

الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية الممارسة في وقت الفراغ لدى تلاميذ الطور الثانوي Recreational physical activities in leisure time for secondary school pupils

زمار محمد^{1*} ، علوان رفيق²

m.zemmar@univ-bouira.dz

Zemmar Mohamed^{1,*}, Alouane Rafik²

m.zemmar@univ-bouira.dz

¹ 2 جامعة محند آكلي أولحاج البويرة/ مخبر العلوم الحديثة في الأنشطة البدنية والرياضية

تاريخ النشر: 2022/09/27

تاريخ القبول: 2022/07/31

تاريخ الاستلام: 2022/06/29

الملخص:

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية التي يمارسها تلاميذ الطور الثانوي في وقت الفراغ، استخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي لملائمته لطبيعة الدراسة، حيث أجريت الدراسة على عينة اختيرت بطريقة عشوائية تتكون من (50) طالب وطالبة، وتم استخدام استمارة استبانة للنشاط البدني الرياضي الترويحي، أما بالنسبة للوسائل الإحصائية فتمثلت في كاف تربيع (كا²)، وتم التوصل إلى النتائج التالية:

➤ الأنشطة الرياضية الترويحية الأكثر ممارسة لدى الطلبة الأنشطة الاجتماعية، الأنشطة الثقافية وأنشطة الخلاء.

➤ العوامل المشجعة على ممارسة الأنشطة الترويحية هو الرغبة في قضاء الوقت الحر.

ووفقا للنتائج المتوصل إليها يوصي الباحثون بما يلي:

➤ ضرورة اهتمام مصلحة الشؤون الرياضية بالنشاطات الترويحية في مجال هوايات الجمع والنشاطات الرياضية من خلال توفير الإمكانيات اللازمة لذلك.

➤ إتاحة المجال لتلاميذ الطور الثانوي لممارسة أنشطة ترويحية من خلال تقليص ساعات الدراسة.

الكلمات المفتاحية: الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية، وقت الفراغ، تلاميذ الطور الثانوي.

Abstract:

This study aims to identify recreational physical sports activities practised by secondary pupils in leisure time. Researchers used the analytical descriptive curriculum to suit the nature of the study, where the study was conducted on a sample selected in a random manner consisting of (50) Students. A questionnaire for recreational physical activity was used. For statistical means, it was K^2 . The following results were reached:

- Recreational sports activities most practiced by students social activities, cultural activities and vacant activities.
- The encouraging factors to engage in recreational activities is the desire to spend free time.

According to the findings, the researchers recommend that:

- The Sports Affairs Department should pay attention to recreational activities in the field of hobbies and sports activities by providing the necessary possibilities.
- To allow secondary students to engage in recreational activities by reducing school hours.

Keywords: recreational physical sports activities, leisure time, secondary stage pupils.

1. مقدمة وإشكالية الدراسة:

يتميز العصر الحديث بالتسارع في جميع مجالات الحياة، حيث أصبح أحد أسمائه، عصر التكنولوجيا، عصر الاستجمام، بسبب التطور التكنولوجي الذي دخل جميع مجالات الحياة، حيث يعتبر نعمة ونقمة للإنسان في نفس الوقت، فهي نعمة في أنها وفرت للإنسان الجهد والوقت والمال، وهي لعنة لأنها سلبت الإنسان من نشاطه واستبدلت الآلة بالإنسان التي زادت من وقت فراغه وأصبحت في حاجة ماسة إلى شغل هذه المرة بأنشطة ترفيهية إيجابية تعمل على صقل شخصيته بشكل شامل

ومتوازن في جميع جوانبها الجسدية والنفسية والثقافية والاجتماعية والصحية بدلاً من الأنشطة المدمرة السلبية.

ويعتبر الترويح مظهر من مظاهر النشاط الإنساني الذي يمارس في وقت الفراغ ، إذ يتميز باتجاه يحقق السعادة للبشر لذا أصبحت ظاهرة الفراغ والترويح تدخل ضمن نسيج النظم الاجتماعية التي يتألف منها المجتمع ولذا فقد تزايد الاهتمام بالترويح وتعددت مجالاته لمواجهة الزيادة النامية لوقت الفراغ في المجتمع المعاصر وبعد النشاط الترويحي الرياضي وجها من أوجه الأنشطة الترويحية الأكثر انتشارا في أوساط المجتمع إذ يعد عاملا من عوامل الراحة الايجابية النشطة التي تشكل مجالا هاما في وقت الفراغ، بالإضافة إلى ذلك يعتبر من العوامل التي تؤدي للارتقاء بالمستوى الصحي والبدني للفرد، وتكسبه القوام الجيد وتمنح له الفرح والسرور وتخلصه من التعب والملل وتجعله قادرا على العمل والإنتاج (خطاب، 1987، ص 21)

إنّ وقت الفراغ الذي يكون فيه الشخص في أفضل حالاته ويمكنه جعل بقية يومه مفيداً قدر الإمكان، ليس فقط لأنه منحه الفرصة للعمل بأكبر قدر ممكن من الكفاءة، ولكن أيضاً لأنه يمكنه من إعطاء قيمة وفائدة للعمل الذي يمكنه القيام به، ونظراً لانشغال التلميذ بالدراسة لفترة طويلة فهو في أمس الحاجة لمثل هذه الأنشطة الترفيهية لتجديد حيويته ونشاطه بالإضافة إلى صقل شخصيته من جميع جوانبها. تسعى هذه الدراسة للإجابة على الأسئلة التالية:

- ما هي الأنشطة الترويحية المفضلة وترتيبها تبعا لأهميتها أثناء الوقت الحر عند تلاميذ السنة الثانية ثانوي؟

- ماهي العوامل المشجعة لممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية في وقت الفراغ لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي؟

- ماهي العوامل المعيقة في ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية في وقت الفراغ لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي؟

2.1. أهمية الدراسة:

- تزود الدراسة الحالية بأكثر الأنشطة الرياضية الترويحية تفضيلا لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي في وقت الفراغ وبالتالي إعداد البرامج اللازمة من قبل المؤسسات المعنية بتوفير الإمكانيات وفق سلم الأولويات.

- تكشف الدراسة الحالية عن أكثر العوامل تشجيعا للاشتراك في الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية أثناء وقت الفراغ لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي بمنقنة بربار عبد الله.

- تكشف الدراسة الحالية عن أكثر الأماكن تفضيلا لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية أثناء وقت الفراغ لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي ببلدية عين بسام وبالتالي زيادة الاهتمام بهذه الأماكن.

- تساعد الدراسة الحالية الباحثين من خلال إطارها النظري والدراسات السابقة ونتائجها في توفير فكر تربوي حول الأنشطة الرياضية الترويحية وبالتالي المساهمة في ميلاد بحوث جديدة في هذا المجال.

3.1. أهداف الدراسة:

- التعرف على الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية الممارسة في وقت الفراغ لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي؟

- التعرف على العوامل المشجعة لممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية في وقت الفراغ لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي؟

- التعرف على العوامل المعيقة في ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية في وقت الفراغ لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي؟

4.1. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

1.4.1. الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية:

1.4.1.أ- اصطلاحاً: النشاط البدني الرياضي الترويحي في مفهومه الخاص هو تلك الألعاب أو الرياضات التي تمارس في أوقات الفراغ والخالية من المنافسة الشديدة أو بمعنى آخر هي الرياضات التي تمارس خارج الإطار الفيدرالي والتنظيمي فالنشاط البدني الرياضي الترفيهي يمثل وسيلة من وسائل شغل أوقات الفراغ ولهذه الأسباب نرى أنّ النشاط البدني الرياضي يحتل مكانة هامة في حياة الشعوب وخاصة المتطورة منها، وهو نشاط بدني رياضي مبني على مبدأ المتعة والمتضمن فلسفة الحياة وهي فلسفة Heros في فرنسا، الغرب حيث يرى أنّ هناك نوعين من النشاط: النشاط الرياضي الترفيهي الفدرالي التابع للرأسمالية أما الثاني فهو النشاط البدني الرياضي الترفيهي التابع للمتعة واللذة وتحقيق السعادة والسرور أي الغبطة بأقصى درجاتها. (الخولي، 1996، ص 77)

1.4.1.ب- إجرائياً: هي عبارة عن أنشطة رياضية تمارس في أوقات الفراغ خالية من المنافسة الشديدة بهدف تحقيق اللذة والمتعة والسرور.

2.4.1. وقت الفراغ:

2.4.1.أ- اصطلاحاً: هو الوقت الذي يقضي فيه الإنسان في ممارسة نشاطات تقع خارج نطاق عمله الوظيفي الذي يعتمد عليه في معيشته وممارسة هذه النشاطات تكون اختيارية ومن محض إرادته الحرة وتكون منطبقة مع أحواله المعيشة والاجتماعية ومع أدواقه وقيمه ومواقفه وفتته العمرية والطبقية. (حمدان محمد، 2006، ص 60)

2.4.1.ب- إجرائياً: هو الوقت الحر الذي يوفره الإنسان بعد الانتهاء من العمل أو الدراسة، وقت النوم، ووقت قضاء حاجيات أخرى.

3.4.1. تلاميذ الطور الثانوي:

إجرائيا: هم التلاميذ الذين يزاولون دراستهم في الطور الثانوي في متقنة بربار عبد الله ببلدية عين بسام السنة الثانية ثانوي جميع التخصصات للموسم الدراسي (2022/2021) والذين يمثلون مجتمع وعينة الدراسة.

5.1. الدراسات السابقة:

1.5.1. دراسة العنزي تحت عنوان "معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية وعلاقتها بالاتجاه نحو الترويح وأوقات الفراغ لدى طلاب جامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية" مقال مشور في المجلة الأوروبية لتكنولوجيا علوم الرياضة سنة (2015)، هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية وعلاقتها بالاتجاه نحو الترويح وأوقات الفراغ لدى طلاب جامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية، استخدم الباحث المنهج الوصفي (الدراسات المسحية) لملائمته لتحقيق هدف البحث، وتمثلت عينة الدراسة في طلاب جامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية وعددهم (55551) طالبا للعام الدراسي 2015/2014، وتم التوصل إلى النتائج التالية:

- يوجد عزوف عن ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى طلاب جامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية.
- يقضي طلاب جامعة الحدود الشمالية أوقات فراغهم في أنشطة غير مفيدة كالاستماع إلى التلفزيون والسفر للنزهة خارج الحدود الشمالية والسماع للطرائف والنوادر.
- البيئة من أهم العوائق التي تمنع من تنفيذ الأنشطة الترويحية في الحدود الشمالية

على ضوء النتائج المتوصل إليها في الدراسة الميدانية استخلص الباحث بعض التوصيات والاقتراحات:

- اهتمام إدارة الجامعة بعمل استراتيجية واضحة لقضاء أوقات الفراغ لدى طلاب جامعة الحدود الشمالية في ممارستهم للأنشطة الترويحية.
- ضرورة الاهتمام بتكوين الاتجاهات الترويحية الايجابية داخل الجامعة بهدف زيادة درجة الاتجاه نحو ممارسة مناشط الترويح.
- العمل على إقامة ندوات أو حلقات نقاش من المتخصصين في مجال الترويح تهدف إلى إبراز إيجابيات الترويح على صحة الفرد البدنية والصحية والنفسية والاجتماعية.

2.5.1. دراسة قراش تحت عنوان "صعوبات استغلال أوقات الفراغ في ممارسة الرياضة الترويحية عند طالبات الإقامة الجامعية" مقال منشور في مجلة حوليات جامعة الجزائر 1 سنة (2020)، هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الصعوبات التي تواجه الطالبات الجامعيات المقيمات في ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية أثناء وقت الفراغ، وقد اشتملت عينة الدراسة على (197) طالبة موزعين على إقامتين جامعتين اختيروا بطريقة عشوائية من مجموع (386) طالبة، انتهج الباحث المنهج الوصفي واعتمد على الاستبيان. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن برنامج الأنشطة الرياضية لا يحفز الطالبات على الممارسة وأن الدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية غير كافية لجلب أكبر عدد من الممارسات للنشاط الرياضي بالإقامات الجامعية إضافة إلى سوء استغلال الوقت. وعليه يوصي الباحث بأن تراعي رغبات الطالبات أثناء البرمجة مع برمجة لقاءات توعوية بأهمية النشاط الرياضي وحسن استغلال الوقت إضافة إلى استعمال الوسائل الحديثة من اجل الدعاية والإعلان عن الأنشطة الرياضية.

2. الإجراءات الميدانية للدراسة:

1.1.2. المنهج المستخدم:

يقصد بالمنهج تلك المجموعة من القواعد والأنظمة العامة التي يتم وضعها من أجل الوصول إلى حقائق مقبولة حول الظواهر موضوع الاهتمام من قبل الباحثين في مختلف مجالات المعرفة الإنسانية (عبيدات وآخرون، 1999، ص35)، كما أنّ مناهج البحث تختلف في البحوث باختلاف مشكلة البحث وأهدافها، وكذا باختلاف لمطلوب البحث عنه، فيمكن أن يتبع الباحثون مناهج علمية مختلفة، ومن هذا المنطلق ونظرا لطبيعة موضوعنا المتمثل في "الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية الممارسة في وقت الفراغ لدى تلاميذ الطور الثانوي" ارتأينا أن نعتمد على المنهج الوصفي التحليلي لملائمته لطبيعة الدراسة.

2.3.2. متغيرات الدراسة:

من خلال عنوان الدراسة وعلى ضوء الفرضيات الموضوعية يمكن تحديد متغيرات الدراسة كما يلي:

1.2.2. المتغير المستقل:

هو العامل الذي يتناوله الباحث بالتغيير للتحقق من علاقته بالمتغير التابع موضع الدراسة. (الشافعي وعلي، 1999، ص74)

وفي دراستنا يتمثل المتغير المستقل في الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية.

2.2.2. المتغير التابع:

هو الظاهرة التي توجد أو تتغير حينما يطبق الباحث المتغير أو يبدله. (الشافعي وعلي، 1999، ص74)

وفي دراستنا يتمثل المتغير التابع في وقت الفراغ.

3.2. مجتمع الدراسة:

يعتبر المجتمع مجموعة من المفردات أو وحدات المعاينة التي ستجمع عنها البيانات، فقد يكون مجموعة من السكان داخل الدولة أو سكان محافظة معينة أو

مدينة معينة (مصطفى وآخرون، 2010، ص82)، ومن خلال هذا التعريف يمكن تحديد مجتمع دراستنا الحالية والمتمثل في تلاميذ السنة الثانية ثانوي بمتقنة بربار عبد الله ببلدية عين بسام للموسم الدراسي 2022/2021 والذي يبلغ عددهم (176) تلميذ وتلميذة.

4.2. عينة الدراسة:

يعرفها مرسلي على أنها جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزء من الكل بمعنى أنه تأخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث (مرسلي، 2005، ص166)، وحرصا للوصول إلى نتائج دقيقة وموضوعية مطابقة للواقع قمنا باختيار عينة البحث عشوائيا، وتمثل في (50) تلميذ وتلميذة من متقنة بربار عبد الله ببلدية عين بسام.

5.2. مجالات الدراسة:

من أجل معالجة الفرضيات والوصول إلى نتائج تخدم أهداف الدراسة قمنا بتحديد مجالين للبحث هما:

1.5.2. المجال البشري:

يشمل المجال البشري عدد الأفراد الذين أنجزت الدراسة عليهم أو أنجزت الدراسة من خلالهم، وتمثل مجال دراستنا البشري في تلاميذ السنة الثانية ثانوي بمتقنة بربار عبد الله ببلدية عين بسام.

2.5.2. المجال المكاني:

لقد أجريت دراستنا هذه بجانبها النظري والتطبيقي على مستوى متقنة بربار عبد الله ببلدية عين بسام.

6.2. أدوات الدراسة:

في بحثنا قمنا باستخدام استمارة الاستبيان باعتباره الأمثل وأنجع الطرق للتحقق من الإشكالية التي قمنا بطرحها، كما أنه يسهل لنا عملية جمع المعلومات المراد الحصول عليها انطلاقاً من الفرضيات.

حيث تم إعداد أسئلة الاستمارة التي حاولنا أن تكون شاملة لدراسة المشكلة التي يسعى البحث إلى معالجتها، ضم الاستبيان قائمة متكون من (15) سؤال، وقد راعينا عند صياغة الأسئلة ما يلي:

❖ صياغة الأسئلة بطريقة واضحة وسهلة.

❖ ربط الأسئلة بالأهداف المراد الحصول عليها.

▪ **صدق الاستبيان:** من صدق الاستبيان قمنا بتقديمه إلى مجموعة من الأساتذة المحكمين حيث تم تعديله عن طريق تغيير بعض الأسئلة وحذف البعض منها وكذلك إضافة بعض الأسئلة التي اقترحها المحكمون وبالتالي الاستبيان يتميز بالصدق. حيث تم تحكيم استبيان دراستنا من طرف أساتذة ودكاترة من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالبويرة.

7.2. الوسائل الإحصائية:

لا يمكن لأي باحث أن يستغني عن الطرق والأساليب الإحصائية مهما كان نوع الدراسة التي يقوم بها سواء كانت اجتماعية أو نفسية أو اقتصادية أو غيرها من الدراسات، حيث أنّ الوسائل الإحصائية هي التي تمد بالوصف الموضوعي الدقيق، وفي بحثنا هذا تم استخدام الوسائل الإحصائية التالية:

- النسبة المئوية.
- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.

- اختبار كا² (كاف تربيع): يسمى باختبار التطابق النسبي وهو من أهم الطرق التي تستخدم عند مقارنة مجموعة من النتائج المشاهدة أو التي يتم الحصول عليها، كما يسمح لنا هذا الاختبار بإجراء مقارنة بين مختلف النتائج المتحصل عليها من خلال الاستبيان الموجه للعينة، ذلك بمقارنة التكرارات الحقيقية المشاهدة والتكرارات المتوقعة (أبو زينة، 2006، ص213).
- الاستنتاج الإحصائي: بعد الحصول على نتائج كا² المحسوبة نقوم بمقارنتها ب كا² الجدولة فإذا:
- كانت كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولة فإنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية.
- وإذا كانت كا² المحسوبة أقل من كا² الجدولة فإنه لا توجد فروق بين النتائج وإنما يعود ذلك إلى عامل الصدفة.

3. عرض وتحليل نتائج الدراسة:

1.3. التساؤل الأول:

ماهي الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية الممارسة في وقت الفراغ لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي؟

النشاط الممارس	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
الترويح الرياضي							
كرة القدم	20	%40	26				دال
كرة اليد	08	%16	35.56				دال

دال	0.05	1	3.24	42	%8	04	كرة السلة
دال				46.16	%4	02	كرة الطائرة
دال				44.36	%6	03	الجمباز
دال				34	%20	10	السباحة
دال				44.36	%6	03	ألعاب القوى
الترويج الفني							
دال	0.05	1	3.24	31.76	%24	12	الرسم
دال				29	%30	15	الكتابة
دال				36.56	%16	08	الغناء
دال				34	%20	10	التمثيل
دال				41	%10	05	التصوير
الترويج الثقافي							
دال	0.05	1	3.24	26	%40	20	مشاهدة التلفزيون
دال				41	%10	05	كتابة الشعر
دال				36.56	%16	08	كتابة القصص
دال				34	%20	10	قراءة الكتب
دال				37.96	%14	07	قراءة الجرائد

الترويح الاجتماعي							
دال	0.05	1	3.24	29	%30	15	الحفلات
دال				29	%30	15	النزهمات الخلوية
دال				39.44	%12	06	المآدب
دال				29.84	%28	14	أوقات الشاي والقهوة

الجدول رقم (01): يمثل نتائج التساؤل الأول.

- **عرض وتحليل النتائج:** من خلال الجدول رقم (01) والذي يمثل نتائج فرضية التساؤل الأول، ومن خلال النتائج المتوصل إليها لتحليل إجابات الطلبة على أسئلة الاستبيان، وقانون كا² الذي يسمح للباحثين بمعرفة مدى وجود دلالة لإجابات التلاميذ والتي كانت أغلبيتها ذات دلالة إحصائية، وهذا من خلال قيم كا² المحسوبة التي جاءت أكبر من كا² المجدولة وهذا ما يثبت بأنها دالة إحصائية في جميع أسئلة الاستبيان التي يدور حول دراسة الفرضية الموضوعية.
- **الاستنتاج:** من خلال الجدول رقم (01) نستنتج أنّ الأنشطة الترويحية الأكثر ممارسة في مجال الترويح الرياضي كرة القدم، وفي الترويح الفني الكتابة، وفي الترويح الثقافي مشاهدة التلفزيون، وفي الترويح الاجتماعي الحفلات والنزهات الخلوية.

2.3.2. التساؤل الثاني: ماهي العوامل المشجعة لممارسة الأنشطة البدنية الرياضية

الترويحية في وقت الفراغ لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي؟

الدالة	مستوى الدالة	درجة الحرية	كا ² الجدولية	كا ² المحسوبة	النسبة المئوية	التكرار	الاقتراحات	المعوقات		
دال	0.05	1	3.24	18	%80	40	نعم	اكتساب اللياقة البدنية		
					%20	10	لا			
دال				3.92	%64	32	18	لا	نعم	تنمية الخصائص والقيم الاجتماعية
دال				18	%80	40	10	لا	نعم	التخلص من الضغط العصبي
دال				50	%100	50	00	لا	نعم	قضاء الوقت الحر
دال				38.72	%94	47	03	لا	نعم	الميل والرغبة
دال				8	%70	35	15	لا	نعم	تنمية الميول الفكرية والأدبية

الجدول رقم (02): يمثل نتائج التساؤل الثاني.

- **عرض وتحليل النتائج:** من خلال الجدول رقم (02) الذي يمثل نتائج التساؤل الثاني ومن خلال النتائج المتوصل إليها لتحليل إجابات الطلبة حول أسئلة الاستبيان، وقانون كاف تربيع الذي يسمح للباحثين بمعرفة مدى وجود دلالة لإجابات التلاميذ والتي كانت أغلبيتها دالة إحصائية، وهذا من خلال قيم كا² المحسوبة التي جاءت أقل من كا² الجدولة وهذا ما يثبت بأنها دالة إحصائياً في أغلب أسئلة الاستبيان.
- **الاستنتاج:** من خلال الجدول رقم (02) نستنتج أن العوامل المشجعة على ممارسة الأنشطة الترويحية قضاء الوقت الحر (100%)، ثم الميل والرغبة (94%)، يليها اكتساب اللياقة البدنية والتخلص من الضغوطات العصبية (80%)، وفي الأخير تنمية الميول الفكرية والأدبية (70%) وتنمية الخصائص والقيم الاجتماعية (64%).

3.3.التساؤل الثالث: ماهي العوامل المعيقة في ممارسة الأنشطة البدنية الرياضية

الترويحية في وقت الفراغ لدى تلاميذ السنة الثانية ثانوي؟

المعوقات	الاقتراحات	التكرار	النسبة المئوية	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدالة
قلة الأماكن لممارسة الأنشطة الترويحية	نعم	35	%70	8	3.24	1	0.05	دال
	لا	15	%30					
عدم التشجيع من إدارة المؤسسة	نعم	40	%80	18	3.24	1	0.05	دال
	لا	10	%20					
قلة المشرفين على الأنشطة الترويحية	نعم	38	%76	13.52	3.24	1	0.05	دال
	لا	12	%24					
الظروف الاقتصادية	نعم	37	%74	12.52	3.24	1	0.05	دال
	لا	13	%26					
التشجيع السلبي من الأصدقاء	نعم	30	%60	2	3.24	1	0.05	غير دال
	لا	20	%40					
المعدل الدراسي	نعم	29	%58	1.28	3.24	1	0.05	غير دال
	لا	21	%42					
جدول التوقيت	نعم	35	%70	8	3.24	1	0.05	دال
	لا	15	%30					

الجدول رقم (03): يمثل نتائج التساؤل الثالث.

- عرض وتحليل النتائج: من خلال الجدول رقم (03) الذي يمثل نتائج التساؤل الثالث ومن خلال النتائج المتوصل إليها لتحليل إجابات التلاميذ حول أسئلة الاستبيان، وقانون كاف تربيع الذي يسمح للباحثين بمعرفة مدى وجود دلالة

لإجابات الطلبة والتي كانت أغلبيتها دالة إحصائية، وهذا من خلال قيم كا² المحسوبة التي جاءت أقل من كا² الجدولة وهذا ما يثبت بأنّها دالة إحصائياً في أغلب أسئلة الاستبيان.

- **الاستنتاج:** من خلال الجدول رقم (03) نستنتج أنّ العوامل المعيقة في ممارسة الأنشطة الترويحية قلة الأماكن لممارسة الأنشطة الترويحية، عدم التشجيع من إدارة المعهد بالإضافة إلى قلة المشرفين على الأنشطة الترويحية، والظروف الاقتصادية للطبة.

4. الخاتمة:

بعد دراسة وتحليل مختلف نتائج عينة الدراسة والمبينة في الجداول التي جاءت في الجانب التطبيقي والتي تحتوي على مختلف المعلومات الإحصائية الخاصة بمتغيرات تساؤلات دراستنا، ومن خلال كل ما سبق والاستنتاجات التي توصلنا إليها من خلال أجوبة الطلبة بعد تحليلها ومناقشتها استنتجنا ما يلي:

- الأنشطة الترويحية الأكثر ممارسة في مجال الترويح الرياضي كرة القدم، وفي مجال الترويح الفني الكتابة وفي مجال الترويح الثقافي مشاهدة التلفزيون، وفي مجال الترويح الاجتماعي الحفلات والنزهات الخلوية.
- العوامل المشجعة لممارسة الأنشطة البدنية الرياضية الترويحية في وقت الفراغ هو القضاء على الوقت الحر بالإضافة إلى الرغبة والميل في ممارسة النشاط واكتساب اللياقة البدنية.
- قلة الأماكن لممارسة الأنشطة الترويحية، عدم التشجيع من إدارة الثانوية بالإضافة إلى قلة المشرفين على الأنشطة الترويحية، والظروف الاقتصادية للتلاميذ.

اقتراحات وتوصيات:

- ✓ ضرورة اهتمام إدارة الثانوية بالأنشطة الترويحية في جميع مجالات الترويح من خلال توفير الإمكانيات والمرافق المناسبة لذلك.
- ✓ أن تحت إدارة الثانوية تلاميذها على الاشتراك في الأنشطة الترويحية من خلال وضع البرامج لتعريف الكلبة بهذه الأنشطة وأهميتها.
- ✓ عقد المسابقات والمنافسات في مختلف الأنشطة الترويحية بين الثانويات والمجتمع المحلي وبين أقسام المؤسسة.
- ✓ تحفيز التلاميذ عن طريق الجوائز المادية والمعنوية لحثهم على ممارسة الأنشطة الترويحية.
- ✓ توفير اللوازم والأدوات الضرورية والصالات والملاعب اللازمة لممارسة الأنشطة الترويحية.
- ✓ زيادة أعداد المشرفين المؤهلين في مجال الترويح وأشغال وقت الفراغ في الثانوية.
- ✓ ضرورة توفير الدعم الحكومي للمراكز الترويحية والمؤسسات التي تهتم بالأنشطة الترويحية على اختلاف أنواعها.
- ✓ ربط الأنشطة الترويحية في برامج توعية فكرية ووطنية واجتماعية.

5. المراجع:

- (1) عطيات، محمد خطاب (1987)، أوقات الفراغ والترويح، دار المعارف، مصر.
- (2) عبيدات، محمد وأبو نصار، محمد ومبيضين، عقلة (1999)، منهجية البحث العلمي القواعد والمراحل والتطبيقات، دار وائل للطباعة والنشر، الأردن.
- (3) الشافعي، حسن أحمد، وسوزان، أحمد علي (1999)، مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف بالإسكندرية، مصر.
- (4) مصطفى، محمد صلاح الدين وعبد الحميد، أحمد رجاء وعبد المنعم، أحمد وعبد الحميد، ماجدة محمد (2010)، خطوات البحث العلمي ومناهجه، جامعة الدول العربية، المشروع العربي لصحة الأسرة، مصر.
- (5) بن مرسللي، أحمد (2005)، مناهج البحث العلمي في علوم الاعلام والاتصال، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- (6) أبو زينة، فريد كامل (2013)، مناهج البحث العلمي الكتاب الثاني الإحصاء في البحث العلمي، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الأردن.
- (7) الخولي، أمين أنور (1996)، الرياضة والمجتمع، عالم المعرفة، الكويت.
- (8) حمدان، محمد 2006، معجم مصطلحات التربية والتعليم، دار كنوز المعرفة، عمان.
- (9) العنزي، حمود محمد ناوي، "معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية وعلاقتها بالاتجاه نحو الترويح وأوقات الفراغ لدى طالب جامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية"، المجلة الأوروبية لتكنولوجيا علوم الرياضة، المجلد (5)، العدد (6)، 2015.
- (10) قرأش، العجال، صعوبات استغلال وقت الفراغ في ممارسة الرياضة الترويحية عند طالبات الإقامة الجامعية، مجلة حوليات جامعة الجزائر 1، المجلد (34)، العدد (1)، 2020.