

دور الأنشطة الترويحية في استثمار أوقات الفراغ لدى طلاب كليات التربية الرياضية

أ.د/ أمانى محمد الصفتى (*)

أ.م.د/ أسامة محمد الكيلانى (**)

هالة صديق سعد أحمد عوض (**)

- المقدمة ومشكلة البحث :

يتمتع طلاب الجامعة بوقت فراغ قد يكون اطول من الوقت الذى يتمتع به الكبار الذين يمارسون الاعمال الإنتاجية والخدمية ، وينبغى تحويله الى وقت يمارس خلاله الأنشطة الإيجابية التى يكون لها دور فى نمو الشخصية والقدرات الإبداعية

والاستفادة من وقت الفراغ المتاح الطلاب تكون من خلال المشاركة في الأنشطة الترويحية لأن أوقات الفراغ المفيدة تؤدي إلى تنمية القدرات الابتكارية لهم ، ويجب أن تتقف الجامعات الشباب للاستخدام الحكيم لوقت الفراغ ، وأحد المبادئ الأساسية للتعليم هو التعليم من أجل الاستخدام اللائق لوقت الفراغ ، حيث أن الاستخدام البناء للوقت هو أصل تنموي يعتمد على مشاركة الشباب في الأنشطة الإبداعية وبرامج الشباب والأنشطة المختلفة . (1 : 145) وتسهم الأنشطة الترويحية على وقاية الفرد من الملل والقلق والضغوط النفسية والعصبية ، وفيه يعبر الفرد عن نفسه وينمى عقله وتزداد معارفه وتنمو ميوله والتفاعل مع الآخرين والإحساس بالإنتماء وتحسن صحته البدنية والنفسية وتحقق له السعادة والرضا عن النفس. (10 : 44-46)

وقامت الباحثة بالاطلاع على عدد من الدراسات المتخصصة مثل دراسة **عاشور أحمد عمرى (2020م)** (6) والتي رصدت العديد من التحديات التى تواجه تطبيق الأنشطة التربوية الإبداعية مع الدارسين الكبار بفصول محو الامية ، ودراسة **ايمان عبد العزيز (2020م)** (3) التى تؤكد زياده وقت الفراغ لدى طلاب الجامعة وعدم استغلالهم لوقت الفراغ .

ومما سبق يتضح لنا اهميه ممارسه الافراد للأنشطة الترويحية فى وقت الفراغ وخاصة طلاب الجامعة الذى يتميز بالحيويه والقدرة على التعلم واهميتها له .

وبناء على ما اسفرت عليه نتائج تلك الدراسات ترى الباحثة ان طلاب الجامعة يتمتع ببعض الأنشطة الترويحية الهامه ولكن بدون استغلال امثل وان العوامل الاقتصادية والبيئية والجغرافية لديها تأثير خاص على ممارسه تلك الأنشطة وعلى حسن استغلالها بالطريقة النافعة لدى الفرد عند ممارسته لتلك الأنشطة وربما يمارسها بطريقة وبأسلوبه الخاص بناء على ما توافرت لديه من امكانيات وان الأنشطة الترويحية تعمل على خلق الروح الاجتماعية والمشاركة بين الافراد وتنمية المواهب والمهارات .

ومن خلال عمل الباحثة والتواصل مع الطلاب لاحظت ان لديهم افكار ومهارات وأنشطة وان هناك اختلافات وفروق بينهم فى استغلال وقت الفراغ بما يفيدهم وطريقه استغلال وقت فراغهم.

هذا مما دعى الباحثة للقيام بالمقابلة الشخصية لبعض الطلاب وجدت بعض الاختلافات والفروق فى تنفيذها وقيامهما بالأنشطة الترويحية وعلاقته بوقت الفراغ لديهم ومن هنا جاءت فكره الدراسة وهى علاقه الأنشطة الترويحية لدى طلاب كليات التربية الرياضية لاستغلال وقت الفراغ .

(*) أستاذ الترويج الرياضى ورئيس قسم الإدارة والترويج الرياضى بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا .

(**) أستاذ مساعد بقسم علم النفس الرياضى بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا

(**) مدرس مساعد بقسم الإدارة والترويج الرياضى بكلية التربية الرياضية جامعة طنطا .

-أهمية البحث :

- 1- تناول الدراسة لموضوع هام فى الحياه المعاصرة .
 - 2- محاوله للتعرف على العلاقة بين الأنشطة الترويحية واستغلال وقت الفراغ لدى طلاب كليات التربية الرياضية .
 - 3- دراسة الأنشطة الترويحية التى يمكن ممارستها .
 - 4- مدى مساهمه الأنشطة الترويحية فى استغلال وقت الفراغ لدى الطلاب .
 - 5- حسن استغلال وقت الفراغ .
- هدف البحث يهدف البحث إلى التعرف على دور الأنشطة الترويحية في استثمار أوقات الفراغ لدى طلاب كليات التربية الرياضية .

- تساؤلات البحث :

- 1- ما هي الأنشطة الترويحية التي يمارسها طلاب كليات التربية الرياضية ؟
- 2- هل هناك علاقه بين الأنشطة الترويحية ووقت الفراغ لدى طلاب كليات التربية الرياضية ؟

- المصطلحات المستخدمة في البحث :

-الأنشطة الترويحية :

هى تلك الالوجه من الأنشطة التربوية المختلفة (رياضية - ثقافية - فنية - اجتماعية - خلوية - علاجية) والتي تساهم فى اكساب الفرد العديد من الخبرات والمهارات وتعمل على تنمية جميع الجوانب الشخصية والبدنية والعقلية والتذوق الفنى وثقل الموهبة وتهيئة الفرص للإبداع والابتكار . (9 : 5)

- إجراءات البحث :

منهج البحث : استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي كأحد أنماطه وذلك لمناسبته لطبيعة البحث وأهدافه .

-مجتمع وعينة البحث :

1- **مجتمع البحث :** يمثل مجتمع البحث طلاب وطالبات كليات التربية الرياضية بجامعة (طنطا - كفر الشيخ - بنها - الزقازيق - المنصورة - الإسكندرية - سوهاج - قنا - شبين الكوم) والبالغ عددهم (1000) طالب بنسبة مئوية (100%) لعام 2024/2023 م .

2- **عينة البحث الأساسية :** تم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العشوائية البسيطة باجمالى عدد (900) طالب بنسبة مئوية قدرها (90%) من مجتمع البحث .

3- **العينة المستخدمة في تقنين أدوات البحث :** تم إختيار عدد (70) طالب بنسبة مئوية قدرها (2.5%) من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية كعينة للدراسة الإستطلاعية ، وتم استبعاد عدد (30) طلاب وذلك للأتى :

- عدم تسجيلهم درجات كافية للمقياس .
- تكرار نتيجة المقياس .
- عدم ميولهم فى ممارسة الأنشطة الترويحية .
-

جدول (1)

حجم العينة ونسبتها للمجتمع الأصلي

م	العينة	عدد الطلاب	النسبة المئوية %
1	عينة البحث الإستطلاعية	70 طالب	7%
2	العينة الأساسية	900 طالب	90%
3	عدد المستبشرين	30 طالب	3%
4	إجمالي أفراد المجتمع الأصلي	1000 طالب	100%

- وسائل وأدوات جمع البيانات :

إستخدمت الباحثة ما يلي :

- مقياس الأنشطة الترويحية لطلاب كليات التربية الرياضية .

- مقياس الأنشطة الترويحية (إعداد الباحثة) :

خطوات بناء المقياس :

- تم تصميم المقياس وفقاً لمجموعة من الخطوات المتمثلة في إجراء مسح مرجعي للعديد من المراجع العلمية التي تناولت الأنشطة الترويحية في مجال الترويج الرياضي مثل دراسة **عربي محمد زيد (2003م) (7)** ، **محمد الحامحي ، عايدة عبدالعزيز (2006م) (10)** ، **احمد السيد مطر (2012) (2)** .
- تم تحديد الأبعاد الرئيسية لمقياس الأنشطة الترويحية لطلاب كليات التربية الرياضية قيد البحث .
- قامت الباحثة بإعداد استمارة المقياس لأبعاد الأنشطة الترويحية في صورته المبدئية وعرضها على السادة الخبراء المختصين في مجال الترويج الرياضي وعددهم (9) خبراء - مرفق (1) ، وقد اشتملت الاستمارة على عدد (8) أبعاد وهي : (الأنشطة الترويحية الرياضية - الأنشطة الترويحية الثقافية - الأنشطة الترويحية الاجتماعية - الأنشطة الترويحية الفنية - الأنشطة الترويحية القائمة على الوسائل التكنولوجية الحديثة - الأنشطة الترويحية الخلوية - الأنشطة الترويحية العلاجية - الأنشطة الترويحية الدينية) - مرفق (6) .
- تم إيجاد النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء والمختصين في مجال الترويج الرياضي ، والجدول (2) يوضح ذلك .

جدول (2)

التكرار والنسبة المئوية والأهمية النسبية لآراء السادة الخبراء حول محاور استمارة

مقياس الأنشطة الترويحية

ن=9

م	المحاور	أوافق		لاوافق		الوزن النسبي	الأهمية النسبية
		ك	%	ك	%		
1	الأنشطة الترويحية الرياضية	9	100.00	0	0.00	9	100.00
2	الأنشطة الترويحية الثقافية	9	100.00	0	0.00	9	100.00
3	الأنشطة الترويحية الاجتماعية	9	100.00	0	0.00	9	100.00
4	الأنشطة الترويحية الفنية	9	100.00	0	0.00	9	100.00

5	الأنشطة الترويحية التكنولوجية	9	100.00	0	0.00	9	100.00
6	الأنشطة الترويحية الخلوية	9	100.00	0	0.00	9	100.00
7	الأنشطة الترويحية العلاجية	5	55.56	4	44.44	5	55.56
8	الأنشطة الترويحية الدينية	6	66.67	3	33.33	6	66.67

يوضح جدول (2) التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية لأراء السادة الخبراء حول محاور استمارة مقياس الأنشطة الترويحية وقد تراوحت اراء السادة الخبراء ما بين (55.56 % الى 100.00 %) وقد ارتضت الباحثة والسادة المشرفين بالمحاور التي حصلت على نسبة 100.00 % .

وجداول (3) يوضح أبعاد الأنشطة الترويحية لطلاب الجامعات المصرية .

جدول (3)

أبعاد مقياس الأنشطة الترويحية لطلاب الجامعات المصرية

م	أبعاد المقياس	التعريف
1-	الأنشطة الترويحية الرياضية	هو ذلك النوع من الترويج التي تتضمن برامجة العديد من المناشط البدنية والرياضية , كما أنه بعد أكثر أنواع الترويج تأثيرا على الجوانب البدنية والفسولوجية للفرد الممارس لأوجه مناشطة التي تشتمل على الألعاب والرياضات.
2-	الأنشطة الترويحية الثقافية	هو ذلك النوع من الترويج الذي يهتم بالأنشطة الترويحية الأدبية والعقلية واللغوية.
3-	الأنشطة الترويحية الاجتماعية	مشاركة أكثر من فرد في نشاط ما , يعد أى نشاط يكون الدافع من ممارسته هو المشاركة الإجتماعية بغرض الترويج دون التقيد بالسن أو بمكان الممارسة.
4-	الأنشطة الترويحية الفنية	يطلق عليها مصطلح الهوايات الفنية , وهى تهتم بالمناشط التي تؤدي إلى الإستمتاع بالقيم الجمالية والإبداع والإبتكار والتذوق الفنى.
5-	الأنشطة الترويحية القائمة على الوسائل التكنولوجية الحديثة	هى ذلك النوع من الأنشطة التي يمارسها الفرد باستخدام التكنولوجيا سواء بمفرده او مع مجموعه افراد .
6-	الأنشطة الترويحية الخلوية	هو ذلك النوع من الترويج الذي يهتم بممارسه الأنشطة الترويحية فى الخلاء.

- قامت الباحثة بوضع مجموعة من العبارات لكل بعد من الأبعاد وصياغتها بما يتناسب مع كل بعد ، حيث روعى أن تكون ذات لغة بسيطة ومألوفة ولا تحمل أكثر من معنى ، وبذلك يكون المقياس في صورته المبدئية مكون من (89) عبارة موزعة على الأبعاد المختلفة وذلك على النحو التالى :
- البعد الأول : الأنشطة الترويحية الرياضية (22) اثنان وعشرون عبارة .
- البعد الثانى : الأنشطة الترويحية الثقافية (17) سبعة عشر عبارة .
- البعد الثالث : الأنشطة الترويحية الاجتماعية (13) ثلاثة عشر عبارة .
- البعد الرابع : الأنشطة الترويحية الفنية (11) احدى عشر عبارة .
- البعد الخامس : الأنشطة الترويحية القائمة على الوسائل التكنولوجية الحديثة (15) خمسة عشر عبارة .
- البعد السادس : الأنشطة الترويحية الخلوية (11) احدى عشر عبارة .
- تم عرض العبارات الخاصة بالأبعاد الستة على السادة الخبراء والمتخصصون في مجال الترويج الرياضى - مرفق (1) - لإبداء الرأي في مدى مناسبة العبارات للبعد التي تندرج تحته أو تعديل صياغة أي عبارة أو حذف عبارة أو إضافة عبارات أخرى - مرفق (8) .
- في ضوء آراء السادة الخبراء والمتخصصون في مجال الترويج الرياضى تم حذف بعض العبارات من بعض الأبعاد حيث أنها لا تتناسب مع الهدف الموضوع لأجله ، وجدول (4) يوضح ذلك .

جدول (4)

النسبة المئوية لأراء السادة الخبراء حول عبارات استمارة مقياس الأنشطة الترويحية

ن=9

المحور الأول		المحور الثاني		المحور الثالث		المحور الرابع		المحور الخامس		المحور السادس	
نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م	نسبة الموافقة %	م
100.00	1	100.00	1	100.00	1	100.00	1	100.00	1	100.00	1
100.00	2	100.00	2	100.00	2	100.00	2	100.00	2	100.00	2
100.00	3	100.00	3	100.00	3	88.89	3	100.00	3	100.00	3
100.00	4	88.89	4	100.00	4	100.00	4	100.00	4	100.00	4
100.00	5	77.78	5	100.00	5	100.00	5	88.89	5	77.78	5
100.00	6	88.89	6	77.78	6	88.89	6	100.00	6	100.00	6
100.00	7	88.89	7	100.00	7	77.78	7	100.00	7	100.00	7
100.00	8	88.89	8	100.00	8	100.00	8	77.78	8	100.00	8
100.00	9	88.89	9	100.00	9	100.00	9	77.78	9	88.89	9
66.67	10	100.00	10	100.00	10	100.00	10	100.00	10	100.00	10
100.00	11	100.00	11	100.00	11	100.00	11	100.00	11	100.00	11
		88.89	12			100.00	12	100.00	12	100.00	12
		100.00	13			77.78	13	77.78	13	100.00	13
		100.00	14					88.89	14	100.00	14
		55.56	15					100.00	15	100.00	15
								100.00	16	100.00	16
								100.00	17	100.00	17
										100.00	18
										100.00	19
										100.00	20
										44.44	21
										33.33	22

يوضح جدول (4) النسبة المئوية لأراء السادة الخبراء حول عبارات مقياس الأنشطة الترويحية ويتضح تراوح النسبة المئوية للعبارات ما بين (33.33% - 100.00%) وقد ارتضت الباحثة والسادة المشرفين بالعبارات التي حصلت على نسبة مئوية قدرها 77.78% فاكثراً .

- تم التوصل الى العدد النهائي لعبارات مقياس الأنشطة الترويحية وجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5)

العدد المبدئي والنهائي وأرقام العبارات المستبعدة لاستمارة مقياس الأنشطة الترويحية

م	المحاور	العدد المبدئي للعبارات	عدد العبارات المستبعدة	أرقام العبارات المستبعدة	عدد العبارات المعدلة	أرقام العبارات المعدلة	العدد النهائي للعبارات
1	الأنشطة الترويحية الرياضية	22	2	22-21	2	10-7	20
2	الأنشطة الترويحية الثقافية	17	-	-	-	-	17
3	الأنشطة الترويحية الاجتماعية	13	-	-	1	4	13
4	الأنشطة الترويحية الفنية	11	-	-	1	8	11
5	الأنشطة الترويحية التكنولوجية	15	1	15	-	-	14
6	الأنشطة الترويحية الخلوية	11	1	10	-	-	10
	الإجمالي	89	4	4	4	4	85

يوضح جدول (5) العدد المبدئي والنهائي وأرقام العبارات المستبعدة لاستمارة مقياس الأنشطة الترويحية ويتضح اتفاق السادة الخبراء على استبعاد عدد (4) عبارات من اجمالي المقياس وعدده (85) عبارة وتعديل عدد (4) عبارات وبذلك أصبح العدد النهائي لاجمالي المقياس (43) عبارة.

- وبناء على تعديلات السادة الخبراء والمتخصصين أصبح مقياس الأنشطة الترويحية مكون من ستة أبعاد وعدد (85) عبارة .
- تم وضع ميزان تقديري (نعم - إلى حد ما - لا) إلى المقياس .

2- التعليمات وطريقة الإجابة على عبارات المقياس :

- يتكون المقياس من ستة أبعاد وهي : البعد الأول : الأنشطة الترويحية الرياضية ويضم (20) عشرون عبارة ، والبعد الثاني : الأنشطة الترويحية الثقافية ويضم (17) سبعة عشر عبارة ، والبعد الثالث : الأنشطة الترويحية الاجتماعية ويضم (13) ثلاثة عشر عبارة ، والبعد الرابع : الأنشطة الترويحية الفنية ويضم (11) إحدى عشر عبارة ، والبعد الخامس : الأنشطة الترويحية القائمة على الوسائل التكنولوجية الحديثة ويضم (14) أربعة عشر عبارة ، والبعد السادس : الأنشطة الترويحية الخلوية ويضم (10) عشرة عبارات .
- توضح الباحثة للعينة أنه يوجد مجموعة من العبارات تدور حول أهمية الأنشطة الترويحية وبرجاء الانتماء إلى كل عبارة والاستجابة لها من وجهة نظرك كما يلي : (نعم- إلى حد ما - لا) والمطلوب وضع علامة (✓) على الاختيار الذي تراه مناسباً لكل عبارة.

3- طريقة تصحيح المقياس :

تعطى الباحثة الدرجات التالية إذا كانت العبارات إيجابية :

- يعطى درجة (3) إذا كانت الإجابة (نعم) .
- يعطى درجة (2) إذا كانت الإجابة (إلى حد ما) .
- يعطى درجة (1) إذا كانت الإجابة (لا) .

- صدق استمارة مقياس الأنشطة الترويحية :

جدول (6)

صدق الاتساق الداخلي بين العبارة والمحور وبين العبارة والمجموع الكلي

لاستمارة مقياس الأنشطة الترويحية

ن = 70

المحور السادس			المحور الخامس			المحور الرابع			المحور الثالث			المحور الثاني			المحور الاول		
العبارة مع المحور	العبارة مع المحور	م	العبارة مع المحور	العبارة مع المحور	م	العبارة مع المحور	العبارة مع المحور	م	العبارة مع المحور	العبارة مع المحور	م	العبارة مع المحور	العبارة مع المحور	م	العبارة مع المحور	العبارة مع المحور	م
0.84	0.92	1	0.86	0.81	1	0.82	0.90	1	0.90	0.89	1	0.83	0.84	1	0.92	0.86	1
0.91	0.88	2	0.83	0.88	2	0.90	0.81	2	0.91	0.85	2	0.87	0.92	2	0.87	0.91	2
0.90	0.84	3	0.85	0.90	3	0.82	0.87	3	0.89	0.86	3	0.92	0.90	3	0.84	0.90	3
0.84	0.89	4	0.91	0.89	4	0.91	0.85	4	0.84	0.92	4	0.86	0.89	4	0.90	0.89	4
0.81	0.90	5	0.84	0.92	5	0.90	0.86	5	0.85	0.77	5	0.81	0.87	5	0.80	0.92	5
0.91	0.88	6	0.90	0.89	6	0.91	0.89	6	0.91	0.89	6	0.83	0.90	6	0.81	0.89	6
0.89	0.84	7	0.84	0.91	7	0.88	0.92	7	0.86	0.82	7	0.86	0.90	7	0.92	0.84	7
0.88	0.87	8	0.72	0.80	8	0.91	0.83	8	0.84	0.90	8	0.89	0.85	8	0.82	0.91	8

0.90	0.92	9	0.91	0.84	9	0.88	0.92	9	0.79	0.86	9	0.90	0.92	9	0.86	0.85	9
0.84	0.88	10	0.82	0.75	10	0.87	0.91	10	0.81	0.92	10	0.88	0.91	10	0.82	0.83	10
			0.83	0.90	11	0.92	0.85	11	0.83	0.88	11	0.89	0.90	11	0.88	0.84	11
			0.80	0.91	12				0.80	0.76	12	0.87	0.92	12	0.90	0.83	12
			0.91	0.86	13				0.88	0.90	13	0.86	0.84	13	0.84	0.87	13
			0.90	0.84	14							0.91	0.85	14	0.92	0.86	14
												0.80	0.78	15	0.86	0.91	15
												0.84	0.89	16	0.91	0.89	16
												0.91	0.83	17	0.88	0.90	17
															0.91	0.86	18
															0.88	0.89	19
															0.91	0.87	20

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية 0.05=0.232

يوضح جدول (6) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين العبارة والمحور حيث تراوحت قيمة (ر) المحسوبة ما بين (0.75 - 0.92) وكذلك وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين العبارة والمجموع الكلى لاستمارة اسيتبيان الأنشطة الترويحية حيث تراوحت قيمة (ر) المحسوبة ما بين (0.72 - 0.92) وذلك عند مستوى معنوية 0.05 مما يشير إلى صدق الإتساق الداخلى للمقياس قيد البحث

جدول (7) صدق الاتساق الداخلى بين المحور والمجموع الكلى لاستمارة مقياس الأنشطة الترويحية

ن = 70

م	المحاور	معامل الارتباط
1	الأنشطة الترويحية الرياضية	*0.884
2	الأنشطة الترويحية الثقافية	*0.871
3	الأنشطة الترويحية الاجتماعية	*0.906
4	الأنشطة الترويحية الفنية	*0.894
5	الأنشطة الترويحية التكنولوجية	*0.875
6	الأنشطة الترويحية الخلوية	*0.891

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية 0.05=0.232

يوضح جدول (7) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين مجموع المحور وبين المجموع الكلى لمقياس الأنشطة الترويحية حيث تراوحت قيمة (ر) المحسوبة ما بين (0.871 - 0.906) ذلك عند مستوى معنوية 0.05 .
النتائج :

جدول (8)

معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق لبيان معامل الثبات لاستمارة مقياس الأنشطة الترويحية

ن = 70

المحور الأول		المحور الثانى		المحور الثالث		المحور الرابع		المحور الخامس		المحور السادس	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
1	0.94	1	0.91	1	0.93	1	0.90	1	0.94	1	0.95
2	0.89	2	0.95	2	0.94	2	0.97	2	0.92	2	0.96
3	0.93	3	0.93	3	0.92	3	0.91	3	0.95	3	0.93
4	0.92	4	0.89	4	0.94	4	0.94	4	0.93	4	0.94
5	0.93	5	0.94	5	0.90	5	0.88	5	0.94	5	0.91
6	0.91	6	0.91	6	0.91	6	0.90	6	0.91	6	0.93
7	0.93	7	0.93	7	0.94	7	0.93	7	0.94	7	0.96

المحور الأول		المحور الثاني		المحور الثالث		المحور الرابع		المحور الخامس		المحور السادس	
معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
0.91	8	0.90	8	0.90	8	0.89	8	0.89	8	0.92	8
0.93	9	0.88	9	0.94	9	0.94	9	0.90	9	0.94	9
0.95	10	0.94	10	0.97	10	0.93	10	0.93	10	0.96	10
0.91	11	0.95	11	0.92	11	0.91	11	0.94	11		
0.94	12	0.94	12	0.89	12			0.88	12		
0.91	13	0.92	13	0.94	13			0.93	13		
0.92	14	0.90	14					0.91	14		
0.91	15	0.91	15								
0.90	16	0.89	16								
0.94	17	0.93	17								
0.96	18										
0.93	19										
0.94	20										

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية $0.05=0.232$

يوضح جدول (8) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التطبيق وإعادة التطبيق لاستمارة مقياس الأنشطة الترويحية حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (0.87-0.97) وهى معاملات ارتباط ذو دلالة عالية مما يشير الى ثبات استمارة المقياس .

جدول (9)

التجزئة النصفية ومعامل الفا لبيان معامل الثبات لاستمارة مقياس الأنشطة الترويحية

ن = 70

م	المحاور	اختبار التجزئة النصفية		معامل الفا Cronbach's Alpha Deleted if Item
		سبيرمان - براون	جتمان	
1	الأنشطة الترويحية الرياضية	0.821	0.818	0.871
2	الأنشطة الترويحية الثقافية	0.837	0.831	0.869
3	الأنشطة الترويحية الاجتماعية	0.829	0.851	0.870
4	الأنشطة الترويحية الفنية	0.843	0.825	0.868
5	الأنشطة الترويحية التكنولوجية	0.815	0.830	0.874
6	الأنشطة الترويحية الخلوية	0.842	0.856	0.863
	الدرجة الكلية	0.833	0.819	0.875

يوضح جدول (9) اختبار التجزئة النصفية بطريقتى سبيرمان - براون و جتمان وكذلك معامل الفا (كرونباخ) لبيان معامل الثبات لمحاور البحث الستة لاستمارة مقياس الأنشطة الترويحية بالإضافة الى اجمالى المقياس ويتضح وجود دلالات احصائية قوية تشير الى ثبات المقياس .

الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحثون بإجراء دراسة استطلاعية على عينة من طلاب الفرقة الثالثة قوامها (70) طالب وطالبة فى الفترة يوم الأحد الموافق 2023/11/26م وحتى يوم الأحد الموافق 2023/12/17م ، وهدفت الدراسة الاستطلاعية إلى تحديد أبعاد مقياس الأنشطة الترويحية وأخذ رأى السادة الخبراء في المقياس وإجراء المعاملات العلمية (الصدق والثبات) ، وتمثلت أهم النتائج فى التوصل الى الصورة النهائية للمقياس وإجراء المعاملات العلمية لمقياس الأنشطة الترويحية .

الدراسة الأساسية :

بعد التأكد من توافر كافة الشروط والمعاملات العلمية لمقياس الأنشطة الترويحية وكذلك استكمال كافة الإجراءات لتنفيذ الدراسة الأساسية قامت الباحثة بما يلي :

تطبيق استمارة الأنشطة الترويحية : قامت الباحثة بإجراء القياس البعدي من يوم الأحد الموافق 2024/1/28م إلى يوم الأحد الموافق 2024/2/18م ، وقد تم على نحو ما تم إجرائه في القياسات القبالية وبنفس الأسلوب المتبع .

- المعالجات الإحصائية :

استخدم الباحثون برنامج الحزم الإحصائية Spss لمعالجة البيانات إحصائياً واستعان بالأساليب الإحصائية التالية لملائمتها للدراسة :

- الوزن النسبي .
- الأهمية النسبية .
- معامل الارتباط.
- التجزئة النصفية (سبيرمان - براون) .
- التجزئة النصفية (جتمان) .
- معامل الفا .
- المتوسط الحسابي
- كا² .

- عرض ومناقشة النتائج :

- عرض النتائج :

جدول (10)

التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية والمتوسط الحسابي وقيمة كا²

لأراء عينة البحث (ذكور) في المحور الاول الخاص الأنشطة الترويحية الرياضية

ن=900

م	العبارة	نعم		إلى حد ما		لا		الوزن النسبي	الأهمية النسبية	المتوسط الحسابي	كا ²
		ك	%	ك	%	ك	%				
1	اشاهد البرامج الرياضية في التلفزيون	681	75.667	132	14.667	87	9.667	2394	88.667	2.660	729.180
2	امارس كره القدم	769	85.444	72	8.000	59	6.556	2510	92.963	2.789	1100.087
3	امارس رياضة المشي	664	73.778	161	17.889	75	8.333	2389	88.481	2.654	674.807
4	امارس رياضة الجري	575	63.889	210	23.333	115	12.778	2260	83.704	2.511	393.167
5	امارس لعبه الشطرنج	527	58.556	241	26.778	132	14.667	2195	81.296	2.439	277.447
6	امارس رياضة الزومبا	486	54.000	301	33.444	113	12.556	2173	80.481	2.414	231.887
7	ممارسة التمارين الرياضية	591	65.667	184	20.444	125	13.889	2266	83.926	2.518	429.207
8	امارس رياضة الجمباز	535	59.444	265	29.444	100	11.111	2235	82.778	2.483	321.500
9	امارس رياضة الفيتنس	594	66.000	181	20.111	125	13.889	2269	84.037	2.521	437.407
10	امارس رياضة السباحة	545	60.556	202	22.444	153	17.000	2192	81.185	2.436	304.127
11	امارس كره السلة	753	83.667	123	13.667	24	2.667	2529	93.667	2.810	1042.380
12	امارس تمارينات اليوجا	684	76.000	132	14.667	84	9.333	2400	88.889	2.667	741.120
13	امارس كره السرعة	584	64.889	211	23.444	105	11.667	2279	84.407	2.532	422.007
14	اشارك في المسابقات الرياضية	556	61.778	219	24.333	125	13.889	2231	82.630	2.479	342.407
15	امارس رياضة المصارعة	625	69.444	173	19.222	102	11.333	2323	86.037	2.581	536.527
16	امارس رياضة الملاكمة	644	71.556	202	22.444	54	6.000	2390	88.519	2.656	628.187
17	امارس رياضة الجودو	556	61.778	232	25.778	112	12.444	2244	83.111	2.493	351.680
18	امارس التنس الأرضي	582	64.667	218	24.222	100	11.111	2282	84.519	2.536	420.827
19	امارس تنس الطاولة	568	63.111	212	23.556	120	13.333	2248	83.259	2.498	373.227
20	امارس رياضة التايكوندو	579	64.333	216	24.000	105	11.667	2274	84.222	2.527	409.740
	الاجمالي	12098	67.211	3887	21.594	2015	11.194	46083	85.339		9588.433
	المتوسط العام للمحور									2.560	

قيمة كا² الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 5.99

جدول (11) التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية والمتوسط الحسابي وقيمة كا²
لأراء عينة البحث (ذكور) في المحور الثاني الخاص الأنشطة الترويحية الثقافية
ن=900

م	العبارة	نعم		إلى حد ما		لا		الوزن النسبي	الأهمية النسبية	المتوسط الحسابي	كا ²
		ك	%	ك	%	ك	%				
1	امارس قراءة الصحف والمجلات	479	53.222	310	34.444	111	12.333	2168	80.296	2.409	226.207
2	امارس قراءه الكتب او القصص او الروايات	511	56.778	294	32.667	95	10.556	2216	82.074	2.462	288.607
3	امارس تأليف القصص والروايات	603	67.000	215	23.889	82	9.111	2321	85.963	2.579	488.527
4	امارس الشعر والزجل	456	50.667	309	34.333	135	15.000	2121	78.556	2.357	172.140
5	امارس سماع الراديو	612	68.000	254	28.222	34	3.778	2378	88.074	2.642	567.387
6	متابعه البرامج الثقافية في التلفزيون	493	54.778	311	34.556	96	10.667	2197	81.370	2.441	263.287
7	تعلم اللغات	338	37.556	294	32.667	268	29.778	1870	69.259	2.078	8.347
8	الالعاب العقلية الخفيفة	568	63.111	226	25.111	106	11.778	2262	83.778	2.513	383.120
9	حل الكلمات المتقاطعه	520	57.778	213	23.667	167	18.556	2153	79.741	2.392	245.527
10	الاطلاع على الانشطة الثقافية على الانترنت	495	55.000	300	33.333	105	11.667	2190	81.111	2.433	253.500
11	قراءه القران ومتابعه الدروس الدينيه	515	57.222	332	36.889	53	5.889	2262	83.778	2.513	360.860
12	حضور المحاضرات والندوات العلمية	484	53.778	301	33.444	115	12.778	2169	80.333	2.410	226.940
13	حضور معرض الكتاب	551	61.222	254	28.222	95	10.556	2256	83.556	2.507	357.140
14	دراسه برامج الكمبيوتر	518	57.556	242	26.889	140	15.556	2178	80.667	2.420	254.960
15	السينما	346	38.444	298	33.111	256	28.444	1890	70.000	2.100	13.520
16	المسرح	643	71.444	206	22.889	51	5.667	2392	88.593	2.658	628.287
17	الايوبرا	465	51.667	274	30.444	161	17.889	2104	77.926	2.338	157.407
	الاجمالى	8597	56.190	4633	30.281	2070	13.529	37127	80.887		4240.784
	المتوسط العام للمحور									2.427	

قيمة كا² الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 5.99

جدول (12) التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية والمتوسط الحسابي وقيمة كا2

لأراء عينة البحث (ذكور) في المحور الثالث الخاص الأنشطة الترويحية الاجتماعية

ن=900

م	العبرة	نعم		إلى حد ما		لا		الوزن النسبي	الأهمية النسبية	المتوسط الحسابي	كا2
		ك	%	ك	%	ك	%				
1	المشاركة في العمل التطوعي	439	48.778	274	30.444	187	20.778	2052	76.000	2.280	109.220
2	المشاركة في مشاريع الخدمة العامة	562	62.444	213	23.667	125	13.889	2237	82.852	2.486	356.127
3	التسوق	477	53.000	237	26.333	186	20.667	2091	77.444	2.323	160.980
4	المشاركة في الرحلات	389	43.222	285	31.667	226	25.111	1963	72.704	2.181	45.407
5	المشاركة في الحفلات الاجتماعية	636	70.667	174	19.333	90	10.000	2346	86.889	2.607	576.240
6	المشاركة في الاعمال المنزلية	513	57.000	198	22.000	189	21.000	2124	78.667	2.360	226.980
7	الخروج مع الاصدقاء على المقاهي والكافيهات	441	49.000	269	29.889	190	21.111	2051	75.963	2.279	109.807
8	مشاهدة التلفزيون مع الاسرة	543	60.333	187	20.778	170	18.889	2173	80.481	2.414	295.727
9	المسابقات الاجتماعية	476	52.889	233	25.889	191	21.222	2085	77.222	2.317	157.820
10	الذهاب الى النوادي	534	59.333	186	20.667	180	20.000	2154	79.778	2.393	273.840
11	حفلات اعياد الميلاد مع الاسره	494	54.889	196	21.778	210	23.333	2084	77.185	2.316	188.507
12	الزيارات العائلية والتجمعات	438	48.667	249	27.667	213	23.667	2025	75.000	2.250	97.380
13	المعسكرات	517	57.444	193	21.444	190	21.111	2127	78.778	2.363	235.460
	الاجمالي	6459	55.205	2894	24.735	2347	20.060	27512	78.382		2557.007
	المتوسط العام للمحور									2.351	

قيمة كا2 الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 5.99

جدول (13) التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية والمتوسط الحسابي وقيمة كا2

لأراء عينة البحث (ذكور) في المحور الرابع الخاص الأنشطة الترويحية الفنى

ن=900

م	العبارة	نعم		إلى حد ما		لا		الوزن النسبي	الأهمية النسبية	المتوسط الحسابي	كا2
		ك	%	ك	%	ك	%				
1	التصوير	115	12.778	303	33.667	482	53.556	1433	53.074	1.592	224.527
2	الرسم والتلوين	80	8.889	135	15.000	685	76.111	1195	44.259	1.328	746.167
3	العزف على الآلات الموسيقية	92	10.222	291	32.333	517	57.444	1375	50.926	1.528	301.447
4	الغناء	250	27.778	258	28.667	392	43.556	1658	61.407	1.842	42.427
5	المشاركة في المسرح	112	12.444	138	15.333	650	72.222	1262	46.741	1.402	613.627
6	زراعة النباتات والزهور	100	11.111	129	14.333	671	74.556	1229	45.519	1.366	689.607
7	الحياكة وتفصيل الملابس	214	23.778	257	28.556	429	47.667	1585	58.704	1.761	86.287
8	اشغال الابره	150	16.667	193	21.444	557	61.889	1393	51.593	1.548	333.327
9	عمل التماثيل والنحت	175	19.444	253	28.111	472	52.444	1503	55.667	1.670	158.060
10	الالعاب التمثيلية	133	14.778	144	16.000	623	69.222	1310	48.519	1.456	521.847
11	الرقص المسرحى (الفلكلور)	130	14.444	234	26.000	536	59.556	1394	51.630	1.549	296.507
	الاجمالى	1551	15.667	2335	23.586	6014	60.747	15337	51.640		3441.219
	المتوسط العام للمحور									1.549	

قيمة كا2 الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 5.99

جدول (14 التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية والمتوسط الحسابي وقيمة كا 2

لأراء عينة البحث (ذكور) في المحور الخامس الخاص الأنشطة الترويحية التكنولوجية

ن=900

م	العبارة	نعم		إلى حد ما		لا		الوزن النسبي	الأهمية النسبية	المتوسط الحسابي	كا 2
		ك	%	ك	%	ك	%				
1	الالعاب الالكترونيه على الموبايل	572	63.556	264	29.333	64	7.111	2308	85.481	2.564	436.587
2	البلاى ستيشن	364	40.444	263	29.222	273	30.333	1891	70.037	2.101	20.647
3	متابعه مواقع التواصل الاجتماعى فيس بوك	576	64.000	186	20.667	138	15.333	2238	82.889	2.487	384.720
4	متابعه موقع تويتر	438	48.667	247	27.444	215	23.889	2023	74.926	2.248	96.927
5	مشاهدة اليوتيوب	496	55.111	194	21.556	210	23.333	2086	77.259	2.318	192.507
6	المحادثات على الواتساب وماسنجر وسكايب	578	64.222	173	19.222	149	16.556	2229	82.556	2.477	387.380
7	مشاهدة الافلام والمسلسلات على موقع شاهد ونيٹفلكس	459	51.000	234	26.000	207	23.000	2052	76.000	2.280	127.620
8	مشاهده موقع انستجرام	573	63.667	168	18.667	159	17.667	2214	82.000	2.460	372.780
9	مواقع التسوق الالكترونى	482	53.556	232	25.778	186	20.667	2096	77.630	2.329	169.147
10	موقع التيك توك	517	57.444	297	33.000	86	9.556	2231	82.630	2.479	309.647
11	الالعاب الالكترونيه على الكمبيوتر	614	68.222	254	28.222	32	3.556	2382	88.222	2.647	575.120
12	متابعه المنصات التعليمية	386	42.889	253	28.111	261	29.000	1925	71.296	2.139	37.087
13	لعبه بابجى	449	49.889	225	25.000	226	25.111	2023	74.926	2.248	111.007
14	لعبة الاتارى	375	41.667	264	29.333	261	29.000	1914	70.889	2.127	28.140
	الاجمالى	6879	54.595	3254	25.825	2467	19.579	29612	78.339		2636.963
	المتوسط العام للمحور									2.350	

قيمة كا 2 الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 5.99

جدول (15) التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية والمتوسط الحسابي وقيمة كا2

لأراء عينة البحث (ذكور) في المحور السادس الأنشطة الترويحية الخلوية ن=900

م	العبارة	نعم		إلى حد ما		لا		الوزن النسبي	الأهمية النسبية	المتوسط الحسابي	كا2
		ك	%	ك	%	ك	%				
1	المشاركة في الرحلات الخلوية	663	73.667	128	14.222	109	12.111	2354	87.185	2.616	659.447
2	القيام بعملية الطهي الخلوى	624	69.333	154	17.111	122	13.556	2302	85.259	2.558	526.587
3	الذهاب الى المنتزهات والحدائق	637	70.778	135	15.000	128	14.222	2309	85.519	2.566	567.927
4	زراعه الاشجار وتجميل الحدائق	628	69.778	164	18.222	108	12.000	2320	85.926	2.578	543.147
5	حفلات السمر	639	71.000	134	14.889	127	14.111	2312	85.630	2.569	574.687
6	الصيد	673	74.778	222	24.667	5	0.556	2468	91.407	2.742	774.127
7	التجوال	651	72.333	212	23.556	37	4.111	2414	89.407	2.682	667.047
8	المعسكرات	663	73.667	137	15.222	100	11.111	2363	87.519	2.626	661.127
9	مشاهده المناظر الطبيعيه	609	67.667	193	21.444	98	10.889	2311	85.593	2.568	492.447
10	تربية الطيور والحيوانات الاليفة	684	76.000	124	13.778	92	10.222	2392	88.593	2.658	738.987
	الاجمالى	6471	71.900	1603	17.811	926	10.289	23545	87.204		6100.309
	المتوسط العام للمحور									2.616	

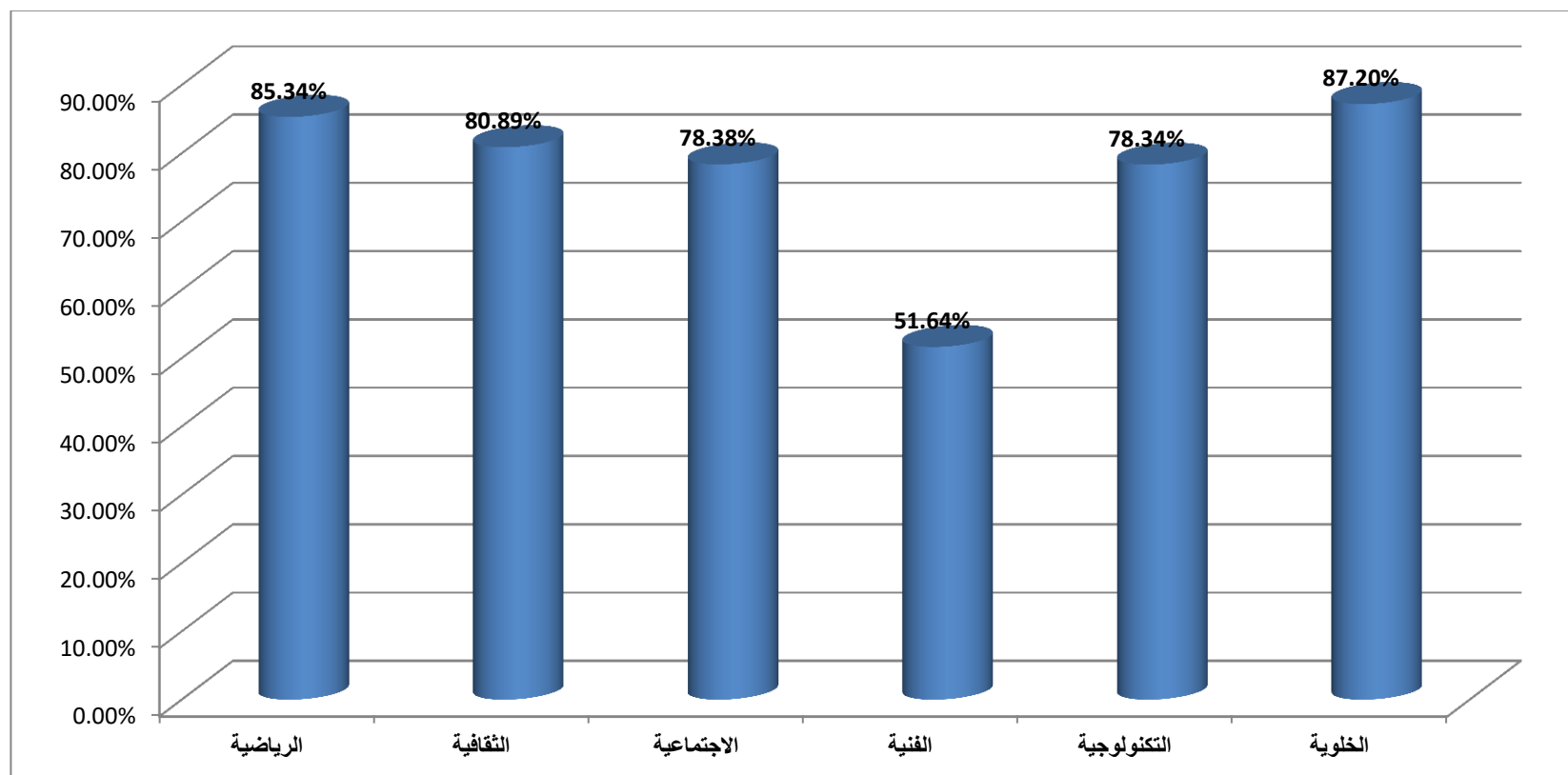
قيمة كا2 الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 5.99

جدول (16) التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية والمتوسط الحسابي وقيمة كا2

لأراء عينة البحث (ذكور) في المحاور واجمالى مقياس الأنشطة الترويحية ن=900

م	العبارة	نعم		إلى حد ما		لا		الوزن النسبي	الأهمية النسبية	المتوسط الحسابي	كا2
		ك	%	ك	%	ك	%				
1	الرياضية	12098	67.211	3887	21.594	2015	11.194	46083	85.339	2.560	9588.433
2	الثقافية	8597	56.19	4633	30.281	2070	13.529	37127	80.887	2.427	4240.784
3	الاجتماعية	6459	55.205	2894	24.735	2347	20.06	27512	78.382	2.351	2557.007
4	الفنية	1551	15.667	2335	23.586	6014	60.747	15337	51.640	1.549	3441.219
5	التكنولوجية	6879	54.595	3254	25.825	2467	19.579	29612	78.339	2.350	2636.963
6	الخلوية	6471	71.9	1603	17.811	926	10.289	23545	87.204	2.616	6100.309
	الاجمالى	42055	53.461	18606	23.972	15839	22.566	179216	76.965		16271.772
	المتوسط العام للمقياس									2.309	

قيمة كا 2 الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 5.99$



شكل بياني (1)

يوضح الشكل البياني الاهمية النسبية لمحاور مقياس الأنشطة الترويحية لدى افراد عينة البحث (ذكور)

مناقشة النتائج :

ويتضح من جدول (10) أن هناك فروق دالة إحصائية لآراء عينة البحث (ذكور) في جميع عبارات المحور الأول الخاص بالأنشطة الترويحية الرياضية وكانت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (نعم) في العبارة رقم (2) بنسبة (85.444%)، وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (6) بنسبة (54.000%) .

وجاءت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (إلى حد ما) في العبارة رقم (6) بنسبة (33.444%) وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (2) بنسبة (8.000%) .

وجاءت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (لا) في العبارة رقم (5) بنسبة (14.667%) ، وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (11) بنسبة (2.667%) .

ومثلت العبارة رقم (11) أعلى وزن نسبي (2529) وأكثر أهمية نسبية (93.667) بين عبارات المحور ، بينما مثلت العبارة رقم (6) أقل وزن نسبي (80.481) ، وأقل أهمية نسبية (80.481) بين عبارات المحور .

ويتضح من جدول (11) أن هناك فروق دالة إحصائية لآراء عينة البحث (ذكور) في جميع عبارات المحور الثاني الخاص بالأنشطة الترويحية الثقافية وكانت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (نعم) في العبارة رقم (16) بنسبة (71.444%) ، وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (7) بنسبة (37.556%) .

وجاءت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (إلى حد ما) في العبارة رقم (11) بنسبة (36.889%) وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (16) بنسبة (22.889%) .

وجاءت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (لا) في العبارة رقم (7) بنسبة (29.778%) ، وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (5) بنسبة (3.778%) .

ومثلت العبارة رقم (16) أعلى وزن نسبي (2392) وأكثر أهمية نسبية (88.593) بين عبارات المحور ، بينما مثلت العبارة رقم (7) أقل وزن نسبي (1870) ، وأقل أهمية نسبية (69.259) بين عبارات المحور .

ويتضح من جدول (12) أن هناك فروق دالة إحصائية لآراء عينة البحث (ذكور) في جميع عبارات المحور الثالث الخاص بالأنشطة الترويحية الاجتماعية وكانت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (نعم) في العبارة رقم (5) بنسبة (70.667%) ، وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (4) بنسبة (43.222%) .

وجاءت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (إلى حد ما) في العبارة رقم (4) بنسبة (31.667%) وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (5) بنسبة (19.333%) .

وجاءت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (لا) في العبارة رقم (4) بنسبة (25.111%) ، وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (5) بنسبة (10.000%) .

ومثلت العبارة رقم (5) أعلى وزن نسبي (2346) وأكثر أهمية نسبية (86.889) بين عبارات المحور ، بينما مثلت العبارة رقم (4) أقل وزن نسبي (1963) ، وأقل أهمية نسبية (72.704) بين عبارات المحور .

ويتضح من جدول (13) أن هناك فروق دالة إحصائية لآراء عينة البحث (ذكور) في جميع عبارات المحور الرابع الخاص بالأنشطة الترويحية الفنية وكانت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (نعم) في العبارة رقم (4) بنسبة (27.778%) ، وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (2) بنسبة (8.889%) .

وجاءت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (إلى حد ما) في العبارة رقم (1) بنسبة (33.667 %) وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (6) بنسبة (14.333 %).

وجاءت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (لا) في العبارة رقم (2) بنسبة (76.111 %) ، وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (4) بنسبة (43.556 %).

ومثلت العبارة رقم (4) أعلى وزن نسبي (1658) وأكثر أهمية نسبية (61.407) بين عبارات المحور ، بينما مثلت العبارة رقم (2) أقل وزن نسبي (1195) ، وأقل أهمية نسبية (44.259) بين عبارات المحور .

ويتضح من جدول (14) أن هناك فروق دالة إحصائية لآراء عينة البحث (ذكور) في جميع عبارات المحور الخامس الخاص بالأنشطة الترويحية التكنولوجية وكانت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (نعم) في العبارة رقم (11) بنسبة (68.222%)، وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (2) بنسبة (40.444 %).

وجاءت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (إلى حد ما) في العبارة رقم (10) بنسبة (33.000 %) وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (8) بنسبة (18.667 %).

وجاءت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (لا) في العبارة رقم (2) بنسبة (30.333 %) ، وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (11) بنسبة (3.556 %).

ومثلت العبارة رقم (11) أعلى وزن نسبي (2382) وأكثر أهمية نسبية (88.222) بين عبارات المحور ، بينما مثلت العبارة رقم (2) أقل وزن نسبي (1891) ، وأقل أهمية نسبية (70.037) بين عبارات المحور .

ويتضح من جدول (15) أن هناك فروق دالة إحصائية لآراء عينة البحث (ذكور) في جميع عبارات المحور السادس الخاص بالأنشطة الترويحية الخلية وكانت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (نعم) في العبارة رقم (10) بنسبة (76.000%)، وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (9) بنسبة (67.667 %).

وجاءت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (إلى حد ما) في العبارة رقم (6) بنسبة (24.667 %) وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (10) بنسبة (13.778 %).

وجاءت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (لا) في العبارة رقم (3) بنسبة (14.222 %) ، وكانت أقل نسبة في العبارة رقم (6) بنسبة (0.556 %).

ومثلت العبارة رقم (6) أعلى وزن نسبي (2468) وأكثر أهمية نسبية (91.407) بين عبارات المحور ، بينما مثلت العبارة رقم (2) أقل وزن نسبي (2302) ، وأقل أهمية نسبية (85.259) بين عبارات المحور .

ويتضح من جدول (16) ، وشكل (1) أن هناك فروق دالة إحصائية لآراء عينة البحث (ذكور) في جميع عبارات مقياس الأنشطة الترويحية وكانت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (نعم) في المحور رقم (1) بنسبة (67.211%)، وكانت أقل نسبة في المحور رقم (4) بنسبة (15.667 %).

وجاءت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (إلى حد ما) في المحور رقم (2) بنسبة (30.281 %) وكانت أقل نسبة في المحور رقم (6) بنسبة (17.811 %).

وجاءت أعلى نسبة لآراء عينة البحث الذين اختاروا (لا) في المحور رقم (4) بنسبة (60.747 %) ، وكانت أقل نسبة في المحور رقم (6) بنسبة (10.289 %).

ومثل المحور رقم (1) أعلى وزن نسبي (46083) وأكثر أهمية نسبية (85.339) بين محاور المقياس ، بينما مثل المحور رقم (4) أقل وزن نسبي (15337) ، وأقل أهمية نسبية (51.640) بين محاور المقياس .

وترى ايمان عبدالعزيز عبدالوهاب (2020م) (3) أهمية استثمار وقت الفراغ فى الأنشطة الترويحية الطلاب الجامعى والتي يكون لها دور فعال فى تكوين ثقافة الشباب وتحقيق الرسالة التربوية للجامعات من خلال استثمار وقت الفراغ بصورة ايجابية ومفيدة .

وتؤكد دراسة ايمان عطية ، منى الالفى (2017م) (4) الى عدم وجود اختلاف بين الأنشطة التى تمارس من قبل التخصصات العلمية والادبيه ، ووجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات طلاب العلمى والادبى على كل من الأنشطة الحركية والثقافية والترفيهية والاجتماعية والشخصية لصالح التخصص الادبى ، ووجود فروق داله احصائية بين متوسطات درجات مرتفعى ومنخفضى التنظيم الذاتى على الأنشطة الحركية والاجتماعية والترفيهية والشخصية وكذا الثقافية لصالح مرتفعى التنظيم الذاتى ، ووجود فروق داله احصائية بين متوسطات درجات مرتفعى ومنخفضى الامن النفسى على الأنشطة الحركية والثقافية والاجتماعية لصالح مرتفعى الامن النفسى.

تعود الأنشطة الترويحية على الفرد بالروح الرياضيه الجيده ، والشعور بالسعاده النفسيه ، والذي يعبر عن التجانس الثقافى ، كفرصه لإستعاده الشفاء من الضغوط والتوترات العصبيه وأيضاً فرصه للإبداع ، ويؤدى إلى تنميه الشخصيه من جميع الجوانب ، وله دور هام فى تحقيق التوازن بين العمل والراحه من عنانه ، وله إسهاماته فى تحقيق السعاده للإنسان . (10 : 34) وللترويح دورا هاما فى تحقيق التوازن بين العمل والراحه من عنانه وفى تحقيق السعاده للإنسان وكذلك فى إكتساب الفرد الممارس لأوجه نشاطه العديد من القيم الفسيولوجيه والبدنيه والإجتماعيه والنفسيه والتربويه كما ان الترويح يسهم فى إشباع حاجات الفرد . (11 : 57)

كما أن مناشط الترويح ذات الطابع التنافسى تتيح للفرد التعبير عن الميول والإتجاهات وإشباع حاجاته النفسيه ، ومن ثم يمكن للفرد التعبير عن ذاته وعن ميوله من خلال مشاركته الإيجابيه فى تلك المناشط دون الحاجه إلى كبت ميوله ، وبذلك تقوم المناشط الترويحية بدور الواقى من الملل والقلق والإكتئاب النفسى والإحباط والصراع النفسى والتي تعد من أمراض العصر الناتجه عن كبت الرغبه فى إشباع بعض الميول . (2 : 57)

ويشير كمال إسماعيل وآخرون (2012م) إلى أن من أهم أهداف ممارسة الأنشطة الترويحية السيطرة على البدانه والمحافظة على القوام المقبول ، واستكمال تناسق الجسم واكتساب اللياقة البدنية لجميع مراحل العمر الزمنى ولجميع المستويات الاجتماعيه ، والاحتفاظ باللياقة الوظيفية للأجهزة الحيويه للجسم واكتساب الصحة العامة ومقاومة بعض الامراض العضويه ، وتنمية الخصائص النفسية المرتبطة بممارسة أنشطة الترويح الرياضى التى تفرض مستوى عالى من الكفاءات النفسية كالثقة بالنفس وانخفاض التوتر العصبى . (8 : 125 ، 126)

وتكمن اهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الطلاب بشكل منظم فى تنمية الرغبه نحو الممارسة الحركية والتعبير عن الذات وتفرغ الانفعالات المكبوته وتحد من التوتر العصبى والنفسى المصاحب للحياة العصرية ، كما انها تحقق الاسترخاء والتوازن النفسى للفرد ، وتحقق الأنشطة الترويحية لممارسيها الاسترخاء البدنى والنفسى الذى يساعدهم بصورة ايجابية على التخلص من التوتر والقلق والضغوط العصبيه والارهاق البدنى والنفسى والعقلى وتحقيق الشعور بالسعادة .

(5 : 16)

والأنشطة الترويحية تمارس لمجموعه من الاسباب وهى المتعه , التنشئه الاجتماعية ,الاسترخاء ,الاشتراك مع الاصدقاء ,الرغبة فى تحقيق الفوز او الانجاز ,الرغبة فى المنافسه , الانتماء , تتميه اللياقه البدنية , المظهر العام , التواصل الاجتماعى , وهناك فوائد اضافية هى ان الطلاب قادرون على تحقيق بعض المكاسب لتجارب الحياه الحقيقيه من خلال مشاركتهم فى الأنشطة الترويحية فى وقت الفراغ حيث تعمل على انخفاض مستويات التوتر لديهم , والتعرف على اصدقاء جدد , وتقدير الذات وتطوير شبكه دعم افضل بين زملائهم والمشاركين . (12 : 65)

- إستنتاجات وتوصيات البحث :

1-استنتاجات البحث :فى ضوء أهداف البحث وتساؤلاته وفى حدود عينة البحث وأدوات جمع البيانات المستخدمة ومن خلال إطلاع الباحثة على الدراسات والبحوث التي أجريت ، ووفقاً لما أشارت إليه نتائج التحليل الإحصائي ، وفى ضوء عرض ومناقشة النتائج توصلت الباحثة إلى الاستخلاصات الآتية:

1- بلغ المتوسط الحسابى لمقياس الأنشطة الترويحية ككل لدى عينة البحث قيمة (2.309) .

2-توصيات البحث :

استناداً إلى النتائج التي توصلت إليها الباحثة ، وفى حدود العينة التى أجريت عليها الدراسة يمكن التوصية بالآتى :

- توجيه طلاب الجامعة نحو ممارسة الأنشطة الترويحية للاستفادة من وقت الفراغ .
- توفير الفرص لممارسة الأنشطة الترويحية لدى الطلاب .
- رفع مستوى الثقافة الترويحية لدى الطلاب .
- زيادة الوعى الترويحي لدى طلاب كليات التربية الرياضية لممارسة الأنشطة الترويحية.
- إجراء دراسات مماثلة للدراسة الحالية تتناول مراحل سنية مختلفة.
- توجيه الطلاب للنشاط الترويحي المناسب لقدراتهم بمعلومية نمط تفكيرهم.
- تشجيع الطلاب على ممارسة الأنشطة المتنوعة غير التقليدية فى البيت أو خارجه.
- إعداد الخطط والبرامج الخاصة بتنمية الموهوبين على مختلف المستويات العمرية والمراحل التعليمية بدء من رياض الأطفال وحتى المراحل التعليمية العليا.
- توفير الإمكانيات المادية والبشرية اللازمة لممارسة كافة الأنشطة الترويحية.
- وضع خطة إستراتيجية رسمية للأنشطة الترويحية بالمدارس المتوسطة.

المراجع

أولاً : المراجع العربية :

- 1- ابتهاج محمود طلبة (2010م) : الأنشطة في رياض الاطفال ، دار الزهراء ، الرياض ، المملكة العربية السعودية
- 2- أحمد السيد مطر (2012م) : "تقويم بعض الأنشطة الترويحية بالمجلس القومى الطلاب بجمهورية مصر العربية" ، رساله دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعه طنطا.
- 3- ايمان عبد العزيز عبد الوهاب (2020م) : دراسة مسحية للأنشطة الترويحية التى يمارسها طلاب الجامعة خلال فتره توقف الدراسة بسبب فيروس كورونا المستجد .
- 4- ايمان عطية ، منى الالفى (2017م) : الأنشطة الترويحية وعلاقتها بالامن النفسى وتنظيم الذات لدى طلاب وطالبات كلية التربية .
- 5- تهانى عبد السلام محمد (2001م) : الترويح والتربية الترويحية ، دار الفكر العربى ، ط1 ، القاهرة .
- 6- عاشور احمد عمرى (2020م) : دور الأنشطة التربويه فى تنمية مهارات التفكير الابداعى لدى الدارسين الكبار بفصول محو الاميه ...تصور مقترح.
- 7- عربى محمد زيد (2003م) : "فاعلية التدريب على إستخدام جداول النشاط المعاصر فى تنمية بعض المهارات الإجتماعية وأثرها فى خفض السلوك الإنسحابى لدى الأطفال المخلفين علقيا" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق .
- 8- كمال عبد الحميد اسماعيل ، عز الدين حسینی سليمان ، عبد المحسن مبارك العزمى (2012م) : الترويح الرياضى الطلاب ، دار الفكر العربى ، ط1 ، القاهرة .
- 9- محمد إبراهيم الذهبى (2008) : برنامج مقترح للأنشطة الترويحية في ضوء التوجيهات الفلسفية لطلاب الجامعات المصرية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة .
- 10- محمد محمد الحماحمى ، عايدة عبد العزيز (2006م) : " الترويح بين النظرية والتطبيق " ، ط6 ، مركز الكتاب والنشر ، القاهرة .
- 11- محمد محمد الحماحمى ، كمال الدين عبد الرحمن درويش (1997م) : "رؤيه عصريه للترويح وأوقات الفراغ" ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 12- Cheng ps,William f.stier wf,jr, William f. stier,jr,chong kim,ben-lixu,eiji koshimizu,hashem koozechian : a comparison of recreational sports and leisure time participation of colleg\ university students in china,japan,korea,iran,the united states,and Canada-with students in the republic of china (Taiwan), recreational sports journal,vol 28,iss 2 november (2004).