

## معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب

### جامعة الزقازيق

\* د / هبه فتحي السيد محمد الشيخ

#### مدخل البحث:

يشهد المجتمع الإنساني تطوراً كبيراً في النظرة إلى القوة البشرية للدولة وإلي قوة العمل ، وأصبح للعامل مكانة مرموقة في المجتمع فكرته الدولة وجعلت له يوماً عالمياً ، والعنصر البشري من العناصر التي تعتمد عليها المؤسسات في تنفيذ أنشطتها وبرامجها وتحقيق أهدافها ، ولا تزال المؤسسات تبحث عن كيفية أن يقدم العنصر البشري أفضل ما لديه بما يؤدي إلي تحقيق أهداف المؤسسات نحو النمو والتطور وزيادة الإنتاج وتقديم الخدمات بكفاءة ، حيث أن أفضل استثمار لعناصر الإنتاج أو المدخلات يعتمد بصورة أساسية علي العاملين في المؤسسة . (١٦ : ٢)

كما زاد إهتمام المسؤولين في جمهورية مصر العربية عن قطاع الرياضة والإنتاج بتوسيع قاعدة ممارسي الأنشطة الترويحية ، وتبنت الدولة مشروعات عملاقة مثل الرياضة للجميع ، وإهتمت بكل من القطاعات العامة والخاصة مثل الشركات والمؤسسات. (١٦ : ٣)

ويشير كلاً من تهاني عبدالسلام (٢٠٠١م)، وأمين الخولي (٢٠٠١م) أن الأنشطة الترويحية التي توفرها المؤسسات من أكثر المجالات التي تعمل علي تقارب العاملين، وتخلق بينهم جواً من المحبة والألفة ودعم العلاقات بينهم وترفع الروح المعنوية للعاملين ، وتكسبهم الصحة النفسية والجسمية والتدريب علي الريادة، وتساعد العامل ليصبح أكثر كفاءة ، وتقلل من غيابة وبالتالي زيادة مستوي الالتزام ، كما تعمل علي إستعادة الحيوية والإقلال من التوتر الذي يسببه روتين العمل. (٩٦ : ٥) (٤ : ٢١٦)

للترويح (Recreation) مكانة هامة في حياة أفراد المجتمع المعاصر، وذلك لعدة أسباب لعل أهمها الزيادة الكبيرة في أوقات الفراغ، وبعد إدراك الأفراد للمكانة الحيوية والصحية للترويح من أهم أهداف برامج الأنشطة الترويحية، وخاصة تلك الأنشطة التي تملأ الحياة بالمتعة والسرور، فالترويح لا يتطلب تكلفة أو تعقيداً، لأن العديد من أشكاله البسيطة والمتيسرة للجميع تعمل على إشباع رغباتهم، ومساعدتهم في المحافظة على صحتهم البدنية، والعقلية والنفسية. (٢٦ : ١٨٧)

ويرى كمال درويش وآخرون ( ١٩٨٢م ) أن التقدم العلمي والتقني في العصر الحديث، أدى إلى زيادة وقت الفراغ، وأصبح هذا الوقت يشغل مكانا بارزا في المناقشات التي تدور حول التقدم والتطور الاجتماعي وآفاقه لما له من أهمية في بناء الفرد والمجتمع، ولقد أدت هذه التغيرات وتسارعها إلى زيادة الطلب على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية للجميع، فالتطور الاجتماعي والتقدم العلمي والزيادة المتنامية في وقت الفراغ والرغبة في زيادة معدلات الإنتاج والوقاية من الأمراض العصرية المرتبطة بالبدانة، وأمراض القلب، والتوتر النفسي والعصبي أدت إلى اهتمام الدول بتوفير فرص ممارسة النشاط الترويحي الرياضي لجميع مواطنيها، وزيادة حماس الأفراد للاستمتاع بروح اللعب، وممارسة الأنشطة الحركية، والتي أصبحت من الحاجات الأساسية في وقتنا الحاضر وذلك لمواجهة التغيرات الحديثة في المجتمعات المعاصرة. (١٥ : ٤٣)

ويرى أسامة كمال (٢٠٠٤م) أن ممارسة الأنشطة البدنية والترويحية وسيلة فعالة لحماية وتحسين صحة الإنسان لما لها من آثار جانبية تزيد من كفاءة الأجهزة الحيوية لجسم الإنسان ، وتعمل علي تنشيط الدورة الدموية ، وبالتالي عدم الممارسة يمكن أن يؤدي إلي الخمول والبدانة والتعرض للإصابة. (٢ : ٢٩)

لذا فإن استثمار وقت الفراغ ومواجهة زيادة الطلب على الترويح قد أصبح التحدي الذي يواجه مجتمعات العصر الحالي، وأصبحت الدول المتقدمة حضارياً لا تهتم بتوفير وقت الفراغ لأبنائها فحسب، بل إنها تهتم في المقام الأول بالتخطيط العلمي لطرق وأشكال استثماره، وحتى لا يتحول هذا الوقت إلى وقت ترتكب خلاله الجرائم أويتم أثناءه القيام ببعض الانحرافات التي تضر بحياة الفرد والمجتمع، فتحرص مؤسسات هذه الدول على تشجيع مجتمعها لممارسة النشاط الترويحي الرياضي على جميع مستوياتها، ويدعم هذه الأهمية للترويح الرياضي ما ورد في (المادة الرابعة) من ميثاق الترويح ووقت الفراغ والذي وضع من قبل رابطة العالم للفراغ والترويح والذي أشار إلى "أن لكل إنسان حقاً في المشاركة في كل أنواع الترويح والاندماج فيها أثناء وقت الفراغ كالرياضة والألعاب والإستمتاع بالهواء الطلق". (١٩ : ٤١)

ويتضح مما سبق أهمية ممارسة النشاط الترويحي الرياضي وانعكاساته الإيجابية على الفرد بدنياً، ونفسياً، وعقلياً، وإجتماعياً وتربوياً، ونظراً لهذه الأهمية أصبحت مؤسسات مجتمعات

## معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

العصر الحديث تضعه ضمن أولوياتها التنظيمية في كافة المستويات (التربوية، التعليمية، الاجتماعية، الإصلاحية.. وغيرها)، وذلك وصولاً إلى منظومة متكاملة للنشاط الترويحي الرياضي وما يعول عليه من نتائج، فأهمية الترويج الرياضي لا تركز أو تقتصر على النشاط في حد ذاته، ولكن باعتباره وسيلة مهمة لإعداد النشء وإكسابه المعايير المرغوبة لتكوين مجتمع أفضل.

وتعد المؤسسات التربوية التعليمية بصفة عامة - والجامعات منها على وجه الخصوص - من أبرز مؤسسات المجتمع التي يفترض أنها تولى عناية بأهمية الأنشطة الترويحية ونشرها ثقافياً، ليس فقط إنطلاقاً مما تحقّقه هذه الأنشطة من أهداف، بل أيضاً لأهمية الفئات التي تضمها الجامعات (طلاب وطالبات) التي تعول عليها في الإنتاج والرقي والتقدم في المجتمع، فالشباب بحاجة إلى إشباع عدة حاجات منها الحاجات ( البدنية - النفسية - الاجتماعية... وغيرها)، وتعد الحاجة إلى الترويج وإستثمار وقت الفراغ في كل ما هو مفيد إحدى أهم تلك الحاجات التي يواجهها الشباب في هذه المرحلة الجامعية، وتعتبر ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية سواء داخل الجامعة أو خارجها من أبرز تلك النشاطات التي تساعد الشباب الجامعي على إكتشاف إمكانياته وقدراته، والمساهمة في إشباع حاجاته البدنية والنفسية والاجتماعية... وغيرها، وذلك لما تمثله هذه الممارسة من مصدر لتأكيد الذات، وتخفيف التوتر وحده القلق، وتهذيب السلوك. (٦: ١٥٠)

ويرى محمد كمال، أحمد بدوي (١٩٩٢م) أن الشباب الجامعي لا تقتصر حياتهم على المحاضرات والجداول الدراسية، ومعامل البحث العلمي فحسب، بل تمتد إلى الأنشطة الشبابية داخل الملاعب والساحات الرياضية، حيث يلتقي الطالب زملائه في الممارسات الرياضية والمنافسات التي يتعلمون من خلالها كيف يعملون بروح الفريق في تعاونٍ متناسق وفي مناخٍ مثمر، تسوده الألفة والمحبة عند ممارستهم مختلف الأنشطة الترويحية الرياضية" (١٧: ٤٠)

ويذكر كمال درويش وآخرون (١٩٨٢م) أن هناك عدداً من الباحثين، يؤكدون على أن أعداداً متزايدة من طلاب المدارس والكليات، يشكّون من الأمراض النفسية والإنهيار العصبي وعدم القدرة على الإنتباه والتركيز وتشتت الفكر، وكذلك تعاطي العقاقير الطبية المهدئة والمنومة نتيجة

للضغوط النفسية والعصبية، ولذلك يجب أن تكون الأنشطة الرياضية الترويحية جزءاً من حياة هؤلاء الطلاب. (١٥: ٦٢)

### مشكلة البحث :

ويعتبر وقت الفراغ في المجتمع المتحضر هو الوقت المهم الذي ينبغي تخطيطه وبرمجته وإستثماره بطريقة تساعد على تنمية ذاتية الفرد وتطوير قدراته الفكرية والجسمانية والإبداعية، وهو لا ينفصل عن وقت الترويح في المجتمع المعاصر، فوقت الترويح إنما هو الوقت الذي يستثمره المواطن في الممارسة الفعلية لنشاطات الفراغ المختلفة التي تتفصل عن عمله الوظيفي الذي يتعايش عليه كمنشآت السفر والسياحة والراحة والإستجمام وزيارة الأهل والأقارب ومشاهدة التلفزيون ومزاولة الألعاب الرياضية والفنية. (٩: ٨٧)

ومما لا شك فيه بأن الترويح والرياضة أصبحوا نمط من أنماط صناعة الرياضة بل هي وسيلة وأداة فعالة للتخلص من التوتر والضغوط العصبية التي يتعرض لها الفرد وكذا تكسبها المتعة والإثارة واللياقة البدنية والنفسية السليمة وتجعله مصدر قوة للمجتمع وتحسن من كفاءته الإنتاجية وبالتالي تجعله يستثمر أوقات الفراغ بشكل إيجابي، حيث يؤكد كل من محمد الحماحي وعائدة عبد العزيز (٢٠٠٩) أن الترويح من أهم المجالات التي تسهم في إستثمار وقت الفراغ لكافة المراحل العمرية كما يعمل علي تنمية الشخصية المتكاملة حيث أنه مليء بالأنشطة المتنوعة الفنية والرياضية والثقافية والإجتماعية، والتي تشبع ميول وإحتياجات المستفيدين وتتناسب مع كل المراحل السنية، فالترويح ضرورة من ضروريات الحياة، ويتميز هذا النوع بتحقيق السعادة والسرور للمستفيدين من الخدمات الترويحية. (١٨: ١١٩)

وتكمن أهمية الأنشطة الترويحية في كونها إحدى العناصر الهامة للشعور بالرضا عن الحياة حيث أنها من أفضل الأساليب لتقوية الإشباع الاجتماعي، ومن الأنشطة التي تمارس في وقت الفراغ "النشاط البدني، الفكري، الفني، الإجتماعي، العملي، فالشخصية تنمو من خلال النشاط الذي يوفر الظروف ويهيئها لإكتساب قيم ومهارات وثقافة إنسانية، وأن الشخصية التي تعيش ظروف خالية من الأنشطة هي عادة شخصية غير سوية، هذا إلى جانب الدور الذي تقوم به في تحقيق جودة الحياة

## معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

لدى الأفراد لما تقوم به من تحقيق السعادة بإدخال المتعة والبهجة والسرور علي نفوسهم ورفع الروح المعنوية لديهم (٧: ٢٠٢)

كما أن ممارسة الأنشطة الترويحية يقضي بدوره علي القلق وعدم الإرتياح واللامبالاة وفتور المشاعر وتهيجها، كما ينبغي بدوره الثقة والجوانب الإجتماعية للشخصية، هذا بالإضافة للتقليل من فرص الإصابة بالأمراض كأمراض القلب والأوعية الدموية، فضلاً عن أن ممارسة الأنشطة البدنية بإستمرار يقي الأشخاص من التعرض للإصابة بالأمراض كالأمراض السرطانية. (٢٤: ٢٠٥)

ومن هنا يتضح دور الأنشطة الترويحية في الجامعة كمؤسسة رياضية عبر التخطيط لبرامج الإستثمار الأمثل لأوقات الفراغ لإستنفار الطاقات الكامنة داخل الطلاب والطالبات، حيث تعتمد إيجابية المؤسسة على إيجابية العاملين فيها، فالعنصر البشري يعد عنصراً أساسياً في نشاط أي مؤسسة سواء كان ذلك على مستوى التخطيط أو المستوى الإداري أو مستوى التنفيذ، حيث يؤكد **جمال الخباز (٢٠٠٨م)** أنه من خلال هذه المستويات (التخطيط ، الإدارة ، التنفيذ) يمكن أن تتحقق أهداف وغايات المؤسسة بكل كفاءة وبسر وفاعلية كما يعمل في نفس التوقيت على تطوير القوى البشرية في تلك المؤسسة وتحسين إجراءات العمل بها، والذي يؤدي بدوره إلى تحسين مخرجات المؤسسة. (٨: ١٨٦)

وأشار **Hernandez-Vivanco et al. (٢٠١٨م)** أن المقصود بتحسين مخرجات المؤسسة جودة ما تقدمه من خدمات للمجتمع فإن ذلك يسهم في تحسين بيئة العمل الداخلية بكل مكوناتها والتي من أهمها القوى البشرية للمؤسسة، وشيوع جو من الإيجابية في جميع المجالات والتي من أهمها الجوانب الاجتماعية. (٢٥: ١١٧٦)

وقد لاحظت الباحثة من أن نتائج الدراسات السابقة أرقام (٣)(١٠)(١١)(١٢)(١٣)(١٤)(٢٠)(٢٢) قد أكدت أن تحقيق إيجابية المؤسسات التربوية والرياضية والاجتماعية وتحقيقها لإهدافها بكفاءة وفاعلية يرتبط بالعديد من المؤشرات والمظاهر والمتغيرات مثل تشجيع ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وتبني الأفكار الإيجابية، ومدى التعامل مع مشكلات الطلاب وإسهام الإدارة في تنمية الطالب والمناخ التربوي والعلاقات الإنسانية بين الطلاب والفاعلية الذاتية بينهم.

## معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

على الرغم من أهمية ما توفر من دراسات وبحوث سابقة أوضحت أهمية العلاقة بين ممارسة الأنشطة الترويحية المتنوعة والاستمتاع بأوقات الفراغ وبين العديد من متغيرات الشخصية ( البدنية والنفسية والاجتماعية والتربوية )، إلا أن هناك ندرة من الدراسات- علي حد علم الباحثة- التي تناولت طبيعة إقبال الشباب (طلاب وطالبات الجامعة) علي ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية، من حيث مدى الإقبال على ممارستها والأسباب التي تعيقهم عن ممارسة هذا النوع من الأنشطة، وعلى الرغم من أهمية مثل هذا النوع من الدراسات في المجال التربوي والإجتماعي بشكل عام، وللمهتمين بمجال الرياضة بوجه خاص، ولما كانت الدراسات السابقة التي أجريت على الجامعات المصرية تركزت في جامعات معينة، ولم تجد الباحثة - على حد علمها- أي دراسة أجريت على طلاب وطالبات جامعة الزقازيق، وإنطلاقاً مما سبق من معطيات تسعي الدراسة الحالية أن تلقي الضوء على طبيعة معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب وطالبات جامعة الزقازيق بكلياتها المختلفة.

### أهمية البحث :

إنطلاقاً من موضوع الدراسة والمشكلة المراد بحثها، فإن الأهمية النظرية تتمثل في أنها تُعتبر من الدراسات القليلة التي تسعي الي التعرف على مستويات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية من وجهة نظر الطلاب ، كما تُعتبر الدراسة الأولى من نوعها- علي حد علم الباحثة- التي تحاول معرفة الفروق المحتملة في طبيعة معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب كليات جامعة الزقازيق، وعليه فإنها يمكن أن تسهم في تقديم إضافة معرفية في هذا المجال. أما من الناحية التطبيقية فإن أهمية الدراسة الحالية تكمن في إفادة القائمين على رعاية طلاب جامعة الزقازيق في مختلف المجالات التربوية منها والإرشادية والرياضية، وذلك من خلال ما تقدمه من نتائج تساعد في معرفة العوامل والمتغيرات التي قد تعيق طلاب طلاب جامعة الزقازيق عن ممارسة أنشطة الترويح الرياضي.

### هدف البحث :-

يهدف هذا البحث دراسة معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق، وذلك من خلال التعرف على:-

---

---

معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

---

---

- ١- معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب وطالبات جامعة الزقازيق.
- ٢- الفروق في معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى عينات من طلاب الجامعة تبعاً لمتغيرات ( العمر - الحالة الاجتماعية - مقر الإقامة أثناء الدراسة في الكلية - الرغبة في المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية)

### تساؤلات البحث :-

١- ما هي معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب وطالبات جامعة الزقازيق؟.

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى عينات من طلاب الجامعة تبعاً لمتغيرات ( العمر - الحالة الاجتماعية - مقر الإقامة أثناء الدراسة في الكلية - الرغبة في المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية)؟

### المصطلحات المستخدمة :

#### ١ - الترويح:

هو جميع أوجه النشاط البناء والمقبولة إجتماعياً وعقائدياً والتي تؤدي أثناء وقت الفراغ ويتم إختيارها والإشتراك فيها نتيجة لدوافع داخلية وفقاً لإرادة الفرد وذلك بغرض إكتساب العديد من القيم الشخصية وتطوير الشخصية وتحقيق الرضا والسرور والسعادة من المشاركة ذاتها وليس لدوافع خارجية كالكسب المادي أو المعنوي". (١ : ٤٥)

#### ٢ - الأنشطة الترويحية الرياضية:

هي ذلك النوع من الأنشطة الترويحية التي تتضمن برامجها الأنشطة الرياضية بأنواعها والتي يمارسها طلاب كليات جامعة الزقازيق في أوقات فراغهم داخل أو خارج الكلية. (تعريف إجرائي)

#### ٣- معوقات ممارسة النشاط الترويحي الرياضي:

هي تلك الأسباب التي تحول دون ممارسة الطلاب للأنشطة الترويحية الرياضية داخل أو خارج كليات الجامعة". (تعريف إجرائي)

### الدراسات السابقة:

- أجرت "هدير سعيد" (٢٠٢٢)(٢١) دراسة إستهدفت التعرف على "المعوقات التي تواجه ممارسة الأنشطة الترويحية بمراكز الشباب بمحافظة المنوفية"، إستخدمت الباحثة المنهج الوصفي (أسلوب الدراسات المسحية)، إشتملت عينة البحث على (١٦٥) إداري و (٤٦٥٠) عضو بمراكز الشباب، وإشتملت أهم النتائج علي أن الأنشطة الترويحية المختلفة لها دور كبير في مراكز الشباب، فله الوعي الترويحي لدي السادة الإداريين، قلة الإمكانيات المادية والبشرية بمراكز الشباب لإقامة أنشطة ترويحية وتعتبر من أهم المعوقات، وعدم توافر قدر كافي من الأنشطة الترويحية داخل مراكز الشباب وتعتبر معوق من المعوقات الهامة.

- أجرت "منة الله مجدى" (٢٠٢١م)(٢٠) دراسة تهدف التعرف علي "دور الإدارة العامة لرعاية الطلاب في نشر الثقافة الترويحية لطلاب جامعة المنصورة"، إستخدمت الباحثة المنهج الوصفي (أسلوب الدراسات المسحية)، وتمثلت عينة البحث الأساسية في (٧٧١) طالب وطالبة و (٥٩) أخصائي طلاب جامعة المنصورة وإخصائي الإدارة العامة لرعاية الطلاب بجامعة المنصورة، وكانت أهم النتائج طلاب جامعة المنصورة لديهم ثقافة ترويحية، وإدراك طلاب وأخصائيين رعاية الطلاب لمفهوم الترويح.

- أجرت "قسيمة مروى" (٢٠١٩م)(١٤) دراسة بهدف التعرف علي "مدي مساهمة الأنشطة البدنية الترويحية في التخفيف من الضغوط النفسية (التوتر - الإحباط - الإنفعالات)"، وإستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، من خلال إستمارة إستبيان حول دور الأنشطة البدنية الترويحية في التقليل من الضغوط النفسية على عينة قوامها (٥٠) تلميذ تم إختيارهم عشوائياً من مجتمع البحث، وقد أكدت النتائج بشكل كبير على أن حصة التربية البدنية تعتبر وسيلة هامة في التخفيف من التوتر لدى المراهقين لأن النشاط الرياضي له علاقة بالجانب النفسي، وأن النشاط الترويحي يساهم في التخفيف من الإحباط، وأن النشاط له دور فعال في التحكم في الانفعالات وخلق روح المنافسة والشعور بالثقة بالنفس أثناء ممارسة النشاط الرياضي بدون عدوانية ولا غضب.

- أجري "العيد بن شميمسه" (٢٠١٩م)(٣) دراسة بهدف التعرف علي "ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وعلاقتها بتحقيق الوعي الثقافي الرياضي والرفاهية النفسية لدى طلبة جامعة ولاية

---

---

معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

---

---

تبارت"، وإستخدم الباحث المنهج الوصفي، والعينة قوامها (٨٢٦) طالب وطالبة من جامعة ولاية تبارت، وكانت أهم النتائج "ضرورة العناية بالأنشطة الترويحية الرياضية والعمل على تنميتها وتفعيلها لدى الطلبة" لما لها من دور بالغ في مستوى الرفاهية النفسية للطلبة، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرفاهية النفسية لصالح الممارسين للأنشطة الترويحية الرياضية في عملية التنظيم الاجتماعي.

- أجري "عبد الإله الصلوي" (٢٠١٦م) (١٣) دراسة تهدف "التعرف على المعوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب كليات المعلمين في المملكة العربية السعودية"، وإستخدم الباحث المنهج الوصفي، وطبق إستمارة استبيان على عينة قوامها (٩٢٦) طالباً من طلاب كليات المعلمين بالمملكة العربية السعودية، وقد بينت النتائج أن أهم المعوقات "تمثلت في المعوقات المرتبطة بالإمكانات والمعوقات المرتبطة بالجوانب الدراسية للطلاب، جاءت في المرتبة الأولى بالنسبة للطلاب، المعوقات المرتبطة بالجوانب الإدارية والمعوقات المرتبطة ببرامج الأنشطة الترويحية الرياضية، جاءت في المرتبة الثانية، المعوقات المرتبطة بالجوانب الشخصية للطلاب والمعوقات المرتبطة بالجوانب النفسية الاجتماعية للطلاب، جاءت في المرتبة الثالثة والأخيرة.

- أجري "حمود العنزي" (٢٠١٥م) (١٠) دراسة تهدف "التعرف على معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية وعلاقتها بالإتجاه نحو الترويح وأوقات الفراغ لدى طلاب جامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية"، وإستخدم الباحث المنهج الوصفي، وطبق إستمارة استبيان على عينة قوامها (١٧٠٠) طالباً من طلاب جامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية، وقد بينت النتائج وجود عزوف عن ممارسة الأنشطة الترويحية لدى طلاب جامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية، عدم وجود إستراتيجية واضحة لقضاء أوقات الفراغ لدى طلاب جامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية حيث يوجد اتجاه إيجاعي نحو الطلاب في ممارستهم للأنشطة الترويحية.

## إجراءات البحث

### - المنهج المستخدم :

إستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية وذلك لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة.

### - مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع البحث في طلاب وطالبات المرحلة الجامعية الأولى بكليات جامعة الزقازيق للعام الجامعي ٢٠٢٢/٢٠٢٣م والبالغ عددهم (١٥٣٩٧٦) فرداً يمثلون (١٩) كلية.

### - عينة البحث:

تم إختيار عينة البحث بالطريقة الطبقيّة العشوائية من مجتمع البحث من طلاب وطالبات كليات جامعة الزقازيق التي تقع داخل الحرم الجامعي وعددها (١٣) كلية للعام الجامعي ٢٠٢٢/٢٠٢٣م وقد بلغ عددهم (١٠٥٠) طالب وطالبة، بحيث تكون هذه العينة ممثلة للمجتمع الأصلي للبحث وقد تم إستبعاد كليتي التربية الرياضية للبنين والبنات بحكم أنها كليات متخصصة ، وبالتالي أصبح عدد الكليات (١١) كلية ،وقد إستبعدت الباحثة عدد (٥٠) إستمارة إستبيان نظراً لنقص المعلومات وعدم إستجابة الطلاب بشكل سليم، والجدول التالي رقم (١) يوضح تصنيف عينة البحث.

### جدول (١) تصنيف عينة البحث

إجمالي كل فئة	نوع الكليات وأعدادها		فئات عينة البحث
	الكليات النظرية (٤) كليات	الكليات العملية (٧) كليات	
٩٥٠	٣٧٨	٥٧٢	العينة الأساسية
٥٠	٣٠	٢٠	العينة الإستطلاعية
٥٠	٣٢	١٨	المستبعدون من العينة
١٠٥٠	٤٤٠	٦١٠	المجموع الكلي
% ١٠٠	% ٤١,٩١	% ٥٨,٠٩	النسبة المئوية

### - وسائل وأدوات جمع البيانات:

إستعانت الباحثة في جمع بيانات دراستها بما يلي:

### أولاً - تحليل الوثائق والمحتوي :

قامت الباحثة بإستعراض وتحليل البيانات الأولية التي تم جمعها من القراءات المرجعية وكذلك من الدراسات السابقة والمرتبطة التي تناولت جوانب الدراسة الحالية أمثال الدراسات والمراجع أرقام (٣)(١٠)(٣٨)(١١)(١٢)(١٣)(١٤)(١٦)(٢١)(٢٢) للتوصل لإطار نظري مرجعي مناسب لطبيعة هذه الدراسة ، وبما يحقق أهداف الدراسة، وكذلك تحديد المحاور الرئيسية لأداة البحث ، بالإضافة الي تحليل السجلات الخاصة بقطاع شئون التعليم والطلاب بالجامعة وذلك للتعرف علي حجم مجتمع الدراسة وتحديد عدد أفراد العينة وتوصيفهم.

### ثانياً - أداة البحث (الإستبيان) :

قامت الباحثة بتصميم إستمارة إستبيان لقياس معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى عينة من طلاب جامعة الزقازيق لتحقيق أهداف الدراسة.

### ثالثاً - المقابلات الشخصية :

قامت الباحثة بإجراء عدد من المقابلات الشخصية مع عدد من السادة المتخصصين في (الترويح الرياضي) وذلك لتحديد جوانب قياس متغيرات الدراسة وتحديد محاورها الرئيسية.

### رابعاً - صياغة المحاور :

تم تحديد عدد (٦) محاور رئيسية مبدئية تتضمن مجموعة من الأسئلة والعبارات المقترحة التي تندرج أسفل كل محور عن معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق، تتمثل في ما يلي:-

- المحور الأول : المعوقات المرتبطة بالجوانب الإدارية داخل الكلية وخارجها.
- المحور الثاني : المعوقات المرتبطة بالإمكانات داخل الكلية وخارجها.
- المحور الثالث : المعوقات المرتبطة بالجوانب الشخصية للطالب.
- المحور الرابع : المعوقات المرتبطة بالجوانب النفسية الاجتماعية.
- المحور الخامس: المعوقات المرتبطة بالجوانب الدراسية للطالب.
- المحور السادس: المعوقات المرتبطة ببرامج الأنشطة الترويحية الرياضية داخل الكلية وخارجها.

## خامساً - إستطلاع رأي الخبراء : مرفق (٢)

عرضت الباحثة الصورة الأولى للمحاور الرئيسية لأداة البحث (الإستبيان) على عدد (١٠) من الخبراء والمتخصصين في مجالات (الترويح الرياضي) من السادة أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية بالجامعات المصرية تخصص ترويح رياضي (مرفق ١)، وذلك لإبداء الرأي حول مدى مناسبة المحاور الرئيسية لموضوع البحث مع عنوان وهدف البحث عن طريق الموافقة أو تعديل الصياغة أو الحذف، حيث تباينت نسبة إتفاق الخبراء علي محاور كل إستبيان. والجدول رقم (٢) يوضح آراء السادة الخبراء علي محاور إستمارة الإستبيان.

### جدول (٢)

النسب المئوية لإتفاق الخبراء علي المحاور الرئيسية لإستبيان "معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية" لطلاب جامعة الزقازيق (ن=١٠)

النسبة المئوية	الدرجة المقدره	تعديل	درجة الموافقة		المحاور الرئيسية للإستبيان
			غير موافق	موافق	
١٠٠%	٢٠	٨	-	١٠	الأول : المعوقات المرتبطة بالجوانب الإدارية داخل الكلية وخارجها
٩٠%	١٨	٨	١	٩	الثاني : المعوقات المرتبطة بالإمكانات داخل الكلية وخارجها
٩٠%	١٨	-	١	٩	الثالث : المعوقات المرتبطة بالجوانب الشخصية للطلاب
١٠٠%	٢٠	-	-	١٠	الرابع : المعوقات المرتبطة بالجوانب النفسية الاجتماعية
١٠٠%	٢٠	-	-	١٠	الخامس : المعوقات المرتبطة بالجوانب الدراسية للطلاب
٩٠%	١٨	٨	١	٩	السادس : المعوقات المرتبطة ببرامج الأنشطة الترويحية الرياضية داخل الكلية وخارجها.

يتضح من نتائج الجدول رقم (٢) نسبة إتفاق السادة الخبراء على محاور الإستبيان الرئيسية لقياس (معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية) لدى الطلاب ، حيث تراوحت نسبة الإتفاق ما بين (٩٠% : ١٠٠%) ولقد إرتضت الباحثة نسبة مئوية (٨٠%) فأكثر من آراء السادة الخبراء للموافقة على المحور، وبالتالي أصبح عدد المحاور النهائية التي تم إتفاق الخبراء عليها للإستبيان (٦) محاور ولكن بعد تعديل جميع المحاور التي تتعلق بالأنشطة الترويحية الرياضية خارج نطاق الكلية والاكتفاء بصياغة محاور معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية داخل نطاق الكلية.

سادساً - إعداد مفردات الاستبيان :

## معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

تم إختيار وصياغة المفردات التي تعبر عن معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب كليات جامعة الزقازيق، حيث بلغت عدد لمفردات المقترحة (٨٩) مفردة وزعت علي محاور الإستبيان، حيث إشتمل كل محور علي مايلي:-

- المحور الأول : (١٣) مفردة. - المحور الثاني : (٢١) مفردة.
- المحور الثالث : (١٥) مفردة. - المحور الرابع : (٢٢) مفردة.
- المحور الخامس: (٧) مفردات. - المحور السادس: (١١) مفردة.

### سابعاً - الصورة المبدئية للإستبيان :

قامت الباحثة بعرض الإستبيان في صورته المبدئية على السادة الخبراء والبالغ عددهم (١٠) خبراء مرفق (١) وذلك بهدف مراجعة صياغة أو حذف أو تعديل أو دمج أو إضافة أية عبارات أخرى مقترحة تكون غير مدرجة بالإستمارة.

توضح نتائج الجدول رقم (٣) مرفق (٤) نتائج استطلاع آراء السادة الخبراء علي أسئلة محاور وعبارات إستبيان ممارسات الأنشطة الترويحية ، مابين (١٠ % - ١٠٠ %) وقد إرتضت الباحثة بنسبة إتفاق (٨٠ %) فأكثر في قبول العبارات، وذلك علي النحو التالي:-

- عبارات المحور الأول (المعوقات المرتبطة بالجوانب الإدارية داخل الكلية) حصلت على نسبة إتفاق تتراوح مابين (١٠ % - ١٠٠ %) وقد تم إستبعاد العبارات أرقام (٢) و(١٣) وتعديل صياغة باقي عبارات المحور، وإضافة عبارة .

- عبارات المحور الثاني (المعوقات المرتبطة بالإمكانات داخل الكلية) حصلت على نسبة إتفاق تتراوح مابين (١٠ % - ١٠٠ %) وقد تم إستبعاد العبارات أرقام (٢) و(٨) و(٩) و(١٢) و(١٤) و(١٧) و(٢١) وتعديل صياغة باقي عبارات المحور .

- عبارات المحور الثالث (المعوقات المرتبطة بالجوانب الشخصية للطلاب) حصلت على نسبة إتفاق تتراوح مابين (٦٠ % - ١٠٠ %) وقد تم إستبعاد العبارة أرقام (١٢) وتعديل صياغة باقي عبارات المحور، وإضافة عبارة.

### معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

- عبارات المحور الرابع (المعوقات المرتبطة بالجوانب النفسية الاجتماعية) حصلت على نسبة إتفاق تتراوح ما بين (٤٠% - ١٠٠%) وقد تم إستبعاد العبارة أرقام (٢٢) وتعديل صياغة باقي عبارات المحور، وإضافة عبارة.

- عبارات المحور الخامس (المعوقات المرتبطة بالجوانب الدراسية للطلاب) حصلت على نسبة إتفاق تتراوح ما بين (٣٠% - ١٠٠%) وقد تم إستبعاد العبارات أرقام (٥) و(٦) و(٧) وتعديل صياغة العبارات أرقام (١) و(٢) و(٣).

- عبارات المحور السادس (المعوقات المرتبطة ببرامج الأنشطة الترويحية الرياضية داخل الكلية) حصلت على نسبة إتفاق تتراوح ما بين (٣٠% - ١٠٠%) وقد تم إستبعاد العبارات أرقام (٤) و(٦) وتعديل صياغة باقي عبارات المحور، وإضافة عبارتان.

#### ثامناً - ميزان التقدير :

إعتمدت الباحثة في تقييم إستجابات الأفراد عينة البحث علي ميزان تقدير ثلاثي الأبعاد (نعم - أحياناً - لا) لقياس عبارات وأسئلة الإستبيانات قيد البحث وفق درجات (١-٢-٣) لإتاحة الرأي لأفراد العينة للتعبير عن آرائهم.

#### تاسعاً - الصورة النهائية للإستبيان: مرفق (٣)

توصلت الباحثة الي عدد عبارات الإستبيان في صورته النهائية (٧٨) عبارة، وقد تم ترتيب العبارات تبعاً للمحاور التي تنتمي إليها بترقيم يبدأ من رقم (١) بحيث تكون العبارات الخاصة بكل محور من محاور الإستبيان مع بعضها علي النحو التالي:-

- المحور الأول : المعوقات المرتبطة بالجوانب الإدارية داخل الكلية (١٢) عبارة.
- المحور الثاني : المعوقات المرتبطة بالإمكانات داخل الكلية (١٤) عبارة
- المحور الثالث : المعوقات المرتبطة بالجوانب الشخصية للطلاب (١٥) عبارة.
- المحور الرابع : المعوقات المرتبطة بالجوانب النفسية الاجتماعية (٢٢) عبارة.
- المحور الخامس : المعوقات المرتبطة بالجوانب الدراسية للطلاب (٤) عبارات.
- المحور السادس المعوقات المرتبطة ببرامج الأنشطة الترويحية الرياضية داخل الكلية (١١) عبارة.

### عاشراً - الدراسة الإستطلاعية :

أجرت الباحثة دراسة إستطلاعية علي عينة الدراسة الإستطلاعية قوامها ١٦ فرداً من خارج عينة البحث الأساسية ومن داخل مجتمع البحث في الفترة من (٢٠٢٢/١/١٥)م الي (٢٠٢٢/١/٢٥)م وإستهدفت معرفة مدى وضوح ومناسبة صياغة الأسئلة والعبارات لمستوى فهم وإدراك العينة وإجراء المعاملات العلمية، وقد أظهرت نتائج الدراسة الإستطلاعية مايلي:-

- وضوح التعليمات الخاصة بأداتي جمع البيانات
- مناسبة صياغة الأسئلة والعبارات لمستوى فهم العينة
- إجراء المعاملات العلمية الخاصة بإيجاد صدق وثبات الاستبيان.

### -المعاملات الإحصائية (الصدق - الثبات) :

قامت الباحثة بحساب صدق الاستبيان للتأكد من أنه يقيس الغرض الذي صمم من أجله، وإختبار ثباته للتأكد من أن مفردات محاوره متجانسة فيما يقيسه، كما يلي:-

### - معامل الصدق Validity :

إستخدمت الباحثة طريقتين لحساب صدق الاستبيان وهما:-

- طريقة صدق المحتوى أو المضمون (Validty Content)، وطريقة المحكمين (Validty Turstees) التي تهتم بفحص محتوى الاستبيان وتحليل مفرداته لمعرفة مدى تمثيله للمحور أو الظاهرة المراد قياسها، إذ إن توافر الصدق للاستبيان يعبر عن تمثيل مفرداته بطريقة جيدة للظواهر أو المجالات المراد دراستها، حيث تم عرض الاستبيان ( مرفق رقم ٢) المستخدم في جمع بيانات الدراسة على (١٠) من الخبراء في مجال التربية الرياضية من أعضاء هيئة التدريس بكليات التربية الرياضية بالجامعات المصرية (مرفق رقم ١) وذلك لإبداء رأيهم في المحاور والمفردات.

- إختبار الاتساق الداخلي للاستبيان وذلك بإيجاد قيم معامل الارتباط بيرسون (Pearson Coefficient Correlation) بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمحور الذي تتبعه، وذلك للتأكد من ارتباط كل مفردة بالمحور التي تنتمي إليه كما هو موضح بالجدول التالي:

معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

جدول (٤)

قيم معامل ارتباط بيرسون بين كل مفردة والمحور الذي تنتمي إليه ن = ١٠٥

المحور الأول الجوانب الإدارية		المحور الثاني الإمكانات		المحور الثالث الجوانب الشخصية		المحور الرابع الجوانب النفسية الاجتماعية		المحور الخامس الجوانب الدراسية		المحور السادس برامج الأنشطة الترويحية	
ر	م	ر	م	ر	م	ر	م	ر	م	ر	م
*.٧٥٤	١	*.٨٥٨	١	*.٦٤٢	١	*.٧٦٩	١	*.٨٥	١	*.٦٤١	١
*.٨٠٦	٢	*.٧٤٨	٢	*.٦٠٢	٢	*.٦٢٦	٢	*.٥٨	٢	*.٧٨٢	٢
*.٩١٧	٣	*.٦٠٦	٣	*.٦٧٦	٣	*.٧٢١	٣	*.٧١	٣	*.٧٢١	٣
*.٦٦٧	٤	*.٦٦٢	٤	*.٧٣٢	٤	*.٦٤٩	٤	*.٧٣	٤	*.٧٠٨	٤
*.٦٤٣	٥	*.٦٣٨	٥	*.٧٠٨	٥	*.٦٠١	٥			*.٦٨٨	٥
*.٥٧٧	٦	*.٦٣٠	٦	*.٦٨٨	٦	*.٧٣	٦			*.٥٧٢	٦
*.٧٣٣	٧	*.٧٨٢	٧	*.٦٤٩	٧	*.٧١٢	٧			*.٦٠٦	٧
*.٧٨٤	٨	*.٥٧٢	٨	*.٧١٣	٨	*.٧٦٤	٨			*.٥٨١	٨
*.٦٧٩	٩	*.٧٠٤	٩	*.٦٤١	٩	*.٦٣٧	٩			*.٦٣٠	٩
*.٦٣٧	١٠	*.٥٩٢	١٠	*.٧٠٨	١٠	*.٥١٧	١٠			*.٥٧٢	١٠
*.٦٩٣	١١	*.٥٧٥	١١	*.٦٣٦	١١	*.٦٥٤	١١			*.٦٦٢	١١
*.٦٦٩	١٢	*.٩٥١	١٢	*.٨٢١	١٢	*.٨٢١	١٢				
		*.٥٠٦	١٣	*.٧١٢	١٣	*.٨٥١	١٣				
		*.٧٥٨	١٤	*.٦٢٦	١٤	*.٦٣٧	١٤				
				*.٧٩٤	١٥	*.٦١٣	١٥				
						*.٦٧٧	١٦				
						*.٩١٩	١٧				
						*.٦٤٧	١٨				
						*.٥٣٣	١٩				
						*.٧١٤	٢٠				
						*.٧٦٢	٢١				
						*.٦٢٦	٢٢				

يوضح الجدول (٤) أن جميع مفردات المحاور الستة للاستبيان ترتبط بالمحور الذي تنتمي إليه، إذ أن قيم معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل مفردة ومجموع درجات المحور دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) ونلاحظ من النتيجة الكلية أن هناك دلالة على الاتساق الداخلي للاستبيان.

معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

جدول (٥)

معامل ارتباط المحاور بالدرجة الكلية

المحور	إسم المحور	عدد العبارات	معامل الارتباط
الأول	المعوقات المرتبطة بالجوانب الإدارية داخل الكلية	١٢	*٠.٧٢٣
الثاني	المعوقات المرتبطة بالإمكانات داخل الكلية	١٤	*٠.٥٢٠
الثالث	المعوقات المرتبطة بالجوانب الشخصية للطلاب	١٥	*٠.٤٩٢
الرابع	المعوقات المرتبطة بالجوانب النفسية الاجتماعية	٢٢	*٠.٧٦١
الخامس	المعوقات المرتبطة بالجوانب الدراسية للطلاب	٤	*٠.٦٠٨
السادس	المعوقات المرتبطة ببرامج الأنشطة الترويحية الرياضية داخل الكلية	١١	*٠.٧٤٩

\* قيمة (ر) عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٤٩٧

يوضح الجدول (٥) أن جميع قيم معاملات الارتباط الداخلي (الاتساق الداخلي) لكل محور من محاور الاستبيان مرتبط بالدرجة الكلية، ودال إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) ، وهذا يؤكد صدق الاستبيان وصلاحيته لجمع البيانات المطلوبة للدراسة الحالية.

- معامل الثبات Reliability :

تم تقدير معامل ثبات الإستبيان بطريقة إيجاد معامل ثبات ألفا كرونباخ Alpha Cronbach Coefficient لكل محور من محاوره كما هو موضح بالجدول التالي:-

جدول (٦)

قيم معامل ألفا كرونباخ لثبات محاور الإستبيان

المحور	إسم المحور	عدد العبارات	معامل الارتباط
-	الجوانب الإدارية داخل الكلية	١٢	*٠.٧٤٤
-	الإمكانات داخل الكلية	١٤	*٠.٧٩٨
-	الجوانب الشخصية للطلاب	١٥	*٠.٨٥٣
-	الجوانب النفسية الاجتماعية	٢٢	*٠.٨٨١
-	الجوانب الدراسية للطلاب	٤	*٠.٧٨٦
-	برامج الأنشطة الترويحية الرياضية داخل الكلية	١١	*٠.٧٤٩
	المقياس ككل	٧٨	*٠,٩٢١

يوضح الجدول (٦) ارتفاع قيمة معامل ثبات ألفا كرونباخ لكل محاور الاستبيان حيث تراوحت قيمة ألفا كرونباخ ما بين (٠,٧٤٤ و ٠,٨٨١)، ويؤكد على ذلك ارتفاع معامل الثبات الكلي

---

---

معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

---

---

للاستبيان حيث بلغ ( ٩٢١,٠)، مما يدل على تمتع كل محور بدرجة مرتفعة من الثبات، وتجانس مفرداته.

- الدراسة الأساسية :

بعد التأكد من المعاملات العلمية للاستبيان (صدق- ثبات) ، قامت الباحثة بتطبيق الاستبيان في صورته النهائية علي عينة البحث الأساسية خلال الفترة من (٢٠٢٢/٢/١٠م) حتي (٢٠٢٢/٤/٨م)، وبعد الإنتهاء من تطبيق الاستبيان تم جمع البيانات ووضعها في جداول لإجراء المعالجات الإحصائية المناسبة لأهداف البحث.

- المعالجات الإحصائية

إستعانت الباحثة في تحليل البيانات الناتجة عن قياسات البحث بالأساليب والمعالجات الإحصائية التالية بإستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) وهي :

- المتوسط الحسابي *Mean* - الانحراف المعياري *Stander Deviation*
- التكرارات *iterations* - النسبة المئوية *Percent rate %*
- الدرجة المقدره *Estimated score* - الوزن النسبي *relative weight*
- معامل الارتباط الفا كرونباخ *Alpha Correlation*
- معامل كا ٢ *square-Chi* - إختبار "ت" لدلالة الفروق *T-test*
- تحليل التباين *ANOVA*

- عرض النتائج ومناقشتها:

- عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول (معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية) :

## معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

### جدول (٧)

إستجابات عينة البحث في عبارات إستبيان معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية  
" المحور الأول " المعوقات المرتبطة بالجوانب الإدارية داخل الكلية "

(ن=٩٥٠)

م	العبارة	نعم	أحياناً	لا	كأ*	المجموع التقديري	النسبة المئوية %	الترتيب ب
١	المواعيد التي تحددها إدارة الكلية لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية أثناء اليوم الدراسي لا تناسبني	٦١٨	٢١٢	١٢٠	*٢٧,٤٥٦	٢٣٩٨	٨٤,١٤	٤
٢	اهتمام إدارة الكلية بالأنشطة الرياضية التنافسية فقط، يعيقني عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية	٥٢٧	٢٢٢	٢٠١	*٢٥,٦٢٧	٢٢٢٦	٧٨,١٠	٩
٣	عدم وجود إعلانات واضحة عن الأنشطة الترويحية الرياضية، يؤدي إلى عدم اشتراكي فيها.	٥٤٢	٢٣٣	١٧٥	*٢٦,٠٦٥	٢٢٦٧	٧٩,٥٤	٨
٤	لا يقوم المسؤولون عن الأنشطة الترويحية الرياضية في الكلية بتطويرها بشكل مستمر.	٦٩٩	١٧٤	٧٧	*٢٨,١٢٢	٢٥٢٢	٨٨,٤٩	١
٥	عدم السماح للطلاب المشاركين في الأنشطة الترويحية بإبداء الرأي حول ما يقدم لهم من الأنشطة الترويحية الرياضية يجعلني لا أشرك في هذه الأنشطة.	٥٨٩	٢٣١	١٣٠	*٢٦,٦٦٨	٢٣٥٩	٨٢,٧٧	٦
٦	عدم اهتمام المسؤولين بعلاج المشكلات التي تواجه الطلاب المشاركين في الأنشطة الترويحية الرياضية يجعلني لا أمارس هذه الأنشطة.	٤٦٤	١٨٩	٢٨٨	*٢٤,١٨٨	٢٠٥٨	٧٢,٢١	١١
٧	عدم وجود مشرفين متخصصين عن الأنشطة الترويحية يجعلني لا أمارس هذه الأنشطة	٥١٠	٢١٠	٢٣٠	*٢٥,١١١	٢١٨٠	٧٦,٤٩	١٠
٨	عدم توفير إدارة الكلية الأدوات المناسبة للأنشطة الترويحية الرياضية يعيق ممارستي لهذه الأنشطة	٦٣٥	٢٠٤	١١١	*٢٧,٧٠١	٢٤٢٤	٨٥,٠٥	٣
٩	إدارة الكلية لا تخصص نادياً يخص الطلاب لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية مما يعيقني عن ممارستها.	٣٢٩	٢٦٣	٣٥٨	*٢٤,٠٠٢	١٨٧١	٦٥,٦٤	١٢
١٠	عدم تنظيم الكلية الأنشطة الترويحية الرياضية يتسبب في عدم ممارستي في هذه الأنشطة	٦٠٩	٢١٦	١٢٥	*٢٧,١٩٣	٢٣٨٤	٨٣,٦٤	٥
١١	عدم وجود مواعيد محددة لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية بالكلية يجعلني لا أمارس هذه الأنشطة	٥٧٥	٢٢٦	١٤٩	*٢٦,٣٢٩	٢٣٢٦	٨١,٦١	٧
١٢	عدم إدراك المشرفين على الأنشطة الترويحية الرياضية بأهمية ممارستها للطلاب يؤدي إلى عدم ممارستي لهذه الأنشطة.	٦٥٤	١٩٢	١٠٤	*٢٨,٠٤٢	٢٤٥٠	٨٥,٩٦	٢

\* قيمة "كأ" عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٥,٩٩

توضح نتائج جدول رقم (٧) إستجابات عينة البحث في عبارات إستبيان معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية المحور الأول " المعوقات المرتبطة بالجوانب الإدارية داخل الكلية " حيث جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٦٥,٦٤% - ٨٨,٤٩%) في إتجاه الإستجابة "نعم" .

## معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

### جدول (٨)

إستجابات عينة البحث في عبارات إستبيان معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية  
المحور الثاني " المعوقات المرتبطة بالإمكانات "

(ن=٩٥٠)

م	العبارة	نعم	أحياناً	لا	كأ	المجموع التقديري	النسبة المئوية %	الترتيب ب
١	قلة الملاعب والصالات الرياضية بالكلية تعيقني عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية	٦٨٣	١٢٣	١٤٤	*٢٧,٢٧٥	٢٤٣٩	٨٥,٥٧	٢
٢	عدم صلاحية الملاعب والصالات الرياضية الموجودة بالكلية تعيقني عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٧٠١	١٥٢	٩٧	*٢٨,٠١١	٢٥٠٤	٨٧,٨٥	١
٣	الكلية لا توفر الإسعافات الأولية اللازمة لممارسي الأنشطة الترويحية الرياضية وهذا يجعلني لا أشترك فيها	٥٠١	١٨٤	٢٦٥	*١٨,٠٩٢	٢١٣٦	٧٤,٩٤	١٠
٤	عدم توفر عوامل السلامة داخل الملاعب والصالات الرياضية بالكلية يجعلني لا أمارس الأنشطة الترويحية الرياضية.	٥٣٣	٢١٢	٢٠٥	*٢١,٦٢١	٢٢٢٨	٧٨,١٧	٨
٥	عدم توفر أماكن للاستحمام بعد ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية بالكلية يجعلني لا أمارس الأنشطة الترويحية الرياضية	٦٥١	١٤٤	١٥٥	*٢٦,٤٤٨	٢٣٩٦	٨٤,٠٧	٣
٦	ضعف الإضاءة الليلية في الملاعب الخارجية في الكلية أثناء الممارسة المسائية يعيقني عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية	٥١٠	١٧٩	٢٦١	*١٩,٤٧٣	٢١٤٩	٧٥,٤٠	٩
٧	قلة عدد المشرفين على الأنشطة الترويحية الرياضية بالكلية يقلل من ممارستي الأنشطة الترويحية الرياضية.	٣٩٦	١٥٤	٤٠٠	*١٣,٣٧٦	١٨٩٦	٦٦,٥٢	١٢
٨	عدم تواجد المشرف الرياضي بصورة منتظمة بالكلية يقلل من ممارستي الأنشطة الترويحية الرياضية.	٤٢٧	١٨٤	٣٣٩	*١٦,٤٠٥	١٩٨٨	٦٩,٧٥	١١
٩	عدم وجود مشرف مؤهل علمياً للإشراف على الأنشطة الترويحية الرياضية بالكلية يقلل من ممارستي الأنشطة الترويحية الرياضية	٣٠١	٢١١	٤٣٨	*١٠,٩٨٢	١٧٦٣	٦١,٨٥	١٣
١٠	الكلية لا تهتم إلا بملاعب كرة القدم مما لا يتيح فرصاً لممارسة رياضات أخرى.	٥٨٤	١٨١	١٨٥	*٢٤,٦١٣	٢٢٩٩	٨٠,٦٦	٦
١١	لا يوجد إدارة متخصصة بالأنشطة الترويحية الرياضية بالكلية.	٦٢٩	١٥٩	١٦٢	*٢٦,٢١٠	٢٣٦٧	٨٣,٠٥	٤
١٢	صعوبة الحصول على الأدوات الرياضية المناسبة بالكلية يعيقني عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية	٥٤٠	٢٢٢	١٨٨	*٢٢,٣٣٢	٢٢٥٢	٧٩,٠١	٧
١٣	حجز ملاعب الكلية لإقامة المباريات التنافسية عليها يقلل من أوقات الاستفادة منها.	٣٠٠	١٣٨	٥١٢	*١٠,١١٦	١٦٨٨	٥٩,٢٢	١٤
١٤	عدم وجود غرف مخصصة لتبديل الملابس بالكلية يعيقني عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٦٠٧	١٦٩	١٧٤	*٢٥,٤٥٧	٢٣٣٣	٨١,٨٥	٥

\* قيمة "كأ" عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٥,٩٩

توضح نتائج جدول رقم (٨) إستجابات عينة البحث في عبارات إستبيان معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية المحور الثاني " المعوقات المرتبطة بالإمكانات " حيث جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٥٩,٢٢% - ٨٧,٨٥%) في إتجاه الإستجابة "نعم" .

## معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

### جدول (٩)

إستجابات عينة البحث في عبارات إستبيان معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية

" المحور الثالث " المعوقات المرتبطة بالجوانب الشخصية للطلاب "

(ن=٩٥٠)

م	العبرة	نعم	أحياناً	لا	كأ	المجموع التقديري	النسبة المئوية %	الترتيب ب
١	الانشغال بالكسب المادي في وقت الفراغ لا يمكنني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية	٤١٤	١٨٢	٣٥٤	*١٤,٧٧٥	١٩٦٠	٦٨,٧٧	١١
٢	الخلود للنوم في وقت الفراغ لا يمكنني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٥٦١	١٥٣	٢٣٦	*٢٤,٩٢٧	٢٢٢٥	٧٨,٠٧	٧
٣	رغبتني في ممارسة أنشطة أخرى (مشاهدة التلفاز، قراءة الصحف، ...) يجعلني لا أمارس الأنشطة الرياضية الترويحية.	٦١٠	١٧٣	١٦٧	*٢٧,٧٦٨	٢٣٤٣	٨٢,٢١	٤
٤	وجود الأمراض المزمنة لا يمكنني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٣٤٤	١٨٥	٤٢١	*٩,٧٦٩	١٨٢٣	٦٣,٩٦	١٣
٥	أرى أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية تقتصر على من يريد إنقاص وزنه فقط	٢٨٤	١٦٧	٤٩٩	*٦,٩٩١	١٦٨٥	٥٩,١٢	١٥
٦	عدم اقتناعي بفوائد الأنشطة الترويحية الرياضية يجعلني لا أمارسها.	٣١٩	١٨٤	٤٤٧	*٨,٦٧٧	١٧٧٢	٦٢,١٧	١٤
٧	شعوري بالإجهاد البدني الشديد بعد ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية يجعلني أقل من ممارستها	٥٨٥	١٥٥	٢١٠	*٢٥,٥٣٣	٢٢٧٥	٧٩,٨٢	٦
٨	شعوري بالخوف من الإصابة عند تفكيري في ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية يجعلني لا أمارسها.	٤٢٣	٢١٠	٣١٧	*١٦,٤٩٢	٢٠٠٦	٧٠,٣٨	١٠
٩	عدم معرفتي بطريقة الأداء المهاري للألعاب الرياضية يعيقني عن ممارستها.	٦٠٠	١٦٨	١٨٢	*٢٦,٢٤٨	٢٣١٨	٨١,٣٣	٥
١٠	عدم قدرتي على شراء الأدوات الرياضية يعيقني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية	٤٨٦	١٨٥	٢٧٩	*١٩,٣٨٧	٢١٠٧	٧٣,٩٢	٩
١١	استخدامي الشبكة العنكبوتية (الإنترنت) في أوقات الفراغ لا يمكنني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٣٩٨	١٧٣	٣٧٩	*١٢,٥٦١	١٩١٩	٦٧,٣٣	١٢
١٢	المناخ الجوي في المنطقة التي أعيش فيها (أثناء الدراسة) يعيقني عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٧٢٨	١٢٢	١٠٠	*٢٩,٨٧٤	٢٥٢٨	٨٨,٧٠	١
١٣	عدم امتلاكي وسيلة مواصلات يعيقني عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٦٦٥	١٤٣	١٤٢	*٢٨,١٠٢	٢٤٢٣	٨٥,٠١	٣
١٤	قلة مواردني المالية تعيقني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٥١٣	١٩٧	٢٤٠	*٢٢,٧٦١	٢١٧٣	٧٦,٢٤	٨
١٥	إساءة استخدام بعض الطلاب للإمكانات الرياضية المتوفرة في الكلية يجعلني لا أمارس الأنشطة الرياضية الترويحية.	٧١٢	١٣٨	١٠٠	*٢٩,٤٦١	٢٥١٢	٨٨,١٤	٢

\* قيمة "كأ" عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٥,٩٩

توضح نتائج جدول رقم (٩) إستجابات عينة البحث في عبارات إستبيان معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية المحور الثالث " المعوقات المرتبطة بالجوانب الشخصية للطلاب " حيث جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٥٩,١٢% - ٨٨,٧٠%) في إتجاه الإستجابة "نعم" .

## معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

### جدول (١٠)

إستجابات عينة البحث في عبارات إستبيان معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية

المحور الرابع " المعوقات المرتبطة بالجوانب النفسية الإجتماعية " (ن=٩٥٠)

م	العبارة	نعم	أحياناً	لا	كأ	المجموع التقديري	النسبة المئوية %	الترتيب ب
١	لا يوجد لدي ميول لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وهذا يجعلني لا أمارسها.	٣٧٥	١٥٣	٤٢٢	*٢٢,٩٠٣	١٨٥٣	٦٥,٠٢	١٣
٢	عدم شعوري بالسرور عند ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية يجعلني لا أمارسها	٣٦٢	١٠٨	٤٨٠	*٢٢,٨٧١	١٧٨٢	٦٢,٥٢	١٤
٣	ضعف الدافع النفسي (الرغبة) لدي لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية يجعلني لا أمارسها	٥١٢	١٦٤	٢٧٤	*٢٦,٨٨٠	٢١٣٨	٧٥,٠١	٧
٤	عدم ثقتي في امتلاك القدرات المطلوبة لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية يجعلني لا أمارسها.	٣٨٦	١٥٧	٤٠٧	*٢٣,٢٧٣	١٨٩٧	٦٦,٥٦	١٢
٥	الاتجاهات السلبية لأسرتي نحو ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لا يمكنني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٣٥٥	٩٣	٥٠٢	*٢١,٩٠٩	١٧٥٣	٦١,٥٠	١٦
٦	عدم تشجيع الأسرة لي على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية يجعلني لا أمارسها	٤١٥	١٤٧	٣٨٨	*٢٣,٥٤٢	١٩٢٧	٦٧,٦١	١٠
٧	عدم تشجيع الأصدقاء لي على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية يقلل من ممارستي الأنشطة الترويحية الرياضية	٤٧٣	١٧٥	٣٠٢	*٢٥,٣٢٩	٢٠٧١	٧٢,٦٦	٨
٨	عدم تشجيع أعضاء هيئة التدريس بالكلية على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية يجعلني لا أمارسها.	٦١٨	١٢٥	٢٠٧	*٢٨,٠٩٩	٢٣١١	٨١,٠٨	٤
٩	عدم وجود الوعي الكافي بين الطلاب نحو أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية يقلل من ممارستي لها.	٧١٠	١٣٥	١٠٥	*٢٨,٤٤٩	٢٥٠٥	٨٧,٨٩	١
١٠	العادات والتقاليد السائدة في المجتمع نحو ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية تعيقني عن ممارستها.	٣٩٨	١٦٣	٣٨٩	*٢٣,٣١١	١٩٠٩	٦٦,٩٨	١١
١١	عدم وجود الأصدقاء أثناء ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية يقلل من ممارستي للأنشطة الترويحية الرياضية.	٧٠٤	١٣٧	١٠٩	*٢٨,٢٣١	٢٤٩٥	٨٧,٥٤	٢
١٢	شعوري بالخجل من ارتداء الزي الرياضي أمام الآخرين لا يمكنني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٢٩٤	١١٦	٥٤٠	*١٤,٢٩٠	١٦٥٤	٥٨,٠٣	٢٠
١٣	شعوري بالخوف من الاستهزاء والسخرية من الآخرين أثناء ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لا يمكنني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٣٥١	٨٧	٥١٢	*٢٠,٨٦٨	١٧٣٩	٦١,٠١	١٧
١٤	أرى أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية هي إضاعة للوقت فقط، وهذا يجعلني لا أشرط فيها	٢٠٥	١٥٦	٥٨٩	*٩,٦٨٤	١٥١٦	٥٣,١٩	٢٢
١٥	شعوري بالخجل بسبب الوزن الزائد لا يمكنني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٢٧٨	١٢٩	٥٤٣	*١٢,٩١١	١٦٣٥	٥٧,٣٦	٢١
١٦	انشغالي بالمسئوليات والمشكلات العائلية والأسرية لا يمكنني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية	٥٩٩	١٣٤	٢١٧	*٢٧,٦٧٥	٢٢٨٢	٨٧,٨٩	٥
١٧	عدم الاستقرار الأسري لا يمكنني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٣٢٩	١٠٧	٥١٤	*١٧,٧٦٢	١٧١٥	٦٠,١٧	١٨
١٨	كثرة الزيارات العائلية أثناء وقت الفراغ لا يمكنني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية	٣٦٢	١٠١	٤٨٧	*٢٢,٥٦٠	١٧٧٥	٦٢,٢٨	١٥
١٩	شعوري بالخوف من الفشل لا يمكنني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٣٠٧	١١٢	٥٣١	*١٤,٣٣١	١٦٧٦	٥٨,٨٠	١٩
٢٠	شعوري بالقلق وعدم الارتياح عند ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية يقلل من ممارستي الأنشطة الرياضية الترويحية	٤٢٨	١٩٥	٣٢٧	*٢٤,٧٨٤	٢٠٠١	٧٠,٢١	٩
٢١	عدم وجود اهتمام من قبل وسائل الإعلام بالأنشطة الترويحية الرياضية يقلل من ممارستي الأنشطة الرياضية الترويحية	٥٤٦	١٧٥	٢٢٩	*٢٧,٥٨٠	٢٢١٧	٧٧,٧٨	٦
٢٢	شعوري بعدم وجود وقت فراغ كاف لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لا يمكنني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية	٦٥١	١٤١	١٥٨	*٢٨,١٩٥	٢٣٩٣	٨٣,٩٦	٣

\* قيمة "كأ" عند مستوي معنوية ٠,٠٥ = ٥,٩٩

معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

توضح نتائج جدول رقم (١٠) إستجابات عينة البحث في عبارات إستبيان معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية المحور الرابع " المعوقات المرتبطة بالجوانب النفسية الإجتماعية " حيث جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٥٣,١٩% - ٨٧,٨٩%) في إتجاه الإستجابة "نعم" .

جدول (١١)

إستجابات عينة البحث في عبارات إستبيان معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية المحور الخامس " المعوقات المرتبطة بالجوانب الدراسية للطالب "

(ن=٩٥٠)

م	العبارة	نعم	أحياناً	لا	كا*	المجموع التقديري	النسبة المئوية %	الترتيب ب
١	العبء الدراسي المرتفع يعيقني عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٦٨٤	٩١	١٧٥	*٢٤,٣٦١	٢٤٠٩	٨٤,٥٢	٢
٢	أرى أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية تؤثر سلباً على التحصيل الدراسي، وهذا يجعلني لا أمارسها.	٣٢٢	٣٢٨	٣٠٠	*١٣,٢٩٨	١٩٢٢	٦٧,٤٣	٤
٣	امتداد الدراسة حتى الفترة المسائية يعيقني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٧٤٣	٧٩	١٢٨	*٢٨,٢٩٥	٢٥١٥	٨٨,٢٤	١
٤	كثرة الامتحانات خلال العام الدراسي يقلل من فرص ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.	٥٢٢	١٧٩	٢٤٩	*١٩,١٧٧	٢١٧٣	٧٦,٢٤	٣

\* قيمة " كا " عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٥,٩٩

توضح نتائج جدول رقم (١١) إستجابات عينة البحث في عبارات إستبيان معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية المحور الخامس " المعوقات المرتبطة بالجوانب الدراسية للطالب " حيث جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٦٧,٤٣% - ٨٨,٢٤%) في إتجاه الإستجابة "نعم" .

## معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

### جدول (١٢)

إستجابات عينة البحث في عبارات إستبيان معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية

" المحور السادس " المعوقات المرتبطة ببرامج الأنشطة الترويحية الرياضية "

(ن=٩٥٠)

م	العبارة	نعم	أحياناً	لا	كأ	المجموع التقديري	النسبة المئوية %	الترتيب ب
١	عدم وجود برامج للأنشطة الترويحية الرياضية بالكلية يجعلني لا أمارسها.	٥٤٩	٨٦	٣١٥	*٢٢,٥١٦	٢١٣٤	٧٤,٨٧	٥
٢	لا تحتوي البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية على أنشطة جديدة ومتنوعة.	٦٧٤	١٤٧	١٢٩	*٢٦,٢٢٨	٢٤٤٥	٨٥,٧٨	٢
٣	عدم مراعاة البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية للفروق الفردية لا يمكنني من ممارستها.	٣٨٠	٢٢١	٣٤٩	*١٨,٦٣٤	١٩٣١	٦٧,٧٥	٨
٤	البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية لا تتميز بالتشويق والمرح ولذلك لا أمارسها.	٦٠٣	١٤٣	٢٠٤	*٢٤,١٠٢	٢٢٩٩	٨٠,٦٦	٤
٥	البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية لا تثير دافعتي (رغبتني) نحو ممارستها.	٦٢٠	١٥٢	١٧٨	*٢٥,٥٤٤	٢٣٤٢	٨٢,١٧	٣
٦	البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية لا تعمل على إشباع حاجات الممارسين وهذا يجعلني لا أمارسها	٤٧٧	١٥٥	٣١٨	*٢٠,٨٨٤	٢٠٥٩	٧٢,٢٤	٦
٧	البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية ضعيفة من حيث المحتوى مقارنة بما هو موجود خارج الكلية وهذا يجعلني لا أمارسها.	٧٢٢	١١٦	١١٢	*٢٨,٦٢٩	٢٥١٠	٨٨,٠٧	١
٨	البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية لا تحقق الأهداف التي كنت أتوقعها، وهذا يجعلني لا أمارسها	٤٢١	١٩٩	٣٣٠	*١٨,٩٩١	١٩٩١	٦٩,٨٥	٧
٩	عدم مشاركة الطلاب في عملية التخطيط لبرامج الأنشطة الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية يجعلني لا أمارسها	٣١٣	٢٧٥	٣٦٢	*١٦,١٨٨	١٨٥١	٦٤,٩٤	٩
١٠	عدم مشاركة الطلاب في عملية تنفيذ البرامج الأنشطة الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية يجعلني لا أمارسها.	٢٦٨	٣١٦	٣٦٦	*١٥,٠٩٩	١٨٠٢	٦٣,٢٢	١٠
١١	عدم مشاركة الطلاب في عملية تقييم البرامج الأنشطة الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية يجعلني لا أمارسها	١٩٩	٣٧٦	٣٧٥	*١٢,٤٢٩	١٧٢٤	٦٠,٤٩	١١

\* قيمة "كأ" عند مستوي معنوية ٠,٠٥ = ٥,٩٩

توضح نتائج جدول رقم (١٢) إستجابات عينة البحث في عبارات إستبيان معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية المحور السادس " المعوقات المرتبطة ببرامج الأنشطة الترويحية الرياضية" حيث جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٦٠,٤٩% - ٨٨,٠٧%) في إتجاه الإستجابة "نعم".

في ضوء العرض السابق لمحاوِر إستبيان "معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية" لدي طلاب جامعة الزقازيق عينة البحث فقد أظهرت نتائج تحليل البيانات الموضحة بالجدول أرقام من (٧ - ١٢) ما يلي:-

معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

أظهرت نتائج تحليل بيانات المحور الأول "المعوقات المرتبطة بالجوانب الإدارية داخل الكلية" أنها جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٦٥,٦٤% - ٨٨,٤٩%)، حيث حققت العبارة رقم (٤) والتي نصها "لا يقوم المسؤولون عن الأنشطة الترويحية الرياضية في الكلية بتطويرها بشكل مستمر" أعلى الدرجات وجاءت في الترتيب الأول بنسبة مئوية بلغت (٨٨,٤٩%) في إتجاه الإستجابة "نعم"، بينما جاءت العبارة رقم (٩) والتي نصها "إدارة الكلية لا تخصص نادياً يخص الطلاب لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية مما يعيقني عن ممارستها" أقل الدرجات وجاءت في الترتيب الأخير لإستجابات الطلاب بنسبة مئوية بلغت (٦٥,٦٤%) في إتجاه الإستجابة "لا". وتري الباحثة أنه في ضوء دراسة إستجابات عبارات المحور الأول "المعوقات المرتبطة بالجوانب الإدارية داخل الكلية" لدى الطلاب لممارسة الأنشطة الترويحية، فقد أوضحت النسب العالية للنتائج أن المعوقات قد تمثلت في:

- عدم وجود إدارة متخصصة في كليات الجامعة تهتم بالأنشطة الترويحية الرياضية
  - عدم قيام المسؤولين عن الأنشطة الترويحية الرياضية في الكلية بتطويرها بشكل مستمر.
  - عدم إدراك المشرفين على الأنشطة الترويحية الرياضية بأهمية ممارستها للطلاب .
  - عدم توفير إدارة الكلية الأدوات المناسبة للأنشطة الترويحية الرياضية .
  - عدم مناسبة المواعيد التي تحددها إدارة الكلية لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية.
- وتعزو الباحثة تلك النتائج الي أن السبب في ذلك قد يعود إلى عدم وجود إدارة متخصصة في كليات الجامعة تهتم بالأنشطة الترويحية الرياضية، وتسعى دائماً لتطويرها فالخطة الموجودة لدى الكليات للأنشطة بشكل عام يطغى عليها طابع الروتين المتكرر في كل سنة، مما يصيب الممارسين بالملل، وعدم الرغبة في ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية، وكذلك قد يكون من أهم الأسباب التي تعيق الطلاب عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية عدم توفير إدارة الكلية الأدوات المناسبة لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كلاً من هدير سعيد (٢٠٢٢) (٢١) عبد الإله أحمد (٢٠١٦م) (١٣) ، حيث بينت نتائج تلك الدراسات أن من أهم المعوقات التي تعيق الطلاب عن

## معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

ممارسة الأنشطة الرياضية بشكل عام والأنشطة الرياضية الترويحية بشكل خاص مايلي:- عدم وجود إدارة متخصصة بالأنشطة الترويحية الرياضية- عدم توفير إدارة الكلية للأدوات المناسبة للأنشطة الترويحية الرياضية -عدم توفر أماكن مناسبة لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية. وترى الباحثة أن من أهم أساليب التغلب على هذه المعوقات، لابد من وجود إدارة متخصصة في الكليات للأنشطة الرياضية أسوةً بالجامعات التي تهتم بفعاليات الأنشطة الرياضية بشكل عام، والأنشطة الترويحية الرياضية، بشكل خاص، كذلك لا بد من توفير جميع الإمكانيات والأدوات الرياضية بكميات يستطيع الطلاب ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية بين فترات المحاضرات وكذلك أوقات الفراغ بشكل ميسر ومستمر.

وأظهرت نتائج تحليل بيانات المحور الثاني "المعوقات المرتبطة بالإمكانات" أنها جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٥٩,٢٢% - ٨٧,٨٥%)، حيث حققت العبارة رقم (٢) والتي نصها "عدم صلاحية الملاعب والصالات الرياضية الموجودة بالكلية يعيقني عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية" أعلى الدرجات وجاءت في الترتيب الأول بنسبة مئوية بلغت (٨٧,٨٥%) في إتجاه الإستجابة "نعم"، بينما جاءت العبارة رقم (١٣) والتي نصها "عدم وجود غرف مخصصة لتبديل الملابس بالكلية يعيقني عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية" أقل الدرجات وجاءت في الترتيب الأخير لإستجابات الطلاب بنسبة مئوية بلغت (٥٩,٢٢%) في إتجاه الإستجابة "لا".

وترى الباحثة أنه في ضوء دراسة إستجابات عبارات المحور الثاني "المعوقات المرتبطة بالإمكانات" لدى الطلاب لممارسة الأنشطة الترويحية، فقد أوضحت النسب العالية للنتائج أنها قد تمثلت في المعوقات التالية:

- عدم صلاحية الملاعب والصالات الرياضية الموجودة بالكلية لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية
- قلة الملاعب والصالات الرياضية بالكلية.
- عدم توفر أماكن للاستحمام بعد ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية بالكلية
- لا يوجد إدارة متخصصة بالأنشطة الترويحية الرياضية بالكلية.

## معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

وهذه النتائج تتفق مع نتائج دراسة كل من **حمود العنزي** (٢٠١٥م) (١٠) و**سوزان فهمي** (٢٠٠٣م) (١١) ، حيث أكدوا من خلال نتائج دراساتهم بأن من أهم المعوقات التي تعيق الطلاب عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية قلة الملاعب الرياضية والصالات الرياضية المغلقة وكذلك عدم صلاحيتها هذه الملاعب والصالات الرياضية للممارسة نظراً لعدم الاهتمام بها وصيانتها.

كما أكدت نتائج دراسة **يحيى زغلول** (١٩٩٤م) (٢٢) أن من أهم المعوقات عدم وجود أماكن للاستحمام بعد ممارسة هذه الأنشطة.

وقد أظهرت نتائج تحليل بيانات المحور الثالث " المعوقات المرتبطة بالجوانب الشخصية للطلاب" أنها جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٥٩,١٢% - ٨٨,٧٠%)، حيث حققت العبارة رقم (١٢) والتي نصها "المناخ الجوي في المنطقة التي أعيش فيها (أثناء الدراسة) يعيقني عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية" أعلى الدرجات وجاءت في الترتيب الأول بنسبة مئوية بلغت (٨٨,٧٠%) في إتجاه الإستجابة "نعم"، بينما جاءت العبارة رقم (٥) والتي نصها " أرى أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية تقتصر على من يريد إنقاص وزنه فقط" أقل الدرجات وجاءت في الترتيب الأخير لإستجابات الطلاب بنسبة مئوية بلغت (٥٩,١٢%) في إتجاه الإستجابة "لا".

وترى الباحثة أنه في ضوء دراسة إستجابات عبارات المحور الثالث " المعوقات المرتبطة بالجوانب الشخصية للطلاب" لدى الطلاب لممارسة الأنشطة الترويحية، فقد أوضحت النسب العالية للنتائج أنها قد تمثلت في المعوقات التالية:

- المناخ الجوي في المنطقة التي يعيش فيها الطلاب (أثناء الدراسة).
  - إساءة استخدام بعض الطلاب للإمكانات الرياضية المتوفرة في الكلية.
  - عدم امتلاك وسيلة مواصلات يعيق الطالب عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.
  - الرغبة في ممارسة أنشطة أخرى (مشاهدة التلفاز، قراءة الصحف، ...).
- وتضيف الباحثة أن من أهم المقومات التي تساعد على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية إعتدال المناخ الجوي، وهذا ما يفتقده الطلاب حيث إن المناخ أثناء العام الدراسي يكون

### معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

خلال فصل الشتاء، وإذا صادف الجو المعتدل نسبياً يكون في فترة إجازة الطلاب، ومتى لم يجد الطالب الجو المناسب لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية فإنه يمتنع عن ممارستها، كذلك سوء الاستخدام من قبل الطلاب للإمكانات المتوفرة في الكلية، يجعل هذه الأدوات والإمكانات عديمة الفائدة، بالإضافة الي عدم توفر وسائل مواصلات.

وهذه النتيجة تتفق مع دراسة **شيخة الحبيب (١٩٩٠م)** (١٢) والتي أكدت أن من أهم المعوقات عدم توفر المواصلات.

وأظهرت نتائج تحليل بيانات المحور الرابع "المعوقات المرتبطة بالجوانب النفسية الإجتماعية" أنها جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٥٣,١٩% - ٨٧,٨٩%)، حيث حققت العبارة رقم (٩) والتي نصها "عدم وجود الوعي الكافي بين الطلاب نحو أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية يقلل من ممارستي لها" أعلى الدرجات وجاءت في الترتيب الأول بنسبة مئوية بلغت (٨٧,٨٩%) في إتجاه الإستجابة "نعم"، بينما جاءت العبارة رقم (١٤) والتي نصها "أرى أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية هي إضاعة للوقت فقط، وهذا يجعلني لا أشرط فيها" أقل الدرجات وجاءت في الترتيب الأخير لإستجابات الطلاب بنسبة مئوية بلغت (٥٣,١٩%) في إتجاه الإستجابة "لا".

وترى الباحثة أنه في ضوء دراسة إستجابات عبارات المحور الرابع "المعوقات المرتبطة بالجوانب النفسية الإجتماعية" لدى الطلاب لممارسة الأنشطة الترويحية، فقد أوضحت النسب العالية للنتائج أنها قد تمثلت في المعوقات التالية:

- عدم وجود الوعي الكافي بين الطلاب نحو أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.
- عدم وجود الأصدقاء أثناء ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية يقلل من ممارست الطلاب للأنشطة الترويحية الرياضية.
- الشعور بعدم وجود وقت فراغ كاف لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية.
- عدم تشجيع أعضاء هيئة التدريس بالكلية للطلاب على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة كلٍ من نادير وفا وجاكسون Nadirova, A., & Jackson, E., (٢٠٠٠م) (٢٧)، ودراسة الكسندرس وآخرون Alexandris et al (٢٠٠٢م) (٢٣)، وعبد الإله الصلوي (٢٠١٦م) (١٣) والتي أكدت نتائجها أن من أهم المعوقات، عدم وجود الوقت الكافي للممارسة، وكذلك عدم وجود عنصر الأصدقاء، وقلة الوعي لدى الطلاب نحو ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية.

وقد ترى الباحثة من وجهة نظرها أن سبب عدم وجود وعي كافٍ بين الطلاب، نحو أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية قد يعود إلى البيئة التي يعيش فيها الطلاب فنلاحظ أن هناك قلة معرفة بأهمية الأنشطة الترويحية الرياضية، حيث لا يوجد اهتمام من قبل الأسرة، ولا الكلية ولا الأصدقاء، ولا أعضاء هيئة التدريس بالكليات، ولا وسائل الإعلام والمجتمع بأهمية الأنشطة الترويحية الرياضية، والحث على ممارستها.

وهذا ما أكدته محمد كمال، أحمد بدوي (١٩٩٢م) أن الشباب الجامعي لا تقتصر حياتهم على المحاضرات والجدول الدراسية، ومعامل البحث العلمي فحسب، بل تمتد إلى الأنشطة الشبابية داخل الملاعب والساحات الرياضية، حيث يلتقي الطالب زملاءه في الممارسات الرياضية والمنافسات التي يتعلمون من خلالها كيف يعملون بروح الفريق في تعاونٍ متناسق، وفي مناخٍ مثمر، تسوده الألفة والمحبة عند ممارستهم مختلف الأنشطة الترويحية الرياضية (١٧ : ٤٠)

بينما أظهرت نتائج تحليل بيانات المحور الخامس "المعوقات المرتبطة بالجوانب الدراسية للطلاب" أنها جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٦٧,٤٣% - ٨٨,٢٤%)، حيث حققت العبارة رقم (٣) والتي نصها "امتداد الدراسة حتى الفترة المسائية يعيقني من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية" أعلى الدرجات وجاءت في الترتيب الأول بنسبة مئوية بلغت (٨٨,٢٤%) في إتجاه الإستجابة "نعم"، بينما جاءت العبارة رقم (٢) والتي نصها "أرى أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية تؤثر سلباً على التحصيل الدراسي، وهذا يجعلني لا أمارسها" أقل الدرجات وجاءت في الترتيب الأخير لإستجابات الطلاب بنسبة مئوية بلغت (٦٧,٤٣%) في إتجاه الإستجابة "لا".

## معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

وتري الباحثة أنه في ضوء دراسة إستجابات عبارات المحور الخامس " المعوقات المرتبطة بالجوانب الدراسية للطالب" لدي الطلاب لممارسة الأنشطة الترويحية، فقد أوضحت النسب العالية للنتائج أنها قد تمثلت في المعوقات التالية:

- إمتداد الدراسة حتى الفترة المسائية يعيق الطلاب عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

- العبء الدراسي المرتفع يعيق الطلاب عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

- كثرة الامتحانات خلال العام الدراسي يقلل من فرص ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

- رؤية الطلاب أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية تؤثر سلباً على التحصيل الدراسي.

وتتفق نتائج هذا الدراسة مع نتائج دراسة السابقة كل من **حمود العنزي** (٢٠١٥م) (١٠)،

**هدير سعيد** (٢٠٢٢) (٢١) والتي أكدت أن امتداد الدراسة للفترتين، وكثرة الواجبات الدراسية والامتحانات تعتبر من العوائق المهمة التي تعيق ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

وترى الباحثة أن إمتداد الدراسة في كليات الجامعة من الصباح حتى المساء - قد يؤدي

إلى - إعاقة ومنع الطلاب من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية، فلا يجد الطالب الوقت الكافي للممارسة نتيجة انشغاله بهذه المحاضرات.

وتشير الباحثة أن إستجابة أفراد العينة للعبارة " أرى أن ممارسة الأنشطة الترويحية

الرياضية تؤثر سلباً على التحصيل الدراسي، وهذا يجعلني لا أمارسها" استجابة عكسية- فهناك

الكثير من الدراسات أكدت أن ممارسة الأنشطة الرياضية بشكل عام تزيد من التحصيل الدراسي

وأن الممارسين للأنشطة الرياضية يحصلون على معدلات مرتفعة وبالتالي تحقيق النجاح.

كما أظهرت نتائج تحليل بيانات المحور السادس "المعوقات المرتبطة ببرامج الأنشطة

الترويحية الرياضية" أنها جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت

النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٦٠,٤٩% - ٨٨,٠٧%)، حيث حققت العبارة رقم

(٧) والتي نصها "البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية ضعيفة من حيث المحتوى

مقارنة بما هو موجود خارج الكلية وهذا يجعلني لا أمارسها" أعلى الدرجات وجاءت في الترتيب

الأول بنسبة مئوية بلغت (٨٨,٠٧%) في اتجاه الإستجابة "نعم"، بينما جاءت العبارة رقم (١١)

---

---

معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

---

---

والتي نصها "عدم مشاركة الطلاب في عملية تقييم البرامج الأنشطة الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية يجعلني لا أمارسها" أقل الدرجات وجاءت في الترتيب الأخير لإستجابات الطلاب بنسبة مئوية بلغت (٦٠,٤٩%) في إتجاه الإستجابة "لا".

وتري الباحثة أنه في ضوء دراسة إستجابات عبارات المحور السادس " المعوقات المرتبطة ببرامج الأنشطة الترويحية الرياضية " لدى الطلاب لممارسة الأنشطة الترويحية، فقد أوضحت النسب العالية للنتائج أنها قد تمثلت في المعوقات التالية:

- البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية ضعيفة من حيث المحتوى مقارنة بما هو موجود خارج الكلية.

- لا تحتوي البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية على أنشطة جديدة ومتنوعة.

- البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية لا تثير الدافعية (الرغبة) نحو ممارستها.

- البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية لا تتميز بالتشويق والمرح.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة كلاً من هدير سعيد (٢٠٢٢) (٢١)، منة الله مجدى "

(٢٠٢١م) (٢٠)، قسيمة مروى (٢٠١٩م) (١٤) والتي أكدت نتائجهم أن من أهم المعوقات التي

تعيق الطلاب عدم ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية عدم مناسبة البرامج المقدمة لميول الطلاب، عدم تنوع البرامج و ضعف البرامج المقدمة وكذلك البرامج المقدمة لا تثير دوافع الفرد ولا تراعي الفروق الفردية بين الممارسين.

وترى الباحثة - من وجهة نظرها - أن ضعف محتوى البرامج الترويحية الرياضية المقدمة

في الكليات يرجع لعدم وجود إدارة متخصصة في الأنشطة الترويحية الرياضية ولا مشرفين

متخصصين في هذا المجال فتظل هذه البرامج مملة من حيث المحتوى والمضمون وبالتالي لا

يهتم الطالب في المشاركة فيها ولا يحرص على المشاركة في تقييمها نظراً لمعرفته المستقبلية، عدم

وجود متخصصين في الأنشطة الترويحية الرياضية إذاً لا يوجد تجديد ولا تطوير لمحتوى برامج

الأنشطة الترويحية الرياضية.

وترى الباحثة أيضاً أن من أهم الأساليب التي قد تساعد في التغلب على هذه المعوقات

الإهتمام بالبرامج الترويحية الرياضية المقدمة من حيث الاستفادة من الخبراء في مجال الترويح

الرياضي ولا بد من مشاركة هؤلاء المتخصصين في وضع البرنامج الترويحي الرياضي بمشاركة

الطلاب وذلك بأخذ آرائهم حول البرنامج المقدم والبرنامج المقترح.

### معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

في ضوء ما سبق يتضح لنا أنه قد تم الإجابة علي التساؤل الأول من تساؤلات البحث والذي ينص علي " ما هي معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب وطالبات جامعة الزقازيق؟".

- عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثاني (الفروق بين معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وبعض المتغيرات):  
أولاً: بالنسبة لمتغير العمر

#### جدول (١٣)

دلالة الفروق في محاور معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية باختلاف العمر

المحاور	مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة
الجوانب الإدارية	بين المجموعات	٢	١,٣٦	٠,٦٨١	١,٤١
	داخل المجموعات	٩٣٧	٤٥٣.٠٣	٠.٤٣٨	
الإمكانات	بين المجموعات	٢	٢,٣٢	١,١٦	٢,٤١
	داخل المجموعات	٩٣٧	٤٥٠.٥٤	٠.٤٨	
الجوانب الشخصية	بين المجموعات	٢	٠,٨١	٠,٤٠	٠,٦٩
	داخل المجموعات	٩٣٧	٥٣٤.٩٥	٠.٥٨	
الجوانب النفسية الإجتماعية	بين المجموعات	٢	٠,١٤	٠,٠٧	٠,١٢
	داخل المجموعات	٩٣٧	٥٣٤.٧١	٠.٥٨	
الجوانب الدراسية	بين المجموعات	٢	١,٧٩	٠,٨٩	١,١٢
	داخل المجموعات	٩٣٧	٧٥٤.٦٩	٠.٨٠	
برامج الأنشطة الترويحية الرياضية	بين المجموعات	٢	٢,٩٧	١,٤٩	٢,٣٣
	داخل المجموعات	٩٣٧	٥٩٢.٠٧	٠.٦٤	
المقياس ككل	بين المجموعات	٢	٠,٤٧	٠,٢٣	٠,٨٧
	داخل المجموعات	٩٣٧	٢٥١.٩٠	٠.٢٦	

يتضح من الجدول رقم ( ١٣ ) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وفقاً لمتغير العمر ( ٢٠ سنة فأقل، ٢١-٢٣ سنة ، ٢٤ سنة فأكثر) لدى طلاب جامعة الزقازيق عينة البحث.

وترى الباحثة أن ذلك قد يرجع إلى أن نسبة كبيرة من عينة الطلاب (٩٠%) تتراوح أعمارهم من ١٨ سنة إلى ٢٣ سنة، وهي الفئة العمرية المقابلة لمرحلة المراهقة المتأخرة أو الشباب والرشد المبكر، والتي تتميز بشعور الفرد فيها بالطاقة والنشاط والحيوية وبالتالي فإن إقبالهم على ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية يكون ذا أهمية لهم بشكل عام، بالإضافة إلى أن ممارسة الرياضة

### معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

تحقق لهم تفرغ طاقاتهم بصورة جيدة، كذلك من خلالها يستطيعون إشباع حاجاتهم في هذه المرحلة. ومن الأهمية كذلك أن ممارسة الرياضة تساعدهم في مواجهة بعض مشاكلهم كالشعور بأوقات الفراغ.

ولذلك فإن الباحثة ترى أن عدم وجود فروق فردية بين المجموعات العمرية قد يعود إلى الخصائص والمتطلبات التكوينية للأفراد في هذه المرحلة العمرية (١٨ - ٢٣ سنة) وما تمثله لهم ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية من أهمية، حيث تساعدهم على تحقيق الكثير من تلك المتطلبات وإشباع حاجاتهم.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة العبد بن شميمه (٢٠١٩م) (٣)، عبد الإله الصلوي (٢٠١٦م) (١٣) والتي وجدت أن الطلاب في هذه الفئة العمرية أكثر مشاركة في البرامج الترويحية الرياضية وأكثر ممارسة لها من أي فئة عمرية أخرى، إن هذا الاتفاق بين نتائج الدراسات السابقة والدراسة الحالية في هذا المتغير يزيد من أهمية النشاط الرياضي بالنسبة للشباب، وبالتالي يزيد من أهمية التأكيد على وجوب رعاية الأفراد في هذه المرحلة العمرية (الشباب) والعمل على توفير ما يساعدهم على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية. ثانياً: بالنسبة لمتغير الحالة الاجتماعية

#### جدول (١٤)

دلالة الفروق في محاور معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية باختلاف الحالة الاجتماعية

ن = ٩٥٠

قيمة ت المحسوبة	أعزب ن=٨٧٨		متزوج ن=٧٢		المحاور
	ع	س	ع	س	
٠,٢٦	٠,٦٩	٣,٥٤	٠,٦٩	٣,٥٦	الجوانب الإدارية
٠,٠٦	٠,٦٩	٣,٦٦	٠,٧٠	٣,٦٧	الإمكانات
٠,٠٨ -	٠,٧٦	٢,٩٠	٠,٧٦	٢,٨٩	الجوانب الشخصية
٠,٠٧ -	٠,٧٦	٢,٨٩	٠,٧٧	٢,٨٩	الجوانب النفسية الاجتماعية
٠,٤٥	٠,٨٩	٣,٦٦	٠,٨٨	٣,٧١	الجوانب الدراسية
٠,٥٤ -	٠,٧٩	٣,٥١	٠,٨٨	٣,٤٦	برامج الأنشطة الترويحية الرياضية
٠,٠٦ -	٠,٥٢	٣,٢٦	٠,٥٤	٣,٢٦	المقياس ككل

### معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

يتبين من الجدول (١٤) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوج، أعزب)، أي أن نوع الحالة الاجتماعية (متزوج، أعزب) لم يظهر كعامل مؤثر في التعامل مع معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية بأبعادها المختلفة، وهذا يعني أن مجموعتي العينة (متزوج، أعزب) يقيمون هذه المعوقات بطريقة متقاربة.

وترى الباحثة أن عدم وجود فروق بين مجموعتي الدراسة (متزوج، أعزب)، قد يعود إلى أهمية شغل أوقات الفراغ لدى الأفراد عموماً، وأن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية من السلوكيات التي يقوم بها طلاب الكليات بشكل عام لشغل وقت الفراغ، بصرف النظر عن الحالة الاجتماعية التي عليها الطالب (متزوج، أعزب)، وهذا يشير إلى أن ممارسة الطلاب للأنشطة الترويحية الرياضية في الكلية لا تتأثر بالزواج، بل ربما يساعد الزواج على شعور الطالب بالاستقرار النفسي والقدرة على تنظيم الوقت، والتوافق بين القيام بمجموعة الواجبات التي يتطلبها دورة كطالب ودوره كزوج، فلم يكن هناك أثر للأعباء الاجتماعية وخاصة الأسرية العائلية على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية، وقد يكون للاستقرار والطمأنينة النفسية الناتجة عن الزواج دور كبير في القيام بأدواره وواجباته بكفاءة وجهد منظم، الأمر الذي يجعله قادراً على اكتساب حقوقه الذاتية الفردية بشكل أفضل، ومنها ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية. وبالرغم من قلة أفراد العينة في عينة الطلاب المتزوجين (٧,٢%) مقابل نسبة أعداد الطلاب غير المتزوجين (٩٢,٤%) إلا إن النتائج الإحصائية أظهرت تكافؤاً معيارياً في تقييم معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية، مما قد يدعم القول بأن هذه المعوقات التي يشعر بها طالب الكلية لا تختلف في طبيعتها أو نوعها عندما يكون هذا الطالب متزوجاً.

ثالثاً: بالنسبة لمتغير مقر الإقامة أثناء الدراسة :

---

 معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق
 

---

## جدول (١٥)

## دلالة الفروق في محاور معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية

باختلاف مقر الإقامة أثناء الدراسة ن = ٩٥٠

قيمة ت المحسوبة	قرية ن=٤٨٧		مدينة ن=٤٦٣		المحاور
	ع	س	ع	س	
١,٨١	٠,٦٦	٣,٤٩	٠,٧٣	٣,٥٨	الجوانب الإدارية
١,٠٦	٠,٦٦	٣,٦٤	٠,٧٤	٣,٦٩	الإمكانات
١,٢٤ -	٠,٧٠	٢,٩٣	٠,٨٢	٢,٨٦	الجوانب الشخصية
١,٤٤ -	٠,٧٤	٢,٩٣	٠,٧٩	٢,٨٦	الجوانب النفسية الإجتماعية
*٢,٨٤	٠,٨٨	٣,٥٨	٠,٨٩	٣,٧٥	الجوانب الدراسية
٠,٦٨	٠,٧٩	٣,٤٩	٠,٨٦	٣,٥٣	برامج الأنشطة الترويحية الرياضية
٠,٨٠	٠,٤٩	٣,٢٦	٠,٥٥	٣,٢٦	المقياس ككل

يتضح من الجدول رقم (١٥) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين اختلاف مقر الإقامة أثناء الدراسة في الجامعة لدى عينة الدراسة وفقاً لمحور "المعوقات المرتبطة بالجوانب الدراسية للطالب" عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين كلاً من القرية والمدينة وذلك لصالح الطلبة الذين كانوا يقيمون في المدينة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كلاً من حمود العنزي (٢٠١٥م) (١٠) سوزان فهمي (٢٠٠٣م) (١١)، ودراسة يونج وآخرون Yonug.et, al (٢٠٠٣م) (٢٨) والتي أكدت نتائجهم أن من أهم أسباب عدم المشاركة قلة الوعي نحو الأنشطة الرياضية الترويحية وكذلك عدم اقتناع الأسرة بالمشاركة.

وقد تعزو الباحثة السبب في ذلك إلى إختلاف طريقة حياة الشباب في المدينة وحياة الشباب في القرية والمجالات التي يقضي فيها أوقات فراغه، وكذلك إلى أساليب التنشئة الاجتماعية في المدينة فكثير من الأسر في المجتمع ترى أن هناك تعارضاً بين مفهوم الترويح الرياضي وممارسته مع التحصيل الدراسي، فنلاحظ دور الرقيب على الأبناء ومتابعتهم بحجة أن الذهاب إلى ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية قد يؤثر على التحصيل الدراسي فينشأ الشاب على هذا الربط مما يجعل ظهور المتغيرات المرتبطة بالتحصيل الدراسي من المعوقات التي تحول دون ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

رابعاً : بالنسبة لمتغير الرغبة في المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية:

جدول (١٦)

دلالة الفروق في محاور معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية

باختلاف الرغبة في المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية

ن = ٩٥٠

قيمة ت المحسوبة	لا أرغب ن=٢٨٩		أرغب ن=٦٦١		المحاور
	ع	س	ع	س	
*٧,٨١	٠,٧٥	٣,٢٦	٠,٦٤	٣,٦٦	الجوانب الإدارية
*٤,٧٢	٠,٧٥	٣,٤٩	٠,٦٦	٣,٧٣	الإمكانات
*٣,١٩ -	٠,٦٩	٣,٠١	٠,٧٩	٢,٨٥	الجوانب الشخصية
*٢,٧٥ -	٠,٦٥	٢,٩٩	٠,٨١	٢,٨٦	الجوانب النفسية الإجتماعية
٠,٩٧	٠,٩١	٣,٦٢	٠,٨٩	٣,٦٨	الجوانب الدراسية
٣,٨٤	٠,٨٣	٣,٣٦	٠,٧٨	٣,٥٨	برامج الأنشطة الترويحية الرياضية
١,٨٤	٠,٥٢	٣,٢١	٠,٥٢	٣,٢٨	المقياس ككل

يوضح الجدول (١٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين إختلاف الرغبة في المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية في عينة الدراسة وفقاً للمحاور التالية "المعوقات المرتبطة بالجوانب الإدارية والمعوقات المرتبطة بالإمكانات والمعوقات المرتبطة ببرامج الأنشطة الترويحية الرياضية" وذلك بين كلاً من عدم الرغبة في المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية والرغبة الأكيدة في المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية لصالح الرغبة الأكيدة في المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة قسيمة مروي (٢٠١٩م) (١٤) والتي أكدت أن مع وجود القيود والمعوقات أنها لا تسبب دائماً عدم المشاركة في الأنشطة الترويحية، حيث أن المشاركة تستمر مع وجود الشعور بهذه القيود ويمكن أن يحددها المشاركون في الأنشطة الترويحية مثلهم مثل غير المشاركين فيها.

وترى الباحثة أنه رغم وجود هذه المعوقات في الجوانب الإدارية وفي الإمكانات والجوانب الشخصية والبرامج إلا أن هذه المعوقات لم تؤثر على الرغبة في المشاركة وترى الباحثة أن السبب

## معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

في ذلك قد يرجع إلى الدوافع الداخلية لدى هؤلاء الممارسين في الاستمرار في المشاركة رغم وجود هذه المعوقات وأن هناك استفادة من هذه الأنشطة رغم وجود هذه المعوقات.

كذلك يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين اختلاف الرغبة في المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية في عينة الدراسة وفقاً لمحور " المعوقات المرتبطة بالجوانب الشخصية للطلاب، والمعوقات المرتبطة بالجوانب النفسية الاجتماعية" بين كلاً من الرغبة الأكيدة في المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية، وعدم الرغبة في المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية لصالح عدم الرغبة في المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية.

وتشير الباحثة أن السبب في ذلك قد يعود لنتيجة عدم الاقتناع الداخلي بأهمية بهذه الأنشطة وقلة المعرفة بأهمية المشاركة في الأنشطة الرياضية وكذلك الانشغال بنشاط آخر وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة يونج وآخرون Yonug.et, al (٢٠٠٣م) (٢٨) والتي أكدت نتائجها أن من أهم المعوقات هي عدم المعرفة بالأنشطة المتاحة التي كانت من أهم الأسباب التي تعيق ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

في ضوء ما سبق يتضح لنا أنه قد تم الإجابة علي التساؤل الثاني من تساؤلات البحث والذي ينص علي " هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدي عينات من طلاب الجامعة تبعاً للمتغيرات التالية ( العمر - الحالة الاجتماعية - مقر الإقامة أثناء الدراسة في الكلية - الرغبة في المشاركة في الأنشطة الترويحية الرياضية)؟

- الإستخلاصات والتوصيات:

- الإستخلاصات :

- أولاً : معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

- المعوقات المرتبطة بالجوانب الإدارية داخل الكلية:
- جاءت إستجابات عينة البحث في عبارات المحور الخامس جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٦٥,٦٤% - ٨٨,٤٩%)، فقد أوضحت النسب العالية للنتائج أن المعوقات قد تمثلت في:
  - عدم وجود إدارة متخصصة في كليات الجامعة تهتم بالأنشطة الترويحية الرياضية
  - عدم قيام المسؤولين عن الأنشطة الترويحية الرياضية في الكلية بتطويرها بشكل مستمر.
  - عدم إدراك المشرفين على الأنشطة الترويحية الرياضية بأهمية ممارستها للطلاب .
  - عدم توفير إدارة الكلية الأدوات المناسبة للأنشطة الترويحية الرياضية .
  - عدم مناسبة المواعيد التي تحددها إدارة الكلية لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية.
- المعوقات المرتبطة بالإمكانات:
- جاءت إستجابات عينة البحث في عبارات المحور الخامس جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٥٩,٢٢% - ٨٧,٨٥%)، فقد أوضحت النسب العالية للنتائج أن المعوقات قد تمثلت في:
  - عدم صلاحية الملاعب والصالات الرياضية الموجودة بالكلية لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية
  - قلة الملاعب والصالات الرياضية بالكلية.
  - عدم توفر أماكن للاستحمام بعد ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية بالكلية
  - لا يوجد إدارة متخصصة بالأنشطة الترويحية الرياضية بالكلية.
- المعوقات المرتبطة بالجوانب الشخصية للطلاب:

### معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

- جاءت إستجابات عينة البحث في عبارات المحور الخامس جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٥٩,١٢% - ٨٨,٧٠%)، فقد أوضحت النسب العالية للنتائج أن المعوقات قد تمثلت في:
- المناخ الجوي في المنطقة التي يعيش فيها الطلاب (أثناء الدراسة).
  - إساءة استخدام بعض الطلاب للإمكانات الرياضية المتوفرة في الكلية.
  - عدم امتلاك وسيلة مواصلات يعيق الطالب عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.
  - الرغبة في ممارسة أنشطة أخرى (مشاهدة التلفاز، قراءة الصحف، ...).
  - المعوقات المرتبطة بالجوانب النفسية الإجتماعية:

- جاءت إستجابات عينة البحث في عبارات المحور الخامس جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٥٣,١٩% - ٨٧,٨٩%)، فقد أوضحت النسب العالية للنتائج أن المعوقات قد تمثلت في:
- عدم وجود الوعي الكافي بين الطلاب نحو أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.
  - عدم وجود الأصدقاء أثناء ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية يقلل من ممارست الطلاب للأنشطة الترويحية الرياضية.
  - الشعور بعدم وجود وقت فراغ كاف لممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية.
  - عدم تشجيع أعضاء هيئة التدريس بالكلية للطلاب على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

#### - المعوقات المرتبطة بالجوانب الدراسية للطالب:

- جاءت إستجابات عينة البحث في عبارات المحور الخامس جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٦٧,٤٣% - ٨٨,٢٤%)، فقد أوضحت النسب العالية للنتائج أن المعوقات قد تمثلت في:
- إمتداد الدراسة حتى الفترة المسائية يعيق الطلاب عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

- العبء الدراسي المرتفع يعيق الطلاب عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.
- كثرة الامتحانات خلال العام الدراسي يقلل من فرص ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

## معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

- رؤية الطلاب أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية تؤثر سلباً على التحصيل الدراسي.
- المعوقات المرتبطة ببرامج الأنشطة الترويحية الرياضية:
  - جاءت إستجابات عينة البحث في عبارات المحور الخامس جميعها دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، وقد تراوحت النسب المئوية لإستجابات عينة البحث ما بين (٦٠,٤٩% - ٨٨,٠٧%)، فقد أوضحت النسب العالية للنتائج أن المعوقات قد تمثلت في:
    - البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية ضعيفة من حيث المحتوى مقارنة بما هو موجود خارج الكلية.
    - لا تحتوي البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية على أنشطة جديدة ومتنوعة.
    - البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية لا تثير الدافعية (الرغبة) نحو ممارستها.
    - البرامج الترويحية الرياضية المقدمة في الكلية لا تتميز بالتشويق والمرح.
- **ثانياً : الفروق بين معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وبعض**

### المتغيرات.

- أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وفقاً لمتغير العمر (٢٠ سنة فأقل، ٢١-٢٣ سنة، ٢٤ سنة فأكثر) لدى طلاب جامعة الزقازيق عينة البحث.
- وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوج، أعزب)، أي أن نوع الحالة الاجتماعية (متزوج، أعزب) لم يظهر كعامل مؤثر في التعامل مع معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية بأبعادها المختلفة
- وأظهرت النتائج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين اختلاف مقر الإقامة أثناء الدراسة في الجامعة لدى عينة الدراسة عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين كلاً من القرية والمدينة وذلك لصالح الطلبة الذين كانوا يقيمون في المدينة.

- التوصيات :

في ضوء الإستخلاصات التي تم التوصل إليها أوصت الباحثة بما يلي:

- ١- الاسترشاد بإستبيان معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية في التعرف علي أهم المعوقات المرتبطة بكل من ( بالجوانب الإدارية داخل الكلية- بالإمكانات- بالجوانب الشخصية للطلاب- بالجوانب النفسية الإجتماعية- بالجوانب الدراسية للطلاب- ببرامج الأنشطة الترويحية الرياضية).
- ٢- توفير الإمكانيات المناسبة للطلاب من ملاعب رياضية وصالات مغلقة وتوفير الأدوات المناسبة للأنشطة الترويحية الرياضية.
- ٣- صيانة الملاعب والصالات الرياضية الموجودة بالكلية بصفة دورية ومستمرة وذلك عن طريق التعاقد مع شركات متخصصة تضمن صيانة هذه الملاعب بشكل سليم يساعد الطلاب على الإقبال للممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية بصفة دائمة.
- ٤- توجيه الطلاب للمحافظة على الملاعب والصالات والأدوات الرياضية وإعادتها بعد الانتهاء منها للمشرف الرياضي.
- ٥- التنظيم الجيد لجداول الطلاب الدراسية والامتحانات خلال الفصل الدراسي بحيث يراعى وجود وقت خاص يستطيع الطالب من خلاله ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وذلك لما لها من فوائد في زيادة التحصيل الدراسي والقدرة على التركيز.
- ٦- وجود إدارة متخصصة في الكليات للأنشطة الرياضية أسوةً بالجامعات تهتم بفعاليات الأنشطة الرياضية بشكل عام والأنشطة الترويحية الرياضية بشكل خاص.
- ٧- توفير نادي مخصص للطلاب لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية متوفر فيه جميع الإمكانيات والأدوات الرياضية بكميات يستطيع الطلاب ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية بين فترات المحاضرات وكذلك أوقات الفراغ بشكل ميسر ومستمر.
- ٨- إجراء المزيد من الدراسات المماثلة على الشباب المصري في مختلف البيئات مثل المراحل الدراسية ما قبل الجامعة، الموظفين، كبار السن، وذوي الاحتياجات الخاصة.

## المراجع العربية والأجنبية:

- ١- أحمد محمد الفاضل (٢٠٠٢م): لا يوجد قيادات للبرامج الترويحية، مجلة المعرفة، العدد السابع والثمانون، وزارة التربية والتعليم، الرياض.
- ٢- أسامة كمال (٢٠٠٤م) : النشاط البدني والإسترخاء ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ٣- العيد بن شميصة (٢٠١٩): ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وعلاقتها بتحقيق الوعي الثقافي الرياضي والرفاهية النفسية لدى طلبة جامعة ولاية تبارت، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والإجتماعية مجلد (١١) العدد (٤) ، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر.
- ٤- أمين أنور الخولي (٢٠٠١م) : أصول التربية البدنية والرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ٥- تهاني عبد السلام محمد (٢٠٠١م) : الترويح والتربية الترويحية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٦- تهاني عبد السلام، وطه عبد الرحيم (١٩٩١): دراسات في الترويح، دار المعارف، الإسكندرية.
- ٧- تهاني عبد السلام (١٩٧٩م) : أسس الترويح والتربية الترويحية ، دار المعارف، الإسكندرية.
- ٨- جمال محمود محمد الخباز (٢٠٠٨) : الإبداع الإداري لدى مديري المدارس الحكومية في مصر وسبل تفعيله، مجلة التربية، العدد (١٣٥)، كلية التربية، جامعة الأزهر.
- ٩- حسن فاروق (٢٠٠٥م) : متطلبات الإعداد المهني للأخصائي الترويحي ، رسالة ماجستير ، غير منشورة جامعة الاسكندرية ، كلية التربية الرياضية للبنات ، ٢٠٠٥م.
- ١٠- حمود محمد ناوي العنزي (٢٠١٥م) : معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية وعلاقتها بالإتجاه نحو الترويح وأوقات الفراغ لدى طلاب جامعة الحدود الشمالية بالمملكة العربية السعودية، المجلة الأوروبية لتكنولوجيا علوم الرياضة، المجلد (٥) العدد (٦)، المملكة العربية السعودية.

---

---

معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب جامعة الزقازيق

---

---

١١- سوزان فهمي برسوم (٢٠٠٣م): أسباب عزوف طالبات المدن الجامعية بجامعة حلوان عن ممارسة النشاط الرياضي، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان.

١٢- شيخة يوسف الحبيب (١٩٩٠م) : عزوف طالبات المرحلة الثانوية عن الاشتراك في النشاط الرياضي الخارجي بدولة البحرين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.

١٣- عبد الإله أحمد الصلوي (٢٠١٦م) : معوقات ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لدى طلاب كليات المعلمين بالمملكة العربية السعودية ، رسالة ماجستير، كلية التربية ، جامعة الملك ال سعود، المملكة العربية السعودية.

١٤- قسيمة مروي (٢٠١٩م): دور الأنشطة الترويحية البدنية في التقليل من الضغوط النفسية في المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة العربي بن مهدي.

١٥- كمال درويش، محمد الحماحي، أمين الخولي (١٩٨٢م) : إتجاهات حديثة في الترويح وأوقات الفراغ، دار الفكر العربي، القاهرة.

١٦- ماهر محمد زهران (٢٠١٧م) : أثر ممارسة الأنشطة الترويحية علي الأداء الوظيفي للعاملين بشركات الكهرباء في محافظة الدقهلية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة.

١٧- محمد كمال أميري ، أحمد عصام بدوي (١٩٩٢م) : التطور العلمي لمفهوم الرياضة، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.

١٨- محمد محمد الحماحي وعابدة عبد العزيز مصطفى (٢٠٠٩م): الترويح بين النظرية والتطبيق، ط٦، مركز الكتاب للنشر، القاهرة

١٩- محمد محمد الحماحي (١٩٩٨م) : الرياضة للجميع الفلسفة والتطبيق، مركز الكتاب والنشر، القاهرة.

٢٠- منة الله مجدى عبد الحميد (٢٠٢١م) : دور الإدارة العامة لرعاية الطلاب في نشر الثقافة الترويحية لطلاب جامعة المنصورة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.

٢١- هدير سعيد خضر (٢٠٢٢م) : دراسة تحليلية لمعوقات ممارسة الأنشطة الترويحية بمراكز الشباب بمحافظة المنوفية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة مدينة السادات.

٢٢- يحي زغلول (١٩٩٤م) : أسباب أحجام طلبة مدينة البعوث الإسلامية عن ممارسة الأنشطة الرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.

#### المراجع الأجنبية:

- 23- Alexandris, K., Tsorbatzoudis, C., & Grouios, G. (2002). *Perceived constraints on recreational sport participation*: Investigating their relationship with intrinsic motivation, extrinsic motivation and amotivation. *Journal of Leisure Research*, Vol. 34, N 3, PP 233-252
- 24- Charles Bucher, G. (1982). *Thin reduction of community recreation of fork association*, st. Louis, Toronto, London.
- 25- Hernandez-Vivanco, A., Bernardo, M. & Cruz-Cazares, C. (2018). *Sustainable innovation through management systems integration. Journal of Cleaner Production*, 196, 1176-1187.
- 26-Mood, D. Musker, F & Judith, Erink, J. (1987). *Sport and recreational activities for men and women*, Ninth edition, St .Louis, Toronto, Santa Clara.
- 27-Nadirova, A., & Jackson, E., (2000). *Alternative Criterion Variables Against Which To Assess The Impacts Of Constraints to Leisure*. *Journal of Leisure Research*, Vol. 32, N4, PP 396-405.
- 28- Young, S. J., Ross, C. M, & Barcelona, R.J.(2003). *Perceived Constraints by College Students to Participation in Campus recreational Sports Programs*. *Recreational Sports Journal*. V. 27 # 2.