوسط الذي يعيشون فيه.

حيث أوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين البيئة الترويحية والوعي الصحي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، وكانت جميعها عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، وكذلك يتضح من الجدول أن بُعد مجال ممارسة النشاط الرياضي كان أكثر أبعاد الوعي الصحي ارتباطاً بالبيئة الترويحية، بمعنى انه كلما زاد المعدل التراكمي للفهم الأسري يصاحبه زيادة في الوعي الصحي، والسبب الرئيس في ذلك يعود إلى امتلاكهم للمعلومات الصحية وممارستها وترجمتها على شكل سلوك يكون أفضل من أصحاب المعدل التراكمي الأقل.

لذلك تتفق الباحثة مع "مصطفى على محمود" (٢٠٠٧) (٢٦) أن زيادة الوعي الترويحي لدى طلاب الجامعة يساعد في تحقيق الرضا مع إشباع الرغبات والاحتياجات الخاصة بهم وبالتالي ينعكس ذلك على مستوى أدائهم في الأنشطة بجدية.

كما أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية للأسرة التي تشجع أولادها على ممارسة الأنشطة الترويحية ومستوى زيادة الوعي الصحي وظهر ذلك في العلاقة الارتباطية (٠.٦٦٢) مما يدل أن ارتفاع معدل الوعي الصحي يزيد بمعدل زيادة الأنشطة التي تمارسها الأسرة، قد يرجع ذلك إلى اهتمام الآباء بتوفير فرص المشاركة في مختلف الأنشطة الترويحية لأبنائهم دون تفرقة أو تمييز وتهيئة جو أسري وعائلي يتسم بالمرح والسرور بعيداً عن الرسميات أو الشكليات، إضافة إلى أنه يوجد أنشطة ترويحية تتطلب ممارستها مشاركة أكثر من فرد من أفراد الأسرة وبالتالي تخلق ميول متوافقة بين كثير من أعضاء الأسرة وبذلك تتلاشى الفوارق بين الأبناء، إضافة إلى وجود بعض العادات والتقاليد المجتمعية والتي منها تجمع أعضاء الأسرة الواحدة سواء كبار أو صغار ذكور أو إناث للمشاركة في بعض الأنشطة الترويحية وخاصة الاجتماعية مثل مناسبات أعياد الميلاد أو الأفراح العائلية.

لذلك ترى الباحثة أن زيادة الوعي الصحي لدى تلاميذ يزيد في ممارسة الرياضية حيث بناء مكونات الجسم يتغير من الشكل الخارجي ومن حيث الصوت والمتغيرات الفسيولوجية مع وزيادة النشاط الحركي، ويتفق ذلك مع ما أشاره إليه "أسامة كامل راتب، إبراهيم عبد ربه خليفة" (١٩٩٩) (٣) بأن زيادة النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي لدى التلاميذ يزيد بزيادة قوتهم على ممارسة النشاط الرياضي.

ويشير "محمد السمنودي وآخرون" (٢٠١٥) بأن الترويج من الأنشطة الهامة في حياة الأسرة إذ يساعد على تماسكها وتحقيق التكامل بين أفرادها ويربط بينهم برباط مشترك من الاهتمامات والميول ويخلق نوعاً من التفاهم (٢٢: ٨٩).

وهذا ما يتفق مع دراسة **Majed, Barrows, P** (٢٠٠٣) (٢٩)، **Z** (٢٠١٣) (٣١)، بأن أولياء الأمور يساعدون أفراد أسرهم على استثمار وقت الفراغ من خلال توفير البيئة الترويحية وذلك بغرض تقوية الروابط الأسرية ومساعدة الآباء على التعرف على ميول واتجاهات الأبناء وكذلك ممارسة أنشطة ممتعة بين أفراد الأسرة.

الاستخلاصات :

- انطلاقاً من نتائج هذا البحث و في ضوء المنهج المستخدم وفي حدود العينة وأدوات جمع البيانات توصلت الباحثة إلى الاستخلاصات التالية:
- ١- يوجد وعى من أولياء الأمور بمكانة الترويح داخل السياق الأسرى وأهمية توافر البيئة الترويحية التي تمنح الطلاب الفرصة لاستثمار وقت فراغهم باعتباره جزءاً هاماً من أجزاء الوقت.
 - ٢- معظم الأسر تهتم بممارسة الأنشطة الترويحية التي تحقق الأهداف التي يغلب عليها الطابع الاجتماعي والثقافي والرياضي عند استثمار أوقات الفراغ.
 - ٣- حرص أولياء الأمور على استغلال وقت الفراغ المتاح لأبنائهم من خلال المشاركة في بعض الأنشطة الترويحية سواء داخل المنزل أو خارجه.
 - ٤- زيادة مستوى الوعي الصحي لدى التلاميذ الذين يمارسون الأنشطة الرياضية والصحة الشخصية.
 - ٥- وجود علاقة ارتباطية بين البيئة الترويحية الأسرية والوعي الصحي لتلاميذ المرحلة الابتدائية.
 - ٦- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعد ممارسة النشاط الرياضي لصالح الأسرة التي تشجع على ممارسة الأنشطة الترويحية لتلاميذ المرحلة الابتدائية.
 - ٧- كما أظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين توفر البيئة الترويحية الممارسة الإيجابية للأنشطة خارج المنزل الأثر الأكبر في تحقيق الوعي الصحي الجيد لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من ٩ - ١٢ سنة.

التوصيات:

- ١- ضرورة التركيز على الوعي الصحي في جميع مؤسسات الوطن من خلال وسائل الاعلام المختلفة (التلفزيون ، الصحف، والمجلات) من اجل الارتقاء بالوعي الصحي.

- ٢- ضرورة دعم الدولة لإنشاء المراكز الترويحية والصحية المتكاملة والتي تخدم الوسط الأسرى والعائلي وذلك في كل محافظات الجمهورية.
- ٣- العمل على تفعيل المشاركة المجتمعية بين المؤسسات الترويحية والمؤسسات التعليمية لتقديم الرعاية الترويحية للتلاميذ بغرض استثمار وقت فراغهم بما يتماشى مع المتطلبات الصحية لهم.
- ٤- اهتمام وزارة التربية والتعليم بعقد لقاءات وندوات لنشر الثقافة الصحية وتعريف أولياء الأمور بأهميتها وأثر ذلك الإيجابي على مستوى الصحة الشخصية لهم.
- ٥- إعادة النظر في المناهج الدراسية لتوضيح مفهوم الوعي الصحي، بضرورة عقد ورش عمل حول تنمية الوعي الصحي للطلبة والاهتمام بالوعي الصحي للتلاميذ في المساقات ذات العلاقة مثل الرياضة والصحة والتربية الصحية والصحة العامة.

((المراجع))

أولاً: المراجع العربية:

- ١- أحمد محمد عبد السلام، عاصم صابر راشد: " تأثير برنامج في التربية الصحية على الثقافة الصحية لتلاميذ المرحلة الابتدائية"، بحث مشترك، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠٠١م.
- ٢- احمد محمد عبد السلام محمد: "السلوك الصحي وعلاقته باتجاهات تلاميذ المرحلة الإعدادية نحو ممارسة النشاط الرياضي"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ١٩٩٥م.
- ٣- أسامة كامل راتب ، إبراهيم عبد ربه خليفة: النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل والأنشطة الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، ط١، القاهرة. ١٩٩٩م.
- ٤- بهاء الدين إبراهيم سلامة : "الخدمات الصحية المرتبطة بالنشاط المدرسي المقدمة لتلاميذ المرحلة الابتدائية والإعدادية

بمنطقة مسقط التعليمية"، المجلد الأول لأبحاث المؤتمر العلمي للياقة البدنية للصحة والدفاع والإنتاج، كلية التربية قسم التربية الرياضية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، ١٩٩١م.

٥- بهاء الدين سلامة (٢٠٠٧م): الصحة والتربية الصحية: دار الفكر العربي، القاهرة.

٦- ثناء بنت يوسف عبد الرحمن وآخرون: الثقافة الصحية والصحة المدرسية، دار الزهراء، الرياض، ٢٠٠٦م.

٧- جعفر ظاهر: أسس التغذية الصحية، عمان: دار مجدلاوي، ٢٠٠٤م.

٨- حسام عبد العزيز جوده: "دراسة تقويمية للثقافة الترويحية لطلاب جامعة المنصورة" رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية بالمنصورة، جامعة المنصورة، ٢٠٠٨م.

٩- حسن شحاته: النشاط المدرسي - مفهومه ووظائفه ومجالات تطبيقه، الطبعة الثامنة، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة، ٢٠٠٤م.

١٠- حيدر علي: دور الأسرة في الثقافة الترويحية لدى الأبناء في المرحلة العمرية من ١٢ - ١٥ سنة بمحافظة ذي قار العراق، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، ٢٠١٧م.

١١- سامح حسن عبده: العولمة الثقافية وأثرها على الثقافة الترويحية للشباب الجامعي، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها ٢٠٠٧م.

١٢- سليمان أحمد علي حجر، محمد السيد محمد الأمين: الأسس العامة للصحة والتربية الصحية، مكتبة ومطبعة الغد، الجيزة. ١٩٩٨م.

١٣- شفيق حداد: الدليل الغذائي للصحة الجيدة، ط٣، نوفل للنشر والتوزيع، بيروت، لبنان، ٢٠٠٠م.

- ١٤- عادل محمد عواد: "الوعي الترويحي وعلاقته بالممارسات الإيجابية في ظل بعض المتغيرات المجتمعية لدى طلاب جامعة الأقصى بفلسطين" رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، ٢٠٠٨م.
- ١٥- عبد المجيد اشرف: التنقيف الغذائي، ط١، دار النشر، عمان، الاردن، ٢٠١٠م.
- ١٦- عبد الناصر عبد الرحيم القدومي: مستوى الوعي الصحي، ومصادر الحصول على المعلومات الصحية لدى لاعبي الأندية العربية للكرة الطائرة، مجلة العلوم التربوية والنفسية، م٦، ع١: (كلية التربية جامعة البحرين، ٢٠٠٥م).
- ١٧- عليوة، علاء الدين: الصحة في المجال الرياضي، الإسكندرية، منشأة المعارف، ١٩٩٩م.
- ١٨- فخري شريف العلي: مستوى الثقافة الصحية لدى الطلبة في نهاية المرحلة الأساسية العليا في المدارس الحكومية في جنين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين. ٢٠٠١م.
- ١٩- كمال درويش، أمين الخولى : الترويح وأوقات الفراغ، ط٢، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠١م.
- ٢٠- محمد الحماحمي، عايدة عبدالعزيز: الترويح بين النظرية والتطبيق، ط٤، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٦م.
- ٢١- محمد السيد السيد مطر، حازم محمد يوسف منصور: البيئة الترويحية الأسرية وعلاقتها ببعض القيم لطلاب المرحلة الثانوية بمحافظة الدقهلية،" بحث مشترك، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠١٨م.
- ٢٢- محمد السمودي وآخرون: مدخل الترويح الرياضي، المنصورة، مكتبة شجرة الدر، ٢٠١٥م.

٢٣- **محمد سيد:** الاهتمامات الترويحية المشتركة وتأثيرها على الترابط الأسرى، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، ٢٠٠٩م.

٢٤- **محمد متولى:** دور الأسرة فى تكوين الوعى الثقافى الترويحي على استثمار أوقات الفراغ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، ٢٠٠٦م.

٢٥- **محمد مسعود ابراهيم:** "الاتجاهات الصحية وعلاقتها بالسلوك الصحي لتلاميذ المرحلة السنوية من (٩- ١٢) سنة"، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية الرياضية بنين بابوقير، جامعة الإسكندرية، ٢٠٠٤م.

٢٦- **مصطفى على محمود:** "دور الوعى الترويحي في استثمار وقت الفراغ لدى طلاب جامعة أسيوط" رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠٠٧م.

٢٧- **نورة محمد:** دور الأسرة في استثمار وقت الفراغ عند تلاميذ المرحلة الابتدائية (من منظور تربيوى)، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، ٢٠١١م.

٢٨- **وليد أحمد عبد الرازق:** "الوعي الترويحي الرياضي لدى معلمي التربية البدنية وتلاميذ المرحلة الإعدادية بمحافظة القاهرة" رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ٢٠٠١م.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

29. Barrows, P: Exercise Participation and the Relationship to Depressive Symptomatology, Motives, Barriers and Perceived benefits of Exercise

- Participation in College Student, Ph.D.,
Tevas Tech University 2003.
- 30. Campbe & Macdonald:** The school health service in
fife department of public health fife health
healch board , Engiand,1995
- 31. Majed, Z:** Investigation of the Relationship between
Anxiety and Type of Leisure Time Activity
in fame a High school students , Journal
Procedia- Social and Behavioral Sciences,
Journal 18770428, p248-251, 2013
- ثالثاً: مراجع شبكة المعلومات:**
- 32-** [http:// www.badnia.net\vb\showthread.php](http://www.badnia.net/vb/showthread.php).