



جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا  
كلية الدراسات العليا  
التربية البدنية والرياضة



بحث مقدم لنيل درجة دكتوراه الفلسفة في التربية البدنية والرياضية

**بعنوان**

**اثر ممارسة الأنشطة الرياضية والترويحية في تعزيز التعايش**

**السلامي بين طلاب جامعة جوبا**

**The Impact of Sport and Recreation Activities in Consolidating  
Peaceful Coexistence among Juba University Students**

**إشراف:**

**أ.د. مامور كنجي سلوب**

**أ. د. احمد ادم أحمد**

**الباحث:**

**فنجوك أكول أجاوين**

**1442 هـ - 2020 م**



صفحة الموافقة

اسم الباحث : فنون أول أطرين  
عنوان البحث : أثر حماسة الأنتنطه الرياضيه  
والترؤكبه في تعدي التعايش  
السنتي بين طاران جامعة جوبا

موافق عليه من قبل :

الممتحن الخارجي

الاسم : د. عبدالرحمن محمد أحمد عباس

التوقيع :   
التاريخ : ٢٢/٩/٢٠٢٠

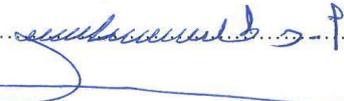
الممتحن الداخلي

الاسم : اسماعيل ماي اسماعيل

التوقيع :   
التاريخ : 22 - 9 - 2020

المشرف

الاسم : أحمد آدم أحمد محمد

التوقيع :   
التاريخ : ٢٠٢٠-٩-٢٢

## الإهداء

الى أسرتى

إخواتى الأجراء

زملائى الأوفياء

الى كل من دعمنى فى مسيرتى العلمية والعملية

أهدى هذا العمل

الباحث



## الشكر والتقدير والعرفان

الحمد لله حمداً كثيراً يليق بجلاله وعظيم سلطانه وواسع فضله وكرمه على ما منحنا من  
نعمة الصبر والمثابرة وعلو الهمة ليكون مع زمرة الباحثين .

والشكر أجزله لقلعة العلم جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا وكلية الدراسات العليا  
ولأسرة كلية التربية البدنية والرياضة . ويمتد شكرى وعرافنى للأستاذ الفاضل البروفسير /  
مأمور كنجى سلوب درباوى (رحمه الله) على كريم إشرافه وتوجيهاته وقد كان لتشجيعه  
المعنوى لى لأول دارس من جمهورية جنوب السودان لنيل هذه الدرجة العلمية الأثر القوى  
لتخطى كل الصعاب للوصول بهذه الدراسة الى نهايتها لينتفع بمخرجاتها مجتمعنا الكبير .  
وبكل الحب والتقدير الشكر لطلاب وطالبات وعماده الطلاب بجامعة جوبا لتعاونهم مع  
الباحث فى مراحل إجراءات الدراسة ، والشكر الجزيل لكل الزملاء والأصدقاء الذين كان لهم  
العون والحماس فى أن أكمل المشوار والحمد لله رب العالمين .

الباحث

## المستخلص

هدفت هذه الدراسة الي معرفة اثر ممارسة الانشطة الرياضية والترويحية في تعزيز التعايش السلمي لطلاب جامعة جوبا، استخدم الباحث المنهج الوصفي ، تكونت عينة الدراسة من طلاب وطالبات الجامعة بلغ عددهم (150) فرد (100) طالب و (50) طالبة . استخدم الباحث الاستبيان كأداة لجمع البيانات كما استخدم الباحث برنامج التحليل الاحصائي ( SPSS ) وتوصلت الدراسة الي النتائج التالية :

- أن معظم طلاب جامعة جوبا يمارسون الانشطة الرياضية وابرزها كرة القدم والتنس الارضي والرمي بأنواعه ورياضة الجمباز والجري بأنواعه.
- اظهرت النتائج ان الانشطة الترويحية المختلفة تسهم في شغل وقت الفراغ واشباع الحاجات النفسية لدي طلاب الجامعة .
- نتائج الانشطة الاجتماعية اظهرت مبدأ التعاون والترابط وتماسك الجماعة واطهار شخصية الطالب الجامعي.

### أهم التوصيات :

- 1- علي إدارة الجامعة توفير فرص واسعة للطلاب لممارسة الانشطة الرياضية .
- 2- إنشاء مراكز ثقافية وترويحية بالجامعات والمؤسسات المختلفة .
- 3- إجراء المزيد من الدراسات لتعزيز التعايش السلمي بين افراد وشرائع مجتمع الجامعة.

### المقترحات :

- 1- دور الرياضة في بناء التماسك الإجتماعي.
- 2- أثر الألعاب البيئية في تعزيز السلام بين المجتمعات والقبائل المختلفة .
- 3- تقديم أعمال ومبادرات تحت علي الوحدة الوطنية ونبذ الخلافات بين مكونات المجتمع.

## **Abstract**

This study aims to explore the Impact of sports and recreation activates in consolidating peaceful co-existence among Juba University Students.

The researcher used the survey method on **150** students (**100**) Males and (**50**) Females, and data was collected by using a questionnaire which was analyzed by using the statistical program, SPSS that revealed the following findings:-

- That most of Juba University Students perform throwing, Gymnastic and running.
- The findings show that the recreation activities to reading their psychological aspirations.
- The social activates promote cooperation, solidarity of the university student.

### **Recommendations:**

1. The university administration to provide more spaces for the students to practice various sport activities.
2. Establishment of cultural and recreation centers at the university and other institutions.
3. Conduct of more studies for consolidation of peaceful coexistence between the individuals and sectors of the university community.

### **Suggestions:**

1. Role of sports in consolidating social coexistence.
2. Impact of traditional sports in strengthening peaces among the various communities.
3. Introduce activities and initiatives that promote national unity among the various components of the community.

## قائمة المحتويات

الرقم	الموضوع	الرقم
أ	الأهداء	أ
ب	الشكر والعرفان	ب
ج	المستخلص باللغة العربية	ج
د	المستخلص باللغة الانجليزية	د
هـ	فهرس المحتويات	هـ
ط	قائمة الجداول	و
ي	قائمة الملاحق	ز

## الفصل الاول : الإطار العام

1	المقدمة	1-1
6	مشكلة البحث	2-1
7	أهمية البحث والحاجة إليه	3-1
7	أهداف البحث	4-1
8	تساؤلات البحث	5-1
8	حدود البحث	6-1
9	منهج البحث	7-1
10	مجتمع البحث	8-1
9	عنية البحث	9-1
9	أدوات البحث	10-1
9	مصطلحات البحث	11-1

## الفصل الثاني: الإطار النظري الدراسات السابقة

المبحث الاول		
14	الانشطة الرياضية	1-2
15	النشاط الرياضى فى وقت الفراغ	2-2
15	تصنيف الانشطة الرياضية والترويحية	3-2
17	أهداف الرياضات الترويحية	4-2
المبحث الثانى		
20	التربية البدنية والرياضة	1-2-2
22	مبادئ اللياقة البدنية والرياضة	2-2-2
22	الاهداف العامة للياقة البدنية والرياضة	3-2-2
23	مفهوم التربية البدنية والرياضة	4-2-2
24	تعريف التربية البدنية والرياضة	5-2-2
24	مراحل تطور مفهوم التربية البدنية	1-6-2-2
29	أهمية التربية البدنية والرياضة	2-6-2-2
31	أهداف التربية البدنية والرياضة	3-6-2-2
32	الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضة	-6--2-2 4
المبحث الثالث		
40	علاقة الترويج بالتربية البدنية والرياضة	1-3-2- 2
42	الأنشطة البدنية والترويج الرياضي	2-3-2-2
المبحث الرابع		
43	دور التربية البدنية بالجامعات	1-4-2
44	أهمية التربية البدنية بالجامعات	2-4-2
45	مكانة التربية البدنية والرياضة في الجدول الدراسي بالمدارس والجامعات	3-4-2

46	خصائص التربية البدنية والرياضة	4-4-2
47	الثقافة الترويحية لدى شباب الجامعات	5-4-2
52	التربية الترويحية للطلاب الجامعيين	6-4-2
53	المفاهيم الإجتماعية المرتبطة بالترويح	7-4-2
54	الترويح كنظام إجتماعي	8-4-2
55	الترويح كظاهرة إجتماعية	9-4-2
56	الترويح والتنمية الإجتماعية	10-4-2
<b>المبحث الخامس</b>		
56	علاقة الترويح بالثقافة	1-5-2
57	الفن كنمط شعبي ترويحي	2-5-2
58	الفلكلور والموروث الشعبي في الترويح	3-5-2
<b>المبحث السادس</b>		
	وقت الفراغ	1-6-2
59	مفهوم وقت الفراغ	2-6-2
62	مفهوم وقت الفراغ في المجتمعات البدائية	3-6-2
62	أهمية وقت الفراغ في حياة الإنسان	4-6-2
63	مستويات المشاركة في مناشط وقت الفراغ	5-6-2
64	دور التربية حيال وقت الفراغ	6-6-2
65	مشكلات التربية للفراغ	7-6-2
65	وقت الفراغ والمراقبة	8-6-2
66	وقت الفراغ في حياة البالغين	9-6-2
67	وقت الفراغ ومرحلة الشباب	10-6-2
<b>المبحث السابع</b>		
69	الثقافة الشعبية في العصر الحديث والترويح	1-7-2
70	الثقافة الشعبية كمدخل للتنمية والتسلية	2-7-2

<b>المبحث الثامن:-</b>		
71	ولايات جمهورية جنوب السودان	1-8-2
71	القبائل بجمهورية جنوب السودان	2-8-2
<b>المبحث التاسع:-</b>		
77	الدراسات السابقة	1-9-2
79	التعليق على الدراسات السابقة	2-9-2
80	المستفاد من الدراسات السابقة	3-9-2
<b>الفصل الثالث</b>		
<b>إجراءات الدراسة</b>		
82	منهج الدراسة	1-3
82	مجتمع الدراسة	2-3
82	عينة الدراسة	3-3
82	مجالات الدراسة	4-3
83	وسائل جمع البيانات	5-3
83	تصميم الإستبانة وعرضها على الخبراء	6-3
<b>الفصل الرابع</b>		
91	عرض تحليل وتفسير ومناقشة النتائج	
91	الأنشطة الرياضية	1-4
92	الأنشطة الترويحية	2-4
93	وقت الفراغ	3-4
93	الأنشطة الإجتماعية	4-4
94	التحليل الإحصائي	5-4
<b>الفصل الخامس</b>		
100	التوصيات والمقترحات	1-5
102	المراجع	2-5

## قائمة الجداول

رقم الصفحة	اسم الجدول	م
78	حجم عينة البحث	1
79	التوزيع التكراري لأفراد عينة البحث حسب النوع (الجنس)	2
79	التوزيع التكراري لأفراد عينة البحث وفق المستوى الدراسي (السنة الدراسية)	3
82	معاملات الفاكرونباخ لكل محور من المحاور	4
86	التوزيع التكراري والنسبي لإستجابات عينة البحث على فقرات المحور الأول (الأنشطة الرياضية)	5
89	الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة مربع كاي ودرجات الحرية والقيمة الاحتمالية لفقرات المحور الأول (الأنشطة الرياضية)	6
90	التوزيع التكراري والنسبي لإستجابات أفراد عينة البحث على فقرات المحور الثاني (الأنشطة الترويحية)	7
92	الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة مربع كاي ودرجات الحرية والقيمة الاحتمالية لفقرات المحور الثاني (الأنشطة الترويحية)	8
95	التوزيع التكراري والنسبي لإستجابات عينة البحث لفقرات المحور الثالث (الأنشطة الإجتماعية)	9
97	الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة مربع كاي ودرجات الحرية والقيمة الاحتمالية لفقرات المحور الثالث (الأنشطة الإجتماعية)	10

## جدول الملاحق

رقم الصفحة	اسم الملحق	رقم
106	مجتمعات جنوب السودان	1
118	كشف بأسماء المحكمين للإستبيان وجميعهم يعملون بكلية التربية البدنية والرياضة بجامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا	2
119	الاستبيان	3
120	المحور الأول ( الأنشطة الرياضية )	4
121	المحور الثاني ( الأنشطة الترويحية )	5
122	المحور الثالث ( الأنشطة الإجتماعية )	6
123	السيرة الذاتية	7

# الفصل الأول

## الإطار العام

1-1 المقدمة

1-2 مشكلة البحث

1-3 أهمية البحث والحاجة إليها

1-4 أهداف البحث

1-5 فروض البحث

1-6 حدود البحث

1-7 منهج البحث

1-8 مجتمع البحث

1-9 عينة البحث

1-10 أدوات جمع البيانات

1-11 مصطلحات البحث

# الفصل الأول

## الإطار العام

### 1-1 مقدمة:

ولدت الرياضة ونشأت في كنف الترويح وارتبطت إلى أقصى حد بوقت الفراغ، وعلى الرغم من الاستقلال النسبي للرياضة عن الترويح في العصر الحديث - كنظام اجتماعي ثقافي ، إلا أنها مازالت ولسوف تظل مرتبطة بالترويح، لأن جوهر الرياضة يتأسس في المقام الأول على أهداف ترويحوية، ولأن عوامل الالتقاء كثيرة بين قيم النظامين من حيث أهميتها للإنسان مثل المتعة والتسلية والبهجة وإزالة التوتر والاسترخاء والصحة واللياقة والخبرة الجمالية والإثارة والتنافس والجهد البدني والانجاز الشخصي والتنافسي الشريف والتعبير عن الذات، واكتساب الصداقات والعلاقات الاجتماعية والتعاون مع الآخرين، فهذه كلها تعبر عن قيم وحاجات أساسية للإنسان وبخاصة في هذا العصر. (كمال درويش، أمين الخولي، 2001، ص 323)

تعمل الأمم المتحضرة على تنظيم أنشطة وقت الفراغ ومساعدة كل مواطن على حسن استخدامه، وكلما نجحت في ذلك دلّ على تقدمها، وقد ربط الفيلسوف الانجليزي (برنز إندرسل نقلا عن كمال عبد الحميد و آخرون، 2012، ص 30) بين التمدن وحسن استخدام أوقات الفراغ حيث قال: "إن القدرة على ملء وقت الفراغ بذكاء هو أحسن إنتاج المدنية". فالتربية لأوقات الفراغ من الاهتمامات الدولية نظراً لأهمية استثمار أوقات الفراغ استثماراً إيجابياً في تنمية الفرد والمجتمع بدنياً واجتماعياً واقتصادياً، لذلك اهتمت المنظمات الدولية، كمنظمة الأمم المتحدة للتربية والثقافة والعلوم وأنشأت معهداً متخصصاً في التربية وأوقات الفراغ هو معهد

أوروبا للتربية وأوقات الفراغ. (European Centre for Leisure and

Education) والذي يجمع ويشجع البحوث العلمية في هذا الميدان. وانطلاقاً من الأهمية الكبيرة لاستثمار أوقات الفراغ والترويج في تنمية الأفراد والمجتمعات، اهتمت المنظمات الدولية بإعداد ميثاق للفراغ يتضمن مبادئ توجيهية العاملين والمخططين للبرامج الترويحية في أنحاء العالم. إن وقت الفراغ والترويج يعملان على توفير احتياجات الإنسان التي تتطلبها ظروف الحياة الحالية، فهما يعملان على إثراء حياة الشباب عن طريق ممارسة الرياضة والاسترخاء والاستمتاع بالفنون والعلوم الطبيعية. فممارسة الأنشطة تتيح الفرصة للفرد لتنشيط قدراته وإمكاناته الأساسية، فهي تعمل على تنمية ذكائه وإمكاناته الإبداعية وتقوية إرادته وإحساسه بالمسئولية، وتعتبر هي فترة الحرية التي يزداد فيها إحساس الفرد بإنسانيته وبكونه عضواً منتجاً في المجتمع. وأن أنشطة الترويج والرياضة تلعبان دوراً هاماً في توثيق أواصر الروابط بين الناس وبين شعوب العالم. (جمال عبد الحميد وآخرون، الترويج الرياضي للشباب، 2012، ص 30)

علاوة على ذلك فإن التأثيرات المرتبطة بالمهارات الرياضية تساعد على تنمية القوة المطلوبة لمساعدة الإنسان في العصر الحديث ليحافظ على الجسم الرياضي الذي اكتسبه، فهي توفر للنساء والرجال فرصة الاستمرارية في المشاركة في السنوات المتقدمة فيحافظوا على اللياقة اللازمة لاستمرارية الصحة والسعادة، لذلك كانت الدوافع والاهتمامات المتصاعدة بالأنشطة الترويحية المتعلقة بصحة الدورة الدموية والقلب إلى جانب إكساب القيم والتأثيرات المباشرة والفورية من خلال استمرار الأنشطة البدنية بعد سنوات الدراسة والتي تكون حافزاً على ممارستها طول العمر. (كمال درويش، أمين الخولي، 2001، ص 324)

إن النشاط الرياضي الترويحي يوفر فرصاً طيبة لنمو الشخصية الإنسانية للفرد بشكل يتصف بالتكامل والشمول حيث يندمج من خلال الأنشطة مع الجماعات والفرق التي تمده بالصدقة والعشرة والإلفة الاجتماعية وتجعله يتقبل معايير مجتمعه ويتطبع على قيمه ويدرك دوره كفرد في المجتمع مما يساهم في تشكيل رغباته واتجاهاته. ويشير أسامة راتب أن جهود المهتمين بتحليل دوافع ممارسة النشاط الرياضي توضح أن هناك ست فئات أساسية لهذه الدوافع تتمثل في:

- تنمية المهارات والكفايات الحركية.

- الانتساب لجماعة وتكوين الصداقات.

- الحصول على النجاح والتقدير.

- التمرين وتحسين اللياقة البدنية.

- التخلص من الطاقة.

- الحصول على خبرة التحدي والاستثارة. (اسامه كامل راتب ، 2000، ص 106)

إن الترويح يتصل بالتربية اتصالاً وثيقاً، كل منهما يؤثر ويتأثر بالآخر. وفي ظل التوجهات الحديثة لتعريف التربية على أنها الحياة وليس مجرد الإعداد للحياة تلعب خبرات الترويح وأنشطة الفراغ الإيجابية دوراً هاماً وفعالاً في تربية الأفراد على اختلاف أعمارهم وبيئاتهم وثقافتهم. فنمو الشخصية هدف مشترك لكلا التربية والترويح وان تفاوتت أساليب كل منهما في سبيل تحقيق ذلك الهدف. ووجد أن أكثر الخبرات التربوية رسوخاً هي تلك المكتسبة بشكل يتسم بالترويح، ويؤكد الباحث ليون باجريت Leon Bagrt (نقلا عن كمال رويش و أمين الخولي، 2001 ، ص 155) أن الغرض الكلي لأنشطة الفراغ هو إتاحة الفرصة

للأفراد لكي تنمو مواهبهم واهتماماتهم مهما تضاءلت. ولعل نقاط الالتقاء هذه يمكن التعبير عنها بمفهوم التنشئة الاجتماعية أو التطبيع الاجتماعي، وهو مفهوم متصل بتكيف الفرد مع معطيات مجتمعه وثقافته. فالحاجة إلى الترويح لا بد أن تمتد إلى كافة مراحل الحياة مع إضفاء سبل ووسائل التنوع وظروف الإشباع لكافة ألوان الترويح من أنشطة ثقافية وفنية وأدبية وعلمية إلى جانب الأنشطة الرياضية المتعددة، وكلما تنوعت هذه المجالات أتاحت مزيداً من فرص الإشباع لحاجات الأفراد والجماعات ف مختلف مراحل حياتهم صغاراً وكباراً. (كمال درويش، أمين الخولي، 2001، ص 159)

لذلك اهتمت المؤسسات التربوية والاجتماعية والاقتصادية والدينية والترفيهية بدراسة وقت الفراغ وكيفية استثماره ومردوده، وكذلك اهتمت بدراسة المشكلات الناتجة عن عدم استثماره. وقد أصبح التحدي الذي يواجه هذا العصر بل ويواجه كل مجتمع هو كيفية استثمار وقت الفراغ ومواجهة زيادة الطلب على وقت الفراغ. ومن جانب آخر يرتبط الترويح بالدافعية إذ يقترن بميول واتجاهات وحاجات الأفراد والجماعات، كما أنه يتصل بالهوايات، ومن ثم يتضح دور المؤسسات التعليمية وكذلك الأسرة في تعليم أبنائها المهارات والهوايات وتنمية مواهبهم. كما يتضح دور وسائل الاتصال في ترسيخ مفهوم الترويح لدى أفراد المجتمع ودفعهم نحو ممارسة المناشط الترويحية من خلال تقديم البرامج المسموعة والمرئية والمقروءة التي توضح للأفراد مفهوم الترويح وتنمي ثقافتهم. وكذلك من خلال إسهام تلك البرامج في تعليم الأفراد المهارات والهوايات لاستثمار أوقات الفراغ.

يعتبر الشباب في الوقت الحاضر وخاصة طلاب الجامعات م قاعدة البناء وعدة الأمة في استمرار مسيرتها الحضارية عبر التاريخ، وقد عبر عن ذلك جونسون

ناقلين Jonson Naglyne (نقلاً عن كمال عبد الحميد 2012م ، ص 30) في

حديثه في المؤتمر الخامس الدولي عن دور الشباب في التنمية الوطنية حيث قال "علينا أن ندرس بعناية شديدة أفكار الشباب وآمالهم وحقوقهم ومسئولياتهم في خطط التنمية لأوطانهم" وقد زاد الاهتمام بالشباب يوماً بعد يوم بالبحث عن مشكلاته وتقديم الحلول لها في ضوء مفاهيم علمية. وقد أنشأت منظمة الأمم المتحدة للتربية والثقافة والعلوم معهداً متخصصاً للتربية وأوقات الفراغ هو "معهد أوروبا للتربية وأوقات الفراغ European Centre for Leisure and Education" بالإضافة إلى وجود اتحاد دولي لأوقات الفراغ مقره نيويورك "World Leisure and Recreation Association" (نفس المرجع السابق، ص 31)

## 1-2 مشكلة البحث:

بحكم عمل الدارس في وزارة الشباب بجمهورية جنوب السودان واحتكاكه بكثير من الطلاب في مواقع مختلفة لاحظ أن أعداداً كبيرة منهم تعيش فراغاً لا يحسنون استثماره علاوة على بروز العديد من المشكلات والنزاعات الطلابية ذات الطابع القبلي مما يؤثر سلباً في التماسك الاجتماعي والإثني بين الطلاب، بينما لاحظ الدارس أيضاً أن هناك شريحة تهتم بالأنشطة الرياضية وتزاولها بانتظام في أوقات الفراغ مما جعل الدارس يطرق هذا المجال لعله يسهم في تعزيز السلام الاجتماعي وتقوية روابط الإخوة والصداقة بين مكونات الجامعة المختلفة وهي تجمع كل قبائل جمهورية جنوب السودان على اختلاف ألسنتهم ولهجاتهم وثقافتهم. وذلك من

خلال طرح السؤال التالي

ما هو دور ممارسة الأنشطة الرياضية والترويحية؟

إن ممارسة الأنشطة الرياضية والترفيهية تحقق النمو المتكامل للشباب بصفة عامة وطلاب الجامعة بصفة خاصة من الناحية البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية، وهي تهدف لإعدادهم للحياة المستقبلية إعداداً يكفل لهم المشاركة الفعالة في بناء المجتمع.

### 3-1 أهمية البحث والحاجة إليها:

- قد تساعد هذه الدراسة المسؤولين في جامعة جوبا عامة وعمادة الطلاب خاصة على معرفة احتياجات الطلاب للمناشط الرياضية والترفيهية وتصميم البرامج لمزاومتها.

- تسهم الدراسة في معرفة نوعية الأنشطة الرياضية والترفيهية التي يميل إليها الطلاب والتي ستسهم في الترابط والسلام الاجتماعي بين شرائح الطلاب.

- تكمن أهمية الدراسة في معرفة وفهم أهمية الأنشطة الترفيهية والرياضية لدى جميع شرائح العينة المستهدفة.

- إظهار مدى أهمية التعايش السلمي وسط طلاب جامعة جوبا والذي سينعكس إيجاباً على مجتمعاتهم وقبائلهم.

### 4-1 أهداف البحث:

4-1- التعرف على أنواع الأنشطة الرياضية لدى طلاب جامعة جوبا ودورها في تعزيز التعايش السلمي بين طلاب جامعة جوبا ؟

4-1-2 التعرف على الأنشطة الرياضية والترفيهية لدى طلاب جامعة جوبا ودورها في تعزيز التعايش السلمي بين طلاب جامعة جوبا ؟

1-4-3 التعرف على الأنشطة الرياضية الاجتماعية لدى طلاب جامعة جوبا ودورها في تعزيز التعايش السلمي بين طلاب جامعة جوبا ؟

### 1-5-5 تساؤلات البحث:

1-5-1 ما أنواع الأنشطة الرياضية لدى طلاب جامعة جوبا ودورها في تعزيز التعايش السلمي بين طلاب جامعة جوبا ؟

1-5-2 ما أنواع الأنشطة والترويحية لدى طلاب جامعة جوبا ودورها في تعزيز التعايش السلمي بين طلاب جامعة جوبا ؟

1-5-3 ما أنواع الأنشطة الاجتماعية لدى طلاب جامعة جوبا ودورها في تعزيز التعايش السلمي بين طلاب جامعة جوبا ؟

### 1-6-6 حدود البحث:

1-6-1 الحدود البشرية: طلاب وطالبات جامعة جوبا من الجنسين.

1-6-2 الحدود المكانية: جامعة جوبا - جمهورية جنوب السودان.

1-6-3 الحدود الزمانية: 2014-2016م.

### 1-7 منهج البحث:

إستخدم الباحث المنهج الوصفي. والتي تقوم علي وصف الظاهرة المتعلقة بطبيعة الظاهرة أو الموقف أو جماعة من الناس أو مجموعة من الاحداث مع محاولة تفسير هذه الحقائق تفسيراً كافياً (سهير بدر ) نقلا عن أبو القاسم عبدالقادر وآخرون ، 2001م ، ص 14

## 8-1 مجتمع البحث:

طلاب وطالبات جامعة جوبا.

## 9-1 عينة البحث:

150 اختار الباحث عينة عشوائية ممثلة من المجتمع الكلي للدراسة مكونة من طالب وطالبة ممثلين لكل كليات الجامعة.

## 10-1 أدوات جمع البيانات:

1- استبيان بحصر الأنشطة الرياضية والترفيهية والاجتماعية منعينة عشوائية من الطلاب والطالبات.

## 11-1 مصطلحات البحث:

1- وقت الفراغ: هو الوقت المتبقي بعد أداء الواجبات الحيوية الأساسية للإنسان، ويكون للفرد حرية قضائه كيفما يريد. (تهاني عبد السلام، طه عبد الرحيم، 1991م، ص 11)

2- النشاط الترويحي: هو نشاط اختياري هادف وبناء يمارس في وقت الفراغ، ليس بغرض الكسب المادي وغرض في ذاته ودافعه السعادة الشخصية. (تهاني عبد السلام، 1991م، ص 11)

3- التربية الترويحية Recreation Education : تعني النظرة إلى الفراغ كفرصة تعليمية وتربوية من خلال ممارسة الأنشطة الترويحية المختلفة، وفي نطاق رسالة الجامعة التثقيفية والإرشادية المتنوعة مثل المحاضرات أو الندوات أو إحياء المناسبات القومية والدينية للارتقاء بشخصية الطالب الجامعي. (كمال عبد الحميد، 2012م، ص 230)

4- التآزر والتناسق بين عمل الجامعة والمؤسسات الأخرى: الجامعة مؤسسة  
تربوية اجتماعية تتبادل التأثير مع غير ها من مؤسسات المجتمع باعتبارها منارة  
للفكر والإبداع والثقافة الواعية لتربية الإنسان. (تعريف إجرائى للباحث)

#### 8- الأسلوب الإحصائي:

إستخدام الباحث الأسلوب الإحصائي ( تحليل الحزم الإجتماعية SPSS ) والذي  
يشمل:

- 1- النسب المئوية .
- 2- التكرارات
- 3- معامل ارتباط بيرسون .
- 4- معادله سبيرمان براون لحساب معامل الثبات.
- 5- المتوسطات الحسابيه .
- 6- الإنحرافات المعياريه .
- 7- اختبار مربع كاي لدلالة الفروق بين الإجابات.
- 8- تحليل التباين.

## الفصل الثاني

### الإطار النظري والدراسات السابقة

#### المبحث الأول:

1-2 الأنشطة الرياضية

2-2 النشاط الرياضي في وقت الفراغ

3-2 تصنيف الأنشطة الرياضية الترويحية

4-2 أهداف الرياضات الترويحية

#### المبحث الثاني

1-2-2 التربية البدنية والرياضة

2-2-2 مبادئ اللياقة البدنية والرياضة

3-2-2 الأهداف العامة للياقة البدنية والرياضة

4-2-2 مفهوم التربية البدنية والرياضة

5-2-2 تعريف التربية البدنية والرياضة

1-5-2-2 مراحل تطور مفهوم التربية البدنية والرياضة

2-5-2-2 أهمية التربية البدنية والرياضة

3-5-2-2 أهداف التربية البدنية والرياضة

4-5-2-2 الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضة

#### المبحث الثالث

3-2 علاقة الترويح بالتربية البدنية والرياضة

1-3-2 الأنشطة البدنية والترويح الرياضي

#### المبحث الرابع

4-2 دور التربية البدنية بالجامعات

1-4-2 أهمية التربية البدنية بالجامعات

2-4-2 مكانة التربية البدنية والرياضة في الجدول الدراسي بالمدارس والجامعات

3-4-2 خصائص مقرر التربية البدنية والرياضة

4-4-2 الثقافة الترويحية لدى شباب الجامعات

5-4-2 التربية الترويحية للطلاب الجامعيين

6-4-2 المفاهيم الاجتماعية المرتبطة بالترويح

7-4-2 الترويح كنظام اجتماعي

8-4-2 الترويح كظاهرة اجتماعية

9-4-2 الترويح والتنمية الاجتماعية

### المبحث الخامس

1-5-2 علاقة الترويح بالثقافة

2-5-2 الفن كنمط شعبي تروحي

3-5-2 الفولكلور والموروث الشعبي في الترويح

### المبحث السادس

6-2 وقت الفراغ

1-6-2 مفهوم وقت الفراغ

2-6-2 مفهوم وقت الفراغ في المجتمعات البدائية

3-6-2 أهمية وقت الفراغ في حياة الإنسان

4-6-2 مستويات المشاركة في مناشط وقت الفراغ

5-6-2 دور التربية حيال وقت الفراغ

6-6-2 مشكلات التربية للفراغ

7-6-2 وقت الفراغ والمراهقة

8-6-2 وقت الفراغ في حياة البالغين

9-6-2 وقت الفراغ ومرحلة الشباب

### **المبحث السابع**

1-7-2 الثقافة الشعبية في العصر الحديث والترويج

2-7-2 الثقافة الشعبية كمدخل للتنمية والتسلية

### **المبحث الثامن**

1-8-2 ولايات جمهورية جنوب السودان

2-8-2 أسماء القبائل بجمهورية جنوب السودان

### **المبحث التاسع**

1-9-2 الدراسات السابقة

2-9-2 التعليق على الدراسات السابقة

3-9-2 الاستفادة من الدراسات السابقة

## الفصل الثاني

### الإطار النظري

#### 1-2 المبحث الأول: الأنشطة الرياضية:

للنشاط الرياضي تاريخ ممتد وتقاليد ومبادئ ترجع إلى باكورة تاريخ الإنسان، فقد سجل تاريخ البشرية أن الإنسان الأول قد مارس ألواناً متعددة من النشاط الرياضي منذ أن وجد على سطح البسيطة. ويشير وليم جيسي Williams Jessey نقلاً عن شارلس بيوكر ، 1960م ، ص 40 إلى أن الألعاب الرياضية تعد هي التراث المشترك بين بني الإنسان جميعاً. وقد عرف الإنسان دائماً التمرينات البدنية إذ أن جميع الثقافات قد عبرت عن الجمال الجسماني من خلال العديد من آثارها المرسومة، أو المنقوشة على جدران المعابد والمقابر منذ العصور القديمة، أو من خلال التماثيل التي تم نحتها، وذلك منذ زمن بعيد وفي حضارات قديمة كالحضارة الفرعونية والحضارة الإغريقية والحضارة الرومانية. وقد مارس الإنسان العديد من أوجه النشاط الرياضي وقام بتطوير أساليب تنظيمها وصار لها العديد من الأهداف التي تسعى إلى تحقيقها. وعندما تبوأَت مكانتها الاجتماعية واحتلت حيزاً من وقت الفرد وأدخلت في إطار إعداده وتدريبه بشكل منتظم. وقد أشار أوتو سيميزك Otto Szymiczek (نقلاً عن الحماحمي 2008م ، ص 16) أن بيير دي كوبرتان Perre De Coubertin باعث الألعاب الأولمبية الحديثة - كان يهدف من خلال إحيائه للألعاب الأولمبية إلى لفت انتباه الحكومات إلى ضرورة إدراج برامج التربية البدنية والرياضة في إطار خططها لخدمة وتربية الشباب. (محمد الحماحمي، الرياضة للجميع، 2008م، ص 16).

## 2-2 النشاط الرياضي في وقت الفراغ:

يعتبر الترويح الرياضي الذي يمارسه الفرد أو الجماعة من أقرب وأحب الأنشطة الترويحية إلى قلوب ونفوس المشاركين فيه من الصغار والشباب والكبار من كلا الجنسين دون التفرقة في اللون أو العقيدة أو الحالة الاجتماعية أو الحالة الاقتصادية فالاشتراك في ممارسة أنشطة الترويح الرياضي أمر واقعي يندفع إلى ممارسته كافة أفراد الشعب تحت منطلق الرياضة. ففي أواخر السبعينات برزت ظاهرة ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية والتي منها الجري البطيء واختراق الضاحية في ممرات الحدائق والشوارع الجانبية والطرق. فالنشاط الرياضي الترويحي له أهمية في تنمية جميع الجوانب البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية للفرد. ويرى هورماشى Hormachea أنه ليس هناك جدال على أن قيمة الأنشطة الرياضية الترويحية ومساهمتها في الجانب النفسي، وقد وجد الأطباء النفسيون أن الاشتراك في الأنشطة الترويحية الرياضية ساعد على الاستشفاء بصورة أسرع، ويضيف الكزاندر Alexander أن الأنشطة الرياضية الترويحية من العوامل الفعالة في إزالة التوتر العصبي والإجهاد النفسي، وأكد كارلسون Carlson أن القيمة الأكثر وضوحاً للأنشطة الرياضية الترويحية هي مساهمتها في تحسين حالة الفرد والتخلص من الطاقة الزائدة لديه. (كمال عبد الحميد، 2012م، ص 127)

## 2-3 تصنيف الأنشطة الرياضية الترويحية:

ظهرت تقسيمات متعددة تختلف في شكلها وان كانت تتفق في مضمونها. وقد يرجع الاختلاف إلى جوانب متعددة برز في مقدمتها الأهداف التي تفرض تحقيق الغرض من استخدامها. وطبقاً لآراء كارلسون جانت Carlson Janet وثيرودور دبي Theodor Deppe وجيمس بيترسور James Petersor فقد قسمت الأنشطة إلى مجموعات رئيسية هي: ( المرجع السابق ، ص 120 ).

## الألعاب والمسابقات ذات التقسيم البسيط:

تثير تلك الأنشطة ميول واهتمامات الأطفال من صغار العمر الزمني وهي تعتمد في ممارستها على أي عدد من الأفراد وعلى بعض القوانين أو القواعد لتنظيمها، كما أن الاشتراك في مناشطها لا يحتاج إلى مستوى عالي من المهارة أو الأداء وهي: ألعاب الكرة - التتابعات - ألعاب الماء - ألعاب الرشاقة - ألعاب الرقص والغناء - ألعاب اقتفاء الأثر.

## الرياضات الفردية:

تحقق الرياضات الفردية ممارسة الفرد للنشاط بمفرده لتحقيق استمتاعه أو لصعوبة التنسيق مع الآخرين على ممارسة نوع معين من النشاط في توقيت واحد ومن أمثلتها: القنص - صيد الاسماك - المشي - الجري - الفروسية - الجولف - الرمي بالسهم - السباحة - ركوب الدراجات بأنواعها - اليخوت.

## الرياضات الزوجية:

تستلزم الرياضات الزوجية اشتراك فردين على الاقل للعب معاً وذلك لقيام الممارسة ونجاحها مثل: التنس - تنس الطاولة - الريشة الطائرة - المبارزة - كرة المضرب - الاسكواش.

## رياضات الفرق:

كرة القدم - الكرة الطائرة - كرة السلة - كرة اليد - الهوكي. (نفسالمرجع السابق، ص 129).

2-4 أهداف الرياضات الترويحية: (تهاني عبد السلام 2001م ، ص 255 نقلا  
عن إحسان أحمد 2008م، ص 20)

#### 1/ الأهداف الصحية:

- تطوير الحالة الصحية للفرد.
- تنمية العادات الصحية المرغوبة.
- الوقاية والإقلال من فرص التعرض للإصابة بأمراض القلب والدورة الدموية.
- زيادة المناعة الطبيعية للجسم ومقاومة المرض.
- الحد من الآثار السالبة للتوتر النفسي والقلق والتغذية الجيدة وفقاً لنوع المجهود المبذول.
- المحافظة على الوزن المناسب للجسم.

#### 2/ الأهداف البدنية:

- تنمية اللياقة البدنية.
- تجديد نشاط وحيوية الجسم.
- المحافظة على الحالة البدنية الجيدة.
- الاحتفاظ بالقوام الجيد.
- الوقاية من الانحرافات القوامية.
- الاسترخاء العضلي العصبي. (إحسان أحمد، رسالة دكتوراة، 2008م، ص 20).

### 3/ الأهداف المهارية:

- تنمية الحس الحركي منذ الصغر.
- تعليم المهارات الحركية.
- الارتقاء بمستوى الموهوبين رياضياً.

### 4/ الأهداف التربوية:

- تشكيل وتنمية الشخصية المتكاملة للفرد.
- استثمار أوقات الفراغ.
- الارتقاء بسلوك الفرد.
- تنمية قوة الإرادة.
- التفوق على الذات.
- تنمية القيم الجمالية.

### 5/ الأهداف النفسية:

- تنمية الرغبة واستثارة دافعية الفرد نحو ممارسة النشاط الحركي.
- تحقيق السعادة لحياة الفرد.
- إشباع الميل للحركة واللعب أو الهواية الرياضية.
- التعبير عن الذات وتفريغ الانفعالات المكبوتة.
- الحد من التوتر النفسي والعصبي.

- إشباع الدافع للمنافسة. (محمد محمد الحماحي، 2001م، ص 90)

#### 6/ الأهداف الاجتماعية:

- تكوين علاقات وصدقات مع الآخرين.
- التغلب على ظاهرة العزلة الاجتماعية.
- إشباع الحاجة للإلتقاء مع الآخرين من ذوي الميول والاهتمامات المشتركة.
- تحقيق التوافق الاجتماعي للأفراد والجماعات.
- المشاركة في الاحتفالات والمهرجانات الرياضية.
- تنمية مهارات التواصل والتفاوض بين الجماعات وبعضها لدعم العمل الجماعي.

#### 7/ الأهداف الثقافية:

- تزويد الفرد بالثقافة الرياضية.
- تشكي وتنمية مدركات الفرد بأهمية الرياضة.
- التعرف على عوامل الأمن والسلامة.
- التعرف على العديد من مناشط وقت الفراغ.
- فهم أفضل للبيئة المحيطة بالفرد.

#### 8/ الأهداف الاقتصادية:

- زيادة الكفاءة الإنتاجية للفرد.

- زيادة الإنتاج القومي للفرد.

- زيادة الحركية والتحفيز للعمل.

- التقليل من النفقات العلاجية.

## 2-2-1 المبحث الثاني: التربية البدنية والرياضة

إن النشاط البدني من الوسائل الضرورية للبناء البشري الذي يهدف إلى تربية الفرد تربية شاملة من خلال استغلال العديد من الدوافع الطبيعية الموجودة في كل فرد، فهو يحظى بمكانة مرموقة بين مجتمعات العالم المتقدمة لما له من آثار إيجابية تعود بالنفع والفائدة على الفرد والمجتمع، لذلك فإن النشاط البدني يعد بمثابة سفارة تعكس مدى تقدم أو تخلف الدول. وأفردت له ميزانية خاصة، وأصبح يخطط له وفق أسس علمية ممرحلة، كذلك فإن النشاط البدني يساعد في تحقيق النمو الاجتماعي عن طريق إيجاد علاقات اجتماعية سليمة مع الآخرين متمثلاً فيها التعاون والمنافسة والخصائص الخلقية ومعرفة قيمة كل فرد لنفسه وللآخرين. (إيلي يوسف، 1991م، ص 106)

ويضيف (محمد إبراهيم شحاتة وصباح السيد فاروز، 1996م، ص 20) أن برامج اللياقة البدنية والرياضة للجميع لم تعد قاصرة على فئة عمرية محددة كما أنها لم تعد حكراً على طبقة من طبقات الشعب، وإنما أصبحت ضرورة وحاجة أساسية من المهد إلى اللحد، كما أصبحت الرياضة ملكاً لكافة أفراد الشعب.

ففي مرحلة الطفولة والمراهقة تلعب برامج اللياقة البدنية والرياضة للجميع دوراً أساسياً في نمو الفتى نمواً متزناً ومتكاملاً في الأبعاد البدنية والعقلية والروحية، كما تساعد على تنشئته التنشئة الاجتماعية السليمة وتنقيفه بكل ما هو مفيد ونافع وتجنبه كل ما هو فاسد وضار. أما في مرحلة الرشد وأواسط العمر فإن برامج

اللياقة البدنية والرياضة للجميع الهادفة تلعب دوراً هاماً في المحافظة على مستوى اللياقة البدنية العامة وفي الوقاية من ترهل الجسم وزيادة الوزن، كما أنها تكون خير عون له في الترويح عن النفس والتعويض عن حياة الكسل والخمول والتخفيف عن القلق الناتج عن الضغوط النفسية والتوترات العصبية التي يتعرض لها الإنسان في هذا العصر، كما أنها تساعد في التعويض عن الآثار الضارة التي يسببها تلوث البيئة والاعتماد على المواد المصنعة في مختلف مجالات الحياة.

إن برامج اللياقة البدنية والرياضة لم تعد حكراً كما كان الحال في أواسط هذا القرن وإنما أصبحت ملكاً للجميع. وخير دليل على ذلك هو الاتجاه الحديث الذي ينادي بمفهوم "الرياضة للجميع" وهو مفهوم حديث أحدث تغييراً جذرياً في معنى التربية الرياضية ومظاهرها، فأصبح لكل فئة من فئات المجتمع أنشطة رياضية خاصة بها بدءاً بالطلاب ومروراً بالعمال والفلاحين والموظفين ورجال القوات المسلحة ورجال الأمن، وانتهاءً بربات البيوت وكبار السن والمعاقين حركياً ونفسياً وعقلياً. كما أصبح لكل فئة من هذه الفئات مظاهر من الأنشطة الرياضية التي تتناسب مع تكوين الجسم وطبيعة العمل وظروف المهنة ويتناسب مع دوره الأساسي في المجتمع عامة وفي مجال العمل خاصة.

وفي العام 1978م أصدرت اللجنة الدولية للتربية البدنية والرياضة في منظمة اليونسكو وثيقة دولية باسم "الميثاق الدولي للتربية البدنية والرياضة" وهو الميثاق الذي يؤكد على ضرورة دعم مفهوم الرياضة للجميع. (محمد إبراهيم شحاتة وصباح السيد 1996م ، ص 21).

## 2-2-2 مبادئ اللياقة البدنية والرياضة:

- أن يكون الهدف من الممارسة تنمية اللياقة البدنية والصحية وأن تمارس في جو من المتعة والسعادة.
- أن تكون برامجها مناسبة لجميع المراحل السنية ولمختلف فئات الشعب في المدرسة والجامعة والمصنع والحقل والمتجر وفي المكتب والمؤسسة وأن تكون صالحة للجنسين وللقيوي والضعيف والسليم والمعاق.
- أن تكون ممارستها غير مكلفة ولا تحتاج إلى ملاعب وساحات واسعة وتجهيزات معقدة، وأن تكون من النوع الذي يمكن ممارستها على أفراد أو في جماعات ويدون مدرب محترف أو إشراف متخصص.
- أن تكون غير مقيدة بقواعد وقوانين معقدة بحيث يسهل تنفيذها في كل زمان ومكان.
- أن تكون مناسبة لكافة الأجواء الباردة والساخنة ويمكن ممارستها ليلاً ونهاراً.
- أن تستمر ممارستها منذ الطفولة وحتى الشيخوخة.

## 2-2-3 الأهداف العامة للياقة البدنية والرياضة:

- أ- تنمية الكفاية البدنية وصيانتها.
- ب- تنمية المهارات البدنية النافعة للحياة.
- ج- تنمية الكفاية العقلية والذهنية.
- د- تحقيق النمو الاجتماعي.
- هـ- التمتع بالنشاط الترويحي في قضاء أوقات الفراغ.

و- اكتساب الصحة ومحاربة الخمول والكسل. ( محمد إبراهيم شحاته و صباح السيد، 1996 ص 22)

## 2-2-4 مفهوم التربية البدنية والرياضة:

تسعى دول العالم بين الحين والآخر لتحديث مفاهيمها ومعارفها وأغراضها لشتى العلوم الحيوية والأساسية، والتي من شأنها الإسهام في تنمية وإعداد المواطن الصالح. وتعتبر التربية البدنية والرياضة واحدة من أهم هذه العلوم العصرية التي بدأ يزداد الإقبال عليها على المستوى المهني والترويحي، وعلى هذا الأساس يكون للنشاط البدني الدور الكبير في تنمية وإعداد المواطن الصالح القادر على العمل في جو معافى مشبع بالصحة.

إن مفهوم التربية البدنية والرياضة يمكن وصفه بطرق عديدة مختلفة، فالبعض يراها مرادفة لمفاهيم مثل التمرينات، اللعب، الألعاب، وقت الفراغ، الترويح، الرياضة، المسابقات الرياضية، الرقص. ولكن هذه المفاهيم جميعها في الواقع تعبر عن أطر وأشكال الحركة المتضمنة في المجال الأكاديمي الذي يطلق عليه اسم "التربية البدنية والرياضة". (أمين أنور الخولي، 2001م، ص 301)

وعليه يرى الباحث أن هذا المفهوم والنشاط البدني يعتبر أحد البرامج الهامة والهادفة التي تساعد على دعم وتكوين شخصية الطالب الجامعي وحفظ صحته وإعدادة للمستقبل.

فالنشاط البدني المنتظم يؤدي إلى زيادة استمتاع الطالب بحياته والنظام البدني كنظام مدرسي منظم يعمل على اكتساب المهارات الحركية للطلاب وإتقانها والعناية باللياقة البدنية من أجل صحة أفضل وحياة أكثر نشاطاً وإيجابية. ويشير (عبد الله نشواني، 1996م، ص 487) إلى أن النظام التربوي هو تنمية المعارف المنتظمة

الرسمية والتي تتميز بتركيزها الواضح على دراسة نشاط أو ظاهرة ما. وفي ضوء ذلك يمكن اعتبار النشاط البدني نشاطاً تربوياً باعتبار أن تركيزه الأساسي ينصب في دراسة ظاهرة حركة الإنسان البدنية.

## 2-2-5 تعريف التربية البدنية والرياضة:

عرف (بيوتشر Bucher 1999م، ص 55 نقلا عن احسان أحمد 2008م ، ص 69) التربية البدنية بأنها العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة المختارة لتحقيق ذلك. وقد تناول بيوتشر هذا التعريف بالتحليل مشيراً إلى أن التربية البدنية والرياضة تشتمل على اكتساب وصقل المهارات الحركية وتنمية اللياقة البدنية والمحافظة عليها، من أجل أفضل مستوى صحي واكتساب المعارف وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو النشاط البدني.

## 2-2-5-1 مراحل تطور مفهوم التربية البدنية والرياضة:

مراحل تطور التربية البدنية بمعناها الحديث من وجهة النظر الأمريكية يمكن إيجازه على النحو التالي:

أ- مرحلة التدريب البدني: حيث أن التركيز في البرامج على الصحة والمقاييس الجسمية واللياقة البدنية والنمو البدني، وكانت الأهداف تؤكد على ما سبق من قيم بدنية وصحية مثل: الجمباز والتمرينات البدنية والتدريب بالأثقال.

ب- مرحلة التربية البدنية: طالب وود Wood 1893م أي منذ أكثر من مائة عام بتغيير مفهوم مجال التدريب البدني وتحويله إلى تربية بدنية، مؤكداً أن هذا المسمى لا يعني تربية البدن، وإنما الاستفادة من الفرص التي يتيحها التدريب البدني لاستكمال العملية التربوية، ومن ثم الإسهام الكامل في حياة الفرد سواء على المستوى البيئي أو الثقافي.

ج- مرحلة الاستفادة من التقدم التربوي: وبفضل أفكار جون ديوي التقدمية على مختلف النظم التربوية، تبلور مفهوم التربية البدنية الذي كان قد بدأ في الظهور منذ القرن التاسع عشر، وبدأت تتحسن طرق التدريب والأهداف والبرامج.

- تختلف البرامج عن التمرينات البدنية وجدولها الصارمة شبه العسكرية والجوانب الشكلية.

- احتلت الرياضة والمسابقات الرياضية والألعاب مكانة بارزة في المنهج. (أمين أنور الخولي، 2001م، ص 30)

د- مرحلة توظيف سيكولوجية التعلم: تزايدت الحاجة الى المعلومات المتصلة بسيكولوجية التعلم من خلال الحرب العالمية الثانية والحرب الكورية وتضاعفت حركة تصميم الاختبارات النفسية والمعرفية والبدنية لانتقاء وتوجيه الجنود للأسلحة المناسبة، وسيطر هدف تنمية الأداء المهاري على البرامج.

هـ- مرحلة النزعة المعرفية: مع تزايد حركة البحث المنهجية والاتجاه إلى تأكيد هوية التربية البدنية كنظام ومهنة، ظهرت نزعات مسيطرة برز فيها الجانب المعرفي للتربية البدنية.

- زاد الاهتمام باختبارات (الورقة والقلم) المعرفية في التربية البدنية لتأكيد بنياتها المعلوماتية، وكان ذلك مواكباً لظهور تصنيف بلوم للمجال المعرفي.

- أسهمت المدارس الفلسفية المختلفة في تطوير أهداف وقيم التربية البدنية، وشجعت الطرق المؤدية إلى المزيد من معرفة الفرد بجسمه وحركته وعلاقاته بالبيئة والفراغ المحيط. (أمين أنور الخولي، 2001، ص 30).

## 2-5-2-2 أهمية التربية البدنية والرياضة:

تهدف التربية البدنية إلى تنمية الفرد من جميع نواحيه النفسية والخلقية والعقلية والجسمية، وتنمية الجسم عن طريق البدن ووسيلته الحركة التي تعتبر جزءاً أساسياً من العملية التربوية، والتربية التي تدخل في مناهجها النشاط البدني، تعلم الطالب أسلوباً للحياة لا يقتصر أثره على استثارة نشاطه، بل يمتد إلى ميادين واسعة في حياته المدرسية. (إسماعيل محمد القناوي، 2001م، ص 33)، والتربية البدنية

تتمي إرادة الغلبة والانتصار بما فيها إرادة الذات. النشاط البدني يزيد من حيوية الفرد ويجدد الطاقة ويرفع كفاءة أجهزته الحيوية والأعضاء المختلفة بالجسم. كما أن التدريب الجسدي المنظم الذي يتم في وقت مناسب من اليوم ينشط الملكات العقلية، كما تأتي أهمية النشاط البدني في بناء جسم الفرد، خاصة أن الجسم هو الوسيط الهام في التعبير والأفكار والأحاسيس ومن ثم كانت العناية به. (أمر الله أحمد البساطي، 2002م، ص 4)

ويشير (كولمان Colman، 1996، ص 98) إلى أن التربية البدنية والرياضة ترمي إلى التوفيق بين قوى الفرد الكامنة جسدياً وعقلياً واجتماعياً حتى يهنا بحياته في المجتمع ويرتقي بها. فهي تعمل على جعل الجسم صحيحاً قادراً على العمل والتحمل وتجعل العقل نشيطاً.

فالتمرينات البدنية تساعد أجهزة الجسم الحيوية، الجهاز التنفسي والدورة الدموية على العمل بكفاءة، كما تنمي فيه النشاط والحيوية، والألعاب تعود الفرد على الطاعة والأمانة وبذل الجهد والشعور بالمسؤولية والتعاون، إلى غير ذلك من الصفات الاجتماعية الحميدة. ومن الناحية الفسيولوجية فإن النشاط البدني العنيف يزيد من أعباء عمل القلب والرئتين، ويعمل على تدريبهما وزيادة كفاءتهما حتى يمكنهما من القيام بتلبية احتياجات الجسم المتزايدة والمستمرة أثناء المجهود البدني.

ويضيف (محمد جميل، 2000م، ص 13) أن جميع الحركات والأنشطة التي يمارسها الفرد تقع تحت سيطرة العقل، فو يتحكم في الحركات ويوجهها. وفي الواقع أن هنالك علاقة قوية بين النشاط البدني والناحية الذهنية، وأن ممارسة النشاط البدني تحتاج إلى قدر من المتطلبات العقلية، وترتفع هذه المتطلبات باستمرار مع ارتفاع مستوى الأداء البدني، خاصة أثناء ممارسة النشاط البدني الذي يتطلب سرعة إدراك العلاقات من مواقف اللعب المختلفة والمتعددة والتي تحتاج إلى سرعة حسن التصرف حسب المواقف التي يمكن أن تواجه الفرد.

وترى (عواطف أبو العلا، 2000م، ص 176) أن للنشاط البدني أهميته في تنمية الذهن وكذلك له أهمية كبرى في تنمية الناحية النفسية والانفعالية مثل قوة الإرادة والعزيمة والتصميم وضبط النفس أثناء ممارسة النشاط البدني، من خلال المواقف المتعددة التي يمر بها الممارسين أثناء التدريب والمباريات.

والنشاط البدني له دور إيجابي في تخفيف وإزالة التوتر النفسي والعصبي والتعب الناتج عن الدراسة المستمرة أو العمل اليومي الممل، وفيه ضرورة للمحافظة على حيوية الفرد ونشاطه لارتباطه بعناصر المرح والسرور والترويح عن النفس، وذلك لأن الإنسان إذا داوم على عمل أو دراسة بصورة مستمرة، فإنه يصاب بالملل والتوتر النفسي، وربما يؤدي ذلك إلى خفض مستوى تحصيله أو إنتاجه مما يستوجب أن يروح عن نفسه بعض الوقت ويكون ذلك عن طريق النشاط البدني.

ويذكر (أمين الخولي، 2001م، ص 41) قائلاً، لقد اهتم الإنسان القديم بجسمه وصحته ولياقته وشكله. كما تعرف عبر الثقافات المختلفة على الفوائد والمنافع التي تعود عليه من جراء ممارسة الأنشطة البدنية والتي اتخذت أشكالاً اجتماعية كاللعب، الألعاب، والتمارين البدنية والرقص، والتدريب البدني والرياضة، كما أدرك أن المنافع الناجمة عن ممارسة هذه الأشكال من الأنشطة لم تتوقف على

الجانب البدني والصحي، وإنما لها آثار إيجابية نافعة على الجوانب النفسية والاجتماعية والجوانب العقلية والمعرفية والجوانب الحركية والمهارية والجوانب الجمالية والفنية، وهي جوانب في مجملها تشكل شخصية الفرد تشكياً شاملاً ومتكاملاً. ويضيف (الخولي، 2000م، ص 42) أن أقدم النصوص التي أشارت إلى أهمية النشاط البدني ما ذكره المفكر الإغريقي سقراط عندما كتب "أن على المواطن أن يمارس التمرينات البدنية للحفاظ على لياقته كمواطن صالح يخدم شعبه ويستجيب لنداء الوطن إذا دعا الداعي". كما ذكر المؤلف شيلر في رسالته (جماليات التربية) أن الإنسان يكون إنساناً فقط عندما يلعب. ويعتقد المفكر ريد Read أن التربية البدنية تمدنا بتهديب الإرادة ويقول: أنه لا يأسف على الوقت الذي يخصص للألعاب في مدارسنا، بل على النقيض فإنه هو الوقت الوحيد الذي على خير وجه. (المرجع السابق، ص 43).

## 2-2-3 أهداف التربية البدنية والرياضة: (احسان أحمد 2008 م ، ص 69)

التربية البدنية والرياضة نظام تربوي له أهداف التي تسعى إلى تحسين الأداء الإنساني العام من خلال الأنشطة البدنية المختارة كوسيط تربوي يتميز بحصائل تعليمية وتربوية هامة، وتعمل التربية البدنية والرياضة كنظام على اكتساب المهارات الحركية وإتقانها والعناية باللياقة البدنية من أجل صحة أفضل وحياة أكثر نشاطاً بالإضافة إلى تحصيل المعارف وتنمية اتجاهات إيجابية نحو النشاط البدني. (أمين أنور الخولي، 2000، ص 30)

التربية البدنية والرياضة لها دور في المجتمع بكل مؤسساته وأنظمتها لا يستطيع أي نظام آخر أن ينكر هذا الدور الذي يتلخص في التنشئة الاجتماعية للفرد من خلال التربية البدنية، وبذلك يستفيد المجتمع من الحصائل الاجتماعية والتربوية للتربية البدنية في تطبيع الفرد على التربية البدنية، فبنشأ متفهماً لأبعادها متبنيّاً لاتجاهاتها

الإيجابية، ومكتسباً قدرًا ملائمًا من المهارات الحركية التي تكفل له ممارسة رياضة أو ترويحية مفيدة وممتعة خلال حياته. مما يساعد على بناء وتكامل التربية العامة والتي تهدف إلى بناء وإعداد المواطن الذي يتطلع إليه المجتمع. (أمين الخولي، محمود عنان، 2000، ص 30)

## 2-2-5-4 الأهداف العامة للتربية البدنية والرياضة:

**أولاً: التنمية العضوية** : تهتم التربية البدنية والرياضة في المقام الأول بتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان من خلال إكسابه اللياقة البدنية والقدرات الحركية التي تعمل على تكيف أجهزة الإنسان بيولوجياً، ورفع مستوى كفايتها الوظيفية وإكسابها الصفات التي تساعد الإنسان على القيام بواجباته الحياتية دون سرعة الشعور بالتعب أو الإرهاق. ومن خلال الأنشطة البدنية يكتسب الفرد القوة، السرعة، الجلد العضلي، التحمل الدوري التنفسي، القدرة العقلية، الرشاقة، المرونة، والتوافق العضلي العصبي بالإضافة إلى تحسين التنفس والسعة الحيوية ووظائف الكليتين والكبد وبقية أجزاء الجسم مما يساعد على الارتقاء بمقومات وأسس اللياقة البدنية للإنسان. (أمر الله أحمد البساطي، 1998، ص 4)

**ثانياً: الأهداف الصحية:** وهي الأهداف المرتبطة بوجه عام بصحة الممارس

للرياضة بانتظام لمناشطها وتتضمن المجالات التالية:

- تطوير الحالة الصحية للفرد.
- تنمية العادات الصحية المرغوبة.
- الوقاية والإقلال من فرص التعرض للإصابة بأمراض القلب والدورة الدموية.
- زيادة المناعة الطبيعية للجسم ومقاومته للأمراض.

- الحد من الآثار السلبية للتوتر النفسي والقلق والتوتر العصبي.
  - التغذية الجيدة والمناسبة وفقاً لنوع الجهد المبذول في ممارسة النشاط.
  - المحافظة على الوزن المناسب للجسم.
- الأهداف البدنية: وتشمل الجوانب التي تهتم بالحالة البدنية للفرد الممارس للأنشطة بانتظام وهي:
- تنمية اللياقة البدنية.
  - تجديد نشاط وحيوية الجسم.
  - المحافظة على الحالة البدنية الجيدة.
  - الاحتفاظ بالقوام الرشيق.
  - الوقاية من بعض الانحرافات القوامية.
  - تصحيح ومعالجة بعض الانحرافات القوامية.
  - الاسترخاء العضلي والعصبي .(تهاني عبد السلام 1982م ، ص 63 نقلا عن احسان أحمد ، ص 11)

**ثالثاً: الأهداف المهارية:** وهي الأهداف المرتبطة بتعليم وتنمية المهارات الحركية بوجه عام وتشمل:

- تنمية الحس الحركي منذ الصغر.
- تعليم المهارات الحركية للألعاب والرياضات المختلفة منذ الصغر.

- تعليم المناشط الحركية التي تتميز ممارستها بطابع الاستمرارية على مدى الحياة.

- تنمية المهارات الحركية للفرد.

- تعليم طرق أداء التمرينات الحديثة.

- الارتقاء بمستوى أداء الموهوبين رياضياً. ( محمد محمد الحماحي 1997م، ص 32-34)

رابعاً: الأهداف التربوية: وهي تلك الجوانب التي تهتم بالفرد الممارس للأنشطة وهي:

- تشكيل وتنمية الشخصية المتكاملة للفرد.

- تزويد الفرد بالعديد من الخبرات الحياتية.

- استثمار أوقات الفراغ.

- تنمية الإحساس بحب الطبيعة وحياة الخلاء.

- التفاؤل والنظر إلى الحياة بنظرة طموحة للمستقبل.

- الارتقاء بسلوك الفرد.

- تنمية قوة الإرادة.

- التفوق على الذات.

- تنمية القيم الجمالية والتذوق الفني.

- التعود على احترام مواعيد الممارسة للنشاط بين الأفراد وبعضهم أو بين الجماعات وبعضها.

**خامساً: الأهداف النفسية:** وهي تهتم بالجوانب النفسية مثل:

- تنمية الرغبة واستثارة دافعية الفرد نحو ممارسة النشاط الحركي.

- تحقيق السعادة لحياة الفرد والترويح عن ذاته.

- إشباع الميل للحركة أو اللعب أو الهواية الرياضية.

- التعبير عن الذات وتفريغ الانفعالات المكبوتة.

- الحد من التوتر النفسي والعصبي الناتج عن ظروف الحياة في المجتمع المعاصر.

- تحقيق الاسترخاء والتوازن النفسي للفرد.

- تنمية مفهوم الذات.

- إشباع الدافع للمغامرة.

- إشباع الدافعية للمنافسة ( محمد محمد المحامي و عايدة عبد العزيز

، 2001م ، ص 90-93 )

**سادساً: الأهداف الاجتماعية:** وهي تلك المجالات التي تهتم بالجوانب الاجتماعية

للفرد الممارس للأنشطة الرياضية وهي:

- التغلب على ظاهرة العزلة الاجتماعية التي تسود المجتمع الحالي بتكوين

علاقات وصدقات مع الآخرين من الأفراد والجماعات.

- إشباع الحاجة للالتقاء مع الآخرين من ذوي الميول والاهتمامات المشتركة.
- تحقيق التوافق الاجتماعي للأفراد والجماعات الممارسين للرياضة.
- تشكيل السلوك الاجتماعي السوي.
- المشاركة في الاحتفالات والمهرجانات الرياضية والتعاون بين الجماعات وبعضها في تنظيمها.
- تنمية مهارات التواصل والتفاوض بين الجماعات وبعضها لدعم العمل الاجتماعي.
- تهيئة الفرص لممارسة التخطيط الجماعي للنشاط والتدريب على اتخاذ القرارات الجماعية وكيفية التوفيق في حل المشكلات التي تواجه ممارسي المناشط الرياضية المختلفة.
- ممارسة الحياة الاجتماعية الديمقراطية الناجحة. محمد محمد المحامي و عايدة عب العزيز 2001م ، ص 35)
- سابعاً: الأهداف الثقافية:** وتشمل الجوانب المرتبطة بتزويد الفرد بالعديد من أنواع المعرفة وهي:
- تزويد الفرد بالثقافة الرياضية المرتبطة بالعديد من المعارف في المجالات الرياضية المختلفة.
- تشكيل وتنمية مدركات الفرد بأهمية الرياضة في الحياة المعاصرة.
- تشكيل اتجاهات إيجابية لدى الأفراد والجماعات نحو ممارسة مناشط الرياضة المختلفة.

- التعرف على العديد من مناشط وقت الفراغ ومناشط الخلاء واستيعاب طرق تنظيمها.

- التعرف على الألعاب الشعبية المتأصلة في التراث الثقافي للمجتمع.

- إدراك الفرد لقدرات وحاجات الجسم للحركة.

- التعرف على عوامل الأمن والسلامة المرتبطة بممارسة وبطبيعة المناشط الرياضية.

- تعلم الفرد الممارس للرياضة كيفية الوقاية من الإصابة وطرق علاجها في حالة حدوثها.

- فهم أفضل للبيئة المحيطة بالفرد.

**ثامناً: الأهداف الاقتصادية:** وهي تعبير عن المجالات المرتبطة بإنتاج الفرد والجماعات الممارسين للرياضة وتتضمن:

- زيادة الرغبة والتحفيز للعمل.

- زيادة الكفاءة الإنتاجية للفرد.

- زيادة الإنتاج القومي للدولة.

- تحسين نوعية الحياة للأفراد أو الجماعات الممارسين للنشاط الرياضي. ( محمد

محمد المحامي و عايدة عبد العزيز 2001م ص 94 )

- التقليل من النفقات العلاجية أو من النفقات الصحية نظراً لما تسهم به الرياضة

في الوقاية من العديد من الأمراض المرتبطة بزيادة الوزن أو نقص الحركة أو التوتر النفسي أو العصبي.

- التقليل من الفاقد الإنتاجي للمجتمع والناجح من خفض معدلات الجريمة وتقليص انتشار تعاطي المخدرات بين الأفراد، وكل ذلك بفضل استثمار أوقات الفراغ بالمشاركة في المناشط الرياضية وأثر ذلك إيجابياً في الإنتاج. ( نفس السابق 94 )

**تاسعاً: أهداف الوقاية من الحياة العصرية الحديثة:** وهي مجالات ترمي إلى

مساعدة الأفراد والجماعات الممارسين بانتظام للنشاط الرياضي على مقاومة الآثار السالبة لحياة العصر الحديثة ومنها:

- التغلب على ظاهرة نقص الحركة.

- الوقاية من البدانة والتخلص من الوزن الزائد.

- التغلب على الأسلوب النمطي للحياة والمفروض من قبل المجتمع الصناعي.

- إيقاظ إحساس الفرد بالحاجة للعود إلى الطبيعة وإلى الاستمتاع بمناشط الخلاء.

- بعث التفاؤل وزيادة الشعور بالإقبال على الحياة بسعادة وبهجة.

- زيادة القدرة على مواجهة المشكلات اليومية في الحياة. ( محمد محمد المحامحي /

عايد هبعبد العزيز، 2001، ص 94)

**عاشراً: التنمية الجمالية:** تتيح الخبرات الجمالية الناتجة عن ممارسة النشاط

البدني والرياضي قدراً كبيراً من البهجة، كما أنها توفر فرص التذوق الجمالي والأداء الحركي المتميز. وفي الأشكال المختلفة للموضوعات الحركية كالرياضة والفنون الشعبية والعروض الرياضية، التمرينات، الجمباز، فكلها قيم أصيلة من صميم طبيعتها، وذلك لأن التربية البدنية والرياضة لها لغتها الخاصة التي تختلف عن لغة الموسيقى والتصور، وهي اللغة التي تجذب إليها المشاهدين والممارسين،

الأمر الذي يمثل التذوق والمشاركة الانفعالية لجماليات الحركة بألوانها المختلفة.  
(أمين الخولي، محمود عبد الفتاح، 1998، ص 31)

**حادي عشر: الترويح وأنشطة وقت الفراغ:** يعد الترويح أحد الأهداف القديمة للتربية البدنية والرياضة. فعبر التاريخ مارست أغلب شعوب العالم ألواناً من النشاط البدني من أجل تقضية وقت الفراغ والمشاركة الترويحية والتي تتيح قدراً كبيراً من الخبرات والقيم الاجتماعية والنفسية والجمالية التي تزين حياة الفرد وتضاف إليها البهجة والنظرة المتفائلة. (نفس المرجع ، ص 31) .

### **المبحث الثالث:**

#### **2-3-6 علاقة الترويح بالتربية البدنية والرياضة:**

تطلق كلمة ترويح على أنشطة الفراغ التي يشترك فيها الفرد إرادياً والتي تقدم له الإشباع الفوري، بالرغم من أن الأنشطة الترويحية تتنوع ما بين فنية وثقافية واجتماعية إلا أن غالبيتها تنسب للأنشطة البدنية. ولا يجد المرء أي صعوبة في إدراك العلاقات بين التربية البدنية والرياضة من جهة، وبين الترويح وأنشطة الفراغ من جهة أخرى. فلقد ولدت التربية البدنية في كنف الترويح كنشاط بارز من أنشطة الفراغ الذي توج بالمفهوم (الترويح الرياضي). (كمال درويش، أمين الخولي، 2000، ص 100)

وقد اتسمت الأنشطة الرياضية بسماة الأنشطة الترويحية، وإنما نعتبر تلك الأنشطة أنشطة ترويحية رياضية. وتتخلص بعض سماة الأنشطة الترويحية في أن الدافع ورائها هو النشاط. (تهاني عبد السلام، 1982م، ص 77). ومن خلال ما سبق يتضح أن الأنشطة الرياضية ما هي إلا جزء من الأنشطة الترويحية ولو أن مجال التربية الترويحية والتربية البدنية من المجالات المتقاربة، إلا أننا نجد

البعض لا يفرق بينهما، وهما في الواقع مجالان مختلفان. فإن غرض التربية البدنية هو اللياقة البدنية والتدريب على مهارات مختلفة وتربية الفرد عن طريق البدن. أما بالنسبة للترويح فالهدف الأساسي هو السعادة الشخصية التي يشعر بها الفرد من خلال ممارسته للنشاط الترويحي، وغرضه غرض حركي، غرض ابتكاري، غرض تعليمي، غرض اتصال بالآخرين. (تهاني عبد السلام، 1982م، ص 77). وبالرغم من استقلال التربية البدنية عن الترويح كنظام اجتماعي وثقافي مستقل إلا أن ذلك لا يمنع وجود صلة بين النظامين، وذلك لأن التربية البدنية ذات جوهر يتأسس على مرامي وظائف ترويحية في المقام الأول.

## 2-3-7 علاقة الترويح بالتربية البدنية والرياضة:

### الأنشطة البدنية والترويح الرياضي:

ولدت الرياضة ونشأت في كنف الترويح وارتبطت إلى أقصى حد بوقت الفراغ، وعلى الرغم من الاستقلال النسبي للرياضة عن الترويح في العصر الحديث - كنظام اجتماعي ثقافي - إلا أنها مازالت ولسوف تظل مرتبطة بالترويح، لأن جوهر الرياضة يتأسس في المقام الأول على أهداف ترويحية، ولأن عوامل الالتقاء كثيرة بين قيم النظامين من حيث أهميتها للإنسان مثل المتعة والتسلية والبهجة وإزالة التوتر والاسترخاء والصحة واللياقة والخبرة الجمالية والإثارة والتنافس والجهد البدني والانجاز الشخصي، والتنافس الشريف والتعبير عن النفس وتحقيق الذات. وهذه كلها تعبر عن قيم وحاجات أساسية للإنسان وبخاصة في العصر الحديث. وربما كان من الدوافع على هذا التصاعد في الاهتمام بالرياضات والتي تجري في الهواء الطلق اهتمام مشترك باللياقة التي تتعلق بصحة الدورة الدموية والقلب، ومن المسلم به أن برامج التدريب المكثف بالإضافة إلى تأثيرها المباشر والفوري فإن لها جانب مستديم من القيم والتأثيرات، ويجب أن تستمر برامج الأنشطة البدنية فيما

بعد سنوات الدراسة وأن تكون مثيرة للاستمتاع لكي يكون ذلك حافزاً على ممارستها طول العمر. (كمال درويش، أمين الخولي، ص 323)

كما أن برامج الترويح تعتمد على الأنشطة البدنية والرياضة فهي من أنجح المناشط الترويحية وأكثرها فعالية في تحقيق أهداف الترويح، لأن مناشط الترويح البدني تتميز عن سائر الأنشطة الأخرى الفنية والثقافية وغيرها بالتنوع الواسع. وفي عام 1938م أصبح الترويح جزءاً من المجالات المرتبطة بالتربية البدنية والصحة، من خلال أقوى التنظيمات المهنية الأمريكية (الاتحاد الأمريكي) للصحة والتربية البدنية والترويح والرقص. (أمين أنور الخولي، 2001م، ص 79-80).

## المبحث الرابع

### 2-5-1 دور التربية البدنية بالجامعات:

تعتبر التربية البدنية والرياضة أحد أهم الوسائل التربوية في تنشئة الطلاب، فهي تساهم في نموهم نمواً شاملاً ومتزناً في مختلف الجوانب الجسمية والعقلية والاجتماعية والوجدانية، وذلك من خلال الأنشطة البدنية باعتبارها خبرات تربوية تتيح للطلاب اكتساب القيم والصفات الخلقية السامية أثناء مواقف اللعب المتنوعة: ومن ثم يمكن القول أن التربية البدنية نظام تربوي له أهدافه التي تسعى إلى تحسين الأداء الإنساني العام.

ووجد أن تدريس التربية البدنية بالمدارس والجامعات للطلاب يساعد على تنمية روح المنافسة، حيث يتم التفاعل بين الطالب والمعلم من خلال الاستمتاع بترويح برئ فيه تقوية للنفس وترقية للذوق، ويجب أن تكون الدروس ممتعة حتى يشعر الطالب بأنه يقضي أوقات سعيدة. (أمين الخولي، جمال الدين الشافعي، 2000، ص 26).

فالطلاب يفضلون الحركة، ويلاحظ ذلك أثناء لعبهم في الشارع وفي الملاعب، فالحركة بالنسبة لهم تمثل شكلاً من أشكال السعادة نتيجة الشعور بفعل شيء محدود يقومون به، ومن المهم والحيوي جداً أن تتاح للطلاب الفرصة لكي يتعلم كيف يتحرك ويتحرك لكي يتعلم، وعلى المدرسين مسئولية أن يكسبوا الطلاب اتجاهات إيجابية عالية وميول نحو التربية البدنية، ومن ثم تتم تنمية مهارات الحركة وتزداد لديهم المعرفة بأنواع المهارات وكيفية أدائها بشكل سليم خلال مراحل حياتهم. فالوقت الذي يتم فيه أداء مناسط التربية البدنية هو وقت العمل المحدد لدى الطلاب، كما أن الطلاب يحبون الجو الممتع حولهم خاصة المناشط التي تتم في الهواء الطلق والبعد عن جو الالتزام المفروض عليهم داخل جدران قاعات الدراسة. أيضاً فإن استخدام بعض الأدوات المساعدة يساعد على خلق روح المنافسة أثناء أداء المهارات الحركية المطلوبة، ومن خلالها يتطلع الطالب إلى أن يقوم بأداء هذه المهارات وحده أو مع الآخرين. (ناهد محمود سعد، نيللي رمزي فهيم، 1998، ص 32)

#### 2-4-2 أهمية التربية البدنية بالجامعات:

إن التربية البدنية والرياضة تساعد على تنمية الجانب البدني واستعداداته الطبيعية وإكسابه الخبرات الأساسية لممارسة النشاط البدني، من خلال الحركات المؤداة في المسابقات والتمرينات التي تتم بالتعاون مع الآخرين. وتكمن أهميتها في أنها المجال الوحيد الذي يهتم بالتنمية البدنية والمهارة الحركية للطلاب. ومدرس التربية البدنية دون سائر المعلمين بالمدرسة هو الذي يناط به دور الارتقاء بالنمو البدني والحركي للطلاب دون تجاهل لباقي الجوانب التي تبني شخصية الطالب كالجانب النفسي والاجتماعي والتروحي والمعرفي والأخلاقي والجمالي. (أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي، 2000، ص 27)

تعد التربية البدنية بأنشطتها المختلفة من الجوانب الهامة والحيوية في العملية التربوية بالجامعة. وهي تهتم بإكساب القيم بحكم طبيعتها وأهدافها باعتبارها مادة دراسية تشارك في الإعداد للمواطنة السليمة. وهي تمثل دراسة للطبيعة البشرية في مواقف متعددة.

لذا فهي من المواد التي تساعد الطلاب على فهم أنفسهم والمجتمع الذي يعيشون فيه ومثله العليا، إذ أن أوجه نشاطها المتعدد تناول الحياة الاجتماعية والمثل الخلقية بجانب عنايتها بصحة الطفل وتنمية المهارات الحركية والعقلية. (محمد سعد زغلول، وآخرون، 2000م، ص 55)

## 2-4-3 مكانة التربية البدنية والرياضة في الجدول الدراسي بالمدارس والجامعات:

يضم البرنامج المدرسي العام مجموعة من المقررات الدراسية والتي تعمل على إكساب الطالب الخبرات المطلوبة لتحقيق الأهداف التربوية المرسومة، ويمثل مقرر التربية البدنية أحد المقررات التي يتضمنها البرنامج المدرسي.

فالبرنامج المدرسي بمفهومه العام هو جميع الخبرات والأنشطة التي تتيحها المدرسة ليندمج فيها الطلاب تحت إشراف وتوجيه المدرسين الذين يساهمون بمساعدة الطلاب على النمو وتعديل السلوك من النواحي البدنية والمهارية والنفسية والعقلية والاجتماعية. ولمقرر التربية البدنية دوره الهام في تحقيق أهداف البرنامج المدرسي العام، فعن طريق ممارسة المناشط الرياضية يتحقق النمو البدني، ومن خلال التوجيه التربوي العملي تنمو مختلف المهارات والقدرات الحركية وتعديل السلوك المهاري والحركي للطلاب مما يثير دافعية الطلاب لقضاء الوقت الحر بطريقة مثمرة. (ليلي زهران، 1991، ص 35)

وتضيف (ليلى زهران، 1991) أن البرنامج المدرسي يحقق التنمية الشاملة والمتزنة للطلاب. ففي الدرس يتعلم الطلاب ويكتسبون الخبرات والمعارف الرياضية والثقافية، وصفات القوام الجيد وطرق الوقاية من الأمراض والتشوهات، وتاريخ التربية البدنية في العصور المختلفة ومبادئ التدريب، وقوانين الألعاب، وخطط اللعب في أداء المهارات الحركية، بجانب ممارسة الطلاب للمناشط بصورة منتظمة وموجهة توجيه سليم يزيد من قدرة الطلاب على الانتباه والتركيز والإدراك والملاحظة والتصور والتخيل والابتكار وتحليل المواقف وتفسيرها بدقة وبوعي لما يقتضيه الموقف وفي اللحظة المناسبة، وكذلك يؤثر تأثيراً واضحاً على النمو العقلي. كما تؤدي ممارسة المناشط المختلفة إلى اكتساب القوام الجيد ومعالجة الانحرافات القوامية وزيادة مدى حركة المفاصل ومرورتها، وتقوية الأربطة والعضلات وتنمي المهارات الحركية وتزيد من كفاءة الجهازين الدوري والتنفسي، واكتساب صفة التعاون والصبر وتوطيد العلاقات الإنسانية وتحمل المسؤولية. (نفس المرجع السابق، ص 36)

#### 2-4-4 خصائص مقرر التربية البدنية والرياضة:

التربية البدنية جزء مكمل للعملية التعليمية بالمدارس والجامعات، وخصائصها الجوهرية في مقررها يشابه خصائص مقرر تربوي جيد. فهي تستمد مبادئها وأسسها من نفس المصادر التي تستمد منها باقي المواد الدراسية مبادئها، وتتمثل هذه المبادئ في تحليل لطبيعة واحتياجات المجتمع، وطبيعة خصائص الطالب وطبيعة العملية التعليمية، لذلك يجب مراعاة أن تتوفر في مقررها الخصائص التالية:

- أن يمثل مقرر التربية البدنية جزءاً مكماً للجهد التربوي الشامل بالمدرسة والجامعة.

- أن يوازن مقرر التربية البدنية بدقة بين خبراته المتاحة بحيث تستثير النمو والتطور بدياً ومهارياً ومعرفياً وانفعالياً.
- أن يؤسس مقرر التربية البدنية الجيد على اهتمامات واحتياجات واتجاهات وقدرات من يعد لهم.
- أن يتيح مقرر التربية البدنية الجيد اكتساب خبرات تتعلق بالجوانب الأساسية للحياة وتتعلم مع مستوى نضج الطلاب.
- أن مثل مقرر التربية البدنية الجيد جزءاً مكماً لخدمة المجتمع.
- أن يتيح المقرر مجالاً واسعاً للمشاركة في المناشط المرغوبة من الطلاب من خلال توفير للإمكانات المناسبة والكافية من الأدوات والأجهزة والوقت. (إيلي عبد العزيز زهران، 1991، ص 37-40)

#### 2-4-5 الثقافة الترويحية لدى شباب الجامعات:

لا توجد ثقافة إلا بوجود المجتمع، ثم أن المجتمع لا يقوم إلا بالثقافة، وهي طريق متميز لحياة الجماعة ونمط متكامل لحياة أفرادها. ومن ثم تعتمد الثقافة على وجود المجتمع، ثم هي تمد المجتمع بالأدوات اللازمة لإطراد الحياة فيه، فلا فرق بين الثقافات البدائية والحديثة، إذ تلعب الثقافة دوراً مهماً في حياة الإنسان، بل هي جزء مهم في حياته كعضو في مجتمع. ومن هنا تحتل الثقافة مكاناً بارزاً في دراسات علم الاجتماع والانثروبولوجيا الثقافية والاجتماعية. إذ بغير هذه الدراسة لا يستطيع الباحث أن يتعرف على الفرد أو الجماعة أو المجتمع أو يفرق بينهم. إن الثقافة بصفة عامة تساعد على التمييز بين فرد وآخر وبين جماعة وأخرى، وبين مجتمع وآخر، بل إن الثقافة هي التي تميز الجنس البشري عن غيره من الأجناس، لأنها هي التي تؤكد الصفة الإنسانية في الجنس البشري.

فقد عرف د. ريد تت (نقلاً عن كمال عبد الحميد، 2012) الثقافة بقوله إن الثقافة هي ذلك الكل المركب الذي يتألف من كل ما نفكر فيه أو نقوم بعمله أو نمتلكه كأعضاء في المجتمع، حيث يبرز هذا التعريف الصيغة التأليفية للثقافة ليصبح ظاهرة مركبة تتكون من عناصر بعضها فكري، وبعضها سلوكي مادي. ويعتبر نشر العلم والثقافة من خلال التنشيط الثقافي والفكري العام كهدف من أهداف التعليم الجامعي (إعداد وتنمية العنصر البشري وتنشيط حركة البحث العلمي والتنشيط الثقافي والفكري العام، وتحقيق مبدأ تكافؤ الفرص والمساهمة في خدمة البيئة) باعتبار أن الجامعة مركز إشعاع للمجتمع، تتعرف عليه من خلال مشاكله، وتحاول من خلاله أن تعالجها. ولا يقتصر دور الجامعة في التنشيط الثقافي والفكري على المجتمع الخارجي بل لابد أن يشمل المجتمع الطلابي والبرنامج الثقافي إلى تحقيق ما يلي: (كمال عبد الحميد وآخرون، 2012، ص 213)

#### - تثقيف الطلاب (الشباب الجامعي):

يكون تثقيف الطلاب كشباب جامعي من خلال ما تضعه الجامعة من برامج ثقافية مختلفة من أجل التوجيه الاجتماعي والفكري والخلقي والمعنوي، كما تعمل على تثقيفهم وتنميتهم من خلال إتاحة الفرصة لهم لممارسة الديمقراطية والحرية والحوار البناء وحب الخير وعدم التعصب الأعمى، وتتيح لهم زيارة شعوب الدول الأخرى وتوثيق علاقاتهم مع المنظمات الطلابية (الشبابية) في العالم من خلال القيام بالنشاط الفكري والثقافي والاجتماعي والرياضي وتنمية المفاهيم الإنسانية والقيم السلوكية من خلال الندوات والمؤتمرات.

## - تثقيف المجتمع:

تعد الجامعة برامج ثقافية للمجتمع تعالج فيها أهم قضاياها الاجتماعية، فالجامعة هي جامعة المجتمع تعيش من أجله وتعمل على رفاهيته، ولها دورها في تدوير الفوارق الطبقية من خلال دورها التربوي، الأمر الذي فرض على الجامعة أن تستجيب للاحتياجات الثقافية للمجتمع. فتكوين الإنسان الشمولي The Hall man من خلال المناهج الدراسية يساهم في تكوين شخصية الطالب الجامعي، الأمر الذي يسهم إلى حد كبير في البناء العقلي والفكري المتكامل لطلاب هذه الكليات. فالجامعة الحديثة الآن تحاول إدخال الثقافة بدرجة واسعة في مجالات الدراسة وأن تمزج بين فروع المعرفة المختلفة. ومثل جانب الثقافة الترويحية Recreation Culture أهم جوانب الإعداد الثقافي بالنسبة للطالب الجامعي. هذه الثقافة تتطوي على المعرفة والقيم والاتجاهات التي تتصل بالمشاركة والممارسة للأنشطة الترويحية ويتكون فلسفة ذاتية تجاه أوقات الفراغ التي يتعرض لها الطالب. يختلف الموقف من وقت الفراغ باختلاف فئات المجتمع، وبالنسبة لفئة طلاب الجامعة في مجتمعنا الإفريقي والعربي فإن عدداً من الدراسات والبحوث والشواهد من الواقع تدل على أن هناك هدراً في استخدامات ذلك الوقت في الأنشطة الترويحية الملائمة، وأن هناك قلة ضئيلة من الطلاب وأقل منهم من الطالبات هي التي تقبل على الترويح وهي تقدر في أحسن الأحوال بحوالي 10% من مجموع الطلاب هذا على الرغم من توافر البرامج والخدمات التي تقدمها كثير من كليات الجامعات.

تتعدد الأسباب والعوامل وراء مشكلة نقص الوعي الثقافي الترويحي للشباب الإفريقي والعربي والجامعي، فهناك من يردّها إلى فقر البيئة الثقافية عامة حول الشباب أو إلى تقلب البيئة الاجتماعية وجمودها تحت وطأة بعض العادات والتقاليد

الموروثة عن مفهوم الترويح. كذلك فإن الواقع الاقتصادي والطبيعي لشريحة الشباب الجامعي والمتمثل ف انخفاض مستويات المعيشة، الأمر الذي يدفع الكثيرين إلى اعتبار أن الترويح ترف وأن هناك أمور أهم في سلم الأولويات. (كمال عبد الحميد، وآخرون، 2012، ص 215-216)

يتفق كثير من علماء التربية والترويح على أن "المعرفة الترويحية" تمثل الركن الرئيسي في "ثقافة الترويح" وأنه كلما صحت هذه المعرفة كان ذلك من عوامل إثراء الثقافة الترويحية لدى الأشخاص، ومن ثم عاملاً حافزاً على مشاركتهم

الإيجابية في الأنشطة المختلفة، ويشير إلى ذلك جوب، جوب Chubb, Chubb ويؤكد على أن المعرفة الترويحية ذات مدى من المعلومات، فبالنسبة للشخص الأمي تكون مصادر المعرفة الترويحية لديه محددة للغاية، وحد ذلك من أدائه في ممارسة هواياته وأنشطته الترويحية وسرعان ما يعزف عنها. هذا على العكس من ذوي المعرفة الترويحية الناضجة حيث تدفعهم معرفتهم إلى الإقبال على الأنشطة في ثقة دون خوف من الفشل أو الإصابة.

ويشير الاجتماعي الرياضي السوفيتي Panamaryav إلى الاهتمام الخاص بتشكيل الاهتمامات الخاصة بالثقافة البدنية والرياضة للشباب وذلك عن طريق:

- تنشيط الأطر المعرفية وتنمية الاتجاهات الموجبة نحو الأداءات الحركية.
- تعميق الأسس النظرية للدروس الخاصة بالتربية البدنية والرياضة.
- الوعي بطبيعة الاختلافات والفروق المعرفية بين الطلاب.
- استخدام نتائج القياسات الأنثروبومترية لتعريف الطلاب بتغيرات النمو في أجسادهم.

أما نيكسون وجويت Nixon and Jewett فيذهبان إلى أن تصنيف المجال المعرفي لأي نشاط ترويحي يتمثل في عدد من العناصر:

- المصطلحات
- التاريخ
- القادة
- الأدوات
- التسجيل
- قواعد اللعب
- الخطط
- آداب اللعب
- أبعاد الملاعب
- التحليل الفني للمهارات
- المبادئ الفسيولوجية

بالإضافة إلى اشتغال مفهوم ثقافة الترويح على الجوانب المعرفية فهناك جانب الوعي الترويحي أو الوعي بالفراغ (Leisure awareness) ويعكس هذا الوعي قدرة الأشخاص على استخدام معرفتهم عن الفراغ وأنشطته في إثراء نوعية الحياة ويتمثل هذا الوعي فيما يلي:

- المعرفة بمعنى الفراغ.
- تحديد نوعيات مختلفة من خبرات الفراغ التي يمكن المشاركة فيها.
- تحديد علاقة الفراغ بجوانب الحياة الإنسانية والعيش في المجتمع.
- وتقافة الترويح كما يراها سجاfer Schaffer هي إحدى مكونات ثقافة الفراغ Leisure Culture والتي تشمل أيضاً ما يلي:

- ثقافة الرياضة
- ثقافة الإعلام
- ثقافة الفنون
- ثقافة البيئة

هذا بالإضافة إلى بعض ألوان الثقافة المتنوعة. ومن الواضح أن هذا التصنيف يربط بين أنواع الأنشطة في الثقافة الفرعية وعلى ذلك فإن ثقافة الترويح بالنسبة للطالب الجامعي هي

جزء من تكوينه الثقافي العام، وبصفة خاصة من خلال ما توفره الجامعة من المعارف وما تكسبه من الوعي بالنشاط الترويحي ذلك أن رسالة الجامعة ممتدة، فهي تصنع من البشر إنساناً متكامل البنين عقلياً بالعلم والمعرفة والثقافة وجسمانياً بالتربية البدنية والرياضة والاجتماعية وروحياً بالقيم الدينية وإذكاء فاعلية الضمير بين وجدانه وخلقياً بالتربية السلوكية. (نفس المرجع السابق، ص 220)

لعل فهم جزء كبير من ثقافة الشباب الجامعي وبالتالي القدرة على فهم واقعه ومشكلاته والتي يمكن من خلالها يتم التعرف على نمط الثقافة الترويحية التي يمثلها. ويؤكد على ذلك ن. ب ميلر N.P Miller بقوله "إن فترة التعليم العالي في الجامعة تعتبر من أكثر الفترات التي تتسم بالنزعة النقدية لدى الشباب أو الفتاة، ذلك أنها فترة البحث عن الذات ومحاولة التعرف على الإطار الذي يمكن لأي منهما أن يستمد منه إجاباته بالنسبة لبعض التساؤلات المصيرية والتي منها:

- من أنا؟ - إلى أي اتجاه أنا ذاهب؟

- ماذا عليّ أن أفعله تجاه الآخرين؟

- ما نوع العالم الذي ينبغي أن أحيا فيه؟

ويمكن القول بأن الجوانب الأكاديمية وحدها غير كافية لتزويد الشباب بإجابات مقنعة. وربما كانت الأنشطة الترويحية والأنشطة خارج المنهاج هي الأكثر إسهاماً في اشتقاق إجابات لمثل هذه التساؤلات. (نفس المرجع السابق، ص 222)

## 2-4-6 التربية الترويحية للطلاب الجامعيين Recreation Education:

كما يصفها علماء الفرغ الذين منهم Bucher Brighbill بأنها النظرة إلى الفراغ كفرصة تعليمية وتربوية من خلال ممارسة الأنشطة الترويحية المختلفة، وفي نطاق رسالة الجامعة

التثقيفية والإرشادية المتنوعة وقد تكون هي: المحاضرات أو الندوات أو غحيان المناسبات القومية والدينية، وقد تكون من خلال مراكز الخدمة العامة والتربية الترويحية لطلاب الجامعة، فالتربية الترويحية تمثل مطلب هام من أجل الارتقاء بشخصيات الطلاب الجامعيين ثقافياً واجتماعياً ووجدانياً وخلق الإنسان المتوازن في تفكيره المتعدد في اهتماماته. ومن أجل أن تحقق التربية الترويحية أهدافها ينصح بالنقاط التالية:

- العمل على تنقية مفهوم الترويح من الشوائب التي علقت به بفعل الخرافة والعادات والمفاهيم الخاطئة أو التعارض مع الدين.
- ربط النظريات والمفاهيم والقواعد الخاصة بالأنشطة الترويحية الرياضية بالممارسة الفعلية لها.
- تعريف الطلاب الجامعيين بالشخصيات والنماذج البارزة في مجال الترويح.
- نشر الوعي الترويحي عن طريق وسائل الإعلام الشبابي المختلفة والتي منها: الندوات والمجلات وصحف الحائط الجامعية.
- استثمار المناسبات الوطنية والقومية في نشر ثقافة ترويحية جادة مثل معرض الكتاب - رأس السنة - الأعياد الوطنية - شم النسيم - أعياد المحافظات.
- تبادل الزيارات والأيام والأسابيع الرياضية والفنية بين شباب الجامعة وجامعات الدول المجاورة والأجنبية في العالم. (كمال عبد الحميد وآخرون، 2012، ص 230)

## 2-4-7 المفاهيم الاجتماعية المرتبطة بالترويح:

غن المتتبع للتاريخ الاجتماعي للإنسان يجد أنه كان دائماً خلال حياته يستخدم وقت فراغه في أداء أنواع مختلفة من المناشط الترويحية والفنية مما أفاده كثيراً في مجال مجتمعه حتى ولو كانت طبيعة هذا المجتمع الصيد أو الرعي البدائي حيث الحصول على الغذاء أمر

شاق. فالإغريق القدماء استخدموا وقت الفراغ في الأنشطة الرياضية والبدنية، واستخدم العرب الفراغ في قرص الشعر. وأصبح وقت الفراغ الآن مشكلة في أغلب الأيديولوجيات المتقدمة، وعمل الاجتماعيون في التغلب عليه بالتضافر مع التربويين من خلال تقديم أفكار وحلول عملية لمواجهة مثل هذه المشاكل، وهو المفهوم الذي أرسى قواعده اجتماعيون مثل سان سيمون Simon وإميل دور كايم Durkheim. ويوضح بريتشارد Britchard علم الاجتماع أن الحياة الاجتماعية يسودها نوع من الترتيب والتماسك والاستقرار وهو الذي ينشأ عن تنسيق أنواع النشاط الاجتماعي، فكل فرد يمارس دوراً معيناً في الحياة العامة من خلال نسق اجتماعي وهو يختلف عن النسق الطبيعي، لأن الأول في جوهره نسق خلقي معنوي، ولعل هذا المفهوم يساعدنا في توضيح أن الترويج يفتقر إلى المنفعة المادية المباشرة وأن من عوامل نجاحه نزوعه إلى الفطرة الطبيعية للإنسان. فهي أنشطة لا تعترف إلى حد كبير بمكونات النسق الاجتماعي مثل المكانة الاجتماعية Social Prestige والوضع الاجتماعي Social Position.

ويشير المفكر التربوي فينكس Phenix إلى أن القيم التي تتحقق في الترويج ليست هي نفسها التي تتحقق في العمل، إذ أن العمل يقوم في ضوء الأهداف الاجتماعية أكثر مما يقوم الترويج. فالترويج مسألة شخصية بحتة حيث الفروق بين الأفراد هي مركز الحياة الترويحية وقاعدة انطلاق الأنشطة، وخلالها يتم التغلب على التكرار والتشابه وتتحقق ثمرات التعبير والإبداع، كما أن العمل والترويج يختلفان من حيث مدى استمرار أغراض كل منهما. (كمال درويش، أمين الخولي، 2001، ص 205-206)

## 2-4-8 الترويج كنظام اجتماعي:

الترويج في نظر اغلب علماء الاجتماع يعتبر (نظاماً اجتماعياً أساسياً) والنظم الاجتماعية في تعريف وليام إوبرن Ogburn "هي الطرق التي ينشئها وينظمها المجتمع لتحقيق حاجات إنسانية ضرورية" ويفيد التاريخ الاجتماعي أن النظام الاجتماعي تتفاوت أهميته

وتختلف قيمته من عصر حضاري إلى آخر، فنظام السيرك في روما القديمة كانت له أهميته التي تختلف تماماً عن أهميته في روما المعاصرة، ونظام الرياضة في أثينا القديمة يختلف بلا شك عن مكانته في أثينا الحديثة، لذلك يتوقف اعتبار الترويج كنظام اجتماعي أساسي أو فرعي على نمط الترويج السائد ومدى استيفائه لمقومات النظم الاجتماعية. وتحليل الترويج كنظام اجتماعي يقودنا إلى عناصره التالية:

- 1- قوة بشرية منفذة للنظام وهي تمثل قيادات الترويج ورواده والمستفيدين منه والمؤيدون له.
- 2- معدات وأجهزة ترويجية تيسر للأعضاء تأدية وظائفهم ونشاطهم.
- 3- التنظيمات والطرق والكيفيات أو ما يسمى بقواعد إدارة الترويج بما في ذلك الهيئات والجمعيات والاتحادات والروابط فضلاً عن البرامج والأنشطة.
- 4- أشكال الظاهرة الاجتماعية المصاحبة للنظام مثل القيم والآداب والتقاليد والعادات والمعارف والمعلومات والمهارات.

#### 2-4-9 الترويج كظاهرة اجتماعية:

الترويج وأنشطة وقت الفراغ من وجهة نظر اجتماعية يعتبر (ظاهرة اجتماعية إنسانية ذات أبعاد فسيولوجية ونفسية) والترويج بذلك يتأثر بأشكال الظاهرة الاجتماعية، فيتأثر بالعادات الشعبية كالاحتفالات التي تنعكس على مظاهر السلوك الجمعي للأفراد ويعتبر الاجتماعيون العرف بمثابة (دستور الأمة الشفاهي) وشأنه في ذلك شأن التقاليد التي تمثل (مصطلحات اجتماعية ذات صفة إجبار والزام).

## 2-4-10 الترويج والتنمية الاجتماعية:

يساهم الترويج في دفع عجلة التنمية الاجتماعية من خلال معطيات تربية هامة، فخارج نطاق المدرسة: يمكن للفئات التالية أن تستفيد ببرامج الترويج وهي:

- الشباب الذين لم يلتحقوا بالمدرسة، والمتسربون من المدرسة الابتدائية والحرفيون.

- المتخرجون من مراحل التعليم المختلفة وفي انتظار العمل.

- الكبار والعجزة والمحالون للمعاش.

- ربات البيوت والأمهات.

ولا ينبغي أن يقتصر تصورنا للدور الاجتماعي للترويج على أنه مجرد ناقل للتراث الثقافي، لأن ذلك يمثل فقط البعد التربوي للترويج، إنما للترويج إسهامات واضحة في تغذية التغيير والإصلاح الاجتماعي من خلال القيم والمهارات والاتجاهات التي يبيثها في ممارسيه، وهي كلها عوامل دافعة للنمو والتقدم الاجتماعي، وبذلك يمكن للترويج أن يحقق غرضاً اجتماعياً هاماً هو التماسك الاجتماعي، وخاصة في تلك المجتمعات ذات الفئات المتعددة الأعراق والعناصر والطوائف. (كمال درويش/ امين الخولي، 2012، ص 209)

## 2-5-1 المبحث الخامس: علاقة الترويج بالثقافة:

يعتبر الترويج عاملاً هاماً في تحديد لون ونوع واتجاه الثقافة الجماهيرية، فلم يعد الترويج نشاطاً هامشياً بل هو عامل مؤثر وفعال في إثراء ثقافة الناس وفكرهم، إلا أن هذا الدور الخطير للترويج مشروط بعدد من العوامل التي تكفل له النجاح في مهمته، والتي يمكن أن نلخصها في أنه اعتبار الترويج كأى تنظيم معرفي يتطلب الفهم لمضمونه والعوامل المؤثرة فيه كما يتطلب التخطيط لبرامجه والإعداد الجيد لها.

والثقافة هي أهم مكونات الحياة الاجتماعية، والتعريف الكلاسيكي الذي قدمه تايلور Tylor يعتبر شبه متفق عليه حيث يقول "الثقافة هي ذلك الكل المعقد الذي يشمل المعرفة والعقائد والفن والأخلاق والقانون وكل المقدرات والعادات الأخرى التي يكتسبها الإنسان من حيث هو عضو في المجتمع". ويقرر كابلان Kaplan أن فهم الطبيعة الشمولية للثقافة يرتبط بفهم وقت الفراغ. فأنشطة وقت الفراغ للفرد تتحقق من خلال الثقافة مهما كانت وأينما كانت.

ويؤكد لارسون Larson إن الثقافة الاجتماعية تقود النشاط البدني في بلاد عديدة حول العالم، وبخاصة تلك التي تتضمن الرياضة والأنشطة البدنية، ويظهر ذلك بوضوح حيث يقود النشاط البدني إلى صحة الفرد ويسمح له بالاستعداد لنتائج مؤثرة وإيجابية لوقت الفراغ، إذ يسهم النشاط البدني في قدرة الفرد على الأداء المؤثر الفعال لكل أنواع الحركة البدنية الإنسانية وبخاصة الرياضة ومهارات النشاط البدني التي تساهم في استخدام وقت الفراغ بإيجابية. (كمال درويش / امين الخولي، ص 269-270)

## 2-5-2 الفن كنمط شعبي تروحي:

الفن باعتباره من الأبعاد التي تشكل الإطار العام للترويح يعتبر من أقدم أشكال الترويح لدى الإنسان. والنظرة الانثروبولوجية للفن كنسق ثقافي تفيد أنه لا توجد ثقافة قديمة أو جديدة تخلو من الفن، ويؤكد العلامة الانثروبولوجي بوز Boas إن الإنسان لديه دافع فطري لتشكيل الأشياء بصورة خلاقة. ولقد تعددت وجهات نظر الباحثين في مفهومهم للفن كفلكلور وما يندرج تحته، ووضع الانثروبولوجيان Chapple and Coon جابل وكون تصنيفات للفن على أساس الزمان والمكان كالاتي:

1/ الفن في المكان: أ- تزيين الاسطح ب- النحت

2/ الفن في الزمان: أ- الايقاع ب- الموسيقى ج- الآداب

3/ الفن في المكان والزمان معاً:

ومن خلال دراسة لباحثي التربية البدنية ستيمف Astimpf وكزنز Cozens أوضحا أن الرياضة وأنشطة الترويح البدني متصلة بالفن الإنساني، وأن مثل هذه الأنشطة تمثل جزءاً أساسياً في كل الثقافات خلال كل العصور التاريخية وكل المجتمعات. (كمال درويش، أمين الخولي، 2001، ص 277)

## 2-5-3 الفولكلور والموروث الشعبي في الترويح:

علم الفولكلور من العلوم الحديثة وتهتم موضوعاته بدراسة التراث الشعبي التقليدي -المادي والشفهي - من جميع جوانبه الهامة مثل الجوانب التاريخية والجغرافية والاجتماعية والنفسية. وهو من العلوم الثقافية أولاً وأخيراً وله دور هام في استكمال المعرفة التاريخية وتعميقها وتوسيع دائرتها.

فإذا سلمنا بأن الترويح ظاهرة إنسانية اجتماعية لها ادواتها الثقافية وتراثها الشعبي الضارب في جذور المجتمعات الإنسانية على مختلف أجناسها. ونؤكد أن التعرض لدراسة الفنون الشعبية في مجالات الترويح ينبغي أن لا يقوم على أساس دراسة قيمتها الجمالية، بل هي نظرة إلى الفنون الشعبية من حيث هي نتاج ثقافة وتراث، ويندرج تحت قسم الدراسات الانثروبولوجية قدر كبير من النشاط والفنون الشعبية ذات الطبيعة الفولكلورية، فيعود العلماء والباحثون في الفولكلور هذه المناشط والتي لها علاقة بمجالات الترويح والتي يطلق عليها الثقافة المادية والفنون وهي: "الفنون - الموقى - الدراما - الالعاب الرياضية - ألعاب التسلية - التزيين والتجميل - الخزف - السلال - الزجاج - الصباغة والتلوين - المشغولات الخشبية والمعدنية والحجرية". ويضيف ولاوفر: التراث الأدبي والشعبي، والحكاية الخرافية والحكاية الفكاهية والأغنية الشعبية، والألغاز، بالإضافة إلى عناصر الثقافة المادية مثل الآلات الموسيقية واللعب والرقص والأشغال اليدوية النسائية والفنون الشعبية.

ولقد أخذ الترويح الشعبي أشكالاً وصوراً متعددة منها:

**أولاً: الفنون الشعبية والثقافية والمادية:**

أ- الموسيقى الشعبية:

الآلات الموسيقية الشعبية كالربابة والطبلة والموسيقى المصاحبة للأغاني والمناسبات.

ب- الرقص الشعبي والألعاب الشعبية:

- رقص المنسبات وهو رقص مرتبط بالمعتقدات.

- رقص فئات أو طبقات محدودة.

ج- الألعاب الشعبية:

- ألعاب غنائية، وألعاب منافسة، ألعاب أطفال، ألعاب تسلية.

د- فنون التشكيل الشعبي:

- أشغال يدوية.

هـ- الأزياء الشعبية. (نفس المرجع السابق، ص 283).

**2-6 المبحث السادس: وقت الفراغ**

**2-6-1 مفهوم وقت الفراغ:**

إن مصطلح وقت الفراغ مشتق من الاصل اللاتيني Leisure ويعني التحرر من قيود

العمل أو من الارتباطات. ويرى ماركس كابلن بأن وقت الفراغ يعد عملية ديناميكية تركز

على أربعة مكونات رئيسية متداخلة وهي:

1/ المعنى:

يشير المعنى إلى مدى وضوح مفهوم وقت الفراغ لدى الأفراد، ومدى إدراكهم لأهمية ممارسة نشاطه، ولذا فإنه بقدر ما يكون وضوح معنى وقت الفراغ يكون الإقبال على ممارسة نشاطه المتنوعة.

## 2/ الوظيفة:

تحدد الوظيفة في ضوء وضوح معنى ومفهوم وقت الفراغ لدى الأفراد، فمن خلال تفهم الأفراد لمعنى وقت الفراغ، يتم إدراكهم للأهداف التي يمكن ان تتبثق وتتضح من المعنى. ويحدد دومازدي Dumazedier الوظائف الرئيسية لوقت الفراغ بالاسترخاء والتسلية.

## 3/ الحالة أو الظرف:

إن وقت الفراغ مرتبط بحالة الأفراد وظروفهم.

## 4/ الاختيار:

يمكن تحديد كم وقت الفراغ، وكذلك نوعية النشاط التي يمكن اختيارها لاستثمار ذلك الوقت. (محمد محمد الحماحي، عابدة عبد العزيز، 2001م، ص 20-21)

كما أن مفهوم وقت الفراغ حسب رأي حلمي إبراهيم فهو كالاتي:

- ان وقت الفراغ هو الوقت غير المشغول بأي عمل أو أداء أو نشاط يتعارض مع وقت العمل.

- شكل من أوجه النشاط الإنساني التي تتعارض مع نشاط العمل.

- حالة عقلية لنشاط إنساني.

ويرى ناش Nash أن وقت الفراغ هو الوقت المتبقي بعد الانتهاء من أداء النشاط الأساسية للفرد. (كمال درويش، محمد محمد الحماحي، ص 26) وكذلك يرى باركر

Barker أن وقت الفراغ هو مجموعة من الوظائف أو المناشط التي ينغمس فيها الفرد بمحض إرادته بحثاً عن راحة أو لغرض تنمية معلوماته، أو لتحسين مهاراته، أو للإسهام في تقديم خدمات تطوعية للمجتمع الذي يحيط به، وذلك بعد تركه لعمله الاساسي والاجتماعي والعائلي. (المرجع السابق، ص 27)

كذلك توجد ثلاث طرق رئيسية لتحديد المعنى المقصود بوقت الفراغ وتعريفه:

أولاً: تناول الأربع والعشرون ساعة التي تكون اليوم وخصم الفترات التي لا تخصص كوقت الفراغ مثل فترات العمل، النوم وتناول الطعام والحاجات الفسيولوجية.

ثانياً: في معنى آخر لوقت الفراغ، إنه ليس بالضرورة فترة من الوقت، ولكن أيضاً يمكن اعتباره نوعاً من نشاط وحيوية الفرد في اندماجه في عمل معين، ومن أنصار ذلك التعريف، الكتاب والفلاسفة والعقائديين، لذلك يذهب الكاتب الكاثوليكي جوزيف بيير إلى أن وقت الفراغ اتجاه ذهني وتروحي أو حالة روحية. وهو اتجاه يتناول العلاقة بين وقت الفراغ والعقيدة. (محمد محمد الحماحي، عايدة عبد العزيز، 2001م، ص 22)

ثالثاً: أما النوع الثالث من المعاني فيجمع بين التعريفين السابقين ويذهب إلى أنه يمكن رؤية وقت الفراغ كوقت خال من العمل والواجبات الأخرى، ويخصص للاسترخاء أو الانجاز الاجتماعي، أو النمو الشخصي أو تنمية الذات. وكذلك يمكن تعريف وقت الفراغ كعدد من الأعمال التي ينغمس فيها الفرد بمحض إرادته، إما للراحة أو للتسلية أو زيادة معلوماته، أو تحسين مهاراته أو زيادة مشاركته في الوسط المحيط به، بعد استيفاء واجباته الوظيفية والأسرية والاجتماعية. (كمال درويش، أمين الخولي، 2001م، ص 109)

ويعتقد قري وبلقرينو 1973 Gray and Pelegrino "أن وقت الفراغ هو وقت اكتساب القيم حيث أن الفرد يقوم بعملية اختيار للنشاط الذي يقوم به، وهذا يعني عملية تفضيل بين النشاط النافع وغير النافع (المفيد والضار) وبضيف قائلاً: إن الحرية التي يمارسها الفرد في

اختيار أوقات فراغه قد تسمح له بالتعبير عن نفسه وإثبات ذاته. ويقول كراوس Kraus 1981 "أن وقت الفراغ فترة من الفترات التي يكون فيها الإنسان في حالة نفسية مثالية يسعى إليها القليل من الناس ويتوصل إليها القليل جداً منهم. (كمال عبد الحميد، عز الدين حسين، عبد المحسن مبارك، 2012م، ص 36)

## 2-6-2 مفهوم وقت الفراغ في المجتمعات البدائية:

ليس هناك فاصل بين وقت الفراغ والعمل لدى المجتمعات البدائية، فهم يحصلون على حاجاتهم اليومية، كما لو كان ذلك وسيلة لعب، فحياتهم اليومية عبارة عن فترات من العمل تتخللها فترات لأداء الطقوس التي يقومون فيها ببعض الأنشطة. فلا توجد في هذه المجتمعات فترات مخصصة لوقت الفراغ.

ولكن الأنشطة الاقتصادية مثل الصيد، التسوق شأنها شأن الغناء، وسرد القصص أثناء العمل، ورغم وجود وقت مخصص لهذا الغرض ليست مألوفة عندهم. (كمال درويش، أمين الخولي، 2001م، ص 113)

## 2-6-3 أهمية وقت الفراغ في حياة الإنسان:

منذ فجر التاريخ كان الإنسان يمضي وقته مشغولاً في الحصول على قوته ثم يمضي ما تبقى بعد ذلك في حماية نفسه ضد أخطار الطبيعة والحيوانات المفترسة. وتطورت الحياة وتطورت الآلات التي كان يستعملها في الصيد والزراعة والمعيشة. فكلما زادت آلاته وأجهزته كلما اقتصر الوقت الذي يبذله في سبيل المعيشة. ومع ظهور الثورة الصناعية والتطور التكنولوجي الهائل بالمصانع ووسائل المواصلات والأجهزة والأدوات المنزلية مثل الغسالات والثلاجات والحواسيب وغيرها، مما سهل على الإنسان العمل وتقليل الجهد ووفرة الوقت في العمل.

وتدل الدراسات النفسية لعلماء النفس التطبيقي في ميدان الصناعة على أهمية وقت الفراغ للإنسان كضرورة لتجديد قواه واستعادة النشاط وإتقان العمل وحسن أداءه وبالتالي زيادة إنتاجه وتأتي أهمية وقت الفراغ لأن:

- الوقت أغلى ما يملك الإنسان، ويعتبر أغلى النعم التي منحها الله تعالى للإنسان.
- الوقت مورد محدود: لذلك لا يمكن تعويضه، فكل وقت يمضي لا يمكن استعادته.
- استقلال الوقت يزيد من قيمته: من مقياس تقدم الأمم وازدهارها هو حسن استغلالها لوقت أفرادها وإدارتهم.

([http = bafree.netforum/archive8733.htm](http://bafree.netforum/archive8733.htm))

وتأتي أهمية وقت الفراغ وأهمية استغلاله من حيث إمكانية تحقيق العديد من الحاجات الأساسية للفرد، من خلال الأنشطة التي يمارسها في وقت الفراغ إذ يتمكن الفرد من إشباع الآتي:

- الحاجات الجسمية:  
بإزالة التوترات العقلية وتنشيط الدورة الدموية.
- الحاجات الاجتماعية:  
وذلك بالعمل الجماعي والعمل بروح الجماعة في العديد من الأنشطة التي تمارس في وقت الفراغ، مما يقضي على الانطواء في حياة الفرد.
- الحاجات العلمية والعقلية:  
يكسب المزيد من الخبرة والمعرفة والمهارة وتعلم معلومات جديدة.
- الحاجات الانفعالية:

ما يسمى بالدوافع اللاشعورية أو الدوافع المكبوتة التي قد تدفع الفرد إلى بعض السلوك المنحرف، وبكبتها لا يستطيع الفرد أن يحقق إشباعه لتلك الحاجات عن طريق ممارسة أنشطة في وقت فراغه، سواء مارس تلك الأنشطة بطريقة ابتكارية أو إيجابية أو بطريقة عاطفية أو سلبية. (أمير أحمد راشد، مجلة فكرزاد <http://www.fekrzed.com/library>)

وترجع أهمية وقت الفراغ إلى أنه يعد وقت اكتساب المهارات والقيم والخبرات التربوية والاجتماعية، وأنه يتم من خلاله إشباع الهوايات، والميول والحاجات والترويح عن الذات، وكذلك تنمية الموهبة، والابتكار، والإبداع، وتحقيق التوازن النفسي، وتنمية الشخصية الإنسانية بوجه عام. (محمد محمد الحماحي، عاسدة عبد العزيز، 2001م، ص 17)

## 2-6-4 مستويات المشاركة في مناشط وقت الفراغ:

يوضح ناش Nash استخدامات وقت الفراغ من خلال تحديده لعدد من المستويات ترتبط بالمشاركة ويتضمن كل منها أنواع متعددة من المناشط وذلك وفقاً لما يلي:

**المستوى الأول:** يتضمن المشاركة الابتكارية في العديد من مناشط وقت الفراغ أهمها: التأليف، الاختراع، ابتكار النماذج، التصميمات والعروض.

**المستوى الثاني:** يتضمن المشاركة الايجابية لمناشط وقت الفراغ من قبل الممارسين، وأهم تلك المناشط: المباريات، المسابقات الرياضية، التمثيل المسرحي، العزف الموسيقي، المعسكرات، الرحلات، الرسم ولعب الشطرنج.

**المستوى الثالث:** المشاركة الوجدانية في مناشط وقت الفراغ التي تتمثل في قراءة القصص والروايات ومشاهدة الأفلام والمسرحيات، التمثيليات، ومشاهدة البرامج التلفزيونية، الاستماع إلى الموسيقى والمسابقات الرياضية. (كمال درويش، 1986م، ص 37-39).

**المستوى الرابع :** يتضمن المشاركة السلبية في مناشط وقت الفراغ، وهي لقاء الأقراب والأصدقاء والتسلية والترفيه واللهو والجلوس حول المائدة.

**المستوى الخامس:** يتضمن المناشط التي تلحق الأذى والضرر بالفرد، وذلك كإدمان المخدرات والخمر، وارتكاب أفعال غير تربوية مثل لعب الميسر.

**المستوى السادس:** يضم المناشط التي تلحق الأذى والضرر بالمجتمع، كارتكاب الجرائم والتطرف الديني وأعمال العنف. (محمد محمد الحماحي، عايدة عبد العزيز، 2001م، ص 27)

## 2-6-5 دور التربية حيا ل وقت الفراغ:

يرى ويسكوف Weiskoph أن تربية الفراغ يجب ان تشمل الجوانب الآتية:

- معنى فلسفة وقت الفراغ.
  - المعارف والمهارات والاتجاهات التي تؤدي إلى الاستمتاع بوقت الفراغ.
  - تنمية وتأكيد عادات جيدة بالهوايات والاهتمامات الترويحية.
  - التأكيد على الخصائص والمميزات الناجحة للفرد من خلال الترويح.
  - ترشيد استثمار وقت الفراغ بشكل واع. (Weiskoph, 1982, P. 157)
- ويرى باحث الاجتماع (محمد علي محمد، 1981، ص 157) أن المجتمعات الحديثة يجب أن تعمل على استثمار وقت الفراغ بالترويح من خلال تنقيف الناس ليروا كيفية استثمار أوقات فراغهم محكمة من خلال تطوير برامج الترويح المتنوعة التي تقابل احتياجات وسلوكيات وقت الفراغ.

## 2-6-6 مشكلات التربية للفراغ:

لعل من أهم القضايا والمشكلات التي تشكل سياسة التربية للفراغ في المدرسة: تكمن في كيفية بناء محتوى من المقررات والموضوعات مرتبطة بالحياة وتثير اهتمام التلاميذ قبل تخرجهم، وفي نفس الوقت تكسبهم القيم التربوية المرغوبة والجديرة بالاهتمام من جميع أطراف العملية التربوية المهمة بالترويج في المدرسة. (Goodbey G. Barker, 1986, P. 167)

## 2-6-7 وقت الفراغ والمراهقة:

لكي نفهم دور وقت الفراغ في هذه المرحلة يجب أن نضع في أذهاننا الاعتبارات الثلاثة التي قررها سيدسل سميث وهي:

1/ المراهقة ينمو فيها الفرد اجتماعياً، لتصبح المعرفة والاتجاهات الخلقية مناسبة له، دون أن تكون قيوداً عليه.

2/ المراهقة يجب أن ينظر إليها كفترة انتقال من حال إلى حال ومن دور إلى دور.

3/ المراهقة كثافة شبابية لها تأثيرها الذاتي الذي قد يصطدم بقيم المجتمع.

1/ المراهقة كفترة ينمو فيها الفرد اجتماعياً:

في فترة المراهقة يتأثر الفرد اجتماعياً بعبادات واتجاهات خاصة بأوقات الفراغ من خلال عاملين رئيسيين هما:

أ/ أسرته من الداخل.

ب/ المجتمعات التي يحتك بها من الخارج.

أما تأثير الأسرة على وقت فراغ المراهق فهو يعتمد على عدة عوامل منها:

كونه متفرغاً للدراسة أو غير متفرغ وكونه مقيماً أو غير مقيم مع والديه. وهذان العاملان هما من أهم العوامل في تقدير تأثير الأسرة. (كمال درويش، أمين الخولي، 2001م، ص 252)

2/ الرؤية الثانية للمراهقة كفترة انتقال:

الرغبة في الانتقال من مرحلة تعليمية إلى مرحلة تعليمية أخرى يحد من نشاط وقت الفراغ لأن المراهق يكون في صراع وأنه يبذل مجهوداً كبيراً في الدراسة، أما الفتيات فيعيشون بأنهن أكثر التزاماً من البنين بمستويات إدارة المنزل.

المراهقة كثقافة شبابية:

حيث ينظر إليها أنها فترة تثقيف الشباب (المرجع السابق، ص 253)

## 2-6-8 وقت الفراغ في حياة البالغين:

يظهر بوضوح أن السن عامل له أهميته في إحداث تغيرات في أنماط ومجالات اختيار أنشطة وقت الفراغ. وأنه في أي سن بعد البلوغ يكون بعض الأفراد متزوجين وآخرون غير ذلك، وأن بعض المتزوجين عندما يصبحون آباء يعتبرون التلفزيون الوسيلة الوحيدة لقضاء وقت فراغهم.

أما السيدات بعد الزواج فيمارسن الأنشطة التالية في أوقات فراغهن:

- الحرف والهاويات المنزلية.

- مشاهدة التلفزيون.

- الأنشطة الاجتماعية. (Goodbey G. Barker S., 1986: P. 255)

وفي دراسة عربية أجراها (كمال درويش وآخرون، 1984، ص 256) عن الاهتمامات الترويحية لكبار السن المصريين، أشارت النتائج إلى أن الأعمار بين 40 و 50 سنة تهتم بقراءة الصحف ومشاهدة التلفزيون وزيارة الأهل، وأشغال الإبرة من أهم أنشطة وقت الفراغ بالنسبة للمرأة المتزوجة بين سن 25 سنة و 33 سنة.

## 2-6-9 وقت الفراغ ومرحلة الشباب:

يذكر محمد كمال مصطفى عن عبد الخالق علام أنه قد قام المشتغلون برعاية الشباب بمحاولات عديدة لتحديد مفهوم واضح لمعنى الشباب، واتفقوا على تحديده بمفهومين: أحدهما يرى أن الشباب مرحلة عمرية من مراحل العمر، وأما المفهوم الثاني فيرى أن الشباب حالة نفسية مصاحبة تمر بالإنسان وتتميز بالحيوية وترتبط بالقدرة على التعلم، ومرونة العلاقات الإنسانية وتحمل المسؤولية. (تهاني عبد السلام، طه عبد الرحيم، 1991، ص 46)

وتتفق انتصار يونس 1968م مع عبد الخالق علام في أن هناك من يرى أن الشباب مرحلة عمرية، ويرون تحديد مرحلة الشباب بالعمر. وقد حددت سن 15 سنة كبداية للمرحلة و 25 سنة لنهايتها. أما من ناحية النمو الجسمي والحركي فتتسم هذه المرحلة بالتناسق والتحمل. وتضيف (سهير برير، 1980م) أنه في مرحلة الشباب يتصف الفرد بالتحمل والجلد ويصل التوافق العضلي العصبي إلى نهايته، وزيادة قوة العضلات.

أما من ناحية النمو الانفعالي، فيشر حسن الفقي إلى ازدياد إدراك الشباب لأنفسهم حيث يشعرون بالرغبة في تحقيق ذاتهم في الجماعة التي ينتمون إليها.

وتتفق كل من (تهاني عبد السلام، 1986)، و(فؤاد البهي، 1969)، و(محمود الزين، 1968) في أن هذه المرحلة تتسم بالتوازن بين العقل والعاطفة. ويلعب المنطق دوراً في حياة الشاب وتحدد الصداقات، وكذلك تحديد الارتباط العاطفي والتحكم في الانفعال، وضبط

المشاعر، ويزداد الشعور بالولاء والانتماء، أما في النمو الاجتماعي، تتسم هذه المرحلة بتقدير الشاب للقيم الأخلاقية أكثر من المرحلة السابقة، حيث ترى تهاني أن الانتماء عند الشباب يكون للجماعات الكبيرة التي تقوم بتحقيق أغراض قومية. ويتفق معها في ذلك محمود الزين في أن الشاب في هذه المرحلة يهتم بمشكلات المجتمع، بالإضافة إلى اهتمامه بحقوق الاجتماعية والسياسية كحق الانتخاب والعمل وحرية الرأي والعقيدة. (المرجع السابق، ص 52)

أما عن النمو العقلي:

يذكر محمد محمود الزين أن قدرة الشباب تزداد على التحصيل وفهم المفاهيم والقيم والمثل الأخلاقية فيما تعلق بما هو صواب أو خطأ وفهم معنى الأمانة. أما محمد حسن علاوي فينظر إلى النمو العقلي في مرحلة الشباب من زاوية وقت الفراغ، إذ يرى أنه يزداد احتياج الشباب إلى تنظيم وقت فراغهم بحيث يعيش الفرد خبرات متنوعة من العديد من الأنشطة المختلفة، ويظهر الشباب ميلاً كبيراً نحو القراءة وخاصة القصص والمغامرات وتحليل الشخصيات البارزة، وتتبع الصحف والمجلات خاصة صفحات الرياضة والفكاهة والقصص. (تهاني عبد السلام، 2001م، ص 189)

## 2-7-1 المبحث السابع: الثقافة الشعبية في العصر الحديث والترويج

الثقافة تعبير ذاتي - فردي أو جماعي - عن المجتمع أو تعبير عن نمط تمثل وإدراك ذلك لمجتمع من قبل الفرد والجماعة (قبيلة، طبقة، شعب) ويوضح الدارس أن جميع طلاب وطالبات الجامعة ينتمون إلى قبائل شتى في جمهورية جنوب السودان ويمثلون إثنيات متعددة ولغات مختلفة. وبهذا المعنى تتم عملية التعبير أو الإنتاج الرمزي على نحو مكتوب، وعلى نحو منطوق، ثم على نحو حركي. وهي حين تظهر صورة مكتوبة تتخذ لغة معرفية ومفهومة خاصة بها، يستقبل بها المجال المعرفي عن سواه من مجالات الثقافة المكتوبة كالأدب مثلاً بأساليبه التعبيرية المختلفة. لكن الثقافة أيضاً هي التعبير الشفاهي (غير

المكتوب) ممثلاً في أشكال مختلفة من الفنون، كالغناء والأمثال والقصص الشعبية والنحت والفن التشكيلي وفن العمارة والنقش على الخشب أو المعادن أو الجبس والرخام وفي الوشم (أي النقش على الجسد) وهذا ما نجده ماثلاً إلى يومنا هذا لدى قبائل (الشلك - النوير - الدينكا).

وهذه القبائل مجتمعة تشكل مجتمع وإنسان جمهورية جنوب السودان. ونجد كذلك فن التطريز والحاكة وغيرها من صور التعبير الثقافي المقرون بالترويح وشغل وقت الفراغ وهذه لا تقل عن النصوص المكتوبة في مضمار التعبير عن نوازع الذات وحاجاتها الجمالية، وعن نوع تفاعلها مع العالم المحيط، بل نستطيع أن نرصد التجليات المختلفة لهذا التعبير الثقافي حتى في المأكل والملبس (قبائل الشلك) وطقوس العبادة ومراسيم الاحتفالات والأعياد والمواسم والمأتم فيما يسمى بمنظومة العادات والتقاليد والمعتقدات. فالترويح هنا يتداخل للإفصاح عن الذات وعن الوجدان الفردي والجماعي ومنه يمكن قراءة المجتمع وما يعبر عنه وشخصيته وحضارته. (فاتن محمد شريف، الثقافة والفلكلور، دار الوفاء للطباعة، 2008م، ص 50).

## 2-7-2 الثقافة الشعبية كمدخل للتنمية والتسلية:

تعتبر الثقافة الشعبية والفلكلور هامة لحل مشكلة التغيير والتنمية في المجتمع المدني المعاصر، فهي ليست طرفة أو دور مثير للعجب، فهي أنماط جادة يجب التعامل معها بجدية، فهي تصور للعالم والحياة، وهي خاصة بالشعب بكل مكونات ذلك المجتمع وطبقاته، فالفلكلور ووسائل التسلية والترويح متعددة وشديدة التنوع وبذلك هي انعكاس لحياة الشعب الثقافية. وعليه كان اهتمام اليونسكو بإرساء قواعد وسياسات تحافظ بها على ثقافات وموروثات الشعوب وحمائتها. وإن المأثور الشفاهي واللغات (اللهجات) وفنون الأداء التقليدية والمعارف الشعبية والعادات والتقاليد والمعتقدات لاتزال تتدرج في إطار الممارسات الحياتية اليومية. فالنشاط الإبداعي الشعبي يحسن من العلاقات الاجتماعية من أجل تعزيز

هوية الجماعة وترسيخ الشعور بالانتماء. وأن التعددية الثقافية وجدت طريقها لممارسة التنوع في ظل العولمة الاقتصادية والثقافية. ومع ذلك فإن لكل مجتمع اختلافاته الثقافية، ليس على الصعيد الاتني فقط، بل كذلك على صعيد العلاقات بين الجنسين واعتبارات السن والمعتقدات الدينية، وتقاليد الفئات المهنية والاجتماعية. وقد نصت اتفاقية اليونسكو الصادرة في باريس بتاريخ 17 تشرين أول 2003م حول (حماية التراث الثقافي) على الاعتراف بأهمية التراث الثقافي غير المادي (بوصفه بوتقة للتنوع الثقافي وعاملاً يضمن التنمية المستدامة). وأقرت الاتفاقية بأن هذا التراث ينتقل من جيل إلى آخر بصورة مستمرة بين الجماعات بما يتفق مع بيئتها وتفاعلاتها مع الطبيعة وتاريخها منمياً لديها الإحساس بهويتها والشعور بالاستمرارية في ضوء احترام الجماعات لبعضها البعض. والفلكلور مصطلح متعارف عليه في كل لغات العالم وتعني حكمة الشعب أو معارف الناس أو ما يعرف بالإبداع الشعبي الشفوي المتغلغل بين الجماهير، فهو صدى الماضي البعيد وصوت الحاضر وهو يرتبط بحياة الشعب ارتباطاً وثيقاً بطقوسه وعاداته وتقاليدته. (فاتن محمد شريف، المصدر السابق، ص 56-57)

### المبحث الثامن: ولايات جمهورية جنوب السودان

رقم	اسم الولاية	اسم العاصمة
/1	ولاية غرب الإستوائية	يامبيو Yambio
/2	ولاية الإستوائية الوسطى	جوبا Juba
/3	ولاية شرق الإستوائية	توريت Torit
/4	ولاية شمال بحر الغزال	أويل Aweil
/5	ولاية غرب بحر الغزال	واو Wau
/6	ولاية البحيرات	رمبيك Rumbek
/7	ولاية واراب	كواجوك Kwajok
/8	ولاية الوحدة	بانتيو Bentiu

Malakal ملكال	ولاية اعالي النيل	/9
Bor بور	ولاية جونقلي	/10

## 2-8-2 أسماء القبائل التي تقطن كل ولاية:

1/ قبائل ولاية غرب الإستوائية: Western Equatoria State

الزاندي Zande

أبو كايا Abukaya

بلندا فيري Balanda-Buiri

المورو Moro

المورو-كادو Moro-Kado

المونديو Mundu

الباكا Baka

2/ قبائل ولاية الإستوائية الوسطى: Central Equatoria State

أديو (المكركا) Adio (Makaraka)

الباري Bari

المنداري Mundari

الفجلو Pojulu

النيانقوارا Nyangwara

Kakwa الكاكوا

Lolubo اللولوبو

Keliko الكليكو

Avukaya اللابوكايا

Kuku الكوكو

Baka البাকা

Lugbara اللوقوارا

Mundu الموندو

Eastern Equatoria State /3 قبائل ولاية شرق الإستوائية:

Acholi الأشولي

Lotuka (otuho) اللاتوكا (الاولتوهو)

Dongotona الدونقوتونا

Horiok الهوريوك

Tenet التنيت

الوفيت

Toposa التبوسا

Lango اللانقو

Tid التيت

Logir اللوقير

Nyongatom النيانقاتوم

Imatong الأماتونق

Jiye الجبهة

Lokoya اللوكويا

Didinga الريدنقا

Pari (Lokoro) الفاري (لوكورو)

Larim (Boya) اللاريم (البويا)

Madi المادي

Indri الاندري

Ifoto الإفوتو

: Northern Bahr Algazall State ولاية شمال بحر الغزال /4

Dinka (Jieng) الدينكا (الجينق)

Luo (Jurchol) اللوه (جورشول)

Atuote (Reel) الأتوت (ريل)

:Western Bahr Algazall State قبائل ولاية غرب بحر الغزال /5

Sere السيري

Bongo البنقو

Ndogo الاندوقو

Feroge الفيروج

Gollo القولو

Binga البنقا

Bai الباي

Yulu اليولو

Balanda – Buirى بلندا فيري

Aja الأجا

Balanda-Boor بلندا بور

Shatt الشات

Kreish الكريش

Banda الباندا

Woro الورو

Ngulngule النقولو نقولي

Mangar المانقار

Luo اللوه

Dinka الدينكا

:Lake State قبائل ولاية البحيرات

Dinka دينكا

Jur Bel جوربيل

:Warap State (Kwajok) (كواجوك) قبائل واراب /7

Dinka (Jieng) الدينكا

Bongo البونقو

Jur – Manangar الماناقار

Jur (Beli and Modo) المورو

Jur Chol (Luo) اللوه (اللوا)

:Unity State قبائل ولاية الوحدة /8

Dinka (Jieng) الدينكا

Nuer (Noath) النوير

:Upper Nile State قبائل ولاية أعالي النيل /9

Dinka (Jieng) الدينكا

Shiluk (Collo) الشلك (الشلو)

النوير Nuer

المابان Maban

الاولدوك Uduk

10/ قبائل ولاية جونقلي Jonglei State:

الدينكا Dinka (Jieng)

النوير (ناث) Nuer (Noath)

المورلي Murle

الأنبيواك (الأنبوا) Anyuak (Anyuaa)

السوري (الكاشيبو) Suri (Kachipa)

2-9 المبحث التاسع: الدراسات السابقة

2-9-1 الدراسات السابقة العربية:

1/ دراسة محمد كمال السمودي، ( 1995) إنتاج علمي بعنوان: "اثر ممارسة

بعض الانشطة والهوايات الترويحية على الحاجة النفسية للشباب". وقد هدفت

الدراسة إلى معرفة أثر ممارسة بعض الأنشطة الرياضية والهوايات الترويحية على

الحاجات النفسية لدى شباب الجامعات، استخدم الباحث المنهج الوصفي لعينة

قوامها 365 طالب وطالبة وكانت أداة الدراسة هي الاستبيان، وتوصلت الدراسة

إلى أن الحاجة للمعرفة والثقافة المرتبة الأولى تلاها الحاجة إلى تحقيق المكانة

الاجتماعية ثم الناحية الاقتصادية.

2/ دراسة عايدة عبد العزيز وسهير لبيب، ( 1985 ) إنتاج علمي بعنوان: "أثر

ممارسة الأنشطة الترويحية على مفهوم الذات للممارسين وغير الممارسين لدى طلاب المرحلة الجامعية". وكان الهدف من الدراسة التعرف على الفروق بين ممارسي الأنشطة الترويحية وغير الممارسين لهذه الأنشطة من طلاب الجامعة في أبعاد مفهوم الذات (الذات الواقعية - الذات المدركة - الذات الشخصية - الذات الاجتماعية)، تم استخدام المنهج الوصفي لعينة عددها 300 طالب 150 من الطلاب الممارسين و 150 طالب غير ممارسين للأنشطة الترويحية. وكانت أهم النتائج أن هناك تباين في أبعاد مفهوم الذات بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية فالذين يمارسون كانوا أكثر تقبلاً لذواتهم ولديهم اتجاه ايجابي نحو الحياة الاجتماعية وقادرون على التعامل معها عكس الذين لا يقبلون على الأنشطة.

3/ دراسة مدحت شوقي موسى، ( 1990 ): رسالة ماجستير غير منشورة وهي

بعنوان: "الوقت الحر لدى طلاب جامعة أسيوط ودور الأنشطة الرياضية في استثماره". هدفت الدراسة للتعرف على حجم الوقت الحر لدى طلاب الكليات العلمية والنظرية، مستخدمة المنهج الوصفي المسحي وكانت عينة الدراسة 2426 طالب وأدوات جمع البيانات هي المقابلات الشخصية والاستبيان وكانت أهم النتائج، إن جميع الطلاب في مختلف الكليات لديهم وقت فراغ، وتبين أن الأنشطة المفضلة بدرجة كبيرة الأنشطة الخلوية والأنشطة الرياضية والأنشطة الثقافية والأنشطة الفنية، وأن أكثر الأنشطة الرياضية هي (كرة القدم - تنس الطاولة - الكرة الطائرة - كرة السلة).

4/ دراسة فريدة حرزاوي، ( 1992 ): رسالة ماجستير غير منشورة بعنوان: "الترابط

الأسري للأسر الممارسة للترويح وغير الممارسة"، وقد هدفت الدراسة لمعرفة أثر

الممارسة للأنشطة الترويحية للأسر الممارسة وغير الممارسة للترويح، وكانت عينة الدراسة 80 أسرة مستخدمة المنهج المسحي، وكانت أداة جمع البيانات هي الاستبيان، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك ترابط أسري لدى الأسر الممارسة للأنشطة الترويحية، وتوصلت الدراسة إلى أن الأنشطة الرياضية والثقافية والاجتماعية والرحلات تعد أكثر المناشط التي يقبل عليها أفراد الأسرة الممارسة للأنشطة الترويحية.

5/ دراسة إحسان أحمد محمد مصطفى، ( 2008): رسالة دكتوراة غير منشورة وهي بعنوان: "واقع ممارسة الأنشطة الترويحية في أوقات الفراغ لدى طلاب جامعة سنار"، وقد هدفت الدراسة لمعرفة الأنشطة الترويحية والرياضية للطلاب في أوقات الفراغ، مستخدمة المنهج الوصفي لعينة قوامها 500 طالب وطالبة، وكانت أداة جمع البيانات الاستبيان، وأظهرت النتائج أن لدى الطلاب وقت للفراغ وأن الأنشطة الممارسة هي الأنشطة الاجتماعية في المرتبة الأولى يليها الأنشطة الثقافية ثم الفنية والرياضية، غدراك الطلاب لفوائد الأنشطة البدنية.

#### الدراسات السابقة الأجنبية:

6/ دراسة كليبر، (1980): وهي بعنوان: "تحديد العلاقة بين أنشطة وقت الفراغ والتوافق النفسي الاجتماعي"، وكانت عينة الدراسة 152 طالب وطالبة مع استخدام الاستبيان ومقياس القلق، وأظهرت النتائج أن الأفراد المنخرطون في النشاط الترويحي تقل معاناتهم ويشعرون بالسيطرة على بيئاتهم.

7/ دراسة هورنيك وسلنجر، (1981): وهي بعنوان: "دراسة العلاقة بين أنشطة وقت الفراغ وأسلوب الحياة والخصائص الديمغرافية والنفسية والوقت مع وسائل الإعلام". كانت عينة الدراسة 1739 من الذكور الراشدين، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك علاقة بين الدخل وبين

الوقت المخصص للإعلام، وأن الأشخاص الأكثر نشاطاً من الناحية الاجتماعية والبدنية يميلون لقراءة المجلات.

### 2-9-2 التعليق على الدراسات السابقة:

1- اشتملت الدراسات السابقة العربية منها والأجنبية على المراحل العمرية المختلفة. وكان أكثرها في فئة الشباب.

2- تعرضت جميع الدراسات للأنشطة الترويحية للقطاعات الاجتماعية المختلفة.

3- استخدمت جميع الدراسات المنهج الوصفي.

4- تناولت الدراسات الأنشطة الترويحية والرياضية بالجامعات للبنين والبنات.

5- أثبتت نتائج الدراسات السابقة أهمية الاهتمام بالأنشطة الترويحية والرياضية في أوقات الفراغ عامة ولدى شباب الجامعات بصفة خاصة.

6- استخدمت جميع الدراسات السابقة الاستبيان كوسيلة لجمع البيانات.

### 2-9-3 الاستفادة من الدراسات السابقة:

1- ساعدت الدراسات الباحث في تحديد عينة الدراسة والمرحلة الدراسية وهي الجامعة.

2- استفاد الباحث من الدراسات في تحديد منهجية البحث المناسب لهذه الدراسة والذي كان المنهج الوصفي.

3- استعان الباحث بالمنهج الإحصائي المناسب لاستخلاص نتائج البحث والتعليق عليها.

4- استفاد الباحث من الجوانب النظرية وأدبيات موضوع الدراسة وكيفية ترتيبها وتنسيقها.

## الفصل الثالث

### إجراءات الدراسة

1-3 منهج الدراسة

2-3 مجتمع الدراسة

3-3 عينة الدراسة

4-3 مجالات الدراسة

5-3 وسائل جمع البيانات

6-3 تصميم الإستبانة وعرضها على الخبراء

7-3 التحليل الاحصائي

## الفصل الثالث

### إجراءات الدراسة

#### 3-1 منهج الدراسة:

استخدم الدارس المنهج الوصفي المسحي لمناسبته لهذه الدراسة، والمنهج الوصفي كما يعرفه (سامي محمد لحم ، 2000) بأنه أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كمياً عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة وإخضاعها للتحليل والدراسة الدقيقة.

#### 3-2 مجتمع الدراسة:

يعتبر مجتمع الدراسة المجموعة الكلية من العناصر التي يسعى الدارس أن يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة قيد الدراسة. واستناداً على ذلك فإن مجتمع الدراسة هو طلاب وطالبات جامعة جوبا للعام الدراسي 2014م - 2015م .

#### 3-3 عينة الدراسة:

اختيرت عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من كليات الدراسات الاجتماعية والتنمية الريفية وكلية الطب والهندسة والآداب والاقتصاد والتربية، وبلغ عددهم 280 وهم يمثلون مجتمع الدراسة. وتراوح أعمارهم ما بين 25 و30 سنة للطلاب والطالبات.

#### 3-4 مجالات الدراسة:

أ-المجال البشري: عينة مختارة من طلاب وطالبات جامعة جوبا يمثلون مختلف كليات الجامعة.

ب- المجال الزمني: 2015م.

ج- المجال الجغرافي: جامعة جوبا - بجمهورية جنوب السودان.

### 3-5 وسائل جمع البيانات:

استخدم الدارس الاستبانة بوصفها إحدى وسائل جمع البيانات لمثل هذه الدراسة. والاستبانة كما يعرفها فوزي (2002م) أنها إحدى أدوات جمع البيانات المتعلقة بالدراسة عن طريق استمارة يجري تعبئتها من قبل المفحوصين، ويتوقف نوع الاستبانة على نوع المعلومات المطلوب الحصول عليها.

-صدق وثبات الأداة (الاستبانة):

يعرف الثبات بأنه مدى دقة اتساق القياسات التي يتم الحصول عليها وما يقيسه الاختبار. وقد استخدم الدارس طريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان براون في تقدير الثبات. وكانت محاور الاستبانة كالآتي:

- محور الأنشطة الرياضية.

- محور الأنشطة الترويحية (الفنية والثقافية وأنشطة الخلاء).

- محور الأنشطة الاجتماعية.

### 3-6 تصميم الاستبانة بمحاورها وعرضها على الخبراء:

من خلال المراجع والدوريات والدراسات السابقة وضع الدارس المحاور للحصول على إجابات فيها تعبر عن أهداف الدراسة والتحقق من نتائجها في ضوء إجابات المفحوصين. وتم عرض تلك الاستبانة بمحاورها الثلاث للخبراء في مجال التربية البدنية باعتبارهم أقدر على تحديد نوعية الأنشطة الملائمة لهذه المرحلة السنية الرياضية منها والترويحية، وللتأكد من الأسس العلمية وسلامة عبارات الاستبيان.

وبناءً على رأي الخبراء تم تعديل بعض العبارات وإضافة البعض وحذف العبارات التي نالت أقل من 70%. ومن ثم تم تطبيق الصدق والثبات للاستبيان من خلال توزيعه على عينة استطلاعية والتأكد من ملاءمته لتحقيق الأهداف المرجوة.

### تطبيق الاستبانة:

- قام الباحث بمخاطبة ادارة جامعة جوبا للسماح بتوزيع الاستبانة بين الطلاب والطالبات.
- تم اقامة مركز داخل الجامعة لتوزيع واستلام الاستبانة بمعاونة بعض الزملاء في وزارة الشباب والرياضة حيث يعمل الباحث .
- بلغ عدد الاستمارات 150 فرد ( 100-) طالب ، ( 50 ) طالبة تم توزيعها وجمعها بنسبة 100%.
- قام الباحث بتفريغها وتبويبها توطئة لمعالجتها احصائياً.

### جدول رقم (1)

#### يوضح حجم عينة البحث

م	الكلية	الذكور	الإناث	المجموع
1	كلية الطب	20	10	30
2	كلية التربية	20	10	30
3	كلية الهندسة	20	10	30
4	كلية الآداب	20	10	30
5	كلية الدراسات الاجتماعية والتنمية الريفية	20	10	30
6	المجموع الكلي	100	50	150

وفيما يلي وصفاً مفصلاً لأفراد عينة الدراسة من طلاب وطالبات جامعة جوبا وفقاً لبعض الخصائص.

## 1/ خاصية النوع (الجنس):

### جدول رقم (2)

يوضح التوزيع التكراري لأفراد عينة البحث حسب النوع (الجنس)

النوع (الجنس)	التكرار	النسبة المئوية
الذكور	77	51,3%
الإناث	73	48,7%
المجموع	150	100%

## 2/ المستوى الدراسي:

### جدول رقم (3)

يوضح التوزيع التكراري لأفراد عينة البحث وفق المستوى الدراسي (السنة الدراسية)

المستوى الدراسي (السنة)	التكرار	النسبة المئوية
الأول	50	30%
الثاني	63	33%
الثالث	18	15%
الرابع	19	22%
المجموع	150	100%

## 3-5 أداة الدراسة:

استخدم الدارس الاستبانة كوسيلة لجمع البيانات، وتعد الاستبانة من الوسائل الواسعة الانتشار في جمع البيانات والمعلومات لأغراض البحث العلمي، وهي عبارة عن مجموعة من الأسئلة أو العبارات والتي يعدها الدارس بعد تحديد المشكلة أو موضوع الدراسة، ويقوم بوصفها بطريقة معينة تسمح للشخص المفحوص الإجابة عليها وبطريقة تساعد الدارس على تفرغ بياناتها وتحليلها.

وأداة الاستبانة كما يشير (محمد الغريب، ص 141) هي إحدى الوسائل التي تجمع بها البيانات والمعلومات، وهي عبارة عن حوار كتابي في شكل جدول من الأسئلة يرسل بالبريد أو يسلم باليد أو ينشر في الصحف أو وسائل الإعلام. كما يعرفها (فوزي غرابية، ص 72) بأنها أداة لجمع البيانات المتعلقة بموضوع الدراسة عن طريق استمارة يجري تعبئتها من قبل المستجيب. ويتوقف نوع الاستبانة على المعلومات المنتظر الحصول عليها. وقد أعد الدراس الاستبانة حسب المراحل التالية:

- تقسيم مشكلة الدراسة إلى عناصرها الأولية في ثلاث محاور، المحور الأول ويشمل معلومات محددة عن الأنشطة الرياضية المختلفة وعدد عباراته ( 20 ) في صورته الأولية. والمحور الثاني عن الأنشطة الترويحية عامة في أوقات الفراغ وعدد عباراته في صورته الأولية ( 23 ). والمحور الثالث عن الأنشطة الاجتماعية وعباراتها في صورتها الأولية (15).

بعد تصميم الاستبانة في صورتها الأولية تم عرضها على عدد من الخبراء في مجالات التربية البدنية، لمراجعة وفحص العبارات ومدى مناسبتها لمحاور الدراسة. وبناءً على المقترحات والتعديلات أجرى الدارس تلك التعديلات، ثم عرضها على مشرف الدراسة والذي أبدى رأيه حول صياغة العبارات ومناسبتها للمحاور. وبعد ذلك عرض الدارس الاستبانة على مجموعة من خبراء التربية البدنية وكان عددهم ( 17 ) لإجراء الرأي وتحكيم الاستبانة وتصميمها ومدى ملاءمة العبارات للمحاور الواردة بالدراسة. وبناءً على آراء وملاحظات المحكمين قام الدارس بالرجوع للمشرف للتفاكر في وضع تلك الملاحظات موضع التنفيذ من حيث الإضافة والحذف. وعليه بلغت عبارات المحور الأول ( 20 ) عبارة، والمحور الثاني (24) والمحور الثالث (17) عبارة.

تم طباعة الاستبانة في شكلها الأولي الختبارها وذلك بتوزيعها على عينة استطلاعية صغيرة قوامها 20 طالباً من مجتمع الدراسة، وذلك للتأكد من ملاءمة الاستمارة لفروض الدراسة وكيفية استجابة المفحوصين وفهمهم لعباراتها.

### 3-6 ثبات وصدق أداة الدراسة:

يقصد بثبات الاختبار أن يعطي المقياس نفس النتائج إذا ما استخدم أكثر من مرة واحدة تحت ظروف مماثلة. ويعني الثبات أيضاً أنه إذا ما طبق الاختبار على مجموعة من الأفراد ورصدت درجات كل منهم ثم أعيد تطبيق الاختبار نفسه على المجموعة نفسها وتم الحصول على الدرجات نفسها، يكون الاختبار ثابتاً تماماً. كما يعرف الثبات أيضاً بأنه مدى الدقة والاتساق للقياسات التي يتم الحصول عليها مما يقيسه الاختبار. ومن أكثر الطرق استخداماً في تقدير ثبات القياس هي:

1- طريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة سبيرمان - براون.

2- معادلة ألفا - كرونباخ.

3- طريقة إعادة تطبيق الاختبار.

4- طريقة الصور المتكافئة.

5- معادلة جوتمان.

أما الصدق فهو أيضاً مقياس يستخدم لمعرفة صدق المفحوصين من خلال إجاباتهم على مقياس معين. ويحسب الصدق بطرق عدة أسهلها كونه يمثل الجزر التريبيعي لمعامل الثبات. وتتراوح قيمة كل من الصدق والثبات بين الصفر والواحد الصحيح. والصدق الذاتي للاستبانة هو مقياس الأداة لما وضعت له. ومقياس الصدق هو معرفة صلاحية الأداة لقياس ما وضعت له. (عبد الله عبد الدائم، 1984م، ص 355)

قام الدراس بإيجاد الصدق الذاتي إحصائياً باستخدام معادلة الصدق الذاتي وهي:

$$\overline{\text{الصدق}} = \overline{\text{الثبات}}$$

كما قام الدراس بحساب معامل الثبات للمقياس المستخدم في الاستبانة بطريقة التجزئة النصفية، إذ تقوم هذه الطريقة على أساس فصل إجابات أفراد عينة الدراسة على الأسئلة ذات الأرقام الفردية عن إجاباتهم على الأسئلة الزوجية، ومن ثم يحسب معامل ارتباط بيرسون بين إجاباتهم على الأسئلة الفردية والزوجية، وأخيراً يحسب معامل الثبات وفق معادلة سبيرمان - براون بالصيغة الآتية:

$$\text{معامل الثبات} = \frac{2 \times r}{r + 1}$$

ولحساب صدق وثبات الاستبانة (أعلاه) قام مدرس بحد عينة استطلاعية قوامها 20 طالباً من طلاب جامعة جوبا (مجتمع الدراسة). وتم حساب ثبات الاستبانة من العينة الاستطلاعية بموجب طريقة التجزئة النصفية، وكانت النتائج كما في الجدول التالي رقم (6).

#### جدول رقم (4)

##### معاملات ألفا كرونباخ لكل محور من المحاور

المحاور	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
المحور الأول (الأنشطة الرياضية)	20	0,895
المحور الثاني (الأنشطة الترويحية)	24	0,910
المحور الثالث (الأنشطة الاجتماعية)	17	0,871
الاستبانة كاملة	61	0,954

من الجدول أعلاه يتضح أن معامل ألفا كرونباخ لكل محور من محاور الاستبانة مع معامل ألفا كرونباخ الكلية للاستبانة نستنتج أن معامل ألفا كرونباخ في كل محور من المحاور وهذا يشير إلى أن فقرات كل محور من المحاور صادقة لما وضعت لقياسه.

#### 3-7 الأساليب الإحصائية المستخدمة:

لتحقيق أهداف الدراسة والتحقق من فروضها، تم استخدام الأساليب الإحصائية الآتية:

- 1/ التوزيع التكراري للإجابات.
- 2/ النسب المئوية.
- 3/ معامل ارتباط بيرسون.
- 4/ معادلة سبيرمان - براون لحساب معامل الثبات.
- 5/ المتوسط الحسابي الموزون (قوة الإجابة).
- 6/ الانحراف المعياري.
- 7/ اختبار مربع كاي لدلالة الفروق بين الإجابات.

8/ الوسيط.

9/ تحليل التباين الأحادي.

10/ اختبار (ت) للفروق بين متوسطي عينتين مستقلتين.

11/ اختبار أقل فرق معنوي.

وللحصول على نتائج دقيقة تم استخدام البرنامج الإحصائي SPSS والذي يشير إلى الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية Statistical Package of Social Science.

### 3-8 الترميز:

تم ترميز إجابات المفحوصين حتى يسهل إدخالها في جهاز الحاسب الآلي للتحليل

الإحصائي حسب الأوزان الآتية:

أمارس بدرجة كبيرة جداً وزنه 5

أمارس بدرجة كبيرة وزنها 4

أمارس بدرجة متوسطة وزنها 3

أمارس بدرجة قليلة وزنها 2

لا أمارس إطلاقاً وزنها 1

$$\text{الوسط الحسابي الفرضي} = \frac{\text{مجموع الأوزان}}{\text{عددها}} = \frac{5 + 4 + 3 + 2 + 1}{5}$$

الوسط الحسابي يستخدم لوصف البيانات أو لوصف اتجاه المفحوصين نحو العبارة هل هو سلبي أم ايجابي للعبارة. فإذا زاد الوسط الحسابي الفعلي عن الوسط الحسابي الفرضي ( 3 ) فهذا يعني أن اتجاهات المفحوصين ايجابي للعبارة أي يعني الموافقة على العبارة. ولاختبار تكرارات إجابات المفحوصين هي في الاتجاه السلبي أم في الاتجاه الايجابي استخدم اختبار مربع كاي لجودة التطابق.

أي لاختبار الفرض الآتي إلى أي مدى التكرارات المتحصل عليها من إجابات المفحوصين تتوزع بنسب متساوية (منتظمة) للعبارات (أمارس بدرجة كبيرة جداً، أمارس بدرجة كبيرة، أمارس بدرجة متوسطة، أمارس بدرجة قليلة، لا أمارس إطلاقاً). فإذا كان حجم العينة 150 فرد يتوزعون بنسب متساوية للإجابات الخمسة ( 30 لكل إجابة) فإذا كان هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين المتوقع (30 لكل إجابة) وبين التكرارات المتحصل عليها، هذا يعني أن

إجابات المفحوصين تميل نحو الايجابية أو السلبية حيث يمكن تحديد ذلك من خلال الوسط الحسابي الفعلي وهل هو أكبر من الوسط الحسابي الفرضي أم أقل من الوسط الفرضي.

## الفصل الرابع

### عرض وتحليل ومناقشة النتائج

عرض وتحليل ومناقشة النتائج التساؤل الاول

عرض وتحليل ومناقشة النتائج التساؤل الثانى

عرض وتحليل ومناقشة النتائج التساؤل الثالث

## الفصل الرابع

### 4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

#### 4-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج سؤال البحث الأول :-

للإجابة على سؤال البحث الأول والذي ينص على: ما أنواع الأنشطة الرياضية والترويحية لدى

طلاب جامعة جوبا ودورها في تعزيز التعايش السلمي بين طلاب جامعة جوبا ؟

قام الباحث باستخراج التوزيع التكراري والنسبي لاستجابات أفراد عينة البحث عن فقرات المحور الأول (الأنشطة الرياضية) والجدول التالي رقم ( 5 ) يوضح ذلك .

جدول التالي رقم (5) يوضح ذلك التوزيع التكراري والنسبي لاستجابات عينة البحث عن فقرات محور

#### الأنشطة الرياضية

م	العبارات	معيار النتيجة			
		لا أمارس إطلاقاً	أمارس بدرجة قليلة	أمارس بدرجة متوسطة	أمارس بدرجة كبيرة
1	الجري بأنواعه	32 %21,3	21 %14	44 %29,3	46 %30,7
2	الوثب بأنواعه	36 %24	26 %17,3	30 %20	34 %22,7
3	الرمي بأنواعه	41 %27,3	12 %8	17 %11,3	32 %21,3
4	المشي	44 %29,3	20 %13,3	31 %20,7	36 %24
5	كرة القدم	10 %6,7	23 %15,3	20 %13,3	28 %18,7
6	الكرة الطائرة	54 %36	26 %17,3	21 %14,3	26 %17,3
7	كرة السلة	61 %40,7	26 %17,3	21 %14	28 %18,7
8	كرة اليد	73 %48,7	22 %14,7	21 %14	14 %9,3

9	السباحة	6	11	14	19	100
		%4	%7,3	%9,3	%12,7	%66,7
10	تنس الطاولة	19	12	16	18	85
		%12,7	%8	%10,7	%12	%56,7
11	الملاكمة	1	10	8	17	114
		%0,7	%6,7	%5,3	%11,3	%76
12	الكاراتيه	0	7	6	20	117
		%0	%4,7	%4	%13,3	%78
13	الهوكي	6	14	4	22	104
		%4	%9,3	%2,7	%14,7	%69,3
14	الشطرنج	5	13	10	11	111
		%3,3	%8,7	%6,7	%7,3	%74
15	المصارعة	7	16	12	20	95
		%4,7	%10,7	%8	%13,3	%63,3
16	الجودو	19	22	16	20	95
		%12,7	%14,7	%10,7	%13,3	%63,3
17	الدراجات	5	11	10	12	112
		%3,3	%7,3	%6,7	%8	%74,7
18	الجمباز	40	32	25	16	37
		%26,7	%21,3	%16,7	%10,7	%24,37
19	الألعاب الشعبية	4	10	15	22	99
		%2,7	%6,7	%10	%14,7	%66
20	التنس الأرضي	67	37	20	9	17
		%44,7	%24,7	%13,3	%6	%11,3

يلاحظ من الجدول رقم ( 5 ) اعلاه و في ضوء الفرض الأول وهو "توجد العديد من الأنشطة الرياضية التي يزاولها الطلاب بجامعة جوبا". توصلت الدراسة ومن خلال الجدول رقم (5) أن معظم طلاب الجامعة يمارسون الأنشطة الرياضية وكان أبرزها كرة القدم 46%، والتنس الأرضي 44,7%، والرمي بأنواعه 32%، ورياضة الجمباز 26,7%، والجري بأنواعه 30%. وفي هذا أشار (وليام جيمس) Williams إلى أن الألعاب الرياضية تعد من التراث المشترك بين بني الإنسان جميعاً وأشار (أتو سيمزك) نقلاً عن (الحماحي) أن بيير كوبرتان باعث الألعاب الأولمبية الحديثة كان يهدف من خلال إحيائه للألعاب الأولمبية إلى لفت انتباه الحكومات إلى ضرورة إدراج التربية البدنية والرياضة في

إطار خططها لخدمة وتربية الشباب (الحماحي، 2008م، ص 16). وقد ذكر في ذلك (هورماشي) أن الأنشطة الرياضية الترويحية تساهم في الجانب النفسي إذ وجد الأطباء أنها ساهمت كثيراً في الاستشفاء بصورة أسرع وأنها من العوامل الفعالة في إزالة التوتر العصبي والإجهاد النفسي وأضاف (كارلسون) أن القيمة الأكثر وضوحاً للأنشطة الرياضية الترويحية هي مساهمتها في تحسين حالة الفرد والتخلص من الطاقة الزائدة لديه، ويرى الدارس أن هذا الجانب يتطابق مع ميول شباب الجامعة نحو ممارسة الهوايات والمسابقات الرياضية الترويحية المتاحة بالجامعة لشغل وقت الفراغ والاستمتاع بالممارسة مع الأقران لاستعراض القدرات والمواهب خاصة للذين يمتلكون مستويات عالية. وقد أشار في ذلك (أمين الخولي وجمال الدين الشافعي 2000م، ص 26) في أن التربية البدنية والرياضة تعتبر أهم الوسائل التربوية في تنشئة الطلاب إذ أنها تساهم في نموهم نمواً متكاملًا ومتزناً في مختلف الجوانب الجسمية والعقلية والاجتماعية والوجدانية واكتساب القيم والصفات الخلقية السامية أثناء مواقف اللعب المتنوعة، وتوصلوا إلى أن التربية البدنية والرياضة نظام تربوي هادف تسعى إلى تحسين الأداء الإنساني العام. وتضيف (ناهد محمود ونيللي رمزي، 1998م، ص 32) أن طلاب الجامعات يحبون الجو الممتع حولهم خاصة المناشط التي تتم في الهواء الطلق، ويضيف أيضاً (محمد سعد زغلول وآخرون، 2000م، ص 55) أن التربية البدنية بأنشطتها المختلفة تهتم باكتساب الطلاب القيم بحكم طبيعتها واهدافها وهي تمثل دراسة للطبيعة البشرية في مواقف متعددة، وتتفق نتائج هذه الدراسة بالنسبة لمزاولة الأنشطة الرياضية مع دراسة (مدحت شوقي، 1990م) في أن الأنشطة المفضلة لدى طلاب الجامعة هي الأنشطة الرياضية والخلوية.

جدول رقم (6) يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة مربع كاي ودرجات الحرية والقيمة الاحتمالية لفقرات المحور الأول: الأنشطة الرياضية

م	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة مربع كاي	درجات الحرية	القيمة الاحتمالية
1	الجري بأنواعه	2,84	1,23	72,16	4	0,00
2	الوثب بأنواعه	2,89	1,41	3,46	4	0,00
3	الرمي بأنواعه	3,23	1,62	31,40	4	0,00
4	المشي	2,77	1,42	15,13	4	0,00
5	كرة القدم	3,82	1,34	69,13	4	0,00
6	الكرة الطائرة	2,59	1,50	24,60	4	0,00
7	كرة السلة	2,39	1,41	43,93	4	0,00
8	كرة اليد	2,24	1,47	78,33	4	0,00
9	السباحة	1,69	1,15	207,13	4	0,00
10	تنس الطاولة	2,08	1,46	127,00	4	0,00
11	الملاكمة	1,45	0,92	298,13	4	0,00
12	الكاراتيه	1,35	0,77	227,97	4	0,00
13	الهوكي	1,64	1,15	234,93	4	0,00
14	الشطرنج	1,60	1,14	274,53	4	0,00
15	المصارعة	1,80	1,24	179,13	4	0,00
16	الجودو	2,26	1,52	97,00	4	0,00
17	الدراجات	1,57	1,11	281,13	4	0,00
18	الجمباز	3,15	1,54	12,46	4	0,00
19	الألعاب الشعبية	1,65	1,07	204,20	4	0,00
20	التنس الأرضي	3,85	1,35	70,93	4	0,00

من الجدول رقم (6) أعلاه نجد أن معظم الأوساط الحسابية للفقرات أقل من الوسط الحسابي الفرضي (3) وهذا يشير إلى عدم موافقة أفراد العينة على الفقرات المشار إليها حيث نجد أن استجابات أفراد عينة الدراسة نحو هذه الأفراد تسير في الاتجاه السلبي أي يعني موافقتهم على عدم ممارسة هذه الفقرات (الأنشطة إطلاقاً عدا الفقرات ( 5، 8، 20)، نجد أن المتوسط الحسابي لكل فقرة منها أكبر من الوسط الحسابي الفرضي ( 3) وهذا يشير إلى

ممارسة أفراد عينة الدراسة لهذه الأنشطة بدرجة كبيرة جداً، أو بدرجة كبيرة، ونجد الفرق بين الانحرافين (0,77 - 1,62) أقل من الواحد الصحيح، وهذا دليل على وجود تجانس وتشابه في استجابات أفراد العينة نحو الفقرات المشار إليها. ونجد في ذات الجدول القيمة الاحتمالية لاختبار مربع كاي لكل فقرة من الفقرات بالجدول أقل من مستوى معنوية (0,05) وهذا دليل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات أفراد العينة نحو الفقرات لعدم ممارسة أفراد العينة إطلاقاً لمعظم الأنشطة الرياضية.

#### 4-2 عرض وتحليل ومناقشة نتائج سؤال البحث الثاني :-

للإجابة على سؤال البحث الثاني والذي ينص على: ما أنواع الأنشطة الترويحية لدى طلاب جامعة جوبا ؟ قام الباحث باستخراج التوزيع التكراري والنسبي لاستجابات أفراد عينة البحث عن فقرات المحور ودورها في تعزيز التعايش السلمي بين طلاب جامعة جوبا الثاني: الأنشطة الترويحية والجدول التالي رقم (7) يوضح ذلك .

جدول رقم (7) يوضح التوزيع التكراري والنسبي لاستجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات المحور الثاني: الأنشطة الترويحية:

م	العبارات	معيار النتيجة				
		أمارس بدرجة كبيرة جداً	أمارس بدرجة كبيرة	أمارس بدرجة متوسطة	أمارس بدرجة قليلة	لا أمارس إطلاقاً
1	قراءة الصحف	43 %28,7	12 %8	7 %4,7	10 %6,7	78 %52
2	الاستماع إلى الراديو	94 %62,7	38 %25,3	17 %11,3	1 %0,7	-
3	مشاهدة التلفزيون	111 %74	26 17,3	9 %6	3 %2	1 %0,7

1	5	15	30	99	كتابة القصص	4
%0,7	%3,3	%10	%20	%66		
24	11	29	35	51	قراءة الصحف الرياضية	5
%16	%7,3	%19,3	%23,3	%34		
25	34	20	24	47	زيارة المتاحف	6
%16,7	%22,7	%13,3	%16	%31,3		
46	25	24	21	34	الغناء	7
%30,7	%16,7	%16	%14,0	%22,7		
50	30	19	18	33	الحفلات الموسيقية	8
%33,3	%20	%12,7	%12	%22		
32	23	32	31	32	الطهي	9
%21,3	%15,23	%21,3	%20,7	%21,3		
42	12	24	38	34	الغناء الجماعي (الكورال)	10
%28	%8	%16	%25,3	%22,7		
51	26	24	25	24	الرحلات الترفيهية	11
%34	%17,3	%16	%16,7	%16		
56	14	30	24	16	السفر والسياحة	12
%37,3	%16	%20	%16	%10,7		
53	18	39	19	21	الرقص الشعبي	13
%35,3	%12	%26	%12,7	%14		
40	21	26	25	38	التصوير الفوتوغرافي	14
%26,7	%14	%17,3	%16,7	%25,3		
24	20	38	35	33	الألعاب الشعبية والبيئية وألعاب الخلاء	15
%16	%13,3	%25,3	%23,3	%22		
24	20	38	35	33	التمثيل	16
%16	%13,3	%25,3	%23,3	%22		
32	26	41	28	23	تربية العصافير والطيور	17
%21,3	%13,3	%27,3	%18,7	%15,3		
46	29	23	34	18	جمع صور الأصدقاء	18

19	حضور الندوات واللقاءات	15	23	17	24	71
		10%	15,3%	11,3%	16%	47,3%
20	الحوار والمناقشة مع الزملاء	32	22	35	20	41
		21,3%	15,3%	23,3%	13,3%	27,3%
21	جمع الكتب العلمية	37	44	39	14	16
		24,7%	29,3%	26%	9,3%	10,7%
22	مشاهدة الأفلام والدراما	74	50	18	3	5
		49,3%	33,3%	12%	2%	3,3%
23	حل الكلمات المتقاطعة	65	43	14	17	11
		43,3%	28,7%	9,3%	11,3%	7,3%
24	تسلق الجبال	52	52	29	12	5
		34,7%	34,7%	19,3%	8%	3,3%

من الجدول رقم (7) اعلاه نجد أن معظم أفراد عينة الدراسة يمارسون الأنشطة الترويحية الآتية بدرجة كبيرة جداً وهي الاستماع للراديو 62,7% - مشاهدة التلفزيون 74% - كتابة القصص 66% - قراءة الصحف الرياضية 34% - زيادة المتاحف 31,3% - مشاهدة الأفلام والدراما 49,3% بينما يمارسون بدرجة كبيرة جمع الكتب العلمية 29,3% - وبدرجة متوسطة الألعاب الشعبية والبيئية 22% - التمثيل 22% - تربية العصافير والطيور 15,3% ولا يمارسون الأنشطة الترويحية الآتية إطلاقاً قراءة الصحف - الغناء - الحفلات الموسيقية - الغناء الجماعي - الرحلات الترفيهية - السفر والسياحة - الرقص الشعبي - التصوير الفوتوغرافي. ومما سبق يتضح ان معظم أفراد العينة يمارسون الانشطة الترويحية بدرجة كبيرة جداً وبدرجة كبيرة.

جدول رقم (8) يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة مربع كاي ودرجات الحرية والقيمة الاحتمالية لفقرات المحور الثاني: الأنشطة الترويحية

م	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة مربع كاي	درجات الحرية	القيمة الاحتمالية
1	قراءة الصحف	2,55	1,79	124,30	4	0,00
2	الاستماع إلى الراديو	4,50	0,72	131,86	3	0,00

0,00	4	286,20	0,75	4,62	مشاهدة التلفزيون	3
0,00	4	28,80	1,43	3,52	كتابة القصص	4
0,00	4	215,06	0,86	4,47	قراءة الصحف الرياضية	5
0,00	4	5,53	1,51	3,23	زيارة المتاحف	6
0,00	4	13,80	1,56	2,81	الغناء	7
0,00	4	22,46	1,57	2,69	الحفلات الموسيقية	8
0,00	4	20,06	1,44	3,05	الطهي	9
0,00	4	19,46	1,54	3,07	الغناء الجماعي (الكورال)	10
0,00	4	18,46	1,49	2,63	الرحلات الترفيهية	11
0,00	4	31,46	1,40	2,47	السفر والسياحة	12
0,00	4	31,86	1,43	2,58	الرقص الشعبي	13
0,00	4	9,53	1,55	3,00	التصوير الفوتوغرافي	14
0,00	4	9,53	1,36	3,22	الألعاب الشعبية والبيئية وألعاب الخلاء	15
0,00	4	7,80	1,35	2,89	التمثيل	16
0,00	4	6,46	1,42	2,66	تربية العصافير والطيور	17
0,00	4	15,53	1,43	2,25	جمع صور الأصدقاء	18
0,00	4	72,00	1,49	2,89	حضور الندوات واللقاءات	19
0,00	4	10,46	1,26	3,48	الحوار والنقاش مع الزملاء	20
0,00	4	25,93	0,97	4,23	جمع الكتب العلمية	21
0,00	4	127,80	1,28	3,89	مشاهدة الأفلام والدراما	22
0,00	4	72,66	1,08	3,89	حل الكلمات المتقاطعة	23
0,00	4	63,93	1,31	3,79	تسلق الجبال	24

من الجدول رقم ( 8 ) أعلاه نجد أن معظم الأوساط الحسابية للفقرات أقل من الوسط الحسابي الفرضي (3) وهذا يشير إلى موافقة أفراد العينة على الفقرات المشار إليها بالجدول

إذ نجد أن استجابات العينة على هذه الفقرات تسير في الاتجاه الايجابي أي يعني ممارسة هذه الفقرات (للأنشطة الترويحية) بدرجة كبيرة وهي ( 2، 3، 4، 5، 6، 9، 10، 14، 15، 20، 21، 22، 23، 24). ونجد أن المتوسط الحسابي لكل فقرة منها أكبر من الوسط الحسابي الفرضي (3) وهذا يشير إلى ممارسة أفراد عينة الدراسة لهذه الأنشطة بدرجة كبيرة جداً وبدرجة كبيرة. ونجد أن الفرق بين الانحرافين (0,72 - 1,54) أقل من الواحد الصحيح وهذا دليل على وجود تجانس وتشابه في استجابات أفراد العينة نحو الفقرات المشار إليها. ونجد في ذات الجدول القيمة الاحتمالية لاختبار مربع كاي لكل فقرة من الفقرات بالجدول أقل من مستوى معنوية 0,05 وهذا دليل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات أفراد العينة نحو الفقرات بدرجة كبيرة جداً وبدرجة كبيرة للأنشطة الترويحية.

في ضوء نتائج الفرض الثاني والذي نصه "إن ممارسة الأنشطة الترويحية تقود على تقوية أواصر الصداقة والترابط بين الطلاب" أظهر التحليل الإحصائي أن الأنشطة الترويحية الجماعية يميل إليها الطلاب بدرجة كبيرة جداً، وهذا ما ذهب إليه (كمال درويش وأمين الخولي، 2000م، ص 155) في أن الأنشطة الترويحية تتنوع ما بين فنية وثقافية واجتماعية ورياضية إلا أن غالبيتها تنسب للأنشطة البدنية، وتتلخص بعض سمات الأنشطة الترويحية في أن الدافع ورائها هو السعادة الشخصية وأن للفرد حرية اختيار نوع النشاط الذي يرغب فيه. وترى (تهاني عبد السلام، 1982م، ص 77) أن ممارسة الأنشطة الترويحية وراءها أغراض حركية وابتكار وتعليم واتصال بالآخرين. وتضيف (ليلي زهران، 1991م، ص 35) أن الأنشطة الترويحية تحقق النمو الشمال والمتزن للطلاب فيكتسبون الخبرات والمعارف وصفات القوام الجيد وطرق الوقاية من الأمراض والتشوهات وقوانين الألعاب. ويرى الدارس أن هذه الدراسة تتفق مع نتائج دراسة (عايدة عبد العزيز وسهير لبيب، 1985م) في أن الممارسين للأنشطة الترويحية يكونون أكثر تقبلاً لمفهوم الذات وأن اتجاههم ايجابي نحو الحياة الاجتماعية ويتفاعلون مع المجتمع، وهذا ما لمسناه الدارس خلال

عمله بالجامعة وسط الطلاب ومدى ترابطهم وتعاونهم لانجاح الأنشطة الترويحية خارج قاعات المحاضرات.

#### 3-4 عرض وتحليل ومناقشة نتائج سؤال البحث الثالث :-

للإجابة على سؤال البحث الثالث والذي ينص على: ما أنواع الأنشطة الاجتماعية لدى طلاب جامعة جوبا ؟ قام الباحث باستخراج التوزيع التكراري والنسبي لاستجابات أفراد عينة البحث عن فقرات المحور ودورها في تعزيز التعايش السلمي بين طلاب جامعة جوبا الثاني: الأنشطة الترويحية والجدول التالي رقم ( 9 ) يوضح ذلك .

الجدول رقم (9) يوضح التوزيع التكراري والنسبي لاستجابات عينة البحث لفقرات المحور الثالث: الأنشطة الاجتماعية

م	العبارات	معيار النتيجة			
		أمارس بدرجة كبيرة جداً	أمارس بدرجة كبيرة	أمارس بدرجة متوسطة	أمارس بدرجة قليلة
1	أشارك دوماً في الأنشطة الاجتماعية	60 %40	40 %26,7	22 %14,7	14 %9,3
2	أحترم جماعة الرفاق	32 %21,3	30 % 20	29 %19,3	14 %9,3
3	أساهم في أنشطة خدمة المجتمع والبيئة	50 %37,3	33 %22	24 %16	11 %7,3
4	أحافظ على العادات والتقاليد	90 %60	53 %35,3	3 %2	2 %1,3
5	أحترم تقاليد وقيم الأسرة والمجتمع	94 %62,7	40 %26,7	10 %6,7	4 %2,7

2	3	10	42	93	أتفهم قيمة الانسجام مع الجماعة	6
%1,3	%2	%6,7	%28	%62		
1	1	3	37	108	أمارس الحياة الديمقراطية وسط الجماعة	7
%0,7	%0,7	%2	%24,7	%72		
3	3	5	36	103	أشارك في تخطيط البرامج الاجتماعية	8
%2	%2	%3,3	%24	%68,7		
2	2	7	39	100	أشارك في محاربة انحرافات الشباب	9
%1,3	%1,3	%4,7	%26	%66,7		
3	7	16	52	72	أحترم حرية التعبير	10
%2	%4,7	%10,7	%34,7	%48		
10	5	25	58	52	التسامح قيمة أعتز بها وأمارسها	11
%6,7	%3,3	%16,7	%38,7	%34,7		
-	3	11	40	96	أقوي الروابط من خلال الرحلات	12
	%2	%7,3	%26,7	%64		
1	1	9	22	117	أنشطة الجمعيات بالجامعة أقوى	13
%0,7	%0,7	%6	%14,7	%78		
9	11	33	41	56	الأسابيع الاجتماعية والثقافية	14
%6	%7,3	%22	%27,3	%37,3		
3	11	30	45	61	أتبادل الزيارات مع الأصدقاء	15
%2	%7,3	%20	%30	%40,1		
-	-	11	35	104	نعزز بالتراث والقيم الدينية	16
		%7,3	%23,3	%69,3		
-	1	3	40	106	المجتمع في حاجة لمساهمات الشباب	17
	%0,7	%2	%26,7	%70,7		

من الجدول رقم ( 9 ) أعلاه نجد أن غالبية أفراد العينة يمارسون فقرات محور الأنشطة الاجتماعية بدرجة كبيرة حيث نجد أن الاستجابات نحو الفقرات تسير في الاتجاه الإيجابي أي يعني ممارسة أفراد العينة لفقرات المحور (الأنشطة الاجتماعية) من حيث المحتوى والمضمون بدرجة كبيرة جداً وبدرجة كبيرة، ومما سبق يتضح أن غالبية أفراد العينة يمارسون معظم فقرات المحور بدرجة كبيرة جداً وبدرجة كبيرة.

جدول رقم (10) يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة مربع كاي ودرجات الحرية والقيمة الاحتمالية لفقرات المحور الثالث: الأنشطة الاجتماعية

م	الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة مربع كاي	درجات الحرية	القيمة الاحتمالية
1	أشارك دوماً في الأنشطة الاجتماعية	3,93	1,54	214,20	4	0,00
2	أحترم جماعة الرفاق	3,55	1,48	201,86	4	0,00
3	أساهم في أنشطة خدمة المجتمع والبيئة	4,51	0,73	200,86	4	0,00
4	أحافظ على العادات والتقاليد	4,47	0,84	284,80	4	0,00
5	أحترم تقاليد وقيم الأسرة والمجتمع	4,47	0,82	248,26	4	0,00
6	أتفهم قيمة الانسجام مع الجماعة	4,67	0,62	235,93	4	0,00
7	أمارس الحياة الديمقراطية وسط الجماعة	4,55	0,82	135,93	4	0,00
8	أشارك في تخطيط البرامج الاجتماعية	4,55	0,76	123,40	4	0,00
9	أشارك في محاربة انحرافات الشباب	4,22	0,95	77,2	4	0,00
10	أحترم حرية التعبير	3,91	1,12	141,89	3	0,00
11	التسامح قيمة أعتز بها وأمارسها	4,53	0,72	325,20	4	0,00
12	أقوي الروابط من خلال الرحلات	4,69	0,68	53,60	4	0,00
13	أنشطة الجمعيات بالجامعة أقوى	3,83	1,19	75,86	4	0,00
14	الأسابيع الاجتماعية والثقافية	4,00	1,04	88,60	4	0,00
15	أبادل الزيارات مع الأصدقاء	3,99	1,08	19,73	4	0,00
16	نعتر بالتراث والقيم الدينية	4,09	0,94	93,24	2	0,00
17	المجتمع في حاجة لمساهمات الشباب	4,62	0,62	192,56	3	0,00

يتضح من الجدول رقم (10) أعلاه أن الوسط الحسابي لكل فقرة من فقرات محور الأنشطة الاجتماعية أكبر من الوسط الحسابي الفرضي (3) وهذا يشير إلى أن اتجاه أفراد عينة الدراسة نحو هذه الفقرات يسير في الاتجاه الايجابي، أي يعني ممارسة أفراد العينة جميع فقرات هذا المحور (الأنشطة الاجتماعية) من حيث المضمون والمحتوى ونجد الفرق بين أكبر وأصغر انحراف معياري لكل فقرة من فقرات هذا المحور بالجدول يتراوح ما بين (0,62 - 1,54) أي أقل من الواحد الصحيح وهذا دليل على وجود تجانس وتشابه في استجابات أفراد العينة على فقرات المحور. وعليه يتضح أن جميع أفراد عينة الدراسة يمارسون بدرجة كبيرة الأنشطة الاجتماعية.

من خلال نتائج الجدول رقم (9) والذي يحتوي على عبارات تخص الأنشطة الاجتماعية ينص الفرض الرابع بأن ممارسة الأنشطة بين الطلاب تذيب الخلافات وترسخ مبدأ التعاون وتربط أفراد المجتمع، وهذا ما توصلت إليه فقرات هذا المحور إذ أجاب معظم أفراد العينة بدرجة كبيرة جداً وبدرجة كبيرة على ممارستهم الايجابية لما يسهم في بناء المجتمع وتماسكه، وهذا ما ذهب إليه كل من كمال درويش وأمين الخولي ومحمد زغلول وليلى عبد العزيز زهران وكمال عبد الحميد وآخرون. وقد خلص علماء الفراغ ومنهم (بيوتشر بري قهل) بأن ممارسة الأنشطة الترويحية المختلفة في نطاق رسالة الجامعة التثقيفية والإرشادية المتنوعة تمثل مطلباً هاماً من أجل الارتقاء بشخصية الطلاب الجامعيين ثقافياً واجتماعياً ووجدانياً.

## الفصل الخامس

الإستنتاجات والتوصيات

## الفصل الخامس

### الإستنتاجات والتوصيات

#### 5-1 الاستنتاجات:

- في ضوء نتائج التحليل الإحصائي توصلت الدراسة للآتي:
- يمارس معظم طلاب جامعة جوبا الأنشطة الرياضية وأبرزها كرة القدم والتنس الأرضي والجري بأنواعه ولها دور في تعزيز التعايش السلمي بين طلاب جامعة جوبا.
  - توصلت الدراسة أن غالبية الطلاب يميلون بدرجة كبيرة جداً للأنشطة الترويحية خاصة الأنشطة الجماعية بتنوعها الرياضي والثقافي والفني والاجتماعي ولها دور في تعزيز التعايش السلمي بين طلاب جامعة جوبا .
  - محور الأنشطة الاجتماعية أظهرت النتائج أن إجابات الطلاب كانت ايجابية في الممارسة بدرجة كبيرة جداً وبدرجة كبيرة لكل عبارات ذلك المحور خاصة فيما يتعلق بتماسك وترابط المجتمع بالقيم الاجتماعية التي تسهم في التعايش السلمي بين الطلاب

#### 5-2 التوصيات :

- 1- علي إدارة الجامعة توفير فرص واسعة للطلاب لممارسة الأنشطة الرياضية .
- 2- إنشاء مراكز ثقافية وترويحية بالجامعات والمؤسسات المختلفة .
- 3- إجراء المزيد من الدراسات لتعزيز التعايش السلمي بين افراد وشرائع مجتمع الجامعة.

#### 5-3 المقترحات :

- 1- دور الرياضة في بناء التماسك الإجتماعي.
- 2- أثر الألعاب البيئية في تعزيز السلام بين المجتمعات والقبائل المختلفة .
- 3- تقديم أعمال ومبادرات تحث علي الوحدة الوطنية ونبذ الخلافات بين مكونات المجتمع.

## المصادر والمراجع

## المصادر والمراجع:

- 1- أمين الخولي، محمود عبد الفتاح، التربية الرياضية المدرسية، دار الفكر العربي، الطبعة الثانية، القاهرة، 2002م.
- 2- أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي، 2000م.
- 3- أحمد الشيخ حمد، المرشد في إعداد البحوث والدراسات العلمية، الطبعة الثانية، مركز البحث العلمي، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، الخرطوم، 2001م.
- 4- أماني متولي البطراوي، محمد عبد العزيز سلامة، مقدمة في الترويح وأوقات الفراغ، ماهي للنشر والتوزيع، الإسكندرية، مصر، 2013م.
- 5- أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضة - المدخل - التاريخ - الفلسفة، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001م.
- 6- أمر الله أحمد البساطي، أسس وقواعد التدريب الرياضي وتطبيقاته، دار المعارف بمصر، الإسكندرية، 2002م.
- 7- إسماعيل محمد القناوي، التربية عن طريق النشاط، مكتبة النهضة المصرية، الطبعة الثالثة، القاهرة، 2003م.
- 8- أبو القاسم عبد القادر صالح وآخرون، المرشد في إعداد البحوث والدراسات العلمية، الطبعة الثالثة، مركز البحث العلمي والعلاقات الخارجية، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، الخرطوم، 2001م.
- 9- اسامة كامل راتب ، علم نفس الرياضة ، دار الفكر العربي ، 2000م

- 10- تهناني عبد السلام، طه عبد الرحيم، دراسات في الترويح، دار المعارف، الإسكندرية، 1991م.
- 11- خالد محمد الحشوش، علم الاجتماع الرياضي، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، عمان، الأردن، 2013م.
- 12- فانتن محمد شريف، الثقافة والفلكلور، دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر، الطبعة الأولى، الإسكندرية، مصر، 2008م.
- 13- فوزي غرابية وآخرون، أساليب البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والإنسانية، الطبعة الثالثة، عمان، الأردن، دار وائل للنشر، 2000م.
- 14- خير الدين عويس، دليل البحث العلمي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999م.
- 15- كمال عبد الحميد وآخرون، الترويح الرياضي للشباب، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، القاهرة، 2012م.
- 16- كمال درويش، أمين أنور الخولي، الترويح وأوقات الفراغ، دار الفكر العربي، الطبعة الثانية، 2001م.
- 17- ليلي يوسف، سيكولوجية اللعب والتربية الرياضية، مكتبة الأنجلو مصرية، القاهرة، 1991م.
- 18- سامي محمد ملح، مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الأردن، 2000م.
- 19- سهير بدير، البحث العلمي: تعريفه - خطواته - مناهجه، دار المعارف، الإسكندرية، 1980م.

- 20- عواطف أبو العلا، التربية السياسية للشباب ودور التربية الرياضية، دار مصر للطباعة، الفجالة، القاهرة، 2000م.
- 21- عبد الله عبد الدائم، التربية التجريبية والبحث التربوي، دار العلم للملايين، الطبعة الثالثة، بيروت، 1984م.
- 22- محمد جميل، التربية الرياضية الحديثة، دار الجيل، بيروت، مكتبة المحسنين، عمان، 2000م.
- 23- محمد الغريب، المنهج والإجراءات، مكتبة نهضة الشرق، الطبعة الثالثة، القاهرة، 1987م.
- 24- محمد محمد الحماحمي، الرياضة للجميع: الفلسفة والتطبيق، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1997م.
- 25- محمد محمد الحماحمي، عايدة عبد العزيز، الترويح بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر، الطبعة الثانية، القاهرة، 2001م.
- 26- مختار عثمان الصديق ، مناهج البحث العلمي ، 2006م.
- 27- محمد ابراهيم شحاته و صباح السيد فاروز ، برامج اللياقة البدنية والرياضة للجميع ، منشأة المعارف بالاسكندرية ، 1996م.

الم.لاحق

## ملحق رقم ( 1 ) الولايات

### South Sudanese Communities

#### مجتمعات جنوب السودان

##### 1. WESTERN EQUATORIA STATE(YAMBIO)

- Zande,
- Avukaya,
- Balanda-Bviri,
- Moro
- Moro-kodo,
- Mundu,
- Baka

##### 2. CENTRAL EQUATORIA STATE(JUBA)

- Adio(Makaraka),
- Bari,
- Mundari,
- Pojulu,
- Nyangwara,
- Kakwa,
- Lolubo,
- Keliko,
- Avukaya,
- Kuku,
- Baka,
- Lugbara,
- Mundu

##### 3. EASTERN EQUATORIA STATE(TORIT)

- Acholi,
- Lotuka(Otuho),
- Dongotona,
- Horiok,

- Lopit,
- Toposa,
- Lango,
- Tid,
- Logir,
- Nyangatom,
- Imatong,
- Jiye,
- Lokoya,
- Didinga,
- Pari(Lokoro),
- Larim(Boya),
- Madi,
- Indri,
- Ifoto

##### 4. NORTHERN BAHR AL GHAZAL(AWEIL)

- Dinka(Jieng)
- Jurchol(Luo)
- Atuot(Reel)

##### 5. WESTERN BAHR EL GHAZAL STATE(WAU)

- Sere
- Bongo
- Ndogo
- Feroge
- Gollo
- Binga
- Bai
- Yulu
- Baland-Bviri
- Aja

Balanda-Boor

Shatt

Kreish

Banda

Woro

Ngulngule

Managar

Managayat

Luo

#### 6. LAKE STATE (RUMBEK)

Dinka

Jurbel

#### 7. WARAP STATE (KWAJOK)

Dinka (Jieng)

Bongo

Jur-Managar

Jur (Beli and Modo)

Jur Chol (Luo)

#### 8. UNITY STATE (BENTIU)

Nuer (Naath)

Dinka (Jieng)

#### 9. UPPER NILE STATE (MALAKAL)

Dinka (Jieng)

Shiluk (Collo)

Nuer (Naath)

Maban

Uduk

#### 10. JONGLEI STATE (BOR)

Dinka (Jieng)

Nuer (Naath)

Anyuak (Anyuaa)

Murle

Suri (Kachipo)

#### COMMUNITIES FOUND IN TWO (2) OR MORE STATES

1. (Mundu, Baka, Avukaya) are found in two states of:

CENTRAL EQUATORIA AND

WESTERN EQUATORIA STATE

2. (Balanda-Bviri) are found in two states of:

WESTERN EQUATORIA AND

WESTERN BAHR EL GHAZAL

3. (Dinka) are found in seven states of:

NORTHERN BAHR EL GHAZAL (AWEIL)

WESTERN BAHR EL GHAZAL (WAU)

UPPER NILE (MALAKAL)

JONGLEI (BOR)

LAKES (RUMBEK)

WARAP (KWAJOK)

UNITY (BENTIU)

4. (Bongo) are found in two states of:

WARAP AND

WESTERN BAHR EL GHAZAL

5. (Nuer) are found three (3) states of:

UNITY,

UPPER NILE

JONGLEI

6. Luo are found in three states:

WESTERN BAHR EL GHAZAL

WARAP

NORTHERN BAHR EL GHAZAL

7. Juye are found in two states:

EASTERN EQUATORIA

JONGLEI

## قبائل جنوب السودان

1- ولاية غرب الإستوائية (يامبيو)

الزاندي

أبو كايا

بلندا فيري

المورو

المورو - كارو

الموندو

الباكا

2- ولاية الإستوائية الوسطى (جوبا)

أديو (المركا)

الباري

المنداري

الفجلو

النيانقوارا

الكاكوا

اللولوبو

الكليكو

الايوكايا

الكوكو

الباكا

القوقوارا

الموندو

3- ولاية شرق الإستوائية (توريت)

الأشولي

اللاتوكا (الأوتوهو)

الدونفوتونا

الهوريوك

التنيت

اللوخيت

التبوسا

اللانفو

التيت

الوقير

النيانقاتوم

الاماتونق

الجيه

اللوکوبا

الديدينقا

الفاري (لوکورو)

اللاريم (البوبا)

المادي

الأندري

الغفوتو

4- شمال بحر الغزال (أويل)

الدينكا (الجينق)

اللوه (جورشول)

الأتوت (ريل)

5- ولاية غرب بحر الغزال (واو)

السيري

البنقو

الأندوقو

الفيروج

القولو

البنقا

الباي

اليولو

بلندا فيري

راجا

بلندا بوور

الشات

الكريش

الباندا

الورو

النقولونقولي

الماناقار

المانقيات

اللوه

الدينكا

6- ولاية البحيرات (رومبيك)

الدينكا

جوريل

7- ولاية واراب (كواجوك)

الدينكا

البونقو

المانانقار

المورو

اللوه (اللوا)

8- ولاية الوحدة (بانتيو)

الدينكا

النوير

9- ولاية أعالي النيل (ملكال)

الدينكا

الشلك (الشلو)

النوير

المابان

الأودوك

10- ولاية جونقلي (بور)

الدينكا

النوير (نات)

المورلي

الأنيوك (الأنيو)

السوري (الكاشيو)

الجيه

المجتمعات المتواجدة في أكثر من ولاية

1- الموندو / الباك / الأبوكايا في ولايتي:

الإستوائية الوسطى

غرب الإستوائية

2- البلندا فيري في ولايتي:

غرب الإستوائية

غرب بحر الغزال

3- الدينكا في سبع ولايات:

شمال بحر الغزال

غرب بحر الغزال

أعالي النيل

جونقلي

البحيرات

واراب

الوحدة

4- النقو في ولايتي:

واراب

غرب بحر الغزال

5- النوير في ثلاث ولايات:

الوحدة

أعالي النيل

جونقلي

6- اللوه / اللوا في ثلاث ولايات:

غرب بحر الغزال

واراب

شمال بحر الغزال

7- الجيه في ولايتي:

شرق الإستوائية

جونقلي

## ملحق رقم ( 2 )

### ملحق رقم ( 2 )

#### استمارة الخبراء المحكمين

الرقم	الاسم	الدرجة العلمية	جهة العمل
1	أ- د احمد ادم احمد	بروفيسور	جامعة السودان - كلية التربية البدنية والرياضة
2	د/ الطيب حاج ابراهيم	استاذ مشارك	جامعة السودان - كلية التربية البدنية والرياضة
3	د/ سمية جعفر حميدي	استاذ مشارك	جامعة السودان - كلية التربية البدنية والرياضة
4	د/ حمد النيل اسماعيل	دكتوراه	المجلس الاعلي للشباب والرياضة الإتحادي
5	د/ معتصم احمد رحمة	دكتوراة	المجلس الاعلي للشباب والرياضة الإتحادي
6	د/ عبدالحفيظ عبدالمكرم مهلي	استاذ مساعد	جامعة السودان - كلية التربية البدنية والرياضة
7	د/ مضوي محمد مضوي	استاذ مساعد	جامعة السودان - كلية التربية البدنية والرياضة
8	د/ حاكم سليمان الضو	استاذ مساعد	جامعة السودان - كلية التربية البدنية والرياضة
9	د/ صلاح جابر فرين	استاذ مساعد	جامعة السودان - كلية التربية البدنية والرياضة
10	د/ مصطفى كرم الله	استاذ مساعد	جامعة السودان - كلية التربية البدنية والرياضة

### ملحق رقم (3)

السيد الطالب / ..... / انتبه  
العمر / ..... ٢١  
اسم الكلية / ..... الكلية الرفيعة  
السنة الدراسية / ..... الرابعة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ،،

انا الدارس / فنجوك أكول أجاوين أقوم بدراسة عملية لنيل درجة الدكتوراه في التربية البدنية وهي بعنوان (دور ممارسة الأنشطة الرياضية والترويحية في تعزيز التعايش السلمي بين طلاب جامعة جوبا) .

ولتحقيق أهداف هذه الدراسة بين يديك إستبيان يوضح الأنشطة الرياضية والترويحية والإجتماعية - المرجو وضع علامة ✓ أمام النشاط الذي تفضله - علماً بأن هذا الإستبيان هدفه فقط للبحث العلمي .

الدارس /

فنجوك أكول أجاوين

وزارة الشباب والرياضة

مارس 2016م - جوبا

## ملحق رقم (4)

### المحور الأول: الأنشطة الرياضية

المحور الأول : الأنشطة الرياضية

م	العبرة	أمارس بدرجة كبيرة جداً	أمارس بدرجة كبيرة	أمارس بدرجة متوسطة	أمارس بدرجة قليلة	لا أمارس إطلاقاً
.1	الجرى بأنواعه			✓		
.2	الوثب بأنواعه					✓
.3	الرمى بأنواعه					✓
.4	المشي		✓			
.5	كرة القدم					✓
.6	كرة الطائرة					✓
.7	كرة السلة					✓
.8	كرة اليد					✓
.9	السباحة					✓
.10	تنس الطاولة					✓
.11	الملاكمة					✓
.12	الكاراتيه					✓
.13	الهوكي					✓
.14	الشطرنج					✓
.15	المصارعة					✓
.16	الجودو					✓
.17	الدراجات					✓
.18	الجمباز					✓
.19	الألعاب الشعبية			✓		
.20	التنس الأرضي					✓

## ملحق رقم (5)

### المحور الثاني : الأنشطة الترويحية

#### المحور الثاني : الأنشطة الترويحية

م	العبرة	أمارس بدرجة كبيرة جداً	أمارس بدرجة كبيرة	أمارس بدرجة متوسطة	أمارس بدرجة قليلة	لا أمارس إطلاقاً
1.	قراءة الصحف		✓			
2.	الإستماع إلى الراديو	✓				
3.	مشاهدة التلفزيون	✓				
4.	كتابة القصص					✓
5.	قراءة الصحف الرياضية		✓			
6.	زيارة المتاحف	✓				
7.	الغناء	✓				
8.	الحفلات الموسيقية					✓
9.	الطهي	✓				
10.	الغناء الجماعي (الكورال)		✓			
11.	الرحلات الترفيهية					✓
12.	السفر والسياحة	✓				
13.	الرقص الشعبي					✓
14.	التصوير الفوتوغرافي					✓
15.	الألعاب الشعبية والبيئية وألعب الخلاء					✓
16.	التمثيل		✓			
17.	تربية العصافير والطيور		✓			
18.	جمع صور الأصدقاء		✓			
19.	حضور الندوات واللقاءات					✓
20.	الحوار والمناقشة مع الزملاء					✓
21.	جمع الكتب العلمية					✓
22.	مشاهدة الأفلام والدراما		✓			
23.	حل الكلمات المتقاطعة		✓			
24.	تسلق الجبال		✓			

## ملحق رقم (6)

### المحور الثالث : الأنشطة الإجتماعية

م	العبارة	أمارس بدرجة كبيرة جداً	أمارس بدرجة كبيرة	أمارس بدرجة متوسطة	أمارس بدرجة قليلة*	لا أمارس إطلاقاً
1.	أشارك دوماً في الأنشطة الإجتماعية	✓				
2.	إحترم جماعة الرفاق	✓				
3.	أساهم في أنشطة خدمة المجتمع والبيئة	✓				
4.	أحافظ على العادات والتقاليد	✓				
5.	إحترم تقاليد وقيم الأسرة والمجتمع	✓				
6.	أنفهم قيمة الانسجام مع الجماعة	✓				
7.	أمارس الحياة الديمقراطية وسط الجماعة	✓				
8.	أشارك في تخطيط البرامج الإجتماعية			✓		
9.	أشارك في محاربة إنحرافات الشباب	✓				
10.	إحترم حرية التعبير	✓				
11.	التسامح قيمة أعتز بها وأمارسها	✓				
12.	أقوي الروابط من خلال الرحلات	✓				
13.	أنشطة الجمعيات بالجامعة تقوي	✓				
14.	الأسابيع الإجتماعية والثقافية		✓			
15.	أتبادل الزيارات مع الأصدقاء		✓			
16.	نعزز بالتراث والقيم الدينية	✓				
17.	المجتمع في حاجة لمساهمات الشباب	✓				

## ملحق رقم (7)

### السيرة الذاتية للباحث

#### 1/ معلومات شخصية:

- الإسم : فنجوك أكول أجاوين
- الجنسية : جنوب السودان
- مكان وتاريخ الميلاد: مدينة تونجة مقاطعة فيكانق / ولاية أعالي النيل 1952م.
- الحالة الإجتماعية: متزوج وأب تسعة أبناء.

#### 2/ المؤهلات الأكاديمية:

- ماجستير التربية البدنية والرياضة / كلية التربية البدنية والرياضة - جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا 2009م.
- بكالوريوس التربية البدنية والرياضة كلية التربية البدنية والرياضة/ جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا 1975م.
- الشهادة السودانية / مدرسة جوبا التجارية 1971م
- الشهادة المتوسطة / مدرسة ملكال الأميرية 1966م.
- الشهادة الإبتدائية / مدرسة بانتيو 1961م

#### 3/ اللغات:

- العربية
- الإنجليزية

- بعض اللغات المحلية

#### 4/ الخبرات العملية والإدارية:

- تعين في وزارة الشباب والرياضة في جنوب السودان سنة 1975م.
- ادخل ودرب منشط كرة اليد لجنوب السودان 1976م.
- عمل مساعدا للمحافظ للشباب والرياضة في عدة محافظات في جنوب السودان من الفترة 1978م - 1983م.
- ممثل جنوب السودان في المجلس الأعلى الرياضة / جمهورية السودان 1980م.
- عضو المجلس المحلي لمدينة ملكال ممثلا شمال المدينة 1980-1981م.
- مديراً عاماً للشباب والرياضة / ولاية أعالي النيل - ملكال 1999م.
- محاضراً بكلية التربية / جامعة أعالي النيل - ملكال 2003 - 2006م.
- مديراً عاماً للشباب / وزارة الثقافة والشباب والرياضة / جمهورية جنوب السودان منذ 2006م.

#### 5/ فترات تدريبية أثناء الخدمة:

- كورس تدريب كرة اليد/ الإسكندرية / جمهورية مصر العربية 1977م.
- شهادة في الإدارة العامة / مركز تطوير الإدارة / الخرطوم 1988م.
- شهادة إدارة الأفراد / مركز تطوير الإدارة الخرطوم 1988م.
- كورس الدورات الحتمية لقيادات الخدمة المدنية / دفعة الفاروق 3/ القطينة - السودان 1991م.
- Certificate in Leadership for Public Mangers, **USAID**- Juba - 2006.
- Strategic Planning and Management Course – Kenya Institute of Administration (**KIA**) Kenya – 2009.

- Strategic Leadership Development Programme - **KIA** - 2013.
- International Programme on Human Resource Management/  
Galelee Intertional Management Institute- Juba 2014.
- Policy Formulation, Implmentation and Evaluation Course  
Kenya School of Government **KSG** 2014.
- قاد وفد الخبراء في الإجتماعات الدورية لوزراء الشباب الافارقة في أيس أبابا

في الفترات.

2008 عن السودان.

2012 عن جنوب السودان.

2014 عن جنوب السودان.

- حضر كثيراً من السمنارات واللقاءات الداخلية والخارجية في مجال المهنة.