

واقع ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي لدى شباب مناطق الظل في ولاية بومرداس  
the Reality practice of recreational physical activity for youth in the shadow areas  
of Boumerdes State

بوحك لخضر وليد<sup>1</sup>، حملاوي عامر<sup>2</sup>

ED.Lakhdar Walid Bouhak<sup>1</sup>, D.Ameur Hamlaoui<sup>2</sup>

<sup>1</sup> جامعة أم البواقي/ مخبر الاستجابات البيولوجية والنفسية للنشاط البدني / bouhak.lakhdar.walid@univ-  
oeb.dz

<sup>2</sup> جامعة مسيلة/ مخبر التعلم الحركي / [ameur.hamlaoui@univ-msila.dz](mailto:ameur.hamlaoui@univ-msila.dz)

تاريخ النشر: 2023/12/26

تاريخ القبول: 2023/10/05

تاريخ الاستلام: 2023/06/20

**الملخص :**

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة واقع ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي في مناطق الظل لدى فئة الشباب، حيث ركز الباحثان في بحثهم على عنصر الشباب، باعتبار هذه الفئة تمثل 70% من سكان الجزائر وهذا لمعرفة الواقع الحقيقي لممارسة الترويح الرياضي في هذه المناطق، وأهم الأنشطة الترويحية الرياضية المتوفرة والتي تمارس حقيقة بالإضافة إلى العوامل المؤدية إلى التباين في ممارسة مختلف الأنشطة الأخرى، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي على عينة قوامها 240 شاب يتوزعون على الجهات الأربعة: (شرق - غرب - شمال - جنوب -) لولاية بومرداس، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية المنتظمة، أما إعداد الاستبيان فكان بالاعتماد على الدراسات السابقة والخلفية النظرية عموما المرتبطة بموضوع الدراسة ومن النتائج المتحصل عليها أن واقع الترويح الرياضي في مناطق الظل يعتمد أساسا على بعض الأنشطة غير المكلفة والتي لا تحتاج إلى وسائل أو إمكانيات كبيرة ككرة القدم، المشي والجري وركوب الدراجات أحيانا، ومن أبرز العوامل التي ساهمت إلى تباين ممارسة مختلف الأنشطة هي عامل التنمية المحلية، الظروف المعيشية المتدهورة وشبه غياب للإمكانيات والوسائل والتجهيزات الرياضية التي تتيح للشباب ممارسة مختلف هذه الأنشطة في وقت الفراغ.

الكلمات المفتاحية: النشاط البدني الرياضي الترويحي، الشباب، مناطق الظل، بومرداس

**Abstract**

The aim of this study is to explore the current practice of recreational physical activity in shaded areas among the youth. The researchers focused on the youth population as they constitute 70% of Algeria's population. This was done to understand the actual reality of engaging in recreational sports in these

areas and to identify the available recreational sports activities that are being practiced. Additionally, the study aimed to identify the factors contributing to the variations in the practice of different activities. The researchers used a descriptive-analytical method on a sample of 240 young individuals distributed across the four regions: East, West, North, and South of the Boumerdes provinces. The sample was selected using a systematic random sampling technique. The questionnaire was developed based on previous studies and the theoretical background related to the study's topic. The results obtained indicate that the reality of recreational sports in shaded areas primarily relies on some cost-effective activities that do not require significant resources or facilities, such as football, walking, running, and occasionally cycling. Among the prominent factors contributing to the variation in the practice of different activities are local development, deteriorating living conditions, and the lack of resources, facilities, and sports equipment that enable youth to engage in these activities during their free time.

**Keywords:** recreational sports; shaded areas; youth; boumerdes

إن أهمية أوقات الفراغ معلومة عند كل إنسان، ذلك أن وقت الإنسان هو رأس ماله وعمره، وإذا ما ضاع رأس المال ضاعت الأرباح (الجبرين، 2014، ص5)، لذا يعتبر استثمار أوقات الفراغ في شتى المجالات لدى الدول والمجتمعات المتقدمة فرصة حقيقية لإقلاع اقتصادي متميز، وعلى هذا الأساس عملت الجزائر هي الأخرى على الاهتمام بكل ما يتعلق باقتصادها، ولعل أبرز ما نشاهده في الآونة الأخيرة من اهتمام الدولة بقطاع الشباب والرياضة، من خلال تدعيم البنية التحتية الطرق وشبكات الكهرباء والماء وغيرها وكذا استحداث عدة منشآت رياضية بمعايير دولية منها الملاعب والقاعات الرياضية... استطاعت من خلالها الفوز بشرف تنظيم واحتضان مختلف التظاهرات الرياضية آخرها كأس افريقيا للناشئين 2023، هذا وإن دل فإنما يدل على اهتمام الجزائر بفئة الشباب باعتباره شريان المجتمع وقلبه النابض.

"إن الشباب يسعى جاهدا في سبيل تأكيد ذاته وتحقيقها من خلال أنشطة ترمي إلى تأكيد النضج والقيمة والمكانة الاجتماعية لو وجد التشجيع والتقدير الكافيين... ويجب أن نفهم أن هذه الاحتياجات النفسية-الاجتماعية ربما كانت هي الدافع الأساسي وراء عديد من الأنشطة في وقت الفراغ التي يتميز بها الشباب وعلى رأسها الرياضة والترويح."

(أمين أنور الخولي، 1996، ص106)

في الجزائر يتمتع الترويج الرياضي بشعبية كبيرة ويتم ممارسته بشكل واسع في مختلف مناطق البلاد، إذ هناك العديد من الأنشطة الرياضية التي يمكن ممارستها للترويج والاستمتاع باللياقة البدنية مثل المشي والجري وركوب الدراجات، إذ تعد هذه الأنشطة من بين الأنشطة البدنية البسيطة والشائعة، والتي يمكن ممارستها في الحدائق العامة والشوارع، أو الغابات والطرق الجبلية.

ويعد النشاط البدني الرياضي من الترويح البدنية الأكثر انتشارا في أوساط الشباب خاصة في المؤسسات والمدارس التربوية، ومما يساعد على ذلك يعد عاملا من عوامل الراحة الإيجابية النشطة التي تشكل مجالا هاما في وقت الفراغ (رايح صغيري، 2011، ص9)، كما أنها مجموع الأنشطة التي تمارس في المؤسسات التربوية، مثل الرحلات السياحية الترفيهية والدورات الرياضية (زهير رضوان، فارس، 2023، ص396) ومختلف المراكز ودور الشباب والفضاءات المفتوحة...، لها عدة تأثيرات على الجوانب البدنية والفيسيولوجية للفرد الممارس لأوجه مناشط(الترويج الرياضي) التي تشتمل على الألعاب والرياضات (تواتي، وآخرون، 2020، ص3)الجماعية والفردية ذات التنظيم البسيط والتنظيم العالي بالإضافة الى الألعاب الفردية والزوجية والألعاب المائية.

وقد ذكرت عايدة عبد العزيز في "دراسة علمية عن "الترويج الرياضي" في ندوة الرياضة للجميع التي نظمها المجلس الأعلى للشباب والرياضة...، اشارت الى مسؤوليات ثلاثة أجهزة رئيسية بالدولة نحو الترويج الرياضي وهي جهاز الشباب والرياضة ، كليات التربية الرياضية، وجهاز الاعلام".(محمد محمد الحماحي، مصطفى، 2009، ص99-100)، حيث حاولت عايدة عبد العزيز من خلال هذه الدراسة التأكيد على توفير الإمكانيات والتجهيزات اللازمة للممارسة الفعالة من أجل خلق اتجاهات إيجابية مع مراعاة ميول وحاجات الافراد باعتبار النشاط الرياضي حق كل فرد، والدعوة عبر مختلف وسائل الاعلام لممارسة مناشط الترويج الرياضي بمختلف أنواعه.

وهذا ما أكدته منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة عبر الميثاق الدولي للتربية البدنية والنشاط البدني والرياضة في المادة الأولى " إن ممارسة التربية البدنية والنشاط البدني والرياضة حق أساسي للجميع"، كما أوصت بتوسيع نطاق ممارسة التربية البدنية والنشاط البدني والرياضة وتوفير الأماكن والمرافق والتجهيزات الملائمة والمأمونة. (منظمة الأمم المتحدة للتربية والعلم والثقافة، ص1-3، 2015)

تفتقر المناطق النائية والمعزولة والمهمشة الى أبسط متطلبات الحياة فما بالك بممارسة نوع من أنواع النشاط البدني والترفيهي بما يملأ أوقات فراغ الأفراد والشباب ومختلف شرائح المجتمع وما يتطلبه من وسائل وتجهيزات تساعد هذه الشرائح من المجتمع في تلك المناطق على شغل أوقات فراغهم رغم ما تملكه بعض المناطق من مؤهلات طبيعية..... كل هذا تم عرضه في شريط مصور تم بثه خلال اجتماع الرئيس الجزائري عبد المجيد تبون بالحكومة والولاية في فيفري 2020، وقد لاحظ الكثير من الباحثين والصحافيين وحتى السياسيين في هذا الشريط مصطلح تم استعماله لأول مرة من طرف رئيس الجمهورية هو "مناطق الظل".

إن مصطلح مناطق الظل يقصد به تلك المناطق المعزولة والنائية والمهمشة والمحرومة من التنمية، وهي التي تتميز بطبيعة موقعها الجغرافي كونها مناطق جبلية أو سهبية أو صحراوية أو مناطق حدودية مع الدول المجاورة أو المناطق التي تقع في الحدود بين الولايات (وردة حدوش، بسة، 2021، ص11)، وتعتبر هذه المناطق طاردة للسكان لغياب البنى التحتية من شبكات الطرق البلدية والمسالك الريفية والربط بشبكات الكهرباء الريفية والغاز الطبيعي ونقص أو انعدام المياه الصالحة للشرب..... كل هذه المعطيات أدت إلى غياب عدالة الاقليم وخلل واضح في التوازن الإقليمي. (بوسكران فاطمة الزهراء، 2022، ص266)

في ذات الصدد فقد أمر رئيس الحكومة آنذاك (2020) عبد العزيز جراد وفي إطار تنفيذ المخطط الاستعجالي للحكومة الوزارات المعنية على وجه الاستعجال للمصالح المحلية بضرورة احصاء شامل لمناطق الظل مع تحديد النقائص والاحتياجات وكذا تحديد المناطق ذات الأولوية لوضع برنامج للتدخل وتحريك عجلة التنمية بهذه المناطق وكذا تنظيم الوسط الريفي من خلال الآليات المناسبة لتحسين الظروف المعيشية للسكانة. (علي يحي، 2020، independentarabia)

ففي مقال لعزیز بلبودالي قال فيه "أن هناك من يزاول الرياضة، وهناك من يحلم بمزاولتها وهناك من فتح عينيه وهو محاط بالملاعب والقاعات الرياضية، وهناك من يكتفي بالحقول والربع الخالي من تربة البلاد للركض والجري".

"من المؤكد أنه يلزم مجهود كبير من أجل تصديق وجود أي مؤشر يوحى بإمكانية تحسين واقع هذه الرياضة الجماهيرية وتجليات واقعها تقدم مشاهد حبلى بصور يؤس الممارسة وفقر الإمكانيات البنيوية والهيكلية." (عزيز بلبودالي، 2017، alitihad)

يعتبر تناول الباحثين والمختصين لمواضيع ممارسة الترويح الرياضي في مناطق الظل قليلة جدا إن لم نقل منعدمة تماما نظرا لحدائثة المصطلح وهذا ما جعل الباحث يتناول هذا الموضوع مستندا الى بعض الدراسات السابقة والمشابهة وربطها بالموضوع لإثراء هذه الدراسة، التي يحاول الباحث فيها تناول واقع ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية لدى شباب مناطق الظل في ولاية بومرداس.

من بين تلك الدراسات نجد دراسة:1- حسين زيدان (2014) وآخرون، و"هدف البحث إلى معرفة نسبة الشباب الجامعي الذين لديهم وقت الفراغ وما الأنشطة الرياضية التي يرغبون ممارستها، زيادة إلى تحديد بعض المعوقات التي تعيق من ممارسة الشباب الجامعي للترويح الرياضي في أوقات الفراغ، حيث استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي على عينة قوامها 840 طالبا من طلبة الاقامات الجامعية لولاية مستغانم (الجزائر) للسنة الدراسية 2013/2012 وكان اختيارهم بالطريقة العشوائية، أما إعداد الاستبيان كان بالاعتماد على العديد من الدراسات السابقة والمرتبطة بموضوع البحث، ومن النتائج المتحصل عليها: -لدى الشباب الجامعي المقيم بالإقامات الجامعية وقت فراغ كاف لممارسة الترويح الرياضي والرغبة في ممارسة الترويح الرياضي في أوقات الفراغ - هناك معوقات تحول دون ممارسة الشباب الجامعي للترويح الرياضي في أوقات الفراغ منها المتعلقة بالجانب الإداري وقلة الإمكانيات المادية والبشرية على مستوى الاقامات الجامعية، وكذلك المتعلقة بالجانب الشخصي للطلاب والمتمثلة في الجانب الأكاديمي، النفسي، الاجتماعي والمادي." (صفوت علي جمعة علي وآخرون، 2014، ص217)

2- دراسة قندوز الغول وآخرون (2020)، حيث "هدفت هذه الدراسة إلى معالجة أهم الدوافع المرتبطة بالأنشطة البدنية الرياضية والكشف عن الدور الذي تلعبه هذه الأنشطة في التخفيف من التهميش وفك العزلة عن تلاميذ المؤسسات التربوية على مستوى المناطق النائية (مناطق الظل) بولاية الشلف، نسبة إلى معايير علمية حضارية معاصرة، وأكدت نتائج الدراسة أن دوافع ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي

تلعب دورا كبيرا للنهوض بالتلميذ واعداده وجعله غير مهمشا وفك العزلة." (قندوز الغول خليفة، 2022، ص384)

3- دراسة بن صيفية لحسن وآخرون (2019)، تناولت هذه الدراسة واقع ممارسة الأنشطة البدنية الترويحية في ولاية غرداية ودرجة تأثير كل من المتغيرات الثقافية والتغيرات النفسية الاجتماعية في هذه الاتجاهات، وقد تم استخدام المنهج الوصفي ملائمة طبيعة الدراسة. كما تم توظيف استمارة استبيان كأداة للدراسة حيث وزعت على عينة متكونة من 160 فردا تم اختيارها بالطريقة العمدية، وقد عولجت البيانات إحصائيا من خلال برنامج spss19، وقد أظهرت النتائج أن التغيرات النفسية الاجتماعية ساهمت بقسط وافر في بناء الاتجاهات نحو الترويح بواسطة النشاط البدني الرياضي، بحيث تغيرت العادات والاتجاهات لدى الأفراد في التوجه نحو الترويح الرياضي، غير أنه مازالت هناك بعض المتغيرات الثقافية التي تقف في وجه هذه الممارسة لتتم بشكل أوسع في أواسط المجتمع. (بن صيفية لحسن وآخرون، 2019، ص01)

4- دراسة بوسكران فاطمة الزهراء وآخرون (2022) قالت فيها أن مسألة تنمية مناطق الظل تشكل تحد كبير أمام صانع القرار الجزائري منذ الاستقلال وإلى غاية الآن، بسبب استمرار المشاكل التنموية في هذه المناطق. تتحدد أهمية الموضوع من الناحية العلمية في إمكانية مساهمة هذه الدراسة في إثراء المحتوى العلمي المتعلق بقضية تنمية مناطق الظل وإبراز جهود الدولة الجزائرية في سبيل تحقيق هذا الهدف. وهو ما يدفع للتساؤل حول مدى فعالية تلك السياسات والإجراءات التي اتخذتها الجزائر في سبيل تحقيق تنمية شاملة في هذه المناطق والرهانات والتحديات التي تواجهها، وبعد الدراسة والتحليل توصلنا إلى نتيجة مفادها أن مخرجات النظام السياسي الجزائري ليست كافية لتحقيق تنمية شاملة بمنطقة الظل في جل القطاعات. (فاطمة الزهراء، 2022، ص258)

وكتعقيب على الدراسات الثلاث الأولى: فقد اشتركت جميع الدراسات في استخدام المنهج الوصفي، وكانت أغلب الدراسات التي تناولت الموضوع محل الدراسة تدرس الدوافع والاتجاهات والمعوقات لعينات طلاب الجامعات والمدارس، إلا أن الدراسة الثالثة تناولت الاتجاهات النفسية الاجتماعية والثقافية لأفراد المجتمع تم اختيارهم بالطريقة العمدية، في حين أن الدراسة الرابعة أكدت على أن مخرجات اجتماع الوزراء حول دفع التنمية بمناطق الظل من بينها انشاء مناطق الترفيهية والترفيه وفضاءات اللعب وملاعب

وغيرها كالطرق والأمن والمراكز الصحية، غير كافية لتحقيق تنمية شاملة بمناطق الظل في كل القطاعات وشهدت وتيرة جد بطيئة في تجسيد المشاريع على أرض الواقع. في الأخير نستنتج أن هذه الدراسات لم تدرس أنواع ألعاب الترويح الرياضي لمختلف شرائح الشباب والتي تمارس بكثرة رغم التهميش والعزلة بمناطق الظل، وكذا العوامل المؤثرة في تباين ممارسة مختلف الأنشطة في تلك المناطق.

من هذا المنطلق واعتمادا على كل ما سبق ذكره، يمكن طرح التساؤل العام التالي: ما هو واقع ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي لدى شباب مناطق الظل؟  
ومنه التساؤلات الفرعية:

1- ماهي أكثر الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية ممارسة لدى شباب مناطق الظل؟

2- ماهي العوامل المؤدية للتباين في ممارسة أنواع النشاط البدني الرياضي الترويحي في مناطق الظل؟

ومن خلال هذين السؤالين تتجلى عدة متغيرات والتي تتعلق أساسا بعوامل ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية، تتمثل هذه المتغيرات في متغير: التنمية المحلية، إمكانات الممارسة، المتغيرات الثقافية الاجتماعية.  
الفرضيات:

الفرضية العامة: ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي لدى شباب مناطق الظل لا ترتقي للمقبول، وهذا يعود لنقص التنمية المحلية أساسا.  
الفرضيات الجزئية:

1- أكثر الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية الممارسة لدى شباب مناطق الظل هي المشي وكرة القدم.

2- هناك عدة عوامل تؤدي للتباين في ممارسة مختلف أنواع النشاط البدني الرياضي الترويحي في مناطق الظل.

إن الهدف المنشود من هذه الدراسة هو معرفة واقع ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي في مناطق الظل لدى الشباب، والالمام بأهمية الممارسة الرياضية لدى الفئات الشبابية، باعتبار الشباب هو محرك المجتمع في شتى المجالات ويتأثر بعدة متغيرات (الرغبة، مستوى التنمية المحلية... الخ)، ومحاولة تحديد وإعطاء بعض التوصيات التي تساهم في توسيع نطاقات الممارسة الفعالة والإيجابية للترويح الرياضي على مستوى

مناطق الظل، على غرار توفير الإمكانيات المادية والتوعوية الفعالة عن طريق الاعلام وتأطير هذه المجتمعات القاطنة لهاته المناطق عن طريق الجمعيات الرياضية ومنشطي الترويج. إن أهمية ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي في دراستنا وربطها بمصطلح مناطق الظل يعطي للباحث أهمية بالغة باعتبار هذا المصطلح الجديد يعبر عن توجه الدولة الجزائرية في بعث التنمية محليا إقليميا وحتى دوليا، إذ يريد الباحث التركيز على توضيح توفر المنشآت الرياضية وتنوع مناشط الترويج الرياضي حتى يشمل كل الشرائح فتمارس الأنشطة الرياضية بارتياح كبير وتستفيد هذه المجتمعات من الصحة والأمن ومختلف الشروط الضرورية للعيش برفاهية والاستغلال النافع لأوقات الفراغ.

الجانب التطبيقي: الطرق المنهجية المتبعة:

#### 1- الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحثان بالتجربة الاستطلاعية وكان الغرض منها التعرف على مدى ملائمة ميدان ومجتمع البحث للدراسة، والصعوبات التي يمكن أن تواجه الباحثان أثناء تطبيق الأداة والتحقق من بعض الشروط العلمية للأداة، تم توزيع استمارات الاستبيان على عينة أولية عددها 24 شاب من مناطق الظل في ولاية بومرداس الممارسين للنشاط البدني الرياضي الترويحي ضمن مجتمع البحث الأصلي، تمت هذه الدراسة من 2022/12/12 حتى 2022/12/29.

#### 2- عينة الدراسة الاستطلاعية:

يمثل المجتمع الأصلي فئة شباب مناطق الظل الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية، حيث تم إحصاء 108 منطقة ظل على مستوى ولاية بومرداس، تم اختيار عينة تتكون من 24 شاب أي 6 شباب من كل جهة شرق - غرب - جنوب - شمال، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية المنتظمة وهي موزعة كالآتي:

الجدول رقم 01: يبين توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية في مناطق الظل

العدد	الموقع الجغرافي	البلدية التابعة لها	منطقة الظل
6	غرب بومرداس	بلدية أولاد موسى	أحياء قوادرية- المويلحة

6	شرق بومرداس	بلدية بني عمران	قرى توزالين- آيت سي أعمر
6	جنوب بومرداس	بلدية بوزقزة	قرى بن حشلاف- بودغاغن
6	شمال بومرداس	بودواو البحري	أحواش الديالي- الشاطئ
24	///	///	المجموع

فمن خلال متابعة الباحثان، توصلا الى حصر التجانس الظاهري لأفراد العينة من مناطق الظل (08) الموزعة على الجهات الأربعة للولاية، تجسدت فيما يلي:

- كل أفراد العينة شباب تتراوح أعمارهم من 15- 35 سنة.
- كل أفراد العينة يمارسون الترويح الرياضي في مناطق الظل.
- التعرف على ميدان الدراسة ومختلف العوائق التي يمكن أن تسبب للباحثان مشاكل على الدراسة الأساسية.

### 3- المنهج المتبع في الدراسة:

استقر الباحثان على اختيار المنهج الوصفي التحليلي ملائمته لموضوع الدراسة. ولقد بين نمر سليمان "أن المنهج الوصفي هو استقصاء ينصب على ظاهره من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها او بينها وبين ظواهر تعليمية أو نفسية أو اجتماعية بالإضافة الى أنه عملية تحليلية حيوية بواسطة الوقوف على الظروف المحيطة بموضوع الدراسة" (سليمان نمر، 2022، ص283)

### 4- عينة الدراسة وكيفية اختيارها:

تم اختيار افراد العينة بالطريقة العشوائية المنتظمة، حيث اختار الباحثان 08 مناطق الظل من أصل 108 منطقة (الصفحة الرسمية لولاية بومرداس، 2022، موقع فايسبوك) ، وهذا بعد إحصاء مناطق الظل وكتابتها على ورقة، وإضافة العدد 14 بعد كل اختيار مع مراعاة الترتيب للجهات الأربع للولاية، وبهذا حصلنا على 8 مناطق من 108 منطقة ظل بعينة قدرها 240 شاب.

### 5- أدوات جمع بيانات الدراسة:

تنوعت أدوات جمع البيانات في هذه الدراسة من الكتب الرقمية ومواقع الانترنت والمقالات السابقة والمشابهة لإثراء الخلفية النظرية.

وقد استقر الباحثان على أداة الاستبيان لملائمتها طبيعة موضوع الدراسة.

#### 6-الشروط العلمية للأداة:

6-1-الصدق الظاهري للاستبيان: قام الباحثان بصياغة مجموعة من الأسئلة موزعة على محورين يمثل كل محور فرضية (في صورته الأولى)، وتم تصحيحها وتعديلها الى عبارات في صورتها الثانية، وتقديمها الى محكمين ممن يحملون درجة دكتوراه فما فوق.

بعد جمعه منهم قام الباحثان بتعديل بعض العبارات التي تم الاجماع على عدم مصداقيتها لخدمة الدراسة، وضبط العبارات التي استوفت الشروط بعد تحكيم آخر لمحكم لغوي، وبذلك التوصل الى عبارات الاستبيان (في شكله النهائي).

6-2الصدق الذاتي للاستبيان: يساوي الصدق الذاتي الجذر التربيعي للثبات والذي بلغت قيمته 0.976 وهذا يدل على قوة درجة صدق الاستبيان.

6-2-1-ثبات الاستبيان: باستخدام معامل الثبات ألفا كرونباخ

جدول (02): يمثل حساب ثبات عبارات الاستبيان

معايير ألفا كرونباخ	العبارات	محاور الاستبيان
0.973	من 01 إلى 12	المحور الأول
0.936	من 13 إلى 22	المحور الثاني
0.954	كل العبارات	المجموع

المصدر: لخضر وليد بوحك، عامر حملاوي، 2023، ص10

من خلال الجدول رقم 02 يلاحظ الباحثان أن معامل الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ هو 0.954 للاستبيان ككل وهي قيمة عالية للثبات، حيث يتمتع المحور الأول بثبات قدره 0.973 بينما يتمتع المحور الثاني للاستبيان بثبات قدره 0.936 وكلتاهما نسب عالية.

#### 7- كيفية تقييم الأداة المستعملة:

تم الاعتماد على بدائل ليكرت الخماسي في تحديد اتجاه العينة على النحو التالي:

الجدول رقم 03: بدائل الاستبيان ودرجتها واتجاه العينة وفئاتها

البدائل	أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما
الدرجة	1	2	3	4	5
الفئة	1.8-1	2.6-1.8	3.4-2.6	4.2-3.4	5-4.2
إتجاه العينة	قليلة جدا	قليلة	متوسطة	كبيرة	كبيرة جدا

المصدر: (إدريس سعدي، بن عطية بشيري، 2023، ص 505)

#### 8- أساليب المعالجة الإحصائية:

استخدم الباحثان أساليب إحصائية وصفية كالتباين والانحراف المعياري (مدى تباعد استجابات المبحوثين) باعتبارهم أهم مقاييس التشتت، ومقياس النزعة المركزية (المتوسط الحسابي) بالإضافة الى النسبة المئوية، ومعامل ألفا كرونباخ لقياس صدق وثبات الأداة.

عرض النتائج تفسيرها ومناقشتها: عرض نتائج المحور الأول:

الفرضية الأولى: أكثر الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية الممارسة لدى شباب مناطق الظل هي المشي وكرة القدم.

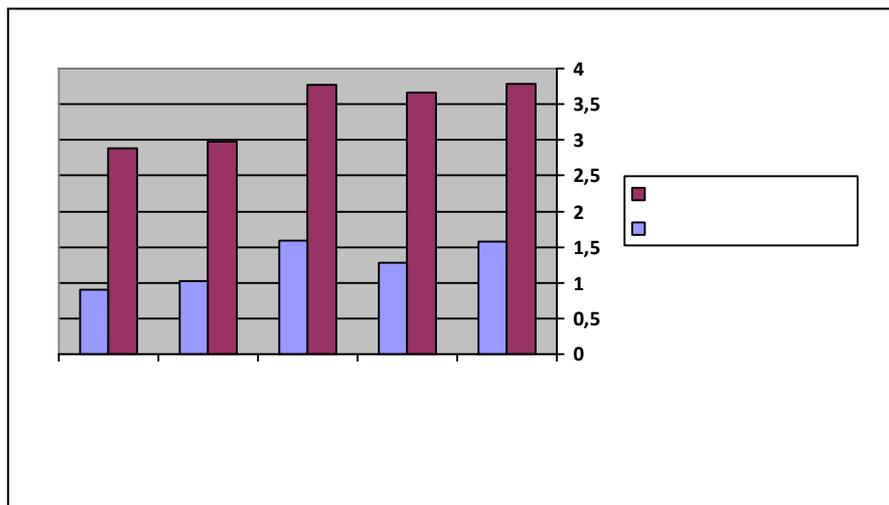
انحراف المعياري	اتجاه العينة	النسبة	المتوسط الحسابي	التكرارات بالنسبة المئوية%					نوع النشاط الممارس
				دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	
1.28	كبيرة	% 73	3.66	4	83	5	8	0	المشي
1.59	كبيرة	%75.4	3.77	29	31	33	4	3	الجري والجري الخفيف
1.03	متوسطة	%59	2.98	10	22	23	44	1	السباحة(البحر- البحيرات)
0.9	متوسطة	%57	2.88	13	3	42	42	0	ركوب الدراجات
0.29	قليلة جدا	%38	1.91	2	3	4	42	50	تنس الطاولة
0.74	قليلة جدا	%29	1.49	0.42	0	1.66	7.08	90.8	كونق فو

0.38	قليلة جدا	%32	1.61	2	1	6	3	88	الكرايه
0.43	قليلة جدا	%31	1.56	2	3	2	2	92	الملاكمة
1.57	كبيرة	%75.8	3.79	23	63	1	7	4	كرة القدم
0.96	قليلة جدا	%32.6	1.63	0	0	3	1	95	كرة القدم الرملية
0.17	قليلة جدا	%34.6	1.73	1	3	2	32	63	كرة السلة
0.59	قليلة جدا	%35.8	1.79	1	0	1	42	56	كرة اليد

الجدول رقم 04: يمثل التحليل الكمي للحوار الأول واتجاه العينة في كل نشاط ممارس.

المصدر: لخضر وليد بوحك، عامر حملاوي، 2023، ص 11

الشكل رقم 01: يوضح مدى انحراف إجابات المبحوثين عن متوسطها الحسابي لأهم الأنشطة الترويحية الرياضية ممارسة.



المصدر: لخضر وليد بوحك، عامر حملاوي، 2023، ص 12

تفسير نتائج المحاور الأول:

من خلال الجدول رقم (4) اظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين 3.79 كأكبر قيمة و1.49 كأصغر قيمة، حيث تمثل النسبة الكبيرة النشاط الرياضي الأكثر

ممارسة هو كرة القدم، أما القيمة الأصغر فقد كانت لرياضة الكونغ فو، أما من حيث النسب المئوية لاتفاق أفراد العينة على الإجابة فقد كانت النسبة الأكبر لرياضة كرة القدم ب نسبة 75.8 %، تليها ممارسة الجري والجري الخفيف بنسبة 75.4%، تليها في المركز الثالث المشي بنسبة 73 % وكلها نسب عالية، أما من حيث التكرارات فقد كانت أكبر نسبة من رياضة الكونغ فو ب 90.83 بالمئة لبديل "أبدا" أما النسب المنعدمة فقد كانت لرياضة المشي ببديل "أبدا" ورياضة الكونغ فو ببديل "غالبا"، في حين أن اتجاهات العينة والذين "غالبا" ما يمارسون أنشطة كرة القدم والمشي والجري و الجري الخفيف وقد كانت اتجاهات العينة عندهم "كبيرة" فقد أجابوا ب 83 بالمئة من العينة ببديل "غالبا" ما يمارسون رياضة المشي، أما الذين أجابوا بإجابة "نادرا" فقد كانت النسبة منعدمة لرياضة المشي، و 3 بالمئة للجري والجري الخفيف، 1 المئة للسباحة و 4 بالمئة لكرة القدم، أما الرياضات التي لا يمارسها أفراد العينة وأجابوا ببديل "أبدا" أو "نادرا" بنسب عالية فاقت 80 بالمئة هي كرة القدم الرملية 95 بالمئة، الملاكمة بنسبة 92 بالمئة، الكونغ فو 90.83 بالمئة، الكاراتيه بنسبة 88 بالمئة، وكانت اتجاهات العينة "قليلة جدا".

والشكل رقم (01) يوضح مدى تشتت أو تباعد البيانات عن المتوسط الحسابي وعن بعضها البعض، فنلاحظ أن القيم محصورة بين 0.17 و 1.59 وهي قيم قريبة من الصفر، فنجد 1.59 لممارسة رياضة الجري وسيطه الحسابي هو 3.77 بينما 0.17 فقد كانت تعبر عن التجانس الكبير لأفراد العينة بالنسبة لممارسة كرة اليد واتفاقهم على قيمة الوسيط الحسابي الذي يمثل 1.73.

### مناقشة نتائج المحور الأول:

من خلال نتائج الجدول رقم (04) والتي تعبر عن مخرجات استبيان المحور الأول حول أكثر الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية ممارسة لدى شباب مناطق الظل، وقد أوضحت هذه النتائج أن رياضة المشي والجري والجري الخفيف هي أكثر رياضتين ممارسة في هذه المناطق النائية والمعزولة والمهمشة وأن اتجاه العينة كبير نتيجة عامل الرغبة والميول لهذا النوع من الرياضات، وهذا نظرا لكون الرياضتين المذكورتين تمارس بأبسط

الوسائل ولا تحتاج إلى تجهيزات ومرافق كبيرة ويستطيع الافراد والشباب خاصة ممارستها في أي وقت وفي أي مكان. وخاصة أن هذه المناطق تعاني من نقائص عديدة منها النقل لذا أصبح المشي والجري الخفيف وسيلة للرياضة والتنقل في آن واحد، وهو ما يتطابق مع دراسة بوسكران فاطمة الزهراء وآخرون سنة 2022 والتي توصلت في دراستها الى نتيجة مفادها أن مخرجات النظام السياسي الجزائري ليست كافية لتحقيق تنمية شاملة بمناطق الظل في جل القطاعات رغم الانطلاق في كثير من المشاريع، كما نجد نشاط كرة القدم أيضا أن إتجاه عينته كبيرة وهو يفسر أن أغلبية الشباب في مناطق الظل أو في المناطق الصحراوية أو في مناطق الحضرية يمارسون كرة القدم التي تعتبر النشاط الرياضي رقم واحد لدى أغلب الشعوب كما أنها أيضا لا تعتبر رياضة تحتاج إلى وسائل ومرافق كبيرة لممارستها بطريقة هادئة وليست بالتنظيم العالي وفق القواعد والقوانين وغير ذلك... فأغلب شباب هذه المناطق يمارسونها في أرضية ترابية وأرضية حصوية وتحت المطر وحتى أشعة الشمس الحارقة وينظمون دورات شعبية في مختلف الأحياء والمناطق فهي أفيون الشعوب، في حين نجد رياضة ركوب الدراجات وهي رياضة أيضا يحب ممارستها أغلب الشباب إلا أن شباب هذه المناطق وجدوا عدة صعوبات أهمها عدم تواجد المسارات والطرق المعبدة خاصة في بعض المناطق مثل المناطق الجبلية ذات المسالك الوعرة وهو ما يمثل عامل غياب التنمية المحلية، أما بالنسبة لباقي الرياضات فتعتبر ممارستها ضئيلة جدا وهذا راجع لعدد العوامل الشخصية البدنية والظروف الاجتماعية خاصة عنصر التنمية المحلية وهو ما أكدته دراسة عزيز بلبودالي في الخلفية النظرية حين قال أن هناك من يزاول الرياضة وهناك من يحلم بمزاولتها وهناك من يكتفي بالحقول والربع الخالي من تربة البلاد للركض والجري.

وعليه يمكن القول أن الفرضية الأولى القائلة بأن أكثر الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية الممارسة لدى شباب مناطق الظل هي المشي وكرة القدم قد تحققت.

الفرضية الثانية: هناك عدة عوامل تؤدي للتباين في ممارسة أنواع النشاط البدني الرياضي الترويحي في مناطق الظل.

الانحراف المعياري	نسبة الاتفاق	اتجاه العينة	المتوسط الحسابي	التكرارات					الفقرة
				أوافق بشدة	أوافق	محايد	لا أوافق	لا أوافق بشدة	
1.43	%70	كبيرة	3.50	50	111	20	57	2	ترغب في ممارسة نشاط الترويح الرياضي.
1.63	%77.2	كبيرة	3.86	92	97	33	15	3	الأسرة والمدرسة تشجعناك على الممارسة.
1.33	%64.8	كبيرة	3.24	36	76	81	18	30	تختلف الرغبة في الممارسة باختلاف نوع الجنس.
1.48	%58.4	متوسطة	2.92	54	39	42	40	65	عادات وتقاليد المنطقة تمنعك من ممارسة بعض الأنشطة.
1.95	%86	كبيرة جدا	4.30	197	20	7	10	6	قلة الأماكن الجاهزة كالصالات الرياضية تعيقك على الممارسة.
1.70	%77.8	كبيرة	3.89	107	88	20	15	10	غياب التنمية المحلية سبب في قلة الممارسة (الكهرباء، الماء، الإنارة، شبكة الطرق
1.78	%77	كبيرة	3.85	122	65	11	30	12	عدم توفر الأمن والمراكز الصحية تحد من ممارستك
0.33	%35.4	قليلة جدا	1.77	8	17	2	25	188	تعاني من إعاقة أو مشكل صحي يمنعك من الممارسة
1.73	%65.2	كبيرة	3.26	58	100	8	29	35	ظروفك المعيشية جعلتك لا تهتم بالممارسة

1.20	%55.2	متوسطة	2.76	23	59	38	65	55	قلة وقت فراغك جعلتك لا تمارس الترويح الرياضي.
------	-------	--------	------	----	----	----	----	----	---

الجدول رقم 05: يمثل التحليل الكمي للعوامل المؤثرة في اتجاه العينة لممارسة الترويح الرياضي

المصدر: لخضر وليد بوحك، عامر حملوي، 2023، ص 15

### تفسير نتائج المحور الثاني:

من خلال الجدول رقم (5) نلاحظ نسب مئوية لاتفاق العينة حول العبارات العشر المطروحة حيث تتراوح النسب بين 35.4 % وبمتوسط حسابي قيمته 1.77 كأقل نسبة للفقرة رقم (08) و 86 % كأكبر نسبة للفقرة رقم (5) بمتوسط حسابي قدره 4.30 ونجد المتوسط الحسابي الأعلى بين الفقرات العشر يعود للفقرة الخامسة ب قيمة 4.30 وهي التي تعبر عن اتجاه العينة ب "كبيرة جدا" قد أجاب 197 شاب على إجابة "أوافق بشدة" على عبارة قلة الأماكن الجاهزة تعيق وتحد من الممارسة، تليها ثانيا الفقرة السادسة والتي تعبر عن غياب التنمية المحلية يعيق الممارسة بواقع 107 شاب أجاب ب"أوافق بشدة" و 88 منهم ب"أوافق" وهي نسب عالية جدا تعبر عن اتفاق العينة حول العبارة بنسبة %77.8، تليها ثالثا الفقرة الثانية والتي تعبر عن تشجيع الأسرة والمدرسة (التعلم) لممارسة الرياضة بقيمة 3.86 واتجاه عينته أيضا "كبيرة جدا" بواقع 97 تكرر أجابوا ب "أوافق" و 92 شاب اجابوا بإجابة "أوافق بشدة"، ويأتي في المركز الرابع الفقرة السابعة والتي تعبر عن غياب عامل الامن والنقص المراكز الصحية يحد من الممارسة بقيمة 3.85 واتجاه العينة "كبيرة جدا" حيث أن أفراد العينة أجابوا ب 122 تكرارل "أوافق بشدة" أما باقي القيم فهي أيضا تعبر تجانس إجابات العينة حيث تعتبر قيمة الفقرة الثامنة والتي تعبر عن إمكانية تأثير المعاناة من إعاقة أو مشكل صحي في الممارسة بقيمه 1.77 كأصغر قيمة واتجاه عينته قليلة جدا" وهي التي تملك أقل انحراف معياري قدر ب 0.33 وهو ما يبين اتفاق العينة بنسبة 35.4 % وهو ما يعبر الجدول أن اتجاه العينة "قليلة جدا"

مناقشة نتائج المحور الثاني:

من خلال نتائج الجدول رقم (05) والتي تعبر عن مخرجات استبيان المحور الثاني حول ان هناك عدة عوامل تؤدي للتباين في ممارسه النشاط البدني الرياضي الترويحي في مناطق الظل، وقد اوضحت النتائج ان هناك تباين حقيقه في عدة عوامل من ابرزها عامل التنمية المحلية والذي يعتبر من أهم العوامل التي تحد من ممارسة أنواع النشاط البدني الرياضي الترويحي وهو ما أكدته دراسة بوسكران فاطمه الزهراء (2022) والتي أكدت أن مناطق الظل تعتبر مناطق لغياب البنى التحتية من شبكات الطرق والمسالك الريفية والربط بشبكات الكهرباء والغاز ونقص وانعدام المياه الصالحة للشرب وهذا ما يتطابق مع اجابات المبحوثين، بالإضافة الى عامل الرغبة نحو نوع أو نشاط من الأنشطة دون آخر وهو الذي يعتبر ضمن الفروق الفردية ويؤكد غياب برامج الترويج الرياضي في هذه المناطق وانعدام دور الاعلام الرياضي، في حين أن نوع الجنس لا يؤثر كثيرا الى التباين في ممارسة الأنشطة وهذا ما أكدته دراسة بن صيفية لحسن واخرون (2019) والذي أكد أن المتغيرات الثقافية التي تقف في وجه الممارسة تغيرت لكنها ما زالت، اما وقت الفراغ فهو لا يعتبر عاملا من عوامل التباين في الممارسة وهو ما اكدته دراسة حسين زيدان (2014) واخرون حول الشباب ومدى توفر الوقت لممارسة أوجه النشاط الترويحي الرياضي. وعليه يمكن القول أنّ الفرضية الثانية القائلة بأن هناك عوامل تؤدي الى تباين ممارسة الأنشطة الرياضية في مناطق الظل من أهمها عامل التنمية المحلية قد تحققت.

#### الاستنتاجات والاقتراحات:

من خلال ما تم عرضه في نتائج استبيان المحور الأول ونتائج استبيان المحور الثاني، وبعد تحليلها ومناقشتها توصل الباحثان الى جملة من الاستنتاجات تجيب عن الفرضية العامة القائلة بأن ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي لدى شباب مناطق الظل لا ترتقي للمقبول، وهذا يعود لنقص التنمية المحلية، قد تحققت  
ومن أهم النتائج المتوصل اليها من خلال الدراسة هي:  
- نقص أنواع الألعاب والرياضات الفردية والجماعية وانعدام للرياضات الزوجية.

- تقتصر الألعاب والرياضات الترويحية على المشي والجري وكرة القدم وأحيانا ركوب الدراجات في بعض المناطق التي تمتلك مسالك وطرقا معبدة.
  - يعتبر عامل التنمية المحلية وتوفير مختلف متطلبات الشباب والسكان عامة هاجس سكان مناطق الظل.
  - نقص الوسائل والامكانيات يحد من ممارسة الترويح الرياضي في هذه المناطق ويؤدي الى التزوح الريفي وتغيير مكان العيش.
  - العوامل الاجتماعية والظروف المعيشة تؤدي الى الحد من ممارسة الترويح الرياضي في مناطق الظل.
- ومن التوصيات التي يقدمها الباحثان ما يلي:
- تشجيع الجمعيات الرياضية على الحرص في التواجد على مستوى مناطق الظل.
  - تسريع وتيرة الاشغال المختلفة على مستوى مناطق الظل، وإعادة إطلاق المشاريع المتوقفة.
  - تحسين الظروف المعيشية لسكان مناطق الظل.
  - على الاعلام أن يروج لمختلف مناشط الترويح الرياضي في مناطق الظل وأن يبين إيجابيات الممارسة الفعالة والأمنة.

- قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة:

1- الكتب:

-أمين أنور الخولي. (1996). الرياضة والمجتمع. القاهرة، مصر: دار عالم المعرفة.

-عبد الله بن عبد الرحمان الجبرين. (2014). الشباب والفراغ. (أبو أنس علي بن حسين أبو لوز، المحرر) الرياض، السعودية: دار الوطن للنشر.

-محمد محمد الحماحمي، عايدة عبد العزيز مصطفى. (2009). الترويح بين النظرية والتطبيق (المجلد السادس). القاهرة، مصر: مركز الكتاب للنشر.

2- المقالات:

-ادريس سعدي، بنعطية بشيري. (2023). واقع التعليم الالكتروني في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة مسيلة. مجلة الابداع الرياضي (رقم 01)، صفحة 505.

-بن زيدان حسين، مقراني جمال، وأحمد بن قلاوز تواتي. (جويلية، 2020). أسهامات ممارسة أنشطة الترويح الرياضي في تنمية مستوى بعض القيم لدى الكبار. مجلة التحدي، العدد 02 (جامعة أم البواقي)، صفحة 3.

-بن صيفية لحسن، وآخرون. (2009). واقع الاتجاهات نحو ممارسة النشاط البدني الرياضي الترويحي تحت تأثير العوامل النفسية الاجتماعية والمتغيرات الثقافية. المجلة العلمية لعلوم والتكنولوجيا للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد 16، صفحة 01.

-بوسكران فاطمة الزهراء. (2022). تنمية مناطق الظل في الجزائر: الرهانات والتحديات. مجلة القانون الدستوري والمؤسسات السياسية، الصفحات 266-267.

-حسين زيدان، وآخرون. (2014). معوقات ممارسة الترويح الرياضي في أوقات الفراغ لدى الشباب الجامعي. مجلة الخبير، صفحة 217.

-زهير رضوان، بكة فارس. (01 جوان، 2023). مدى مساهمة بعض الأنشطة الترويحية الممارسة في وقت الفراغ فيالرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية. مجلة الابداع الرياضي، العدد رقم 01، الصفحات 390-396.

-سليمان نمر. (2022). واقع مشاركة تلاميذ المرحلة الثانوية في المنافسات الرياضية المدرسية في ظل جائحة كورونا. *مجلة الابداع الرياضي* (المجلد رقم 13)، صفحة 283.

-صغيري رايح. (جوان، 2011). دور النشاط الرياضي الترويحي في التقليل من مظاهر الادمان على المخدرات. *مجلة الابداع الرياضي*، صفحة 09.

-قندوز الغول خليفة. (2022). الدوافع المرتبطة بالانشطة البدنية الرياضية الترويحية ودورها في التخفيف من التهميش وفك العزلة عن تلاميذ مناطق الظل بالجزائر. *مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية الرياضية* (مجلد 07)، الصفحات 384-401.

-وردة حدوش، سامي بسة. (2021). ماهية مناطق الظل وقراءة في وضعية البرنامج الاستعجالي الخاص بمناطق الظل. *مجلة السياسة العالمية*، صفحة 11.

3- المواقع الالكترونية:

-منظمة الامم المتحدة للتربية والعلم والثقافة. (2015). تم الاسترداد من UNISCO  
Tralee: <http://en.unesco.org/sportcharter>

-عزيز بلبودالي. (2017). الرياضة الجماهيرية الشعبية العظمى. *الاتحاد الاشتراكي*.  
<https://alittihad.info/auteurs/>

-الصفحة الرسمية لولاية بومرداس. (2022). مناطق ظل ولاية بومرداس. تم الاسترداد من [www.facebook.com](http://www.facebook.com)

علي يحيى. (06 يوليو، 2020). مناطق الظل تتحرك بصمت والرئيس الجزائري أمام تحدي مخلفات نظام بوتفليقة. تم الاسترداد من [independentarabia.com](http://independentarabia.com).