

## ”برنامج ألعاب ترويحية لتحسين الطفو الأكاديمي لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا“

\* د/ سهام إبراهيم سيد احمد الفقي

### مقدمة ومشكلة البحث :

في وقتنا الحالي ان الشهادة الجامعية مهمة جدا ولها مكانتها عند أولياء الأمور باختلاف ثقافتهم وبيئاتهم، وهذا واجب علينا ان نعلم أبنائنا ان يكون لهم مكانتهم العلمية حيث ان المكانة العلمية للطالبات الجامعي تؤهله وتمنحه الخبرة العلمية والمهارات اللازمة التي يحتاجها سوق العمل بعد تخرجه.

وتعد المرحلة الجامعية من اهم المراحل في حياة الطالبة الجامعي، بسبب ما تضيفه لهم من فرص للتعلم الاكاديمي، غير ان هذه المرحلة كاي مرحلة تمر بها الطالبة الجامعية حيث تواجه الطالبات بعض التحديات والصعوبات خلال حياتهم الأكاديمية اليومية مثل المهام الصعبة والدرجات المنخفضة والتنافس داخل الجامعة. (٧: ٨٧)، (٣٣)

وبناء علي ذلك قد يكون هناك مجموعه من الطالبات لديهن القدرة علي مواجهه هذه الصعوبات والتحديات وبالتالي يمكنهن الوصول الي مستوي اداء مرتفع، بينما يوجد مجموعه من الطالبات لا يمكنهن التغلب علي هذه الصعوبات ، وبالتالي لا يستطيعون مجاراة زميلاتهم في مستوي الفهم والتحصيل، ومن ثم يشكل هذا الامر عبئ علي هؤلاء الطالبات. (١١ : ٤٤)

ومن ناحية اخري فان الطفو الاكاديمي هو مفتاح تحقيق النجاح الاكاديمي والرفاهية الشخصية، وذلك من خلال قدرة الطالبات علي التعامل مع التحديات التي يواجهونها في حياتهم الدراسية، حيث ان الطفو الاكاديمي يرتبط إيجابيا بمجموعة من النواتج التعليمية والتكيفية، ولذا فان الطفو الاكاديمي يمكن ان يستفيد منه كل طالبة تتلقي التعليم الجامعي، كما يساعدهم علي اجتياز التدريبات والأنشطة والبرامج التعليمية الخاصة بالطالبات. (١٤ : ٦٥)، (٣٢ : ١٤٠)

الطفو الاكاديمي يؤثر بشكل مباشر علي خفض القلق للطالبات وزيادة الثقة بالنفس والقدرة علي التواصل والتفاعل مع الاخرين فهو يساعد علي مواجهة الصعوبات والتحديات الاكاديمية ومن ثم التوصل للحقائق المهمة، مما يترتب عليه زيادة القدرات والمهارات الاكاديمية التي تتمتع بها

\* مدرس بقسم الإدارة والترويج الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة طنطا.

الطالبات. (١٢ : ٤٨)، (٢٨ : ١٨٨)

ويشار الي الطفو الاكاديمي علي انه احد المفاهيم الحديثة في علم النفس الإيجابي، حيث انه يركز علي النواحي الإيجابية في شخصية الطالبة الجامعية التي من خلالها تستطيع الطالبة مواجهة الصعوبات الدراسية اليومية، مما يساعدها علي تحقيق التميز الدراسي.

(٧٧ : ١٥)، (٣٠ : ٧٧٢)

ويتضح ان هناك تحديات عديدة تواجهها الطالبة الجامعية، وبرزها قلة الدافعية نحو التعلم، مما يؤثر بالسلب علي تقدم الطالبة في العملية التعليمية، ويمكن التغلب علي تلك التحديات من خلال التغيير في أسلوب التعليم، فالتعلم عن طريق اللعب والترويح هو احد الوسائل الحديثة التي تساعد في خوض التجارب والبيئات الجديدة، ويشمل الوسائل الأساسية التي يتعلم بها الطالبات من خلال تواجدهم مع الأشخاص الآخرين فيدفع الطالبات لان يكونوا نشيطين ويستكشفوا ما حولهم ويخوضوا خبرات جديدة ويتواصلوا مع الآخرين كما يحسن العلاقة بين الطالبات واساتذتهم ويعلمهم عن كيفية القيام بالأشياء الجديدة وممارسة المهارات وتكرارها والاستمتاع بوقتهم.

ويوفر الترويح وبرامجه فرص عظيمة لطالبات الجامعة حيث يعمل على اشباع حاجاتهم وذلك من خلال الالعاب الترويحية المتنوعة التي تؤثر تأثير إيجابي على الطالبات وخصوصا في القدرة علي الامام بالمعارف والمعلومات وتحسين الكفاءة الذاتية، بالإضافة إلى التخلص من القلق والضغط النفسية المختلفة. (١٧ : ٦٢)

وتعمل البرامج الترويحية على استغلال الوقت في أنشطة هادفة وبناءة، تمارس وفق رغباتهم واحتياجاتهم ، كما أنها تكسب الطالبات مواهب وقدرات تساعدهم على التميز الاكاديمي، كما تعتبر مصدر للسعادة والمرح. (٢٣ : ٦٤)، (٢٦ : ٧٧)

ويوجد العديد من الالعاب الترويحية التي يمكن ممارستها للطالبات في أوقات فراغهم، والتي تساعدهم على تكوين شخصية متكاملة وحسن إدارة وقتهم، والحصول على صحة جسدية وعقلية ونفسية متوازنة. (٢٤ : ٨٥)

وقد أصبح طالبات الجامعة أكثر الفئات احتياجا لتحسين مستوي الطفو الاكاديمي لهم، لتطوير مهاراتهم العلمية والعملية، الأمر الذي يظهر الحاجة لتطوير الطفو الاكاديمي باساليب

جديدة وفعالة، مما يوضح أهمية علي الألعاب الترويحية كوسيلة هامة لتحسين الطفو الاكاديمي، وبالتالي تطوير حياة الطالبة الجامعية. (١٦ : ٢٩)، (١٨ : ٩٨)

هناك العديد من الدراسات التي اشارت الى أهمية دراسة الطفو الاكاديمي كدراسة "ابتسام محمود عامر" (٢٠١٨)(١)، ودراسة "امل عبد المحسن الزغبى" (٢٠١٨)(٦)، ودراسة "حسن سعد عابدين" (٢٠١٨)(٨)، ودراسة "رمضان علي حسين" (٢٠٢٠)(١٠)، ودراسة "اماني فرحات عبد المجيد" (٢٠٢١)(٤) حيث أشارت إلى ضرورة تحسين الطفو الاكاديمي لدى الطالبات بالمرحل التعليمية المختلفة بهدف تحسين النهوض الاكاديمي، وهذا ما دعي الباحثة إلى التوجه حول دراسة الطفو الاكاديمي، ولكن هذه الدراسات لم تضع أي برامج العاب ترويحية كعامل أساسي لحل المشكلة، وبعد اطلاع الباحثة على المراجع المرتبطة بالترويج كمرجع "محمد محمد الحماحي ، عايدة عبد العزيز مصطفى" (2009)(٢٣)، "أماني البطراوي ومحمد سلامة" (2013)(٥)، "كمال عبد الحميد إسماعيل" (2015)(١٩)، وجدت الباحثة أن المحور الأساسي للترويج وبرامجه هو تحقيق السعادة الشخصية وكذلك مساعدة الممارسين علي تطوير الشخصية من جميع النواحي النفسية والعقلية والاجتماعية وحسن استغلال وقت الفراغ في أنشطة هادفة وبناءة، كما أن الترويج أصبح لاغني عنه في الحياة الحديثة، فالبرامج الترويحية تشتمل علي مجموعة من الالعاب المنظمة التي تبعث السعادة والسرور في نفوس الطالبات.

وفي ضوء ما سبق تتضح لنا مشكلة البحث الحالي والتمثلة في قلة الطفو الاكاديمي لطالبات الجامعة، حيث أن الطالبات الجدد يعانون من صعوبات عديدة في العملية التعليمية وذلك بسبب ان المرحلة الجامعية تعتبر مرحلة تعليمية جديدة بالنسبة لهم حتي في نظام الدراسة والتعليم، مما يضيف أهمية كبيره علي ضرورة تحسين الطفو الاكاديمي لديهم ولذا رأت الباحثة ضرورة أن يمارس هؤلاء الطالبات العاب ترويحية تساعد علي تحسين الطفو الاكاديمي لديهم من خلال حسن استثمار وقت الفراغ لتحقيق مكتسبات علمية عديدة للطالبات.

ومن هنا نبعت فكرة البحث حيث ترى الباحثة ضرورة بناء برنامج العاب ترويحية لتحسين الطفو الاكاديمي لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا، ومما تقدم يتبين لنا حداثة الموضوع قيد البحث ويضيف عليه أهمية وضرورة لإجرائه .

## هدف البحث:

التعرف علي تأثير برنامج العاب ترويحية لتحسين الطفو الاكاديمي لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا.

## فرض البحث:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسات القبليه والقياسات البينية والقياسات البعدية للمجموعة التجريبية فى الطفو الاكاديمي لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا لصالح القياس البعدى من خلال برنامج الألعاب الترويحية .

## مصطلحات البحث

### برنامج الألعاب الترويحية

هو مجموعة من الالعاب الترويحية المنظمة تحت إشراف رائد ترويحى بهدف تنمية المعلومات والمهارات وتحسين الكفاءة الذاتية والحد من القلق وتحسين قدرة الطالبة علي مواجهة التحديات والاندماج الاكاديمي وتقوية العلاقة بين الطالبة والأستاذ والشعور بالسعادة لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا. ( تعريف إجرائى )

### الطفو الاكاديمي

هو قدرة الطالبة في التغلب علي التحديات التي تواجهها بشكل معتاد في الحياة الاكاديمية اليومية، مثل الإخفاق في بعض المواد او ضعف التحصيل الدراسي ومدى مقاومتها للضغوط ودعم الاخرين لها، مما يؤدي الي الوصول لحالة من التوازن لديها والحصول علي نتائج إيجابية في مسار تعليمها . ( ٢١ : ١٥٥ )

## الدراسات المرجعية

### الدراسات العربية

1.دراسة "الهام سرور بلال" (٢٠٢٠)(٣)

بعنوان: الطفو الدراسي وعلاقته بالصمود الاكاديمي لدي طلاب وطالبات المرحلة الثانوية في المدارس الرسمية في منطقة تابوك ويهدف البحث إلى: التعرف علي العلاقة بين الطفو الدراسي والصمود الاكاديمي.

وكان ذلك على عينة قوامها: ١٨٣ طالب بالمرحلة الثانوية وكانت أهم نتائجه: وجود علاقة ارتباطية بين الطفو الدراسي والصفود الاكاديمي لدي عينة الدراسة.

#### 2. دراسة "محسوب عبد القادر الضوي وآخرون" (٢٠٢١)(٢١)

بعنوان: الخصائص السيكومترية لمقياس الطفو الاكاديمي لدي طلاب كلية التربية بقنا ويهدف البحث إلى: التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الطفو الاكاديمي لدي طلاب كلية التربية بقنا

وكان ذلك على عينة قوامها: ١٨٠ طالب بكلية التربية

وكانت أهم نتائجه: إمكانية تطبيق مقياس الطفو الاكاديمي علي طلاب الجامعة.

#### 3. دراسة "لطيفة ماجد محمود، لما سالم محجوب" (٢٠٢٢)(٢٠)

بعنوان: الطفو الاكاديمي لدي طلبة الجامعة

ويهدف البحث إلى: التعرف علي الطفو الاكاديمي لدي طلبة الجامعة

وكان ذلك على عينة قوامها: ٤٠٠ طالب وطالبة

وكانت أهم نتائجه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الطفو الاكاديمي بين الطلبة (الذكور والاناث) لصالح الذكور

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الطفو الاكاديمي بين الطلبة ذوي التخصص الدراسي (العلمي والإنساني)

#### 4. دراسة "احمد محمد شوقي" (٢٠٢٢)(٢)

بعنوان: برنامج العاب ترويحية لتحسين اليقظة الذهنية والطلاقة النفسية لدي لاعبي كرة القدم

ويهدف البحث إلى: لتحسين اليقظة الذهنية والطلاقة النفسية لدي لاعبي كرة القدم من خلال برنامج العاب ترويحية

وكان ذلك على عينة قوامها: ١٦ لاعب

وكانت أهم نتائجه: برامج الألعاب الترويحية لها تأثير إيجابي في تحسين اليقظة الذهنية والطلاقة النفسية.

## 5.دراسة "يارا عيد محمد" (٢٠٢٢)(٢٧)

**بعنوان:** تأثير برنامج ترويحي رياضي علي خفض تشتت الانتباه وفرط الحركة لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الدقهلية

**ويهدف البحث إلى:** خفض تشتت الانتباه وفرط الحركة لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الدقهلية من خلال برنامج ترويحي

**وكان ذلك على عينة قوامها:** ٢٠ طالب

**وكانت أهم نتائجه:** الألعاب الترويحية يمكنها ان تساعد علي استثمار وقت الفراغ بشكل إيجابي، كما تساعد الطلاب علي تحقيق ذاتهم

**الدراسات الأجنبية**

## 6.دراسة "اويو و مورا" (Oyoo &amp; Mwaura)(٢٠١٨)(٣١)

**بعنوان:** الطفو الاكاديمي كمنبئ بالاحترق الاكاديمي بين طلاب المستوي الرابع في مقاطعة هوما باي بكينيا

**ويهدف البحث إلى:** لتعرف علي العلاقة بين الطفو الاكاديمي والاحترق الاكاديمي لدي عينة من طلبة المرحلة الثانوية

**وكان ذلك على عينة قوامها:** ٧١٤ طالب بالثانوية

**وكانت أهم نتائجه:** وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الطفو الاكاديمي والاحترق الاكاديمي لدي عينة الدراسة، كما يمكن التنبؤ بمستوي الاحترق الاكاديمي لدي عينة الدراسة من خلال معرفة مستوي الصمود الاكاديمي.

**مدي الاستفادة من الدراسات المرجعية:**

من خلال العرض السابق للدراسات المرجعية التي تخص موضوع البحث، اتضح أنها أخذت شقين رئيسيين، الشق الأول هو الألعاب الترويحية للطالبات ، والشق الثاني هو الطفو الاكاديمي، ومن خلال تحليل تلك الدراسات كانت هناك أوجه استفادة وهي تحديد خطوط تناول موضوع البحث الحالي ومناقشة وتعزيد نتائجه.

**إجراءات البحث**

## منهج البحث

تم استخدام المنهج التجريبي من خلال التصميم التجريبي الذي يعتمد على القياس القبلي والقياس البيني والقياس البعدي للمجموعة التجريبية الواحدة ، وذلك للتعرف على فعالية برنامج الألعاب الترويحية لتحسين الطفو الاكاديمي لطالبات كلية التربية الرياضية بجامعة طنطا وذلك خلال مدة إجراء التجربة وذلك لمناسبتها لطبيعة البحث.

## مجتمع وعينة البحث :

يمثل مجتمع البحث طالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية بجامعة طنطا والبالغ عددهن (٥٠٠) طالبة للعام الجامعي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ ، كما تم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث بعدد يبلغ (٥٠) طالبة بنسبة مئوية قدرها (١٠٪)، لتطبيق البرنامج المقترح عليهم ، كما تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها عدد (٢٠) طالبة بنسبة مئوية قدرها (٤٪) كعينة للدراسة الاستطلاعية، من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية، وجدول (1) يوضح حجم العينة ونسبتها للمجتمع الأصلي.

### جدول (1)

#### حجم العينة ونسبتها للمجتمع الأصلي

م	العينة	عدد الطالبات	النسبة المئوية %
1	العينة الأساسية	٥٠	١٠٪
2	عينة الدراسة الاستطلاعية	٢٠	٤٪
3	باقي أفراد المجتمع	٤٣٠	٨٦٪
4	إجمالي المجتمع الأصلي	٥٠٠	100٪

#### أسباب اختيار عينة البحث

1. توافر الإمكانيات والأدوات والملاعب اللازمة لتطبيق برنامج الألعاب الترويحية المقترح.
2. طالبات الفرقة الاولى هن اكثر الطلاب بالكلية الذين يحتاجون لتحسين الطفو الاكاديمي لديهم لانهم يلتحقون بالمرحلة الجامعية وهي مرحلة جديدة كليا عليهم.
3. طالبات الفرقة الاولى البنات هم أكثر الفئات التزاما بالحضور اليومي بالكلية.
4. كما تم مراعاة أن الحالة الاجتماعية لأسرة الطالبات قيد البحث مستقرة ومستوي دخلها متوسط، وقامت الباحثة بالتأكد من إعتدالية عينة البحث في المتغيرات قيد البحث كما هو موضح بجدول (2).

## جدول (٢)

الدلالات الإحصائية لتوصيف العينة في المتغيرات الأساسية ومحاور مقياس الطفو الأكاديمي  
ليبيان اعتدالية البيانات ن = ٧٠

م	المحاور	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	التفطح	الالتواء
معدلات ودلالات النمو							
1.	السن	سنة/شهر	16.85	16.70	0.48	0.07-	0.02
2.	الطول	سم	164.66	164.00	2.96	1.27-	0.01
3.	الوزن	كجم	70.66	71.00	3.89	1.50-	0.01-
مقياس الطفو الأكاديمي							
4.	القلق	درجة	15.50	15.00	2.46	0.88-	0.61
5.	العلاقة بين الطالبة واستادتها	درجة	12.18	12.00	1.79	1.40-	0.30
6.	قدرة الطالب على مواجهة التحديات	درجة	15.60	15.00	2.38	1.54-	0.76
7.	الكفاءة الذاتية	درجة	14.92	15.00	2.83	1.38-	0.08-
8.	الاندماج الأكاديمي	درجة	8.62	9.00	1.72	1.24-	0.66-
9.	مجموع المقياس الكلي	درجة	66.82	67.00	5.57	0.73-	0.10-

يوضح جدول (٢) المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لإجمالي عينة الدراسة في معدلات ودلالات النمو ومحاور مقياس الطفو الأكاديمي يتضح قرب البيانات من اعتدالية التوزيع وتمائل المنحنى الإعتدالي حيث تراوحت قيم معامل الالتواء ما بين (-0.66) كأقل قيمة و(0.76) كأكبر قيمة أي أن الدرجات تتحصر بين (±3) مما يعطى دلالة مباشرة على خلو البيانات من عيوب التوزيعات الغير اعتدالية.

## وسائل وأدوات جمع البيانات :

استخدمت الباحثة الأدوات والوسائل التي تساعد على تحقيق هدف البحث، وهي على النحو

التالى :

## 1. القياسات المستخدمة فى البحث

أ- القياسات الخاصة بأفراد العينة :

- لتحديد العمر الزمنى ( من خلال الاطلاع على تاريخ الميلاد ) بالسجلات الخاصة بالطالبات داخل الكلية .

- لتحديد الطول بالسنتيمتر ( من خلال استخدام الريستاميتير ) .

- لتحديد الوزن بالكيلو جرام ( من خلال الميزان الطبى ) .

## ب- وسائل تسجيل البيانات لأفراد العينة :

- بيانات شخصية ( الاسم - تاريخ الميلاد - السن - الطول - الوزن) .
  - استمارة المستوي الاجتماعي والاقتصادي اعداد (عبد العزيز الشخص) (٢٠١٣) مرفق (٦)
  - مقياس الطفو الاكاديمي اعداد (محسوب عبد القادر الضو وآخرون) مرفق (٣)
  - البرنامج الترويحي المقترح اعداد (الباحثة) مرفق (٥)
2. استمارة المستوي الاجتماعي والاقتصادي اعداد (عبد العزيز الشخص) (٢٠١٣) مرفق (٦):
- قامت الباحثة بالتحقق من صدق وثبات واستمارة المستوي الاجتماعي والاقتصادي بإجراء الدراسة الاستطلاعية الخاصة بذلك عن طريق تطبيقها على عينة قوامها ٢٠ طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا، وهذا ما يوضحه جدول (3، 4).

## حساب صدق الاستمارة:

استخدمت الباحثة استمارة المستوي الاجتماعي والاقتصادي للأسرة اعداد عبد العزيز السيد الشخص (2013م) الاستمارة تتكون من خمسة أبعاد (مهنة رب الأسرة) وتأخذ درجة من 1 - 9، (مستوي تعليمه) ويأخذ درجة من 1 - 8 (دخل الفرد) يأخذ من 1 - 7، وتوضع الدرجات حسب كل مستوي. (21)

قامت الباحثة بالتحقق من صدق وثبات الاستمارة بإجراء الدراسة الاستطلاعية الخاصة بذلك عن طريق تطبيقها على عينة قوامها ٢٠ طالبة من طلاب كلية التربية الرياضية جامعة طنطا من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية.

## حساب صدق الاستمارة:

قامت الباحثة بإيجاد الصدق عن طريق دلالة الفروق بين متوسطي الارباع الأعلى والارباع الأدنى لاستمارة تقييم المستوي الاجتماعي والاقتصادي لبيان معامل الصدق جدول (3).

## جدول (3)

دلالة الفروق بين متوسطي الارباع الأعلى والارباع الأدنى لاستمارة تقييم المستوي

الاجتماعي والاقتصادي لبيان معامل الصدق ن = ٢٠

م	الاستمارة	الارباع الاعلى ن=10		الارباع الاننى ن=10		فروق المتوسطات	قيمة (ت)	آيتا <sup>2</sup>	معامل الصدق
		ع±	س	ع±	س				

1	المستوى الاجتماعي والاقتصادي	46.85	2.092	39.12	1.646	7.730	8.712	0.808	0.899
---	------------------------------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

\*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية  $0.05 = 2.101$

يتضح من جدول (3) وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى معنوية 0.05 بين متوسطي الارباعى الأعلى والارباعى الأدنى لدى عينة التقنين لاستمارة تقييم المستوى الاجتماعي والاقتصادي قيد البحث. كما يتضح حصول الاختبار على قوة تأثير وصدق عالية. حساب ثبات الاستمارة:

قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات عن طريق معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق لاستمارة المستوى الاجتماعي والاقتصادي لبيان معامل الثبات، وهذا ما يوضحه جدول (4).

#### جدول (4)

معامل الارتباط بين التطبيق وعادة التطبيق لاستمارة تقييم المستوى الاجتماعي والاقتصادي

لبيان معامل الثبات ن = 20

م	الاستمارة	التطبيق		إعادة التطبيق		معامل الارتباط
		ع±	س	ع±	س	
1	المستوى الاجتماعي والاقتصادي	43.810	2.756	43.975	2.837	0.961

\*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية  $0.05 = 0.304$

يوضح جدول (4) وجود ارتباط ذو دلالة احصائية بين التطبيق وإعادة التطبيق (إعادة تطبيق الاستمارة) لاستمارة تقييم المستوى الاجتماعي والاقتصادي قيد البحث لدى عينة التقنين عند مستوى معنوية 0.05 مما يشير إلى ثبات الاستمارة.

3. مقياس الطفو الاكاديمي إعداد (محسوب عبد القادر الضو وآخرون) (2021) مرفق (3) :

يهدف إلى قياس الطفو الاكاديمي لطالبات الجامعة ويتكون من (47) عبارة، موزعة على (5) محاور وهي (القلق - العلاقة بين الطالبة واستاذتها - قدرة الطالبة على مواجهة التحديات - الكفاءة الذاتية - الاندماج الاكاديمي) فالمحور الأول يشمل (11) عبارة من العبارة رقم (1) الي العبارة رقم (11) والمحور الثاني يشمل (9) عبارات من العبارة رقم (12) الي العبارة رقم (20) والمحور الثالث يشمل (12) عبارة من العبارة رقم (21) الي العبارة رقم (32)، والمحور الرابع يشمل (10) عبارات من العبارة رقم (33) الي العبارة رقم (42)، والمحور الخامس يشمل (5) عبارات من العبارة رقم (43) الي العبارة رقم (47)، وتم التوصل للصورة النهائية للمقياس بعد عرضه على السادة الخبراء الذين قاموا

بإعادة صياغة بعض العبارات وهذا كما موضح بمفرق (٣)، كما يحتوي المقياس علي خمس استجابات كالتالي "موافق بشدة" وعند الإجابة بها تحصل الطالبة علي درجة (٥)، و "موافق" وعند الإجابة بها تحصل الطالبة علي درجة (٤)، و "متردد" وعند الإجابة بها تحصل الطالبة علي درجة (٣)، و "غير موافق" وعند الإجابة بها تحصل الطالبة علي درجة (٢)، و "غير موافق بشدة" وعند الإجابة بها تحصل الطالبة علي درجة (١)، وهذا يدل علي ان الدرجة الكلية للمقياس تتراوح بين (٤٧) درجة كأقل درجة و (٢٣٥) درجة كأكبر درجة ، وهذا يعني انه اذا قلت الدرجة علي المقياس قل مستوي الطفو الاكاديمي واذا زادت الدرجة زاد مستوي الطفو الاكاديمي لدي الطالبات والمقياس اتجاهه إيجابي.

قامت الباحثة بالتحقق من صدق وثبات المقياس وذلك بإجراء دراسة استطلاعية عن طريق تطبيق هذا المقياس على عينة قوامها (٢٠) طالبة من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية، وقامت الباحثة بإيجاد الصدق عن طريق حساب متوسطي الارباع الاعلي والارباع الادني لبيان معامل الصدق في محاور مقياس الطفو الاكاديمي، وجدول رقم (٣) يوضح ذلك، كما قامت الباحثة بإيجاد الثبات عن طريق معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني، وهذا ما يوضحه جدول (٤).

#### جدول رقم (٥)

البيانات الإحصائية الخاصة بإيجاد معامل الصدق مقياس الطفو الاكاديمي قيد الدراسة

ن=20

م	المحاور	وحدة القياس	الأرباع الأعلى ن=1		الأرباع الأدنى ن=2		الفروق بين المتوسطات	قيمة ت
			س	ع±	س	ع±		
1.	القلق	درجة	18.00	1.78	12.33	0.51	5.66	7.46
2.	العلاقة بين الطالبة واستاذتها	درجة	14.00	0.55	10.33	0.65	3.66	17.39
3.	قدرة الطالبة على مواجهة التحديات	درجة	18.66	0.52	13.00	0.03	5.66	26.87
4.	الكفاءة الذاتية	درجة	18.67	0.51	12.00	0.43	6.66	31.62
5.	الاندماج الاكاديمي	درجة	9.33	0.54	6.33	0.59	3.00	10.06
6.	مجموع المقياس الكلي	درجة	67.00	4.73	54.00	1.54	13.00	6.39

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 2.10

يوضح جدول (٥) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي الارباعي الاعلي والارباعي الادني لبيان معامل الصدق في محاور مقياس الطفو الاكاديمي وذلك عند مستوى معنوية (0.05). مما يشير الى صدق المقياس.

الثبات لمقياس الطفو الاكاديمي لطالبات الجامعة:

### جدول (٦)

معامل الارتباط بين التطبيق الاول والتطبيق الثاني في محاور مقياس الطفو الاكاديمي قيد

البحث ن=20

م	المحاور	الدلالات الإحصائية		التطبيق الأول		التطبيق الثاني		الفروق بين المتوسطات	معامل الارتباط
		ع±	س	ع±	س	ع±	س		
1.	القلق	14.90	2.56	15.80	3.05	0.90	0.923		
2.	العلاقة بين الطالبة واستاذتها	12.10	1.60	13.80	2.57	1.70	0.709		
3.	قدرة الطالبة على مواجهة التحديات	15.80	2.53	16.80	1.75	1.00	0.767		
4.	الكفاءة الذاتية	15.30	2.91	16.00	2.94	0.70	0.922		
5.	الاندماج الاكاديمي	7.80	1.32	8.40	1.07	0.60	0.848		
6.	مجموع المقياس الكلي	65.90	6.23	70.80	6.44	4.90	0.817		

قيمه ( ر ) الجدولية عند مستوى (0.05) = .443.

يتضح من جدول رقم (٦) أن قيم معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في محاور مقياس الطفو الاكاديمي ، تراوحت ما بين (0.709 إلى 0.923)، وجميعها معاملات ثبات عالية تقترب من الواحد الصحيح مما يؤكدان أن محاور مقياس الطفو الاكاديمي تتسم بالثبات وأنها تعطي نفس النتائج إذا اعيد تطبيقها مرة أخرى علي نفس العينة وفي نفس الظروف.

### ٣- برنامج الألعاب الترويحية المقترح : (إعداد الباحثة)

قامت الباحثة ببناء برنامج الالعاب الترويحية المقترح بعد الاطلاع على مجموعة من المراجع العلمية والدراسات المرجعية مثل مرجع "عوض عبد الله الدراسي" (2007) (١٧)، مرجع "محمد أحمد عبد السلام" (2008) (٢٢)، مرجع "كمال عبد الحميد إسماعيل" (2015) (١٩)، ودراسة "خالد إبراهيم حسين" (٢٠١٧) (٩)، "محمد محمد عبد القوي الخواجه" (٢٠١٩) (٢٤)، ودراسة "احمد محمد شوقي" (٢٠٢٢) (٢)، وذلك لتحديد مجموعة من الألعاب الترويحية المناسبة لطبيعة عينة البحث والإمكانات المتاحة والتي تهدف إلى تحقيق السعادة وتحسين الطفو الاكاديمي (القلق - العلاقة بين الطالبة واستاذتها - قدرة الطالبة علي مواجهة التحديات - الكفاءة الذاتية -

الاندماج الاكاديمي) لطالبات الجامعة ، وقد أجمع الخبراء في مجال الترويج وعددهم (7) خبراء مرفق (1) على أهمية تلك الألعاب المقترحة تحسين الطفو الاكاديمي لطالبات الجامعة، وتراوحت النسبة المئوية لآرائهم ما بين (71.43%) كأصغر نسبة و(100%) كأكبر نسبة، ومرفق (٤) يوضح ذلك

### هدف البرنامج :

تحسين الطفو الاكاديمي (القلق - العلاقة بين الطالبة واستاذتها - قدرة الطالبة علي مواجهة التحديات - الكفاءة الذاتية - الاندماج الاكاديمي) لطالبات الجامعة

### أسس وضع البرنامج :

- مقابلة احتياجات ورغبات الطالبات المستفيدين من البرنامج .
- التنوع في الالعاب التي يشملها برنامج الالعاب الترويحية.
- يجب أن يوفر البرنامج الفرص المتكافئة للجميع .
- يجب أن يقدم البرنامج في الأوقات التي تتناسب مع الطالبات .
- مراعاة عوامل الأمن والسلامة في الأجهزة والأدوات المستعملة في البرنامج.
- مراعاة عنصر الاثارة والتشويق .
- ان تتسم الالعاب بطابع المرح والسرور .

### النقاط التي يجب مراعاتها أثناء تنفيذ البرنامج :

- توفير الجو النفسي المناسب للطالبات قبل البرنامج .
- تقديم أنواع مختلفة من التشجيع والثناء على الطالبات قبل البدء في تنفيذ الوحدات وأثناء تنفيذها وبعد التنفيذ .
- التحدث مع الطالبات بأسلوب سلس وبسيط.

### الاطار الزمني للبرنامج :

قامت الباحثة بالعرض علي السادة الخبراء وعددهم (٧) وذلك لتحديد الاطار الزمني للبرنامج - محتوى البرنامج وذلك كما يوضحه مرفق (٤) ، ومن خلال اراء السادة الخبراء توصلت الباحثة الي الصورة النهائية للبرنامج الترويحي المقترح، وتم تنفيذ البرنامج المقترح بعد إنتهاء اليوم الدراسي، وقد

اشتمل على (٢٤) وحدة ترويحية بواقع ثلاث وحدات أسبوعيا وذلك لمدة (٨) أسبوع ، وزمن الوحدة الواحدة (٦٠) دقيقة، والزمن الكلي للبرنامج (١٤٤٠) دقيقة، وذلك بعد العرض علي السادة الخبراء وجدول رقم (٥) يوضح ذلك.

### جدول (٧)

التكرار والنسبة المئوية لاستطلاع رأى الخبراء فى المتغيرات الخاصة بالخطة الزمنية للبرنامج المقترح ومدى مناسبته لعينة الدراسة ن=7

م	متغيرات الخطة الزمنية	المتغيرات	التكرار	النسبة %
1	الزمن الكلى للبرنامج	شهرين	7	100%
		ثلاث شهور	0	0.0%
		اربع شهور	0	0.0%
2	عدد الوحدات	24 وحدة	7	100%
		٣٦ وحدة	0	0.0%
		٤٨ وحدة	0	0.0%
3	زمن الوحدة الواحدة	30 دقيقة	0	0.0%
		40 دقيقة	1	14.3%
		60 دقيقة	6	85.7%
4	عدد مرات التطبيق فى الاسبوع	مرتان	0	0.0%
		ثلاث مرات	7	100%
		أربع مرات	0	0.0%
5	عدد مرات الممارسة للوحدة الواحدة	مرة	6	85.7%
		مرتان	1	14.3%
		ثلاث مرات	0	0.0%
6	زمن تنفيذ الجزء التمهيدي فى الوحدة	5 ق	1	14.3%
		10 ق	6	85.7%
		15 ق	0	0.0%
7	زمن تنفيذ الجزء الرئيسى فى الوحدة	20 ق	0	0.0%
		30 ق	1	14.3%
		40 ق	6	85.7%
8	زمن تنفيذ الجزء الختامى فى الوحدة	5 ق	1	14.3%
		10 ق	6	85.7%
		15 ق	0	0.0%

يتضح من جدول رقم (٧) والخاص بالتكرار والنسبة المئوية لاستطلاع رأى الخبراء فى المتغيرات الخاصة بالخطة الزمنية للبرنامج المقترح ومدى مناسبته لعينة الدراسة . حيث بلغت النسبة المئوية لإستجابات جميع الخبراء بين ( 0.00% ، 100% ) وقد ارتضت الباحثة بالمتغيرات التى حصلت على نسبة ( 85.7% ) فأكثر ، وبذلك تم تحديد الإطار الزمنى الخاص بالبرنامج الترويحي المقترح .

## أسلوب تنفيذ البرنامج :

قد اعتمدت الباحثة على استخدام الأسلوب المباشر في التنفيذ والذي يعتمد على تفاعل الباحثة وجها لوجه مع الطالبات لتنفيذ وحدات برنامج الالعاب الترويحية، فهي المصممة لهذه الوحدات والتي تبيت السعادة في نفوس الطالبات.

## تقويم برنامج الألعاب الترويحية:

يتم التقويم من خلال المعالجات الإحصائية من خلال القياسات القبليّة وتنفيذ البرنامج ثم القياسات البينيّة ثم القياسات البعديّة وصولاً إلى تحقيق الأهداف المرجوة من البرنامج.

## الدراسة الإستطلاعية الأولى :

قامت الباحثة بإجراء دراسة إستطلاعية على عينة من طالبات الفرقة الاولى بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا فى يوم السبت الموافق ٢٠٢٢/١٠/١م وحتى يوم الاثنين ٢٠٢٢/١٠/٣م ، وهدفت الدراسة الاستطلاعية الاولى إلى تحديد مستوي الطفو الاكاديمي لدى بعض طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا، وتمثلت اهم النتائج فى وجود مشكلة تواجه هذه العينة متمثلة فى ضعف مستوي الطفو الاكاديمي لديهم.

## الدراسة الإستطلاعية الثانية :

قامت الباحثة بإجراء دراسة إستطلاعية وذلك بهدف إيجاد المعاملات العلمية للمقياس ، وقد طبق مقياس الطفو الاكاديمي لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا على عينة قوامها (٢٠) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا ، وذلك من المجتمع الأصلي ومن خارج عينة الدراسة وذلك فى الفترة من ١٠/٩ وحتى ٢٤/١٠/٢٠٢٢م.

وقد أسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية على ما يلى :

- وضوح العبارات وسهولة الألفاظ .
- تمثيل العبارات لعناصر الطفو الاكاديمي لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا .

## الدراسة الإستطلاعية الثالثة :

قامت الباحثة بتطبيق وحدتان من وحدات البرنامج فى الاسبوع وذلك يوم الثلاثاء الموافق ٢٥/١٠/٢٠٢٢م ، ويوم الخميس الموافق ٢٧/١٠/٢٠٢٢م على عينة قوامها (٢٠) طالبة بكلية التربية

الرياضية جامعة طنطا تم اختيارهم من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية وذلك بهدف التعرف على ما يلي :

- مدى ملائمة الألعاب الخاصة بالبرنامج للطلّبات.
- تحديد عوامل الأمن والسلامة أثناء تطبيق وحدات البرنامج .
- اكتشاف الصعوبات التي قد تواجه تطبيق وحدات البرنامج .

وقد أسفرت الدراسة الإستطلاعية الثانية عن الآتى:

تم التأكد من مناسبة تطبيق أجزاء وحدات البرنامج ، ومناسبة الزمن المحدد لكل وحدة ، وملائمة الألعاب الخاصة بالبرنامج ، وتحديد عوامل الأمن والسلامة أثناء تطبيق وحدات البرنامج ، وتحديد الصعوبات التي قد تواجه تطبيق وحدات البرنامج وتحديد طرق التغلب عليها.

### الدراسة الأساسية :

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الأساسية في موعدها المحدد مع مراعاة الالتزام بالاطار الزمني للبرنامج ككل وكذلك زمن كل وحدة، مع مراعاة الإجازات الرسمية والاعياد وعدم احتسابها ضمن فترة البرنامج الأساسية، وتطبيق برنامج الألعاب الترويحية في صورته النهائية ومرفق (٥) يوضح ذلك

### القياس القبلي :

قامت الباحثة بإجراء القياس القبلي لعينة البحث الأساسية فى يوم السبت الموافق ٢٩/١٠/٢٠٢٢ قبل تنفيذ البرنامج الترويحي.

### تطبيق البرنامج الترويحي :

بعد تأكد الباحثة من إستكمال كافة الإجراءات لتنفيذ الدراسة الاساسية قامت الباحثة بتطبيق البرنامج الترويحي على عينة البحث التجريبية خارج اليوم الدراسي، خلال مدة بلغت (2) شهر، بواقع (8) أسابيع ، على أن يكون تطبيق الوحدات (3) وحدات فى الإِسبوع الواحد، بواقع (24) وحدة خلال فترة التطبيق ، وذلك من يوم الاثنين الموافق ٣١/١٠/٢٠٢٢ وحتى يوم السبت الموافق ٣١/١٢/٢٠٢٢.

### القياس البيني :

بعد الإِسبوع الرابع (اثناء تنفيذ البرنامج الترويحي)، قامت الباحثة بإجراء القياس البيني فى يوم

الاثنين الموافق ٢٨/١١/٢٠٢٢، وقد تم على نحو ما تم إجرائه فى القياسات القبليّة وبنفس الاسلوب المتبع.

### القياس البعدى :

بعد الإِسبوع الثامن (انتهاء البرنامج الترويحي)، قامت الباحثة بإجراء القياس البعدى فى يوم الثلاثاء الموافق ٣/١/٢٠٢٣، وقد تم على نحو ما تم إجرائه فى القياسات القبليّة وبنفس الاسلوب المتبع، ويوضح جدول (٨) البرنامج الزمني للقياسات والإجراءات فى برنامج الالعاب الترويحية المقترح.

### جدول (٨)

#### البرنامج الزمني للقياسات والإجراءات فى البرنامج الترويحي المقترح

م	القياسات والإجراءات قيد الدراسة	الفترة الزمنية
١	الدراسة الإستطلاعية الأولى	٢٠٢٢ / ١٠ / ١ وحتى ٢٠٢٢ / ١٠ / ٣
٢	الدراسة الاستطلاعية الثانية	٢٠٢٢ / ١٠ / ٩ الى ٢٠٢٢ / ١٠ / ٢٤
٣	الدراسة الاستطلاعية الثالثة	٢٠٢٢ / ١٠ / ٢٥ الى ٢٠٢٢ / ١٠ / ٢٧
٤	القياس القبلي	٢٠٢٢ / ١٠ / ٢٩
٥	بدء تنفيذ البرنامج المقترح	٢٠٢٢ / ١٠ / ٣١
٦	القياس البيئي	٢٠٢٢ / ١١ / ٢٨
٧	انتهاء تنفيذ البرنامج الترويحي	٢٠٢٢ / ١٢ / ٣١
٨	القياس البعدى	٢٠٢٣ / ١ / ٣

### المعالجات الإحصائية :

استخدمت الباحثة برنامج الحزم الإحصائية SPSS لمعالجة البيانات إحصائياً واستعانا بالأساليب الإحصائية التالية لملائمتها للبحث :

- المتوسط الحسابى - النسبة المئوية - الانحراف المعياري - معامل الارتباط
- الوسيط - تحليل التباين - نسبة التحسن

### - عرض النتائج :

سوف تستعرض الباحثة نتائجها على النحو التالي:

### جدول (٩)

نتائج تحليل التباين بين القياس (القبلي - البيئي - البعدى) فى محاور مقياس الطفو الاكاديمي

ن=50

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع	درجة	متوسط	قيمة (ف)	الدلالة
-----------	--------------	-------	------	-------	----------	---------

		المربعات	الحرية	المربعات		
دال	720.90	6267.65	2	12535.29	بين المجموعات	القلق
		8.69	147	1278.04	داخل المجموعات	
			149	13813.33	المجموع	
دال	856.91	4506.86	2	9013.72	بين المجموعات	العلاقة بين الطالبة واستادتها
		5.26	147	773.14	داخل المجموعات	
			149	9786.86	المجموع	
دال	574.35	6510.01	2	13020.01	بين المجموعات	قدرة الطالبة على مواجهة التحديات
		11.33	147	1666.18	داخل المجموعات	
			149	14686.19	المجموع	
دال	547.32	3268.49	2	6536.97	بين المجموعات	الكفاءة الذاتية
		5.97	147	877.86	داخل المجموعات	
			149	7414.83	المجموع	
دال	691.83	1250.67	2	2501.33	بين المجموعات	الاندماج الاكاديمي
		1.81	147	265.74	داخل المجموعات	
			149	2767.07	المجموع	
دال	2922.36	102004.29	2	204008.57	بين المجموعات	المجموع الكلي
		34.90	147	5131.00	داخل المجموعات	
			149	209139.57	المجموع	

\*قيمة (ف) معنوي عند مستوي  $0.05 = 3.09$

يتضح من جدول (٩) الخاص بتحليل التباين بين القياسات ( القبلي –البيني – البعدي) في محاور مقياس الطفو الاكاديمي وجود فروق معنوية بين القياسات الثلاثة والمجموع الكلي للمقياس حيث بلغت قيمة ( ف ) ما بين ( 547.32 إلي 2922.36) ، وهذه القيم أكبر من قيمة ( ف ) الجدولية عند مستوي (0.05) ، ولتحديد الفروق بين القياسات الثلاثة ، تم استخدام اختبار أقل فرق معنوي LSD وجداول (١٠) يوضح ذلك

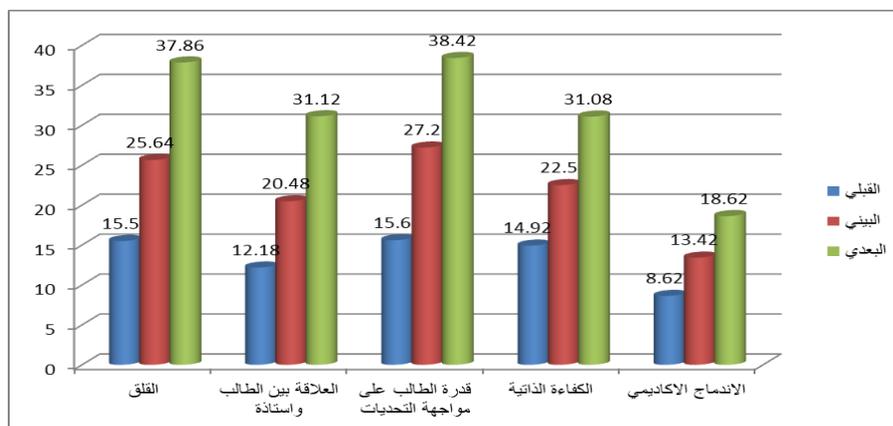
#### جدول (١٠)

دلالة الفروق بين القياس ( القبلي –البيني – البعدي) في محاور مقياس الطفو الاكاديمي باستخدام اختبار أقل فرق معنوي LSD

قيمة LSD	الفرق بين المتوسطات			المتوسط الحسابي	القياسات	المتغيرات
	البعدي	البيني	القبلي			
1.17	*22.36	*10.14		15.50	القبلي	القلق
	*12.22			25.64	البيني	
				37.86	البعدي	
0.91	*18.94	*8.30		12.18	القبلي	العلاقة بين الطالبة واستادتها
	*10.64			20.48	البيني	

				31.12	البعدي	
1.33	*22.82	*11.60		15.60	القبلي	قدرة الطالبة على مواجهة التحديات
	*11.22			27.20	البيني	
				38.42	البعدي	
0.97	*16.16	*7.58		14.92	القبلي	الكفاءة الذاتية
	*8.58			22.50	البيني	
				31.08	البعدي	
0.53	*10.00	*4.80		8.62	القبلي	الاندماج الاكاديمي
	*5.20			13.42	البيني	
				18.62	البعدي	
2.34	*90.28	*42.42		66.82	القبلي	المجموع الكلي
	*47.86			109.24	البيني	
				157.10	البعدي	

يتضح من جدول (١٠) والشكل (١) الخاص بمعنوية الفروق بين القياسات ( القبلي - البيني - البعدي) في محاور مقياس الطفو الاكاديمي باستخدام اختبار أقل فرق معنوي (LSD) ، حيث تراوحت الفروق بين القياس القبلي والبيني في محاور مقياس الطفو الاكاديمي ما بين ( 4.80 الي 11.60 ) ، كما تراوحت الفروق بين القياس القبلي والبعدي ما بين ( 10.00 الي 22.82 ) ، بينما تراوحت الفروق بين القياس البيني و البعدي ما بين ( 5.20 الي 12.22 ) ، وهي اعلي من قيمة (LSD).



شكل (١)

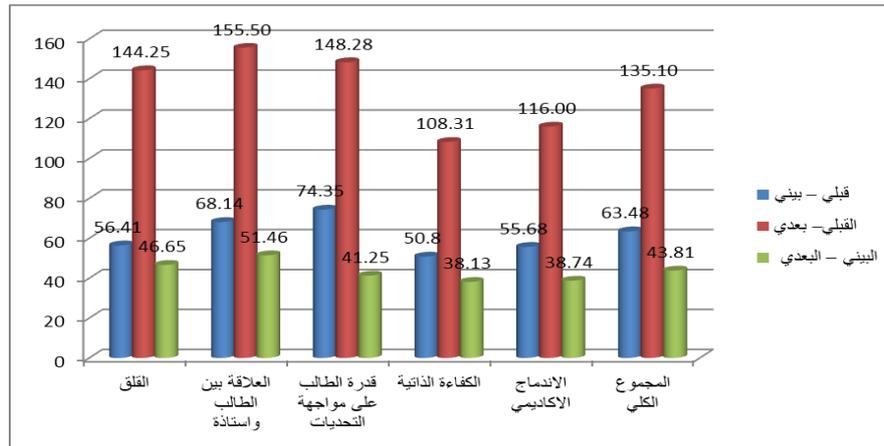
الفروق بين متوسطي القياس (القبلي - البيني - البعدي) في محاور مقياس الطفو الاكاديمي

جدول (١١)

النسبة المئوية للفروق بين التحسن للقياس ( القبلي - البيني - البعدي) في محاور مقياس الطفو الاكاديمي لأفراد العينة

النسبة المئوية للتحسن في مقياس الطفو الاكاديمي			الابعاد
القبلي - البيني	القبلي- بعدي	قبلي - بيني	
46.65	144.25	56.41	القلق
51.46	155.50	68.14	العلاقة بين الطالبة واستاذتها
41.25	148.28	74.35	قدرة الطالبة على مواجهة التحديات
38.13	108.31	50.80	الكفاءة الذاتية
38.74	116.00	55.68	الاندماج الاكاديمي
43.811	135.10	63.48	مجموع المقياس الكلي

يتضح من جدول (١١) الخاص بالنسبة المئوية للفروق بين التحسن للقياس ( القبلي - البيني - البيني - البيني) في محاور مقياس الطفو الاكاديمي لأفراد العينة وجود نسبة تحسن بين القياس (القبلي - بيني ، القبلي - بعدي ، البيني - البيني) حيث كانت اقل نسبة تحسن في محور الكفاءة الذاتية بنسبة تحسن بلغت (٣٨,١٣)، كما كانت اكبر نسبة في محور العلاقة بين الطالبة واستاذتها (٥١,٤٦) وهذه نسب تحسن عالية، مما يدل علي التأثير الإيجابي لبرنامج الألعاب الترويحية علي طالبات عينة البحث.



شكل (٢)

النسبة المئوية للتحسن للفروق بين التحسن للقياس (القبلي - البيني - البيني) في محاور مقياس الطفو الاكاديمي

#### - مناقشة النتائج:

وتشير نتائج جدول (٩)، جدول (١٠)، جدول (١١) إلي وجود فروق معنوية بين القياسات القبليّة والبينية والبعديّة والمجموع الكلي للمقياس حيث بلغت قيمة ( ف ) ما بين ( 547.32 إلي 2922.36) في مقياس الطفو الاكاديمي وهذه القيم أكبر من قيمة ( ف ) الجدولية عند مستوي (0.05) والتي تساوي (3.09)، كما تشير الي معنوية الفروق بين القياسات (القبلي - البيني -

البعدي) في محاور مقياس الطفو الاكاديمي باستخدام اختبار أقل فرق معنوي ( LSD ) ، حيث تراوحت الفروق بين القياس القبلي والبيني في محاور مقياس الطفو الاكاديمي ما بين ( 4.80 الي 11.60 ) ، كما تراوحت الفروق بين القياس القبلي والبعدي ما بين ( 10.00 الي 22.82 ) ، بينما تراوحت الفروق بين القياس البيني و البعدي ما بين ( 5.20 الي 12.22 ) ، وهي اعلي من قيمة (LSD).

وترجع الباحثة ذلك التحسن في الطفو الاكاديمي لدى مجموعة البحث التجريبية (بعض طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا) كنتيجة لبرنامج الألعاب الترويحية المقترح المقنن علميا والمطبق على مجموعة البحث التجريبية، وأيضا لإنظام مجموعة البحث التجريبية على مدار فترة تطبيق البرنامج ، حيث أن البرنامج الذي تم وضعه كان هدفه الاساسي تحسين الطفو الاكاديمي لدي طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا من خلال برنامج الالعاب الترويحية ، وتم وضع وحدات البرنامج ومحتواها بصورة تتناسب مع خصائص وإحتياجات الطالبات ، وذلك لما يحتويه البرنامج من تنوع وتعدد في استخدام الالعاب الترويحية وكذلك مرونتها وسهولة آدائها.

ويتفق كلا من "محمد محمد الحماحي ، عايدة عبد العزيز مصطفى" (2009)(23)، "أماني البطراوي ومحمد سلامة" (2013)(5)، "كمال عبد الحميد إسماعيل" (2015)(19) أن الألعاب الترويحية تساعد الطالبات علي استثمار وقت الفراغ ، كما تؤهلهم لتقبل الاخرين واكتساب المعارف المختلفة والمهارات، وتجعل الطالبات أكثر إبداعاً، لأنها تعزز من قدراته ومهارات التفكير والملاحظة والاستنتاج لديه، كما تمكنهم من معرفة المشكلة وإيجاد الحلول لها، كما تنمي الألعاب الترويحية مهارات التعليم الذاتي للطالبات.

وتضيف نتائج دراسة "داتو ويانج" (Datu and Yang)(2019) (29) أن هناك علاقة إيجابية بين الطفو الاكاديمي والتحصيل والمشاركة المعرفية، كما يرتبط بالرغبة في التعلم من اجل تحقيق الذات.

وتشير دراسة "يارا عيد محمد" (2022)(27) أن الألعاب الترويحية يمكنها ان تساعد علي استثمار وقت الفراغ بشكل إيجابي، كما تساعد الطلاب علي تحقيق ذاتهم، بالإضافة الي تنمية المعارف والمعلومات الصحيحة لديهم.

كما تبين دراسة "حسن سعد عابدين" (٢٠١٨)(٨) أن هناك تأثير مباشر وآخر غير مباشر للطفو الأكاديمي على كلا من الثقة بالنفس والتوافق الأكاديمي لدى الطالبات كما يؤثر الطفو الأكاديمي في زيادة ثقة الطالبات بأنفسهم بالإضافة إلى أنهم أظهروا توافقا أكاديميا كبيرا. وتبين دراسة "احمد محمد شوقي" (٢٠٢٢)(٢) أن برامج الألعاب الترويحية لها تأثير إيجابي في تحسين اليقظة الذهنية والطلاقة النفسية، كما انها من اهم الوسائل الحديثة المستخدمة في تحسين القدرات العقلية والنفسية والاجتماعية للأفراد.

وتوضح دراسة "مرفت إبراهيم خضير" (٢٠٢٢)(٢٥) أن الطفو الأكاديمي يساعد الطلاب على التقدم والنجاح في الدراسة الجامعية، وهذا يتوقف على الهدف الذي يضعه الطالب لنفسه وأيضاً على ما يملكه من استعدادات شخصية ومعرفية، ومن بين الاستعدادات المعرفية القدرة على التعامل مع الوقت وتحديد الأولويات بما يحدد معالم شخصية الطالب.

كما تشير دراسة "عاطف محمد علي" (٢٠٢٢) (١٣) ان هناك تأثير إيجابي للبرامج الترويحية على التحصيل الدراسي للطلاب، فتساعد البرامج الترويحية الطلاب على التخلص من الطاقة الزائدة وبالتالي تحسين التركيز وتوفير جو مناسب لاكتساب قدر كبير من المعلومات الدراسية، بما يطور مستواهم الاكاديمي.

وتري الباحثة أن برنامج الألعاب الترويحية أدى إلى حدوث فروق بين القياسات القبليّة والبينيّة والبعديّة، وذلك في (القلق – العلاقة بين الطالبة واستاذتها – قدرة الطالبة علي مواجهة التحديات – الكفاءة الذاتية – الاندماج الاكاديمي) لدي مجموعة البحث التجريبيّة، مما أدى إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البيني والقياس البعدي في محاور المقياس، وبذلك تحققت صحة الفرض الذي ينص على توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى القياسات القبليّة والقياسات البينيّة والقياسات البعديّة للمجموعة التجريبيّة فى الطفو الاكاديمي لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا لصالح القياس البعدي من خلال برنامج الألعاب الترويحية.

**الإستنتاجات والتوصيات :**

**- الإستنتاجات :**

توصلت الباحثة إلى الإستنتاجات التالية :

- أن برنامج الالعاب الترويحية المقترح له تأثير إيجابي فى تحسين الطفو الاكاديمي لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة طنطا، لان برنامج الألعاب الترويحية يحتوي علي العاب مرنة ومنوعة تناسب احتياجات الطالبات.
- أن نسبة التحسن فى الطفو الاكاديمي لطالبات كلية التربية الرياضية كانت بين متوسطى القياس القبلى والقياس البيني والقياس البعدى كانت (٣٨,١٣) كأقل نسبة تحسن في محور الكفاءة الذاتية ، بينما بلغت اكبر نسبة في محور العلاقة بين الطالبة واستاذتها بنسبة (٥١,٤٦) وهذه نسب تحسن عالية، مما يدل علي التأثير الإيجابي لبرنامج الألعاب الترويحية علي طالبات عينة البحث

#### - التوصيات :

- بناء على الاستنتاجات الخاصة بموضوع البحث تقدم الباحثة التوصيات التالية :
- تطبيق برنامج الألعاب الترويحية المقترح على كافة طالبات جامعة طنطا.
- تطبيق برنامج الالعاب الترويحية المقترح قيد البحث لدى جامعات جمهورية مصر العربية .
- الاهتمام بدراسة الطفو الاكاديمي لدي الطالبات في المراحل التعليمية المختلفة.
- ضرورة الاهتمام بالبرامج التي تهدف الي اثناء كل من الطفو الاكاديمي لدي الطالبات بالمراحل الاكاديمية المختلفة.
- القيام بدراسات مماثلة للبحث الحالي علي مجتمعات مختلفة او مراحل عمرية مختلفة.

#### المراجع :

#### المراجع العربية :-

- 1- ابتسام محمود  
عامر (2018م)  
فاعلية برنامج تدريبي قائم علي تنمية بعض المحددات التحفيزية لتحسين الطفو الاكاديمي لدي طالبات الجامعة، مجلة العلوم التربوية، كلية الدراسات العليا للتربية، جامعة القاهرة، عدد ٢٦، ص ٢٥٠ : ٢٠٦.
- 2- احمد محمد شوقي  
برنامج العاب ترويحية لتحسين اليقظة الذهنية

- والطلاقة النفسية لدي لاعبي كرة القدم، مجلة  
أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، كلية التربية  
الرياضية، جامعة أسيوط. (2022م)
- 3- الهام سرور بلال :  
الطفو الدراسي وعلاقته بالصمود الاكاديمي لدي  
طلاب وطالبات المرحلة الثانوية في المدارس  
الرسمية في منطقة تابوك، مجلة كلية التربية، العدد  
١، مجلد ٣٥، كلية التربية، جامعة المنوفية. (2020م)
- 4- امانى فرحات عبد المجيد :  
النهوض الاكاديمي وعلاقته بالتدفق النفسي واليقظة  
الذهنية لدي عينة من طلبة كلية التربية جامعة  
دمهور، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس،  
عدد ٣، مجلد ٤٥، ص ١٦٣ : ٢٤٠. (2021م)
- 5- امانى متولى البطرأوى ، :  
مقدمة فى الترويح وأوقات الفراغ ، ماهى للنشر  
والتوزيع ، الإسكندرية .  
محمد عبد العزيز سلامة (2013م)
- 6- امل عبد المحسن الزغبى :  
تأثير التعلم الاجتماعي الوجداني في تحسين  
النهوض الاكاديمي للمتعثرات الاكاديمية في جامعة  
طبية بالمدينة المنورة، مجلة كلية التربية بأسيوط،  
العدد ٣٤، مجلد ٦، ص ٣٨٩ : ٤٤٦. (2016م)
- 7- بربارا ماتيرو وآخرون :  
الأساليب الابداعية في التدريس الجامعي، دار  
الشروق للنشر، عمان. (2000م)
- 8- حسن سعد عابدين :  
تحليل المسار للعلاقات بين الطفو الاكاديمي وقلق  
الاختبار والثقة بالنفس والتوافق الاكاديمي لدي  
طلاب المرحلة الثانوية، كلية التربية، جامعة  
المنوفية، مجلد ٣٣، عدد ٤، ص ٥٠ : ١١١. (2018م)
- 9- خالد إبراهيم حسين :  
تقويم الأنشطة الترويحية لطلاب جامعة بابل -  
العراق، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية  
للبنات، جامعة الإسكندرية. (2017م)
- 10- رمضان علي حسن :  
الدافعية العقلية وعلاقتها بالطفو الاكاديمي لدي

- طلاب المرحلة الثانوية، مجلة كلية التربية، جامعة  
(2020م)  
بناها، كلية التربية، مجلد ٣١، عدد ١٢١، ص  
٢٨٠ : ٣٢٢.
- 11- شبل بدران، جمال الدهشان : التجديد في التعليم العالي، دار قباء للطباعة،  
(2001م)  
القاهرة.
- 12- صالح الداهري (2005م) : مبادئ الصحة النفسية، دار وائل للنشر، عمان.
- 13- عاطف محمد علي : تأثير برنامج تروحي علي التحصيل الدراسي  
(2022م)  
للطلاب ذوي الهمم بالاكاديمية العربية للعلوم  
والتكنولوجيا، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية  
للبنين، جامعة الإسكندرية.
- 14- علي شاكر الفتلاوي : سيكولوجية الزمن، دار صفحات للنشر والتوزيع،  
(2010م)  
سوريا.
- 15- علي عبد الرحيم العبودي، : علم النفس الإيجابي، دار معالم الفكر، لبنان،  
طارق محمد بدر (2015م)  
بيروت.
- 16- عمرو الملاح (2012م) : التخطيط من اجل البقاء والازدهار، العبيكان للنشر  
والتوزيع، المملكة العربية السعودية.
- 17- عوض عبد الله الدرسي : فلسفة الترويح ومجالاته ، ماهي للنشر والتوزيع ،  
(2007م)  
الإسكندرية.
- 18- فاطمه عصام : الوصول الى جامعة منتجة استراتيجيات لتقليل  
النفايات وزيادة جودة التعليم العالي، مكتبة العبيكان  
(2007م)  
لنشر، المملكة العربية السعودية.
- 19- كمال عبد الحميد إسماعيل : الأسس الفلسفية للترويح الرياضي، مركز الكتاب  
(2015م)  
لنشر، القاهرة.
- 20- لطيفة ماجد محمود، لما : الطفو الاكاديمي لدي طلبة الجامعة، مجلة ديالي  
سالم محجوب (2022م)  
للبحوث الانسانية، العدد ٩٢، كلية التربية للعلوم  
الانسانية، جامعة ديالي.

- 21- محسوب عبد القادر : الخصائص السيكومترية لمقياس الطفو الاكاديمي الضوي وآخرون : لدي طلاب كلية التربية بقنا، مجلة العلوم التربوية، العدد ٤٨ كلية التربية ، جامعة جنوب الوادي. (2021م)
- 22- محمد أحمد عبد السلام : البرامج الترويجية ،دار اشراق للنشر والتوزيع ، السويس. (2008م)
- 23- محمد محمد الحماحمي، : الترويج بين النظرية والتطبيق، ط7، مركز الكتاب عايدة عبد العزيز مصطفى للنشر، القاهرة. (2009م)
- 24- محمد محمد عبد القوي : برنامج العاب ترويجية لتنمية بعض المهارات الحسية والحركية للمكفوفين، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا. (2019م)
- 25- مرفت إبراهيم خضير : الطفو الاكاديمي وعلاقته بالتوجه الزمني ودافعية الاتقان لدي طلاب الجامعة، كلية الدراسات الإنسانية، عدد ٢٩، جامعة الازهر. (2022م)
- 26- ندي صبحي سليم : بناء برنامج ترويج مائي للمسابقات والألعاب الرياضية لدى طلاب جامعة المنصورة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة. (2018م)
- 27- يارا عيد محمد (2022م) : تأثير برنامج ترويجي رياضي علي خفض تشتت الانتباه وفرط الحركة لدي تلاميذ المرحلة الابتدائية بمحافظة الدقهلية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.

### ثانياً المراجع الأجنبية:-

- 28 Andrew and others (2017) : Young people's academic buoyancy and adaptability: a cross-cultural comparison of China with North America and the United Kingdom, Educational Psychology, Volume 37, – Issue 8.
- 29 Datu & Yang Academic buoyancy, academic motivation, and

- (2019) academic achievement among filipino high school students, Springer, issue 3, vol 11, pp 3958–3965.
- 30 Iversity & Zeba Academic Buoyancy Scale : A Factor Analytical Stud, Journal of Information and Computational Science, vol 10, issue 1, pp 772–780.
- 31 Oyoo & Mwaura Academic Resilience as a Predictor of Academic Burnout among Form Four Students in Homa–Bay County, Kenya, International Journal of Education and Research Vol. 6 No. 3 March .
- 32 Safoura Academic buoyancy in higher education: Developing sustainability in language learning through encouraging buoyant EFL students, Journal of Applied Research in Higher Education, issue 28, vol 12, pp 123 – 145.
- Jahedizadeh and others (2019)

### ثالثاً: مراجع شبكة المعلومات الدولية:

33: <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/107671>

تم الاطلاع عليه يوم الأربعاء ٢٨ / ١٢ / ٢٠٢٢ الساعة ٥م