



متاحة على المنصة الجزائرية للمجلات العلمية

ASJP
Algerian Scientific Journal Platform

<https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/626>



الترويح الرياضي وسوسيولوجية وقت الفراغ

Sports recreation and the sociology of leisure time

مهدي سحاحي (أ)، (*)

(أ) معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة باتنة 2، الجزائر.

تاريخ القبول: 2021/02/06

تاريخ المراجعة: 2021/02/02

تاريخ الاستقبال: 2021/01/22

الملخص

أصبح العصر الذي نعيش فيه اليوم يتميز بنشوء ظاهرة وقت الفراغ في حياة جل الأفراد والمجتمعات بشكل يستدعي الوقوف عندها ودراستها ورصد متغيراتها، ومدى تأثيرها على حياتهم، والتي صاحبها ظاهرة تزايد وتطور الوسائل الترويحية بحيث انطلق معها الإنسان بحثا عن الراحة والمتعة وتخفيفا من العناء الذي يصيبه في حياته اليومية. ويتوقف هذا على الوعي الترويحي عند الفرد وأن يدرك مدى أهميته له وللمجتمع على حد سواء مما يساعد في جعل الحياة متزنة بين العمل والراحة فتكتمل الحياة في معناها وتزداد في رونقها وتصبح أكثر إشراقا وبهجة.

Abstract

The era in which we live today has become characterized by the emergence of the phenomenon of leisure time in the lives of most individuals and societies in a manner that requires standing there, studying and monitoring its variables, and the extent of its impact on their lives, which is accompanied by the phenomenon of increasing and developing recreational means so that a person set out with her in search of comfort, pleasure and relief from the hardship that befalls him in His daily life.

This depends on the individual's recreational awareness and realization of its importance to him and society alike, which helps in making life balance between work and rest, so that life completes its meaning, increases in its splendor and becomes brighter and more joyful.

الكلمات المفتاحية

الترويح؛

الترويح الرياضي؛

وقت الفراغ.

Keywords

Recreation;

Sports recreation;

free time.

* المؤلف المرسل

البريد الإلكتروني: epsmahdi@hotmail.com (م ، سحاحي)

ملكتهم لاستثمار وشغل أوقات فراغهم بممارسة الأنشطة الرياضية والحرية وهذا لما له دور فعال في بناء وازدهار المجتمعات على عديد النواحي والاصعدة (جريدة الهداف اليومي، ص22).

ان الالمام ومحاولة فهم ماهية وقت الفراغ ليس دائم الموضوع، لأنه متعدد المواصفات والاشكال بسبب ما تفرضه التحديات وطبيعة العصر الذي نعيش فيه، فكثيرا ما حاول علماء الاجتماع فهم المعنى الحقيقي لوقت الفراغ من خلال دراسة اشكالية حجم وقت الفراغ خلال حياة الانسان سواء خارج ساعات النوم او العمل وايضا خارج ساعات الدراسة الى غيرها من المعطيات التي تتغير من شخص الى اخر ومن مجتمع الى اخر.

ففي دراسة قام بها الباحث "جون فيارس" Jean viars سنة 2004 حيث قدم حصيلة تقول بانه من أصل 700 ألف ساعة من حياة الانسان فانه يقضي منها 400 ألف ساعة في اوقات الفراغ، ويقول الباحث بان الوقت الخارج عن ساعات العمل وحتى الخارج عن المتطلبات الدراسية ليس بالضرورة وقت فراغ، لأنه قد يكون مقسم بين الواجبات المنزلية، الصحية، المهام الادارية، السفريات، الى غيرها من الواجبات الأخرى. (Observatoire des familles, 2008, p05).

لذا فقد اصبح استثمار أوقات الفراغ ومواجهة زيادة الطلب على الترويج في القرن العشرين والذي يطلق عليه مسمى عصر الفراغ من التحديات التي تواجه كل مجتمع، لذا فقد اهتمت المؤسسات السياسية والتربوية والاجتماعية والاقتصادية والدينية بدراسة وقت الفراغ وكيفية استثمار مردوده ودراسة قضاياها والمشكلات الناتجة عن عدم استثماره وتحدد وظيفة وقت الفراغ في ضوء وضوح معناه ومفهومه لدى الأفراد، فمن خلال تفهم الأفراد لمعنى وقت الفراغ يتم إدراكهم للأهداف التي يمكن أن تنبثق وتتضح من المعنى ومن ثم يمكن استنباط وظيفة وقت الفراغ.

2. مقارنة مفاهيمية لمفهوم الترويج

يرى المهتمون بدراسة الترويج أنه يمكن التعرف على حضارة المجتمعات من خلال معرفة الوسائل التي تستخدمها تلك المجتمعات في مواجهة وقت الفراغ، وأنه توجد علاقة وثيقة بين ثقافة المجتمع ومستويات

1. مقدمة

كما هو معروف ومعلوم لدى كافة شعوب العالم أن الترفيه والترويج خلال الأوقات الحرة هو حق إنساني أساسي والمنبثق من الإعلان العالمي لحقوق الانسان والذي اعتمده هيئة الأمم المتحدة " ONU " يوم 10 ديسمبر 1948.

وتعتبر المنظمة العالمية للترفيه " OML " وهي منظمة تروج لفكر الترفيه والترويج وأوقات الفراغ على انه جزء لا يتجزأ من التنمية الاجتماعية والثقافية والاقتصادية، وتعمل هذه المنظمة على دعم حق جميع شعوب العالم في الحصول على أنشطة ترفيهية عالية الجودة، وهي تدرك انه يوجد الكثير من الناس لديهم احتياجات خاصة قد تكون ذات صلة بعجز معين كالإعاقة او الجنس او العمر او الوضع الاجتماعي او الفقر او مكان الإقامة او التعليم.

بعد هذه الخطوة قامت المنظمة العالمية للترفيه والترويج عن طريق عقد مؤتمرها في مقاطعة "كيبك" الكندية في أكتوبر 2008، وباعتبارها المنظمة المدنية الوحيدة المعترف بها من طرف هيئة الأمم المتحدة فيما يخص الترويج وقضاء أوقات الفراغ، حيث تم خلال هذا المؤتمر اعتماد ميثاق وإعلان يذهب الى ابعد الحدود في ترسيخ وتوجيه مبادئ الحق العالمي والاساسي للترفيه والاقوات الحرة (déclaration de Québec, 2008).

والمتمعن جيدا لما جاء من المعطيات سالفة الذكر انه إضافة الى حق الشعوب في العيش في سلام والامن والتعليم والغذاء والعمل والعناية الصحية وغيرها من الحقوق الأساسية والمتجذرة في ميثاق هيئة الأمم المتحدة نجد ان الحق في الترويج وقضاء الأوقات الحرة والاستمتاع بها، أصبح جزءا لا يتجزأ من الحقوق الأساسية للإنسان مما يحتم على المؤسسات والهيئات الحكومية لمختلف الدول والممالك على تطبيق هذا الميثاق لما يعود به من تنمية مستدامة على شعوبهم.

وكخير دليل على ذلك هو دعوة الملكة البريطانية لمواطني شعبها على ان يضحوا بجزء من وقتهم لممارسة أنشطة الهواء الطلق والأنشطة البدنية وتشجيع الآخرين على ممارستها في الحدائق والمنتزهات العمومية، وهذا دليل واضح ودعوة صريحة للشعب البريطاني من طرف

أما "برات" « Pratt » فيعرف الترويح بأنه مزاولة أي نشاط في وقت الفراغ سواء أكان نشاطا فرديا أو اجتماعيا وذلك بهدف إدخال السرور على النفس دون انتظار أي مكافأة.

وينظر "كارل سون" إلى الترويح على أنه الخبرة في قضاء وقت فراغ ممتع ويشترك فيه الفرد بمحض إرادته، ومن خلاله يحصل على إشباع فوري.

أما "خير الدين على موسى" فيقول "حتى نطلق لفظ ترويح على النشاط الإنساني يجب أن يتصف ببعض الصفات، أولها أن يتم خلال وقت الفراغ للفرد وليس في ساعات العمل أو قضاء احتياجات الحياة اليومية، كذلك أن يمارس الفرد النشاط خلال وقت الفراغ بإرادته الحرة وأن يكون ممتعا يجلب له السرور، كما يجب أن تلتزم أنشطة الفرد الترويحية بالتنظيم القيمي والقانوني وتتم بشكل لا يتناقض معه (خير الدين علي موسى، 2005، ص39).

ويرى "محمد علي حافظ، وعدلي سليمان وإسماعيل رياض" أن الترويح هو الحالة التي تصاحب الإنسان عند ممارسته لنشاط يستمتع به، وقد يكون هذا النشاط جسميا أو عقليا أو وجدانيا فهو على ذلك حالة نفسية تهيئها أنواع النشاط المختلفة.

ومن هذه التعاريف السابقة نستطيع أن نلاحظ أن الترويح نشاط اختياري يحدث أو يمارس في وقت الفراغ وينتج عنه شعور أو إحساس ذاتي بالسرور أو الراحة أو الرضا النفسي، أي أنها تحدد مفهوم الترويح على أنه نشاط اختياري سار لوقت الفراغ دون التعرض لنوع وطبيعة هذا النشاط ودون تحديد هدف للنشاط الترويحي سوى السرور أو المتعة (عطيات محمد خطاب، 1982، ص36).

3. مقارنة مفاهيمية لوقت الفراغ

مصطلح وقت الفراغ مركب من كلمتين: كلمة وقت من الناحية اللغوية تعني مقدارا من الزمن أو الدهر، أما كلمة الفراغ فتعني الخلاء وفرغ من العمل أي خلا منه، ومن هنا تعني كلمة وقت الفراغ لغويا: الزمن الذي يخلو الإنسان فيه من العمل.

يعرفه "ويز" « Weiss » بأنه حصة الوقت في اليوم التي لا تستعمل في مقابلة الاحتياجات الملحة والضرورية لوجود الإنسان.

المشاركة في مناشط الترويح السائدة في المجتمع، كما توجد علاقة بين التكنولوجيا والترويح إذ أنه كلما زاد تطور تكنولوجيا الترويح وتعددت وسائله تطورت منشأته وأجهزته وأدواته، وذلك إلى جانب تأثير التكنولوجيا على زيادة حجم البطالة وبالتالي زيادة حجم العاطلين عن العمل مما يستدعي الاهتمام بالترويح لزيادة الطلب عليه.

يدور معنى كلمة الترويح في أصلها اللغوي على السعة والانبساط وإزالة التعب ورجوع النشاط إلى الإنسان، وإدخال السرور على النفس بعد العناء، ويقال: رجل أريحي أي واسع الخلق نشيط، وأراح الرجل أي رجعت له نفسه بعد الإعياء (ابن منظور، ص 455).

إن مصطلح الترويح مشتق من الأصل اللاتيني « Reformatio » ، ولقد تم استخدامه في بادئ الأمر لتعريف النشاط الإنساني الذي يتم اختياره بدافع شخصي والذي يؤدي إلى تحديد هوية الفرد ليكون قادرا على ممارسة عمله إلا أنه قد لحق بالترويح العديد من الإضافات للتدليل على أهدافه في تنمية الشخصية، وعند تحليل المصطلح نجد أنه يعني إعادة الخلق، كما يشير إلى التجديد والانتعاش كحصائل ونواتج لممارسة مناشطه.

وهو كل نشاط يختاره الإنسان اختيار ذاتي بمحض إرادته دون أن يتأثر بأي ضغوط خارجية قد تؤثر عليه بالاختيار بهدف تنمية أبعاده الشخصية شريطة أن يمارس في وقت الفراغ.

وبوجه عام فقد تباينت الآراء حول مفهوم الترويح وذلك لعدم وجود تعريف محدد له، وبتلر « Petler » يرى أن الترويح يعد نوعا من أوجه النشاط التي تمارس في وقت الفراغ والتي يختارها الفرد بدافع شخصي لممارستها والتي يكون من نواتجها اكتساب العديد من القيم البدنية والاجتماعية والمعرفية (كمال درويش، 1985، ص 32).

إذ يرى "بيوكر" أن الترويح يتعلق بالألوان النشاط التي يمارسها الفرد في غير ساعات عمله، وهو بهذا يدل على أن الشخص قد اختار بضعة أوجه من النشاط لممارستها طوعا، نتيجة لرغبة داخلية دافعة ولأن الاشتراك في هذه الألوان يمدده براحة ورضا نفسي.

في الاستماع اليه والحق في التربية مما يعزز النمو وقدرات الطفل على التركيز في المدرسة. ماذا تقول الاتفاقية الدولية لحقوق الطفل:

كل الأطفال لديهم الحق في اللعب والترفيه والترويح، ممارسة الأنشطة الرياضية، الثقافية والفنية من اجل تطوير مهاراتهم وتعلم القيم المرتبطة بالحياة في المجتمع.

تؤكد الاتفاقية على ضرورة الدخول والوصول الى الأنشطة ذات الطابع الترفيهي والترويحي activités de loisir في ظل ظروف المساوات والحق في الحصول الفرص للعب وممارسة الأنشطة الترفيهية المتكيفة حسب أعمارهم.

دون اهمال حق الطفل في الراحة ووقت الفراغ والمشاركة في كافة أنواع الأنشطة الترويحية بحرية مطلقة سواء كانت رياضية ثقافية او فنية.

5. ما هي شروط تحقيق الحق في الترويح والرياضة واللعب

برنامج متكامل

يجب ان تكون الأنشطة المقترحة متنوعة ومتكيفة مع كل فئة عمرية وجذابة للجماهير المختلفة (طابع الجماهيرية)، وان تتوفر هذه الأنشطة على اختلاف الوانها (رياضية ثقافية فنية...) بنية تحتية خاصة (قاعات رياضية، ملاعب وفضاءات مفتوحة للعب الحر، مكتبات وفضاءات للقراءة، صالات ومسارح للعروض...

إطارات متخصصة ومتكونة

يجب ان تكون الأنشطة الترويحية تحت اشراف مختصين مؤهلين ومحترفين في هذا المجال، لكن في بعض الأنشطة خاصة التي تتعلق بالأطفال فيمكن لهم إدارة أنفسهم بأنفسهم وإعطائهم الحكم الذاتي فيما يخص تسيير انشطتهم.

لكن من جهة أخرى غالبا ما يكون هناك لحظات من الاسترخاء قد يؤدي فيها الطفل الى الكشف عن المشاكل التي يواجهها (العنف المنزلي، الاعتداء العرقي والجنسي، السخرية من الرفاق...)، لذلك يجب تدريب المختصين في

يعرفه "ناش" « Nash » على انه الوقت الذي يتحرر فيه الفرد من الواجبات والانشطة الضرورية فهو الوقت المتبقي له بعد ذلك.

يعرفه "برا يتبل" « Brightbill » هو الوقت الذي يصل فيه الاحساس بالمسؤولية لدلى الفرد الى أدنى مستوى، فهو الوقت المتبقي بعد الواجبات الحيوية الاساسية للإنسان، وهو حصة الوقت التي يكون فيها الانسان حر التصرف في شغله دون اجبار بسبب العمل اوالمهام الحيوية (امين أنولر الخولي، 2004، ص 445).

تقول "عطيات محمد خطاب" أن وقت الفراغ هو الوقت الحر الذي لا يرتبط بضرورة أداء واجب معين والذي يتحرر فيه الإنسان من الالتزامات وضروريات الحياة وتكون له حرية قضائه كيفما يريد ويرغب.

وهناك العديد من التعاريف لوقت الفراغ، أو كما يطلق عليه البعض مصطلح الوقت الحر ومن بينها:

يرى "نوميير" Nemyer " وقت الفراغ هو الوقت الذي نتحرر فيه من القيود الرسمية أو التي يفرضها علينا عملنا الوظيفي الرسمي.

يرى "هانهارت" « Hanhart » أن كل نشاط لا يتعلق بمجال وقت العمل ووقت النوم ماهو إلا وقت الفراغ.

يعرف "برات" « Pratt » وقت الفراغ بأنه الوقت الحر المتبقي من الأربع والعشرين ساعة بعد حذف الوقت الذي يحتاجه الإنسان لضروريات الحياة اليومية بما في ذلك النوم ويقضيه الفرد في راحة وهدوء ويستغله حسب ما يريد.

ويعرف "روبلتز" « Roblitz » وقت الفراغ تعريفا إجرائيا بأنه الوقت الذي يتبقى بعد طرح ساعات العمل الإجباري، أو الدراسة الإجبارية للفرد، وقت النوم ليلا، والوقت الضروري لأداء الواجبات اليومية الضرورية.

ويشير "محمد عادل خطاب" إلى أن وقت الفراغ هو الوقت الحر الذي يفعل فيه الإنسان ما يشاء (خير الدين علي موسى، 2005، ص 334).

4. ما هو الحق في الترويح والرياضة واللعب؟

من اجل النمو والتطور يحتاج الطفل الى وقت للفراغ من اجل اللعب، الجري، ممارسة الرياضة، التخيل، الابداع... هذا الوقت يسمح للطفل بالتسلية والنمو في أجواء سعيدة ويسمح له بتحصيل حقوق أخرى مثل الحق

مهارات أخرى كالملاحظة والاستماع والحفظ والتتبع عبر الوقت والفضاء، الحساب والقراءة والحركات الدقيقة ويحسن المهارات البدنية من اجل ان تنمو وتتطور بشكل جيد.

يعزز الصحة البدنية والذهنية

النشاط الرياضي يحسن من الصحة البدنية والذهنية ويقلل من خطر السمعة والأمراض المختلفة، والعكس قلت النشاط والحركة يعتبر عامل فعال في التعرض للأمراض وخاصة المزمنة منها، لذا فالممارسة الرياضية المنتظمة ضرورية جدا لكن يجب ان تكون مؤطرة ومنظمة.

يضمن أفضل اندماج اجتماعي

برامج الترويج الخاصة بالرياضة تهدف الى إعادة دمج الأطفال وفئات المجتمع التي تواجه مختلف الصعوبات الحياتية، حيث تساعد على تطوير الشعور بالانتماء وتساهم بشكل أفضل في التكامل الاجتماعي، حيث يجدون بنية محيطة بهم تمكنهم من التعبير والنقاش والاقتراء بأحسن الأمثلة والتأثر بالشخصيات المثلى.

استعادة الأمل

في حالات الطوارئ (الحروب، الكوارث الطبيعية، الأوبئة والأمراض سريعة الانتشار...) الأطفال يمثلون الفئة الأكثر هشاشة يمتلكهم الخوف ويصدمون من هول ما يرونه ويعايشونه.

الرياضة والترويج واللعب يساعدون على التخفيف من معاناتهم وعلى استعادة الأمل والاحساس بالعودة الى الحياة الطبيعية.

نظرا لأهمية التعرف على حجم وقت الفراغ في حياة الإنسان، أجريت العديد من الدراسات التي حاولت التطرق إلى حجم وقت الفراغ عن طريق تحليل ميزانية الوقت.

7. إشكالية وقت الفراغ

إن من أخطر المشكلات الاجتماعية زيادة وقت الفراغ عند المراهقين حيث يمثل الفراغ الوقت الفائض الذي لا يجد الشاب خلاله عملا منظما يشغل به ذهنه

هذا المجال على الاستماع للأطفال والتصرف وفقا لطبيعة الموقف.

أنشطة للجميع

يجب ان تكون كل الأماكن وفضاءات الاسترخاء واللعب الحر ومختلف الأنشطة في متناول الجمهور الواسع (متاحة في كل الأوقات، توفر النقل، داخل الاحياء والمجمعات السكنية، قرب المسافة من المؤسسات التربوية، تناسب الأسعار مع القدرة المعيشية للأسر...) (UNICEF, France, 2016).

6. فيما يتمحور الحق في الترويج والرياضة واللعب؟

يعزز التنمية والتطور

اللعب والترويج يسمح للمشاركين وخاصة الأطفال بالتسلية والتعبير والابداع ويساهم في تنميتهم وتطورهم، ويقوي ثقتهم بأنفسهم ويفتح الافاق على مخيلاتهم، لان الحلم يفتح ونمي القدرات على الابداع مستقبلا.

يسمح بالضحك والتسلية

من خلال اللعب يعبر الاطفال عن المشاعر والعواطف (الفرح الخوف الحزن والغضب...) لكنهم يضحكون كثيرا أيضا، فالضحك يسمح بالاسترخاء ونسيان بعض المخاوف اليومية.

يعلمك كيفية التعايش في المجتمع

اللعب يعلم كيفية التأقلم مع قواعد العيش في المجتمع عن طريق تكوين الصداقات، ويعلمك كيفية تقاسم المهام، والاستماع للآخرين والتضامن وتقبل الخسارة، والممارسة الرياضية الترويجية تعمل على الجمع وتمحي الفروقات المجتمعية، وتعزز تعلم قواعد الحياة في المجتمع.

يساعد على تعزيز القدرات وتطوير المهارات

اللعب يساعد على تعلم كيفية التفكير عند ملاقة تحديات وإيجاد مؤشرات التغلب عليها، عن طريق وضع التكتيكات واستراتيجيات اللعب اللازمة لذلك وتطوير

ويحدده وقت العمل ووقت الفراغ ويظهر في فئتين الأولى وهي الفئة التي تريد ان يروح عنهم عن طريق المشاهدة وهم بذلك يؤدون نشاطا استقبالي فقط وهذا النوع غالبا ما لا يكون راضيا عن نفسه لأن خبراتهم واستمتاعهم ناتج عن سلوك الغير، ولأنهم لا يملكون الخبرة الكافية لاشتراكهم في الانشطة فانهم يكتفون بمجرد مشاهدة الاخرين والفئة الثانية وهي التي تمارس الأنشطة فعليا.

المستوى الثاني

ويتمثل في أصحاب المهن الحرة المتحكمين في أوقات فراغهم وعملهم فهم يستمتعون بأوقات فراغ تختلط بالعمل مثل الكاتب يستمتع بكتابته وهو في نفس الوقت يؤدي عمله، وعلى سبيل المثال في المجتمعات الأوروبية والمجتمع الأمريكي يقوم موظف التامين بلعب الجولف او التنس مع عملاء يحتمل اشراكهم في التأمين.

المستوى الثالث

وهم الفئة التي لا تعترف بقيم المجتمع وأسسها ونظمه ويريدون ان يستمتعوا بأوقات فراغهم اليوم ولا يهتمون بالغد وتسودهم روح اللامبالاة فهم يستمتعون بأوقات فراغهم بتعاطي المخدرات والاستماع الى الموسيقى الصاخبة وما غير ذلك.

ومما لا شك فيه أن لكل نوع من هذه المستويات فائدته وأهميته بما يتناسب مع سن الفرد وثقافته وقدراته والوقت المتاح له في فراغه ومقدار جهد العمل اليومي.

9. أنشطة وقت الفراغ

هناك العديد من الأنشطة ذات الطابع الترويحي التي يمكن ممارستها في وقت الفراغ، ويختلف العلماء فيما بينهم بالنسبة لتصنيف هذه الأنشطة نظرا لتعدد هذه الأنشطة حيث يرى "تروجش" « Trogsch » أنه يمكن تقسيم الأنشطة الترويحية إلى ثلاث أقسام: الأنشطة التي تستهدف الراحة العصبية والتي لا تتضمن نشاطا بدنيا مثل القراءة وسماع الأغاني ومشاهدة التلفزيون، وغير ذلك من الأنشطة التي لا تستهدف بصورة مباشرة تربية وتعليم الفرد.

ويصرف فيه طاقاته ويشبع من خلاله حاجاته النفسية والاجتماعية مما يعرضه للسأم والضيق والملل ويجعله عرضة للأحاسيس وأحلام اليقظة، مما قد يؤدي به ذلك إلى الأضرار بصحته النفسية والانحراف في سلوكه.

حيث تؤكد الدراسات على أهمية النشاطات الموجهة لأوقات الفراغ والتي تعتبر ظاهرة حضارية ثرية بالوقائع التعبيرية والإعلانية، وترتبط بالتوافق النفسي من جهة والتكيف الحيوي من جهة أخرى، أما إن لم يحسن توجيهه واستثماره فقد يكون مجالاً لنمو السلوك المنحرف أو السلوك الشاذ وفرصة لانتشار جرائم الأحداث وقد دلت كثير من الدراسات عن العلاقة بين أوقات الفراغ والسلوك الإجرامي، حيث وجد أن معظم الأفعال الإجرامية يرتكبها الشباب أثناء وقت الفراغ كما أن نسبة كبيرة من الانحرافات والجرائم ترتكب بقصد شغل وملئ وقت الفراغ.

فعندما يقرر الشباب كيف يستخدمون أوقات فراغهم في مجتمع معاصر فإنهم يكونون متأثرين بوجهات نظر أقرانهم أكثر من تأثرهم بوجهات نظر والديهم، وإنهم حريصون على أن يكتسبوا أذواقا جديدة وهم عازمون على خوض التجربة التي يكون وقت الفراغ فيها أكثر تباينا وأكثر تلونا من ذلك الفراغ التقليدي الذي يتبعه الكبار، إن ثقافة الشباب يحددها عالم التسلية وتحددت حديثا بالاحتجاج الاجتماعي.

فقد قام الشباب بإحداث ثورة ضد الكبار في أسلوب شغل وقت الفراغ، ولكن ذلك سوف لن يؤثر بالقدر الكبير على الكبار لأنهم لا يزالون يمثلون الزبون الأول في سوق الترفيه وشغل أوقات الفراغ ببساطة لأن الأموال في أيديهم.

8. مستويات الاشتراك في أنشطة وقت الفراغ

ان للتطور التكنولوجي المتسارع تأثير واضح على التغيير الاجتماعي مما أدى الى نشوء صورة مختلفة من سلوك وقت الفراغ، ولأن الحاجة تختلف باختلاف المجتمعات فان البرامج الترويحية تختلف من مجتمع لآخر حيث قام العلماء بتقسيم مستويات أنشطة وقت الفراغ في المجتمعات الحالية الى:

المستوى الاول

"عندما اعود الى المنزل، أقوم بواجباتي المدرسية، أو أتوجه الى الرسم على اوراقى البيضاء، أتصفح هاتفي المحمول، ثم انتقل الى الألعاب الالكترونية أو الى فضاء الانترنت. انا لا أذهب الى خارج البيت، والداي لا يسمحان لي بذلك، أتمنى ان ننقل للعيش في مكان جديد وهادئ، هكذا يمكنني الذهاب للعب خارجا والالتقاء بأصدقائي. (طفل بعمر 10 سنوات). (UNICEF)."

الخاتمة هي حوصلة الأفكار المتوصل إليها في المناقشة، والتي تجيب عن السؤال المطروح بالمقدمة. تتضمن الخاتمة أيضا التوصيات التي توجه إلى الجهات المستفيدة من نتائج البحث، فضلا عن الاقتراحات التي توضح الجوانب التي تحتاج إلى مزيد من البحث والتقصي.

تضارب المصالح

يعلن المؤلف أنه ليس لديه تضارب في المصالح

المراجع

- ابن منظور: لسان العرب، ط2، دار صادر، بيروت، ب.ت.
 كمال درويش، محمد محمد الحماحمي، 1985، رؤية عصرية للترويج وأوقات الفراغ، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
 امين انور الخولي واخرون، 2004 دائرة المعارف وعلوم التربية البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة.
 خير الدين علي موسى، عصام الهلالي، 2005، الاجتماع الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
 احسان محمد الحسن، 1986، الفراغ ومشكلات استثماره ودراسة مقارنة في علم اجتماع الفراغ، دار الطليعة العربية، بيروت.
 جريدة الهداف: يومية رياضية، صادرة يوم 27 ديسمبر 2010، الجزائر.
 عطيات محمد خطاب، 1982، أوقات الفراغ والترويج، ط3، دار المعارف، القاهرة.

- Déclaration de Québec : 10 éme congré mondial du loisir canada 10 octobre, 2008.
 Le temps libre des enfants et des adolescents : Observatoire des familles, cahier n°7, p5, Rennes, France, 2008.
 UNICEF France : comité française pour UNICEF, le droit aux loisirs, au sport a la culture et au jeu, septembre 2016.

كيفية الاستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA

سحساحي، م. (2021). الترويج الرياضي وسوسيوولوجية وقت الفراغ. مجلة الممارسة الرياضية والمجتمع، 4 (1)، 97 - 103.

الأنشطة البدنية التي يغلب عليها طابع النشاط العضلي أو الأداء الحركي مثل ممارسة النشاط الرياضي أو ممارسة مختلف الهوايات الرياضية والتي لا تستهدف بالدرجة الأولى الترويج في حد ذاته.

الانشطة التي تتميز بالطابع السلبي والاستجمام مثل النوم والاسترخاء، حيث خرج "ترويجش" بأن الترويج الذي يغلب عليه النشاط العضلي أو الممارسات الحركية يعتبر من أهم النواحي التي تسهم في تنمية الشخصية واكتساب الحياة الصحية وزيادة قدرة الفرد على العمل والإنتاج.

والنشاط الرياضي الترويجي يحدث عادة في وقت الفراغ، وليس في وقت العمل، فلكي يكون النشاط الممارس نشاطا ترويجيا، كما جاء في قول "عبد القادر لقصير" فإن الترويج ينبغي أن يمارس في وقت الفراغ، وليس في وقت العمل المهني أو الوظيفي الذي يمارسه الفرد والنشاط الذي يمارس خلال هذا الوقت يتسم بدرجة عالية من الحرية النسبية (احسان محمد الحسن، 1986، ص17).

حيث بدأ الكثير من الأفراد يميزون بين أوقات الفراغ وأوقات العمل، ولا يحولون أوقات الراحة والاستجمام إلى أوقات عمل وكسب، وهذه الحقيقة أصبحت واضحة وجليّة بعد معرفة الدور الذي يلعبه وقت الفراغ والترويج في زيادة الإنتاجية الاقتصادية وتطوير الشخصية وتنمية سماتها الإيجابية.

10. خاتمة

من خلال ما تم تقديمه حاولنا أن نسلط الضوء على أهمية المعلومات والخبرات وكذا المهارات والقيم التي يتعلمها الفرد من خلال مشاركته في الأنشطة الترويجية خلال وقت فراغه، لأنها تشكل حيزا كبيرا يساهم في التربية العامة للفرد كما تؤثر إيجابا على مجموع سلوكيات واتجاهات وصحة الفرد وبالتالي تحقق الحاجات الإنسانية للتعبير الخلاق عن الذات وتطور الصحة البدنية والانفعالية، وكذا العقلية وتساهم بقسط كبير في التحرر من الضغوط والتوترات النفسية والعصبية في وقتنا الحالي، دون أن ننسى المساهمة الفعالة في بناء الشخصية وتنمية ودعم القيم والعلاقات الإنسانية والاجتماعية.