

دوافع الطلبة الجامعيين نحو ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في أوقات الفراغ

(ما بين الصعوبات والتطلعات)

فاصدي حميدة، جامعة الجزائر 3. معهد التربية البدنية والرياضية

ملخص

الترويحي في المفهوم الحديث أصبح جزء من ثقافة المجتمع في العصر الحالي. وليس من لا يرغب في ممارسة الأنشطة الترويحية أو مشاهدتها والتمتع بها. خاصة في فئة الشباب الذين يعتبرون في أمس الحاجة للنشاط الترويحي الموجه لإمكان استثمار أوقات فراغهم بما يعود عليهم بالمنفعة ويساعدهم على دعم تفاعلهم مع الجماعات. وتعتبر الأنشطة الترويحية الرياضية من بين الأنشطة الترويحية التي تعمل على تحسين القدرة الوظيفية لمختلف أعضاء الجسم بجانب ما تضفيه من تأثيرات إيجابية على النواحي النفسية والاجتماعية لممارسيها. لدى يهدف هذا البحث إلى تحديد الدوافع الهامة التي من أجلها يمارس الطلبة والطالبات الجامعيين (جامعة الجزائر-3-) للأنشطة الرياضية الترويحية، وماهي الصعوبات التي تحول دون استفادتهم من الوسائل الترويحية المتاحة، وعن تطلعاتهم الترويحية.

الكلمات الدالة: النشاط الرياضي الترويحي- الدوافع- الطلبة - وقت الفراغ.

Résumé

le Loisirs dans son concept moderne est devenu une partie de la culture de la communauté dans l'ère actuelle. Il n'est pas une personne qui n'est prête à exercer ou regarder et apprécier une activités de loisirs. Surtout dans la catégorie des jeunes qui sont dans le besoin désespéré d'activités récréatives adressées à l'investir dans leur temps libre , y compris les dos bénéficier et de les aider à soutenir leur interaction avec les groupes. Les activités de loisirs sportifs parmi les activités de loisirs , qui travaille à améliorer la capacité fonctionnelle des différents organes du corps à côté du complément d'effets positifs sur les aspects psychologiques et sociaux des praticiens. l' objectif de cette recherche est d'identifier les motifs importants pour lesquels l'exercice des étudiants universitaires (Université d'Alger -3 -) pour les activités sportives de loisirs , et les difficultés qui entravent leur accès aux moyens disponibles à des fins récréatives , de loisirs et aspirations.

Mots clés: activités sportive de loisirs, motivation, étudiants, temps libre.

مقدمة

مع بداية العصر الحديث ظهرت ظاهرة جديدة سميت بظاهرة الترويحي التي أصبحت من أهم متطلبات الأساسية لهذا العصر، لأنها من أحسن الوسائل لاستثمار وقت الفراغ لدى الشباب، كما أصبحت ظاهرة الترويحي والفراغ تدخل ضمن النظم الاجتماعية التي يتألف منها المجتمع، كما بدأ الاهتمام بالترويحي كأحد مظاهر السلوك الحضاري للفرد، ولذا فقد تزايد الاهتمام بالترويحي باعتباره من الأسباب الهامة التي تؤثر على تطور ونمو الشخصية. كما تعتبر من المشاكل الهامة التي يجب توليها المؤسسات والهيئات الاجتماعية القدر الكبير من العناية والاهتمام.

يرى المهتمون بدراسة الترويحي 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 المشاركة في مناشط الترويحي السائدة في المجتمع.

وبضيف كمال درويش أن مستقبل أي مجتمع من المجتمعات يتوقف إلى حد كبير على كيفية قضاء أبنائه لساعات الفراغ فإن إستغلال وقت الفراغ بطريقة بناء يعود على المجتمع بالفائدة المرجوة. (حسين أحمد الشافعي، د.سوزان أحمد مرسى، 269).

إن من أهم الأسس التي يقوم عليها النشاط الترويحي في المجتمع "الفئات العمرية". وفيما يتعلق بالفئات العمرية التي تهمونا في دراستنا هي فئة الشباب الجامعيين الذين هم بحاجة إلى من يرشدهم ويوجههم لاستغلال أوقات فراغهم التي تتمثل في كل من العطلات الفصلية والسبوعية بالإضافة إلى أوقات

أخرى محددة خلال الفصل، بالإضافة إلى توافر لديهم طاقات خاصة والذين هم بحاجة ماسة إلى أنشطة رياضية ترويجية تعود عليهم بالمنفعة وتساعدهم على نمو شخصيتهم وتكاملها مع الجماعات والمجتمع. وخاصة وأن لكل فرد منا في وقتنا الحالي له حاجات جسدية واجتماعية وعقلية وعملية تظهر آثارها واضحة ملموسة، أو تكون خافية في اللاشعور. بحيث عندما نستعرض حياة الشباب في وقتنا المعاصر، نجد أن مشكلة التعبير عن الدوافع لديهم ليست في مسارها الطبيعي، لذلك فعليه أن ينظم وقت الفراغ لإشباع رغباته وانفعالاته في أنشطة لها مردودها الفعال بالنسبة له وللجماعة. وإذا لم يجد الوقت أمامه بما يشبع وبما يروح، فإنه لا يبقى له سوى الملل والسأم، وربما يتجه الإنسان للتغلب على هذا الملل والسأم والضيق، إلى أساليب عشوائية يندحر فيها المستوى إلى اضطرابات غير مرغوب فيها.

وبالتالي فيعتبر النشاط الرياضي الترويجي من بين أهم المجالات لاستثمار وقت الفراغ. وتشير الدراسات والبحوث إلى أهمية الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ وتأثيرها على الجوانب الإنفعالية بشكل خاص فيوضح "الوتر Lawther" أنه في عصر الحضارة الصناعية تتيح المواقف الرياضية الفرصة للهروب من الضغوط وضروب الإحباط المختلفة.

تتميز الدوافع المرتبطة بالأنشطة الرياضية بتنوعها، ويرجع ذلك إلى اختلاف هذه الأنشطة أو إلى اختلاف الأهداف التي ينبغي تحقيقها عن طريق ممارسة هذه الأنشطة سواء بطريق مباشر أو غير مباشر، وقد أشارت وود Wood (1982) إلى أن دوافع الرياضي تأتي نتيجة لتفاعل العوامل الشخصية والبيئية (حسين أحمد الشافعي، دسوزان أحمد مرسى ص295).

كما أن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي تنقسم إلى دوافع مباشرة، ودوافع غير مباشرة، أما الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي فتتلخص في الإحساس بالرضا والإشباع نتيجة للنشاط البدني، والمتعة الجمالية بسبب الحركات الذاتية للفرد وجمالها، ورشاققتها، والشعور بالارتياح نتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها، أما الدوافع غير المباشرة للنشاط الرياضي فتتلخص في محاولة اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي، والإسهام في رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج، وكذلك إحساس الفرد بضرورة ممارسة النشاط الرياضي، والوعي بالرد الاجتماعي الذي يسهم فيه النشاط الرياضي (علاوي، 1995).

وتختلف الدافعية باختلاف المستوى البدني أو الحركي للفرد، فدافعية الفرد للناشي تختلف عن لاعب الدرجة الأولى أو الثانية أو اللاعب الدولي، كما وتختلف دافعية الأفراد باختلاف المرحلة السنية، بحيث تتسم بعدم الثبات والتطوير والتغيير من أجل تحقيق المطالب والحاجات البدنية والنفسية والاجتماعية للمرحلة السنية التي يمر بها الفرد (علاوي، 2002، ص184).

كما توصل كل من ماركلاند Markland وإنجلدو Ingledew سنة 1997 بعد مراجعة شاملة لنتائج البحوث إلى أهم مصادر أو دوافع ممارسة النشاط البدني. إدارة الضغوط، تجديد الحياة، الاستمتاع، القوة والتحمل، المناقسة، تجنب المرض، المظهر الجسماني، التحكم في وزن الجسم، الاعتراف الاجتماعي، التحدي، الانتماء الاجتماعي، ضغوط الصحية، الصحة الإيجابية، الحركة الرشيقية. (أسامة كامل راتب. ص 80)

ومن خلال هذا التحليل نطرح التساؤلات التالية:

- هل الطلبة الجزائريون يهتمون بالأنشطة الرياضية الترويجية؟
- ماهي دوافع الطلبة نحو الأنشطة الرياضية الترويجية؟ وهل تختلف باختلاف الجنس؟
- ما الوسائل الرياضية الترويجية التي يرغب الطلبة المرحلة الجامعية في توفيرها؟
- ما الصعوبات التي تحول دون ممارسة الطلبة للنشاط الرياضي الترويجي؟
- لقد اعتمدنا في هذه الدراسة على التعرف على دوافع الطلبة نحو الأنشطة الرياضية الترويجية باختلاف الجنس ومقارنة بين صعوبات التي تحول دون تحقيق التطلعات والدوافع الترويجية للطلبة والطالبات والتعرف على التطلعات الترويجية التي يطمح لها الطلبة باختلاف جنسهم في مجال الممارسات الرياضية الترويجية من أجل تحقيق دوافعهم.

1- الجانب النظري

نظرا لخصوصية هذا الموضوع والذي يتحتم علينا التطرق وشرح بعض المفاهيم الأساسية والتي لها علاقة مباشرة بموضوع الدراسة فقد تم التطرق إلى بعض المفاهيم حتى يتسنى لنا فهم الموضوع. **مفهوم وقت الفراغ:** يرتبط الترويج ارتباطا وثيقا بوقت الفراغ، فلكي يكون النشاط ترويجيا ينبغي أن يمارس في وقت الفراغ وليس في وقت العمل.

يعرفه ربلتز Roblitz وقت الفراغ تعريفاً إجرائياً بأنه الوقت الذي يتبقى بعد طرح ساعات العمل الإيجابي أو الدراسة الإيجابية للفرد، ووقت النوم ليلاً، والوقت الضروري لأداء الواجبات اليومية الضرورية.

يتضح من التعاريف لوقت الفراغ أن معظمها يكاد يتفق على أن وقت الفراغ هو الوقت الحر الذي لا يرتبط بضرورة أداء واجب معين والذي يتحرر فيه الإنسان من التزاماته وضرورات الحياة وتكون له حرية قضائه كيفما يريد ويرغب. (عطيات محمد خطاب ص10-11)

يرى باجريت عن أهمية وقت الفراغ بقوله "إن المقصود من الفراغ هو إتاحة الفرصة للأفراد لتنمية ميولهم وقدراتهم". كما يرى الكثير من المربين الرياضيين والكثير من علماء الطب الرياضي أن الممارسة الرياضية من حيث إنها عامل هام من عوامل الراحة الإيجابية النشطة، ينبغي أن ينظر إليها كمجال هام من أهم المجالات في تشكيل وقت الفراغ لجميع الأفراد.

التعريف العلمي للترويح: الثقافة الترويحية من الثقافة العامة للمجتمع ويسهم المناخ الثقافي الاجتماعي في إعلاء قيمة الأنشطة الترويحية لوقت الفراغ، إذ يعرف الترويح: "بأنه النشاط البناء الذي يؤدي في وقت الفراغ بدافع ذاتي، وبصورة اختيارية مما يؤدي إلى استعادة الطاقة الإنسانية للفرد. (مسعد سيد عويس، 2004 ص21).

يرى براينبل Brightbill أن الترويح نشاط اختياري يحدث أثناء وقت الفراغ ودوافعه الأولية هي الرضا أو السرور الناتج عن هذا النشاط. (عطيات محمد خطاب ص19)

فالترويح هو التعبير العاطفي الانفعالي وليس مجرد نشاط يؤدي للترفيه في وقت الفراغ بل هو رد فعل شخصي ونفسي اتجاه نشاط معين يجعل للحياة طعماً، بل هو يعني الحالة الانفعالية التي تحدث للفرد قبل وأثناء وبعد ممارسة نشاط بناء هادف وباختيار الفرد في وقت الفراغ والدافع الرئيسي من ممارسة النشاط هو السعادة الشخصية. (علي بشير الفاندي، ابراهيم رحومة زايد ص14).

هنالك الكثيرون من الناس والى يومنا هذا لا يعرفون فوائده وأهميته لاسيما من الناحية الصحية والنفسية والاجتماعية والبدنية وعلاقته في زيادة ونمو الجانب الاقتصادي للفرد والمجتمع وفي المقدمة زيادة القدرة العملية والإنتاجية والاستمرار في الحفاظ عليها فضلاً عن رفع الكفاءة الوظيفية للأجهزة الداخلية والأعضاء حتى المراحل المتأخرة من العمر أو حتى نهاية العمر، يؤكد علماء الطب الرياضي في أبحاثهم ودراساتهم على أهمية الترويح البدني كعامل من عوامل إطالة العمر للإنسان ويؤيد هذا الجانب علماء التربية والنفس الذي يرون في الترويح والأنشطة الرياضية وسيلة لتكوين وبناء الشخصية المثالية للإنسان المعاصر. فضلاً عن أن القيام بهذه الأنشطة في وقت الفراغ يسهم في الوقاية من ممارسة أنشطة أخرى غير بناءة قد تسهم في الانحرافات الصحية والنفسية أو الاجتماعية خاصة من محيط النشء والشباب الذين مازالوا في مرحلة التكوين وإثبات الذات. (مسعد سيد عويس، 2004 ص20).

الترويح والرياضة. هناك علاقة وثيقة بين الترويح والرياضة. فالرياضة نشاط اختياري ممتع مثلها في ذلك مثل الترويح، إلا أن الترويح لا يقتصر على الأنشطة البدنية أو الرياضية بل يتعداه ليشمل العديد من الأنشطة الثقافية والاجتماعية والفنية وغيرها، إذ إن الأنشطة الرياضية الترويحية تتميز بأهميتها البالغة في التنمية الشاملة، ومن هنا اختلط الأمر على الكثيرين في أن الترويح والرياضة اسمين لشيء واحد.

مفهوم الترويح الرياضي: هو ذلك النوع من الترويح التي تتضمن برامجه وممارسته العديد من المناشط الرياضية كما أنه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيراً على الجوانب البدنية والفسولوجية للفرد الممارس لأوجه مناشطه التي تتضمن الألعاب والرياضات. (إسماعيل القره غولي، مروان عبد الحميد إبراهيم، التربية 2001، ص43).

يمكن تقسيم الترويح الرياضي كما يلي:

- **لألعاب الترويحية الصغيرة:** والتي تشير إلى مجموعات متعددة من ألعاب الجري وألعاب الكرات والألعاب التي تمارس باستخدام أدوات بسيطة، فضلاً عن ألعاب الرشاقة وبقية الألعاب الفردية الأخرى علماً أن هذه الألعاب لا تخضع لقواعد وقوانين دولية معترف بها،

- **الألعاب الرياضية الفرعية:** وهي الأنشطة الحركية التي تمارس غالباً باستخدام الكرة ويمكن تقسيمها تبعاً لمكان اللعب (صالات داخلية أو ساحات خارجية) أو أداة اللعب (استخدام مضارب الكرة أو عدم استخدامها) أو عدد المشاركين (ألعاب فردية أو زوجية أو جماعية) أو بالنسبة إلى موسم اللعبة (ألعاب شتوية أو صيفية أو تمارس طول العام). (عبد الملك أنيس، محمد عادل الخطيب، 1977، ص5).

- **الرياضة المائية:** وهي الأنشطة الرياضية الترويحية التي تمارس في الماء كالسباحة وكرة الماء والتجديف وريادة الزوارق البخارية والشراعية والاستعراضات المائية كالباليه المائي. (إحسان محمد الحسن، 2005، ص148).

- رياضة الخلاء: تتجسد هذه الرياضة في المشي والجري وركوب الدراجات الهوائية والبخارية وركوب الخيل وألعاب الساحة والميدان.

أهمية رياضة أوقات الفراغ والترويح: إن أساس رياضة أوقات الفراغ والترويح، يرتكز على الإقناع بالضرورة واتخاذ هذا الطريق لاكتمال الناحية البدنية بمعنى آخر فإن الرغبات والاهتمامات يكون لها دور مستمر ودائم، أي أن الممارسة كلها تعتمد على الإقناع الذاتي بها والمقصود بذلك الوصول إلى واجب الارتباط الدائم (الحاجات الضرورية) لممارسة منتظمة للتمرينات الرياضية. وهذا يمكن من خلال تقارب وتطابق الرغبات والاهتمامات الفردية لمطلوبات المجتمع من أجل بناء شخصية المواطن الصالح. (كمال درويش، 1999، ص174)

الدوافع: لقد حظي موضوع الدافعية باهتمام عدد كبير من علماء النفس، وبالتالي تعددت محاولات تعريفها ومن هذه التعاريف نذكر: التعريف الذي يرى أن الدافعية هي: "المحركات التي تقف وراء سلوك الفرد والحيوان على حد سواء فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك، وهذه الأسباب ترتبط بحالة الكائن الحي الداخلية عند حدوث السلوك من جهة، وبمثيرات البيئة الخارجية من جهة أخرى" (صالح محمد على أبو جادو، بدون سنة، ص22)

ويعرفها محمد حسن علاوي: انها مصطلح عام يشير إلى العلاقة الدينامية بين الفرد وبيئته وتشمل العوامل والحالات المختلفة (الفطرية، المكتسبة، الداخلية والخارجية، المتعلمة والغير متعلمة، الشعورية واللاشعورية وغيرها). والتي تعمل على بدء وتوجيه واستمرار السلوك وبصفة خاصة حتى يتحقق هدف ما. (محمد حسن علاوي، 2004، ص 212)

ويوضح "ساج" Sage 1977 أن أحد الطرق المفيدة لفهم موضوع الدافعية هو تصنيفها إلى فئتين عرضيتين هما: الدوافع الداخلية والدوافع الخارجية. يتضح الدافع الداخلي في النشاط الرياضي عندما نلاحظ إقبال بعض النشء على ممارسة نشاط رياضي معين أو الانضمام لفريق رياضي بدافع الرغبة والحب في الممارسة، وقد تستمر هذه الرغبة ما دام النشاط أو الأداء الرياضي يمثل له خبرة جيدة وليس هناك ما يهدده أو يعاقبه ويمنع استمراره فدافع الاستمرار في ممارسة النشاط الرياضي يشعر بالسعادة لأنه يمارس النشاط إن الدافع الداخلي ينبع من داخل الفرد، ويحدث أثناء الأداء. أما الدافع الخارجي هو الحصول على المكافأة المرتبطة بالفعل. (أسامة كامل راتب: 1990 ص 38). كما يمكن تقسيم الدوافع إلى الدوافع الأولية وتسمى أيضا الدوافع الفسيولوجية وهي عبارة عن دوافع أو حاجات جسمانية تفرزها طبيعة تكوين جسم الإنسان ووظائف أعضائه مثل الحاجة إلى الأكل والشرب، الراحة للعب والحركة..... أما الدوافع الثانوية تسمى أيضا الحاجات المكتسبة إذ يكتسبها الفرد نتيجة تفاعل مع البيئة، وتقوم الدوافع الثانوية على الدوافع الأولية غير أنها تستغل عنها وتصبح لها قوتها التي تؤثر في السلوك كنتيجة لتأثير العوامل الاجتماعية المتعددة (محمد حسن علاوي: ص 205).

من خلال خصوصيات الموضوع الذي نحن بصدد دراسته يتطلب منا أن نتطرق إلى دراسات التي تناولت الموضوع نجد كل من دراسة أجراها محمد الحماني عن معوقات ممارسة المناشط والهوايات الترويحية لدى طلبة الجامعة (1983) وذلك على عينة مكونة من (200) طالب وطالبة من كلية الآداب بجامعة عين شمس، بإضافة إلى دراسة شهد الملا عام 1997: قامت شهد الملا بدراسة عن " دوافع النشاط الرياضي عند الطلبة الجامعيين في الجزائر عام 1997، بهدف التوصل إلى دراسة الفروق بين دوافع ممارسة النشاط الرياضي تبعا لمتغير الجنس والمستوى الدراسي، لكل من الطالبة وطالبات من معهد العلوم الإنسانية من جامعة الجزائر، ومعهد العلوم التكنولوجية من جامعة هواري بومدين بباب الزوار. وقد بينت النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في دوافع ممارسة النشاط الرياضي بين المعاهد الإنسانية والمعاهد التكنولوجية العلمية وكانت لصالح هذه الأخيرة. ودراسة كمال بوعجناق 1998: قام كمال بوعجناق بدراسة عن " دوافع التلاميذ المراهقين، ومدى إقبالهم على ممارسة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي الجزائري " بهدف التوصل على معرفة دوافع ممارسة " ت.ب.ر " عند تلاميذ وتلميذات مرحلة التعليم الثانوي بمحافظة الجزائر الكبرى. وقد توصل الباحث إلى إجماع أفراد العينة على اعتبار دافع اللياقة البدنية والصحة في مقدمة الدوافع التي جعلتهم يمارسون التربية البدنية والرياضية رغم بعض التفاوتات في درجة التفضيل من دافع إلى آخر.

2- المنهجية

قمنا باستخدام المنهج الوصفي المسحي. وهذا لملائمته لنوع الدراسة ونوع المشكل المطروح وبحكم الموضوع الذي نحن بصدد دراسته استعملنا الطريقة المواجهة والمقصودة وهذا نظرا لكبر مجتمع الدراسة. إذ أن هدف ليس تعميم النتائج بل تحديدها لهذا كانت الطريقة المواجهة أصح لذلك، وبعد اختيار

مخبر علوم وممارسة الأنشطة البدنية الرياضية والإيقاعية SPAPSA

الطريقة تحصلنا على العينة التي ستقام عليها الدراسة والتي تتكون من 70 طالب و60 طالبة بجامعة الجزائر-3.

3- أدوات البحث

استخدمنا الاستبانة بوصفها أداة لجمع البيانات في الدراسة. تكونت من بيانات شخصية عن الطلبة الجامعيين، وبيانات أساسية عن محاور الدراسة. وهي بيانات عن الأنشطة الرياضية الترويحية التي يمارسها الطلبة أثناء أوقات الفراغ. وبيانات عن دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية. وأخرى عن الصعوبات أو العوائق التي تحول دون استفادتهم من الوسائل الرياضية الترويحية المتاحة. بإضافة إلى التطلعات الرياضية الترويحية لدى الطلبة.

ولتحليل النتائج استخدمنا البرنامج الإحصائي SPSS statistique 20 ولتحقق أهداف الدراسة تم اللجوء إلى الأساليب الإحصائية التالية: الاحصاء الوصفي (التكرارات، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، والنسب المئوية)، اختبار بيرسون (χ^2)، واختبار (ت) للمجموعتين المستقلتين.

4- عرض وتحليل النتائج

المحور 1: دوافع الطالبات والطلبة نحو ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في وقت الفراغ. جدول (1): دوافع الطلبة والطالبات نحو ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.

الانحراف المعياري	متوسط	الاناث		الذكور		الإجابية
		%	التكرار	%	التكرار	
1.630	3.04	38.33	23	11.42	8	اكتساب الحيوية واللياقة البدنية
		20	12	17.14	12	المبول الرياضية
		13.33	8	28.57	20	قضاء وقت الفراغ
		13.33	8	4.28	3	اكتساب نواحي عقلية ونفسية
		6.66	4	34.28	24	اكتساب نواحي اجتماعية وخلقية
		8.33	5	4.28	3	المحافظة على المستوى الرياضي

جدول (2): اختبار (ت) للمجموعتين المستقلتين لمعرفة الفروق في دوافع الطلبة والطالبات تبعاً للجنس

النوع	عدد الحالات	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
إناث	60	2.55	1.651	3.280	0.001	دال
ذكور	70	3.46	1.501			

نلاحظ من نتائج الجدول أن هناك فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة والطالبات في دوافعهم نحو النشاط الترويحي وذلك لصالح الطلبة إذ كانت قدرت قيمة متوسطهم بـ 3.46 وهي أكبر من قيمة متوسط الإناث والتي قدرت بـ 2.55، وبالتالي هناك فروق في دوافع كل من الطالبات والطلبة نحو ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.

المحور 2: دوافع الطلبة والطالبات المرحلة الجامعية والصعوبات التي تحول دون ممارستهم للنشاط الرياضي الترويحي.

جدول رقم (3): علاقة بين الصعوبات ودوافع الطلبة نحو النشاط الرياضي الترويحي في أوقات الفراغ.

الصعوبات	الدوافع	اكتساب الحيوية واليقظة البدنية	الميول الرياضية	قضاء وقت الفراغ	اكتساب نواحي عقلية ونفسية اجتماعية وحقلية	اكتساب نواحي اجتماعية وحقلية	المحافظة على المستوى الرياضي	كا ²
1-نقص الامكانيات والوسائل الرياضية في الجامعة	ن	27	19	22	6	2	25	20.012
	لا	4	5	6	5	6	3	دال
2-قيم وأفكار السائدة في المجتمع	ن	19	20	21	6	6	10	15.813
	لا	12	4	7	5	2	18	دال
3-المعتقدات الأسرية	ن	22	10	7	7	5	9	17.34
	لا	9	14	21	4	3	19	دال
4-قضاء وقت الفراغ في التحصيل الدراسي	ن	24	17	18	6	5	16	3.761
	لا	7	7	10	5	3	12	غير دال
5-الارهاق والحاجة إلى النوم بعد انتهاء اليوم الدراسي	ن	20	10	20	8	4	23	11.00
	لا	11	14	8	3	4	5	غير دال
6-التكلفة المادية كبيرة جدا عند الفاعات الرياضية الخاصة	ن	28	22	24	11	7	19	10.17
	لا	3	2	4	0	1	9	غير دال
7-الكلية لا تنظم مناسبات للنشاط الرياضي الترويحي.	ن	20	16	17	5	5	15	2.187
	لا	11	8	11	6	3	13	غير دال
8-عدم التشجيع من قبل الزملاء على ممارسة النشاط الرياضي الترويحي	ن	16	13	20	5	4	17	3.730
	لا	15	11	8	6	4	11	غير دال
9-يستغرق الانتقال من المنزل إلى الكلية والعودة وقت طويل	ن	15	11	12	7	3	17	3.374
	لا	16	13	16	4	5	11	غير دال

كا² الجدولية= 11.070 > 0.05 = 5 ddl

ن = نعم

يتبين لنا من خلال النتائج المدونة في الجدول أعلاه أن هناك في العبارات الأول والثانية والثالثة هناك فرق ذات دالة احصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدالة 0.05 إذا بلغت قيمة كا² المحسوبة (20.01) و(15.81) و(17.34) على التوالي وهي أكبر من قيمة كا² الجدولية والتي بلغت (11.070) ومعنى ذلك أن بان المتغيرات تحت الدراسة غير مستقلين ويؤثر أحدهما على الآخر. أما باقي العبارات فلا يوجد هناك تأثير فيما بينهم.

المحور 3: دوافع الطلبة والطالبات نحو ممارسة النشاط الرياضي الترويحي وتطلعاتهم الترويحية.

جدول رقم (4): علاقة بين التطلعات ودوافع الطلبة نحو ممارسة النشاط الرياضي الترويحي.

الصعوبات	الدوافع	اكتساب الحيوية واليقظة البدنية	الميول الرياضية	قضاء وقت الفراغ	اكتساب نواحي عقلية ونفسية اجتماعية وحقلية	اكتساب نواحي اجتماعية وحقلية	المحافظة على المستوى الرياضي	كا ²
إنشاء مكتب خاص بالأنشطة الرياضية الترويحية على مستوى كل كلية	ن	6	5	18	9	6	7	30.95
	لا	25	19	10	2	2	21	دال
إدراج زيادة النشاط الرياضي في كل كلية وتكون اختيارية	ن	7	16	17	3	4	9	16.95
	لا	24	8	11	8	4	19	دال
توفير ووضع في تصرف الطلبة كل الامكانيات والوسائل الرياضية	ن	2	11	20	6	7	9	34.73
	لا	29	13	8	5	1	19	دال
عقد اتفاقيه مع بعض الفاعات الخاصة والمساح	ن	23	7	5	3	2	21	33.90
	لا	8	17	23	8	6	7	دال
بث الثقافة الرياضية في المجتمع	ن	5	2	4	3	0	2	4.970
	لا	26	22	24	8	8	26	غير دال

كا² الجدولية= 11.070 > 0.05 = 5 ddl

يتبين من خلال الجدول أن هناك فرق ذات دالة احصائية لصالح القيمة الكبرى عند مستوى الدالة 0.05 إذا بلغت قيمة كا² المحسوبة (30.957) و(16.952) و(34.733) و(33.90) على التوالي لكل العبارات وهي أكبر من قيمة كا² الجدولية والتي بلغت (11.070) وبالتالي يمكن القول بأن المتغيرين تحت الدراسة غير مستقلين ويؤثر أحدهما على الآخر.

5- الخاتمة

إن لبرامج كل من التربية الرياضية في المدارس والنشاط الرياضي في الجامعات دور هام في استثمار أوقات الفراغ وذلك من خلال تعليم المهارات الحركية لمتعلميها وتنويع أوجه النشاط لتقابل ميول وحاجات المتعلمين وكذلك من خلال توجيه المتعلمين إلى نوع النشاط المناسب لاستعداداتهم وقدراتهم وميولهم. (كمال درويش ومحمد الحمامي. 1997 ص 128)

لدى انصب اهتمامنا في هذه الدراسة على الشباب الجامعي الذين يمثلون النخبة الممتازة من أبناء المجتمع فهو يمتاز بذكائه الذي يمكنه من اجتياز الكثير من العقبات والحوازر خلال مراحل تعليمه السابقة فهو أيضا يمتاز بعلمه حيث اتاحت له فرصة الحصول على معارف وخبرات في مختلف العلوم والفنون. وتمثل فترة التعليم الجامعي مرحلة الانطلاق والحيوية حيث يجب تطويع قدرات الشباب مستقبلا لخدمة

المجتمع ويتم ذلك من خلال توفير مناهج علمية متطورة يتم تدريب الطالب عليها لتوسيع آفاقه ومداركه وهو ما يطلق عليه الجانب الأكاديمي. وتهتم الجامعة بالإضافة للإعداد الأكاديمي للشباب بالأنشطة والبرامج الهادفة لتوجيه قدرات هؤلاء الطلبة نحو تطوير قدراتهم ومواهبهم في مختلف الأنشطة ولكي يحقق الإعداد الأكاديمي هدفه فإنه يحتاج الي برامج رياضية وتربوية تكميلية بصفة أساسية لهذا الإعداد. لهذا تطرقنا لمعرفة دوافعهم نحو ممارسة النشاط الرياضي الترويحي والصعوبات التي تحول دون ممارستهم للنشاط الرياضي الترويحي.

إن تحليل ومناقشة المعطيات الكمية المتحصل عليها سمح لنا بإعطاء التشخيص التالي:

- هناك اختلاف في الدوافع نحو ممارسة النشاط الرياضي الترويحي ما بين الطالبات والطلبة بحيث كشفت الدراسة أن دوافع الطلبة الجامعيين نحو ممارسة النشاط الرياضي في الجامعة هو من أجل قضاء وقت الفراغ ومن أجل اكتساب نواحي اجتماعية وخلفية. أما الطالبات فكان من أجل اكتساب الحيوية واللياقة البدنية.

- كما كشفت الدراسة عن وجود فروق في الدوافع نحو النشاط الرياضي الترويحي وفقا للصعوبات التي يتقونها خلال مسارهم الجامعي وذلك باختلاف الجنس.

- وأيضاً بينت الدراسة أن من أهم الصعوبات التي تحول دون ممارسة الطلبة سواء ذكور أو إناث للنشاط الرياضي الترويحي راجع إلى نقص الإمكانيات والوسائل في الجامعة، يليها الأفكار والقيم السائدة في كل من المجتمع والأسرة خاصة بالنسبة للطالبات.

- أما عن التطلعات الترويحية فهي تتمثل في توفير ووضع في تصرف الطلبة الوسائل والإمكانيات الرياضية. عقد اتفاقية مع القاعات الرياضية والمساح لتمكين الطلبة وخاصة الطالبات للممارسة للنشاط الرياضي الترويحي، بالإضافة إلى إنشاء مكاتب خاصة بالأنشطة الرياضية الترويحية.

لقد سمحت لنا هذه الدراسة بجمع معلومات عن دوافع طلبة المرحلة الجامعية، وصعوبات التي تعيق ممارستهم للنشاط الرياضي الترويحي وتطلعاتهم. لدى فعلى رواد الرياضة أن ينشؤا جمعيات تعمل في الجامعات من أجل بث ثقافة رياضية في وسط الطلبة وتحسيسهم عن أهمية ودور الأنشطة الرياضية على التحصيل الدراسي، وقضاء وقت فراغ مثمر ومفيد.

المراجع

- أسامة كامل راتب: 1990. "دوافع التفوق الرياضي". القاهرة. دار الفكر العربي.
- أسامة كامل راتب. "النشاط البدني والاسترخاء" دار الفكر العربي.
- إحسان محمد الحسن، 2005. "علم الاجتماع الرياضي"، ط1، دار وائل للنشر.
- حسين أحمد الشافعي، د.سوزان أحمد مرسى. 1999. "تاريخ التربية البدنية في المجتمعين العربي والدولي/ الرياضة والمرأة". الاسكندرية. منشأة المعارف
- درويش ومحمد الحمامي. 1997. "رؤية عصرية للترويج وأوقات الفراغ". القاهرة الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر.
- صالح محمد علي أبو جادو، بدون سنة. "علم النفس التربوي"، الأردن. ط1، دار الميسرة.
- عبد المالك أنيس، محمد عادل الخطاب، 1977 "برامج الجماعات". القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- عطيات محمد خطاب. 1990. "أوقات الفراغ والترويج". القاهرة الطبعة الأولى.
- علي بشير الفاندي، ابراهيم رحومة زايد، توفيق سلامة، "الترويج". ليبيا. بدون دار النشر ولا الطبعة
- كمال درويش، 1999 "مدخل في طرق وبرامج الرياضة للجميع". القاهرة. ط 1، مركز الكتاب للنشر.
- كمال درويش ومحمد الحمامي. 1997. "رؤية عصرية للترويج وأوقات الفراغ". القاهرة الطبعة الأولى. مركز الكتاب للنشر
- محمد حسن علاوي. 1987. "سيكولوجية التدريب والمنافسة". مصر. ط1، المعارف.
- محمد حسن علاوي. 2004. "مدخل في علم النفس الرياضي"، مصر، ط4، مركز الكتاب للنشر.
- مسعد سيد عويس. 2004. "دور المؤسسات الرياضية والشبابية في مواجهة الإدمان" مؤسسة سيد عويس للدراسات والبحوث الاجتماعية.