

ممارسة الأنشطة الترويحية وعلاقتها بالمهارات النفسية لدى الشباب**بمدينة المنيا****أ.م.د/ شريف عبد المنعم محمد**

أستاذ مساعد بقسم الترويح الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا

د/ عمر بدر محمد

مدرس بقسم الترويح الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا

الباحث / عرابي حسن شحاته

باحث بقسم الترويح الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا

مقدمة البحث :

خلق الله عز وجل الإنسان في هذه الحياة ، وسخر له الكون، ليحيا حياة كريمة، و يتدبر إبداع الخالق ، و لكي يعيش في سعادة فإنه في حاجة إلى مقومات لهذه الحياة ، فحياة الإنسان لا تقتصر على تلبية الحاجات الأساسية و الضرورية لبقائه، وإنما تتعداها لتشمل كل ما يحسن نوعية حياته، و امتيازه عن باقي المخلوقات ، كالمقومات النفسية والوجدانية والعقلية والاجتماعية والمعتقدات الدينية، والقيم الثقافية و الحضارية ، والأوضاع المالية والاقتصادية، والتي تمكن كل شخص أن يحدد الشيء البدنية ، والذي يحقق له السعادة والرضا (أحمد نكي ٢٠٠١ : ٢).

ويري كلاً من " كمال درويش ، محمد الحماحي " (١٩٩٧ : ١٧) أن العالم في الآونة الأخيرة قد شهد العديد من التغيرات السياسية والاقتصادية والاجتماعية والتكنولوجية والتي ظهرت آثارها علي حياة الفرد وتعرضه للكثير من الضغوط والتوترات النفسية ، الأمر الذي تطلب الحث علي أهمية الترويح للتخلص من هذه الآثار ، وتعد الاستفادة من وقت الفراغ احدي المشكلات الهامة والملحة في حياة الشعوب والمجتمعات ، لذا فإن الدول المتقدمة لا تهتم بتوفير وقت الفراغ لأبنائها فحسب بل تهتم في المقام الأول بالتخطيط العلمي لطرق واشكال استثماره حتي لا يتحول الي وقت ترتكب خلاله الاعمال التي قد تلحق الاذي والضرر بالفرد والمجتمع .

إن استثمار أوقات الفراغ ومواجهة زيادة الطلب على الترويح في عصرنا الحالي ، قد أصبح التحدي الذي يواجهه كل مجتمع ، لذا اهتمت العديد من المؤسسات والجمعيات إلى ترسيخ المفهوم التربوي لوقت الفراغ و الترويح لدى أفراد المجتمع ودفعهم نحو ممارسة النشاط الترويحية من

خلال إسهام تلك البرامج في تعليم الأفراد المهارات والهوايات المفضلة لديهم . (كمال درويش ، محمد الحماحي ٢٠٠٤ : ٩)

ويذكر كلاً من " محمد الحماحي وعائدة عبد العزيز " (٢٠٠١ : ٣٤) يعد الترويح مظهراً من مظاهر النشاط الانساني وله دور هام في تحقيق التوازن بين العمل والراحة من عنائه وله اسهاماته في تحقيق السعادة للفرد ، حيث أنه يسهم في تحقيق الحاجات والدوافع الانسانية وتطوير الصحة البدنية والعقلية والنفسية كما أنه يساعد في التحرر من الضغوط النفسية الناتجة عن اعباء الحياة العصرية كما انه يسهم في توفير حياة زاخرة بالسعادة والاستقرار .

ويلعب الترويح دوراً فعالاً و هاماً جداً في تربية الشباب ، فهو يهتم به من جميع النواحي البدنية ، العقلية ، الاجتماعية والنفسية و الصحية و بذلك فهو يسهم في النمو المتوازن للفرد ، ولأن الشباب في عصرنا هذا أصبح يواجه العديد من المشاكل التي نتجت عن التقدم العلمي والتكنولوجي ، فالحياة اليوم جعلت الإنسان يبذل جهداً قليلاً لإنجاز عمله مما ترتب عنه فقدان اللياقة البدنية تدريجياً ، و من هنا لابد أن يدرك كل فرد في المجتمع أهمية الأنشطة الترويحية . (تهاني عبد السلام ١٩٩٨ : ١٠)

وتعد المهارات النفسية احد العوامل النفسية التي يحتاجها الفرد باستمرار لمعرفة مستوى قدراته واستعداداته النفسية ، حيث يرتبط التقدم الرياضي بمدى تحسن مستوى هذه المهارات ومن ثم وجب الاهتمام بتطوير وتعبئة جميع عناصر ومقومات النجاح عند الفرد وذلك من خلال التعرف على قدراتهم في تهيئة انفسهم لمواجهة الضغوط والتركيز الجيد والقدرة على وضع أهداف تستثير التحدي بصورة واقعية فضلاً عن تمتعهم بالمقدرة على التوافق النفسي وهم يؤدون مهاراتهم بدقة (أسامة راتب ٢٠٠٤ : ١٢٣) .

ويشير " طارق بدر الدين " (٢٠١٤ : ٤٢-٤٣) إلي أن المهارات النفسية هي مهارات أساسية يجب أن يتدرب عليها الشبا ويكتسبها خلال مراحل رعايته النفسية منذ أن كان ناشئاً حتي وصوله إلي مرحلة الشباب بهدف تحقيق الإنجاز والتغلب علي مختلف الضغوط النفسية التي تواجهه خلال مواقف الحياة .

وتعد فئة الشباب أحد أهم الفئات التي نالت اهتمام العديد من الباحثين وذلك لأن تلك المرحلة تعد من المراحل التي يحدث فيها العديد من التغيرات العقلية والصحية والبدنية والنفسية المختلفة ، فهي مرحلة النضج وبروز المواهب والطاقات الكامنة ، كما يزداد فيها معدل الثقة بالنفس وكذلك درجة اندفاع الميول البيولوجية والمظاهر الانفعالية نحو مستوى المعقولة والموازنة،

بين الأخذ والعطاء الحذر النسبي وبين الأنانية والرغبة المبالغ فيها بالتنافس مع الآخرين، وكذلك التطبع بالمرونة والتأقلم مع متطلبات الظروف الجديدة . (محمد رضا ٢٠٠٣ : ١٩)

ومن ثم تري " عفاف عبد الفتاح " (٢٠١٣ : ١٤١) أن لمرحلة الشباب أهمية كبيرة في المجتمع ترجع إلى كونهم أكثر فئاته رغبة في التجديد وتطلعاً إلى تقبل الحديث من الأفكار والتجارب، ولذلك فإنهم يمثلون مصدراً أساسياً من مصادر التغيير في المجتمع على أن يؤخذ في الاعتبار كيفية استيعاب هذه الرغبة في التغيير والتجديد من جانب النظام القائم دون تناقضات أو صراعات حادة ، والشباب يعبر عن تلك الفئة التي تتسم بأعلى درجة من النشاط والحيوية لما لها من خواص دينامية متفردة، غير أنه عادةً لا يدرك أن الوسط الاجتماعي المحيط به ليس نتاج لأنشطة قامت بها وتحملت مسؤوليتها الأجيال السابقة؛ ولهذا يتجاهل الشباب الحقيقة التي مؤداها أنه نتاج للمجتمع الذي يعيش فيه، وقد تكون هذه الظاهرة هي المسؤولة عن هذه الصراعات والتناقضات بين الأساليب التقليدية للحياة والأساليب الجديدة التي يسعى الشاب إلى توكيدها.

مشكلة البحث :

تكمن أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية للشباب في السمات المميزة لها والتي تجعلها في المقدمة اذا ما قورنت بأي نشاط آخر، وهي ان الدافع الرئيسي من ممارستها هو السعادة الشخصية وان تتوافر حرية اختيار الفرد لنوع النشاط، وان تكون هذه الانشطة بناءه لا تهدف للكسب المادي أو المنافسة، كما أن التوجيه نحو الانشطة الترويحية لشغل وقت الفراغ سيرتفع ويرتقي بمستوى الاخلاقيات والقيم لدى الممارسين . (تهاني عبد السلام ١٩٩٨ : ١٢)

ومن خلال الاطلاع المرجعي للباحثون علي العديد من الدراسات السابقة كدراسة كلاً من " محمد عبد المحسن " (٢٠٢٣) ، " محمد السيد " (٢٠٢٢) ، " ماهر يوسف " (٢٠٢٠) ، " ليلي شيباني ، سهام فدان " (٢٠١٩) ، " اسلام منصور ، هناء محمود " (٢٠١٩) .

حيث تتبع مشكلة البحث الحالي من أهمية الانشطة الترويحية التي اصبحت محل تركيز واهتمام الكثير من الدراسات والبحوث ، وذلك نتيجة لازدياد معدل وقت الفراغ لدي كافة فئات المجتمع وخاصة فئة الشباب ، حيث أن ابرز ما يميز العصر الحالي تنامي وقت الفراغ لدي الشباب وذلك نتيجة لعدة عوامل اجتماعية واقتصادية ونفسية وهذا يستدعي الوقوف علي تلك الظاهرة ودراستها للتعرف علي مدي تأثير مثل هذه المتغيرات علي حجم وقت الفراغ وكذلك حجم الممارسة الترويحية لدي الشباب وتأثير ذلك علي المهارات النفسية لديهم ، حيث أن حجم ممارسة الانشطة الترويحية انما يتأثر بالعديد من المتغيرات كالمتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والتعليمية

والنفسية للشباب ، حيث تشير معظم الدراسات الي ان مثل هذه المتغيرات انما تؤثر وبصورة كبيرة على اختيارات الفرد لنوع النشاط الترويحي المفضل وكيفية قضاء وقت الفراغ كما لوحظ ان هناك انواع من الترويح ترتبط أيضاً بمستوى الدخل كالرحلات السياحية والخروج إلى المطاعم والمنتجعات السياحية وكذلك بالمستوي الثقافي ودرجة التعليم .

الامر الذي دأعا الباحثون للقيام بهذا البحث بهدف التعرف علي العلاقة بين ممارسة الأنشطة الترويحية والمهارات النفسية لدي الشباب بمدينة المنيا .

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي الي محاولة التعرف علي :

العلاقة بين ممارسة الأنشطة الترويحية والمهارات النفسية لدي الشباب بمدينة المنيا .

تساؤلات البحث:

١. ما واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدي الشباب بمدينة المنيا ؟
٢. هل توجد علاقه ارتباطية دالة احصائياً بين واقع ممارسة الأنشطة الترويحية والمهارات النفسية لدي الشباب بمدينة المنيا ؟

أهم المصطلحات المستخدمة في البحث :

١. الترويح :

يعرفه " صياد الحاج " (٢٠١٨ : ١٢) علي أنه " نشاط بناء ذو فائدة يمارسه الفرد باختياره الحر حسب قدراته وميولة في وقت فراغه خارج مسؤولياته وعملة بدافع داخلي يحقق له رضاء مباشر أو يجعله يحس بتجديد النشاط .

٢. المهارات النفسية :

يعرفها " طارق بدر الدين " (٢٠١٤ : ٣٨) علي أنها " براعة الشباب في حسن توظيف واستثمار قدراته العقلية والانفعالية لتحقيق الأهداف الحركية خلال مواقف الممارسة الترويحية الرياضية ولعل من أهم تلك المهارات هي النمو العقلي والتفكير الإيجابي والقدرة علي التركيز والانتباه ومواجهة القلق "

٣- مرحلة الشباب :

يعرف " عبد المنصف حسن " (٢٠٠٦ : ٦) مرحلة الشباب علي أنها " مرحلة وصل بين مرحلة الطفولة ومرحلة اكتمال النضج الجسمي والنفسي والاجتماعي للإنسان حيث تبدأ مرحلة الشباب بتطورات المراهقة والبلوغ وتنتهي بالنضج والاستقرار .

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج الوصفي باتباع الأسلوب المسحي ، حيث أنه المنهج الملائم لطبيعة البحث ، والذي يعتمد على جمع البيانات وتحليلها واستخلاص النتائج و تفسيرها .

مجتمع البحث :

تمثل مجتمع البحث في الشباب المترددين علي بعض الأندية الرياضية ومراكز الشباب بمدينة المنيا .

عينة البحث :

قام الباحثون باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الشباب المترددين علي بعض الأندية الرياضية ومراكز الشباب بمدينة المنيا والبالغ عددها (٢٣٠) شاب كعينة أساسية بنسبة مئوية قدرها (٨٠,٩٩%) ، كما قام الباحثون باختيار عينة استطلاعية بلغ قوامها (٥٠) شاب بنسبة مئوية قدرها (١٧,٦٠%) من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث ، وقد تم استبعاد عدد (٤) شباب بنسبة مئوية قدرها (١,٤١%) لعدم استكمالهم الأجوبة علي أدوات البحث ، والجدول (١) يوضح توصيف مجتمع وعينة البحث الأساسية والاستطلاعية .

جدول (١)

التوزيع العددي لمجتمع وعينة البحث الأساسية والاستطلاعية (ن = ٢٨٤)

النسبة المئوية	المجموع	ما تم استبعاده	عدد العينة الاستطلاعية	عدد العينة الأساسية	النادي
٢٤,٦٥%	٧٠	—	١٥	٥٥	نادي المنيا الرياضي
١٩,٠١%	٥٤	—	٩	٤٥	نادي أبو فليو الرياضي
١٤,٠٨%	٤٠	١	٦	٣٣	نادي الطيران بالمنيا الجديدة
١٢,٣٢%	٣٥	—	٧	٢٨	مركز شباب المدينة (أ)
١٠,٢١%	٢٩	٢	٤	٢٣	مركز شباب المدينة (ب)
١١,٩٧%	٣٤	١	٦	٢٧	مركز شباب ماقوسة
٨,٠٩%	٢٣	—	٣	١٩	مركز شباب بني محمد سلطان
١٠٠%	٢٨٤	٤	٥٠	٢٣٠	المجموع
١٠٠%		١,٤١%	١٧,٦٠%	٨٠,٩٩%	النسبة المئوية

أدوات جمع البيانات :

استخدم الباحثون لجمع بيانات البحث الأدوات الآتية :

أ- استبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدي الشباب بمدينة المنيا (إعداد الباحثون) .

ب- مقياس المهارات النفسية (اعداد / الباحثون) .

أ- استبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا (إعداد الباحثون) :
استخدم الباحثون استبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا كأداة رئيسية لجمع بيانات هذا البحث ، وقد قام الباحثون باتباع عدد من الخطوات عند تصميمه للمقياس وهي كالتالي:

١- تحديد الهدف من الاستبيان والذي تمثل في التعرف علي واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا .

٢- قام الباحثون بالاطلاع المرجعي علي العديد من الأبحاث والدراسات المرتبطة مثل دراسة كلاً من " محمد عبد المحسن " (٢٠٢٣) ، " محمد جميل " (٢٠٢٢) ، " احمد ماجد " (٢٠٢٢) ، وذلك للاستفادة منها في تحديد محاور الاستبيان قيد البحث.

٣- تم تحديد محاور الاستبيان في ضوء الاطلاع المرجعي للباحث علي العديد من الدراسات والبحوث المرتبطة العربية والأجنبية وقد قام الباحثون بتحديد محاور الاستبيان (ملحق ٢)

٤- بعد تحديد محاور الاستبيان قام الباحثون باستطلاع رأي مجموعة من الخبراء بلغ قوامها (٩) خبراء في مجال الترويح الرياضي (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي في المحاور قيد البحث (ملحق ٢) ، وقد تراوحت الأهمية النسبية لآراء الخبراء حول مدي مناسبة محاور استبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا قيد البحث ما بين (٣٣.٣٣% : ١٠٠%) وفي ضوء ذلك تم حذف (١) محور من محاور الاستبيان وذلك لحصوله علي نسبة أقل من ٧٠% من اتفاق آراء السادة الخبراء ، وبذلك بلغت المحاور التي تم موافقة الخبراء عليها (٥) محاور .

٥- قام الباحثون بوضع مجموعة من العبارات خاصة بكل محور من المحاور استبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا وقد روعي عند صياغة العبارات أن تكون سهلة وبسيطة ومفهومة .

٦- ثم بعد ذلك قام الباحثون بعرض المحاور والعبارات التي تم الاتفاق عليها على مجموعة من الخبراء في مجال الترويح الرياضي وعددهم (٩) عشر خبيراً بحيث لا تقل مدة خبرتهم في المجال عن (١٠) عشرة سنوات (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي في مدي مناسبة العبارات لمحاور الاستبيان (ملحق ٣) ، والجدول (٢) يوضح ذلك .

جدول (٢)

عدد العبارات التي تم حذفها أو إضافتها أو تعديلها من الصورة الأولية لاستبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا طبقاً لآراء الخبراء (ن=٩)

المحاور	عدد العبارات في الصورة الأولية	عدد العبارات المحذوفة	أرقام العبارات المحذوفة	أرقام العبارات التي تم تعديلها	عدد العبارات المضافة	عدد العبارات النهائية
المحور الأول : أنشطة الترويج الرياضي .	١٥	٣	١٣ ، ١٢ ، ١٠	-	٢	١٤
المحور الثاني : أنشطة الترويج الاجتماعي.	١١	-	-	-	١	١٢
المحور الثالث : أنشطة الترويج الثقافي .	٩	-	-	٢٩	-	٩
المحور الرابع : أنشطة الترويج الفني .	١٧	٣	٥١ ، ٥٠ ، ٤٨	-	١	١٥
المحور الخامس : أنشطة ترويج الخلاء .	١٠	-	-	٥٧	١	١١
المجموع	٦٢	٦	٦	٢	٥	٦١

يتضح من جدول (٢) ما يلي :

تم حذف (٦) عبارات من عبارات الاستبيان وذلك لحصولها علي نسبة أقل من ٧٠% من اتفاق الخبراء وكذلك تم إضافة (٥) عبارات ، وبالتالي تصبح الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٦١) عبارة . (ملحق ٤)

٧- قام الباحثون بكتابة الاستبيان في صورته النهائية وذلك بترتيب العبارات تبعاً للمحور المنتمية إليه بحيث تجمع العبارات الخاصة بكل محور من محاور الاستبيان مع بعضها (ملحق ٤).

٨ - ولتصحيح الاستبيان قام الباحثون بوضع ميزان تقدير ثلاثي بناءً علي استطلاع آراء الخبراء ، وقد تم تصحيح العبارات كالتالي : (نعم ، لا) مع توزيع الدرجات (١ ، ٠) .
المعاملات العلمية لاستبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا :
أ . الصدق :

لحساب صدق الاستبيان قيد البحث استخدم الباحثون ما يلي :

(١) صدق المحتوى :

قام الباحثون بعرض الاستبيان في صورته الأولية (ملحق ٣) والذي يتكون من (٦) محاور و(٦٢) عبارة على مجموعة من الخبراء في مجال الترويج الرياضي قوامها (٩) تسع خبراء (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي في مدى ملاءمة الاستبيان فيما وضع من أجله سواء من حيث المحاور أو العبارات الخاصة بكل محور ومدى مناسبة تلك العبارات للمحور الذي تنتمي إليه ، وقد تبين أن النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول محاور الاستبيان قيد البحث تراوحت ما بين (٢٢.٢٢% : ١٠٠%) وفي ضوء ذلك تم حذف (١) محور من محاور الاستبيان وذلك لحصوله

علي نسبة أقل من ٧٠% من اتفاق آراء الخبراء ، وبذلك بلغت المحاور التي تم موافقة الخبراء عليها (٥) محاور ، كما تراوحت النسبة المئوية لاتفاق آراء الخبراء علي عبارات المقياس قيد البحث ما بين (١١.١١% : ١٠٠%) وبذلك تم حذف (٦) عبارة لحصولهم علي نسبة أقل من ٧٠% من اتفاق الخبراء ، كما تم إضافة (٥) عبارات لتصبح الصورة النهائية للاستبيان مكونة من (٦١) عبارة (ملحق ٤) .

(٢) صدق التكوين الفرضي " الاتساق الداخلي " :

لحساب صدق المقياس استخدم الباحثون صدق التكوين الفرضي بطريقة الاتساق الداخلي ، حيث قام الباحثون بتطبيقه على عينة قوامها (٥٠) شاب من الشباب المترددين علي بعض الاندية الرياضية ومراكز الشباب بمدينة المنيا من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية ، وقد تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الاستبيان والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه ، كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاستبيان ، كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للاستبيان والجداول (٣) ، (٤) ، (٥) توضح النتيجة علي التوالي .

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات استبيان واقع ممارسة الانشطة

الترويحية لدي الشباب والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي اليه (ن = ٥٠)

أنشطة الترويح الرياضي		أنشطة الترويح الاجتماعي		أنشطة الترويح الثقافي		أنشطة الترويح الفني		أنشطة الترويح في الخلاء			
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط		
١	٠.٨٤	١٥	٠.٦٥	٢٧	٠.٧٢	٣٦	٠.٨٣	٥١	٠.٩٠		
٢	٠.٦٧	١٦	٠.٧٤	٢٨	٠.٨٠	٣٧	٠.٦٨	٥٢	٠.٨٧		
٣	٠.٩١	١٧	٠.٦٧	٢٩	٠.٦٦	٣٨	٠.٧٦	٥٣	٠.٩٢		
٤	٠.٧٨	١٨	٠.٧٧	٣٠	٠.٧٠	٣٩	٠.٩١	٥٤	٠.٦٨		
٥	٠.٦١	١٩	٠.٨٤	٣١	٠.٩٠	٤٠	٠.٨٨	٥٥	٠.٧٢		
٦	٠.٨٠	٢٠	٠.٦٣	٣٣	٠.٨٠	٤١	٠.٦٤	٥٦	٠.٨٦		
٧	٠.٦٤	٢١	٠.٩٠	٣٤	٠.٧٥	٤٢	٠.٧١	٥٧	٠.٧٩		
٨	٠.٩٣	٢٢	٠.٨٢	٣٥	٠.٦٨	٤٣	٠.٨٦	٥٨	٠.٩٠		
٩	٠.٦٩	٢٣	٠.٧٧			٤٤	٠.٩٥	٥٩	٠.٧٤		
١٠	٠.٧٥	٢٤	٠.٥٩			٤٥	٠.٨٩	٦٠	٠.٨٥		
١١	٠.٩٢	٢٥	٠.٧٤			٤٦	٠.٩٣	٦١	٠.٥٥		
١٢	٠.٧٧	٢٦	٠.٦٣								
١٣	٠.٨٣										
١٤	٠.٧٦										

* دالة عند مستوي ٠.٠١

* دالة عند مستوي ٠.٠٥

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٨٨ ، (٠.٠١) = ٠.٣٧٢

يتضح من جدول (٣) ما يلي :

. تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات استبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب والمجموع الكلي للمحور الذي تنتمي إليه ما بين (٠.٥٥ : ٠.٩٥) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن الاستبيان على درجة مقبولة من الصدق .

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات استبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب والدرجة الكلية للاستبيان (ن = ٥٠)

أنشطة الترويج الرياضي		أنشطة الترويج الاجتماعي		أنشطة الترويج الثقافي		أنشطة الترويج الفني		أنشطة الترويج في الخلاء			
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط		
١	**٠,٨٠	١٥	**٠,٦٢	٢٧	**٠,٧٠	٣٦	**٠,٨١	٥١	**٠,٧٠		
٢	**٠,٦٤	١٦	**٠,٧٠	٢٨	**٠,٧٥	٣٧	**٠,٦٣	٥٢	**٠,٨٣		
٣	**٠,٨٨	١٧	**٠,٥٨	٢٩	**٠,٦٤	٣٨	**٠,٧٢	٥٣	**٠,٩٠		
٤	**٠,٧٤	١٨	**٠,٧٣	٣٠	**٠,٦٩	٣٩	**٠,٨٦	٥٤	**٠,٦٤		
٥	**٠,٦٠	١٩	**٠,٨٠	٣١	**٠,٨٥	٤٠	**٠,٨٠	٥٥	**٠,٧٠		
٦	**٠,٧٦	٢٠	**٠,٥٩	٣٣	**٠,٧١	٤١	**٠,٦٢	٥٦	**٠,٨٣		
٧	**٠,٦١	٢١	**٠,٨٤	٣٤	**٠,٦٨	٤٢	**٠,٦٧	٥٧	**٠,٧٥		
٨	**٠,٩٠	٢٢	**٠,٧٨	٣٥	**٠,٥٩	٤٣	**٠,٨٢	٥٨	**٠,٧٨		
٩	**٠,٦٤	٢٣	**٠,٦٨			٤٤	**٠,٩٢	٥٩	**٠,٦٥		
١٠	**٠,٧١	٢٤	**٠,٥٥			٤٥	**٠,٨٤	٦٠	**٠,٨١		
١١	**٠,٨٨	٢٥	**٠,٧٠			٤٦	**٠,٩٠	٦١	**٠,٥٠		
١٢	**٠,٧٣	٢٦	**٠,٦١			٤٧	**٠,٦٧				
١٣	**٠,٨٠					٤٨	**٠,٧٥				
١٤	**٠,٧١					٤٩	**٠,٥٢				
						٥٠	**٠,٧٧				

* دالة عند مستوي ٠.٠٥ ** دالة عند مستوي ٠.٠١

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٨٨ ، (٠.٠١) = ٠.٣٧٢

يتضح من جدول (٤) ما يلي :

. تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات استبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب والدرجة الكلية له ما بين (٠.٥٠ : ٠.٩٢) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن الاستبيان يتمتع بدرجة مقبولة من الصدق.

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين المجموع الكلي لكل محور من محاور استبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب والمجموع الكلي للمقياس (ن = ٥٠)

م	المحاور	معامل الارتباط
١.	المحور الأول : أنشطة الترويح الرياضى	٠,٩٢**
٢.	المحور الثانى : أنشطة الترويح الاجتماعى	٠,٧٤**
٣.	المحور الثالث : أنشطة الترويح الثقافى	٠,٨٦**
٤.	المحور الرابع : أنشطة الترويح الفنى	٠,٦٥**
٥.	أنشطة الترويح فى الخلاء	٠,٩٠**

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٨٨ ، (٠.٠١) = ٠,٣٧٢

يتضح من جدول (٥) ما يلى :

- تراوحت معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل محور من محاور استبيان واقع ممارسة الشباب للأنشطة الترويحية والمجموع الكلي له ما بين (٠.٦٥ : ٠.٩٢) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن الاستبيان على درجة مقبولة من الصدق .

ب . الثبات :

لحساب ثبات استبيان واقع ممارسة الشباب للأنشطة الترويحية بمدينة المنيا قام الباحثون باستخدام معامل ألفا لكرونباخ وذلك على عينة قوامها (٥٠) من الشباب المترددين علي بعض الأندية الرياضية ومراكز الشباب من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث ، والجدول (٦) يوضح ذلك .

جدول (٦)

معامل الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ لاستبيان واقع ممارسة الشباب للأنشطة الترويحية (ن = ٥٠)

م	المحاور	معامل ألفا
١.	المحور الأول : أنشطة الترويح الرياضى	٠,٨٢
٢.	المحور الثانى : أنشطة الترويح الاجتماعى	٠,٩٠
٣.	المحور الثالث : أنشطة الترويح الثقافى	٠,٧٢
٤.	المحور الرابع : أنشطة الترويح الفنى	٠,٦٠
٥.	المحور الخامس : أنشطة الترويح فى الخلاء	٠,٨٤
الدرجة الكلية للاستبيان		٠,٩٢

يتضح من جدول (٦) ما يلي :

- تراوحت قيم معاملات ألفا لكرونباخ لمحاور استبيان واقع ممارسة الشباب للأنشطة الترويحية والدرجة الكلية له ما بين (٠.٦٠ : ٠.٩٢) وهى معاملات دالة إحصائياً مما يدل على أن الاستبيان على درجة مقبولة من الثبات .

ب - مقياس المهارات النفسية : (اعداد الباحثون)

استخدم الباحثون مقياس المهارات النفسية لدى الشباب الممارسين للأنشطة الترويحية بمدينة المنيا كأداة رئيسية لجمع بيانات هذا البحث ، وقد قام الباحثون باتباع عدد من الخطوات الرئيسية عند تصميمه للمقياس وهي كالتالي :

١- تحديد الهدف من المقياس والذي تمثل في التعرف علي مستوي المهارات النفسية لدى الشباب المشاركين في تنفيذ مختلف الأنشطة الترويحية ببعض الأندية الرياضية ومراكز الشباب بمدينة المنيا .

٢- قام الباحثون بالاطلاع المرجعي علي العديد من الأبحاث والدراسات المرتبطة مثل دراسة كلاً من " محمد جميل " (٢٠٢٢) ، " أسماء محمد " (٢٠٢٢) ، " Adewale et all (2022) " ، " اسلام منصور ، هناء محمود " (٢٠١٩) ، " آيه حسام " (٢٠١٩) وذلك للاستفادة منها في تحديد محاور المقياس قيد البحث .

٣- تم تحديد محاور المقياس في ضوء الاطلاع المرجعي للباحث علي العديد من الدراسات والبحوث المرتبطة العربية والأجنبية وقد قام الباحثون بتحديد محاور المقياس (ملحق ٦) .

٤- بعد تحديد محاور المقياس قام الباحثون باستطلاع رأي مجموعة من الخبراء بلغ قوامها (٩) خبراء في مجال الترويج وعلم النفس الرياضي (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي في المحاور قيد البحث (ملحق ٥) ، حيث تراوحت الأهمية النسبية لآراء الخبراء حول مدي مناسبة محاور مقياس المهارات النفسية لدى الشباب الممارسين للأنشطة الترويحية بمدينة المنيا قيد البحث ما بين (٢٢,٢٢ % : ١٠٠ %) وفي ضوء ذلك تم حذف (٢) محورين من محاور المقياس وذلك لحصولهم علي نسبة أقل من ٧٠ % من اتفاق آراء السادة الخبراء ، وبذلك بلغت المحاور التي تم موافقة الخبراء عليها (٤) محاور .

٥- قام الباحثون بوضع مجموعة من العبارات خاصة بكل محور من محاور مقياس المهارات النفسية لدى الشباب الممارسين للأنشطة الترويحية بمدينة المنيا وقد روعي عند صياغة العبارات أن تكون سهلة وبسيطة ومفهومة .

٦- ثم بعد ذلك قام الباحثون بعرض المحاور والعبارات التي تم الاتفاق عليها على مجموعة من الخبراء في مجال الترويج وعلم النفس الرياضي وعددهم (٩) خبراء (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي في مدي مناسبة العبارات لمحاور الاستبيان (ملحق ٦) ، والجدول (٧) يوضح ذلك .

جدول (٧)

عدد العبارات التي تم حذفها أو إضافتها من الصورة الأولية لمقياس المهارات النفسية لدى الشباب الممارسين للأنشطة الترويحية بمدينة المنيا طبقاً لآراء الخبراء (ن=٩)

المحاور	عدد العبارات في الصورة الأولية	عدد العبارات المحذوفة	أرقام العبارات المحذوفة	أرقام العبارات التي تم تعديلها	عدد العبارات المضافة	عدد العبارات النهائية
المحور الأول : القدرة علي مواجهة القلق .	٧	-	-	-	-	٧
المحور الثاني : القدرة علي تركيز الانتباه .	٦	-	-	١٣ ، ٨	-	٦
المحور الثالث : الثقة بالنفس .	٧	١	١٦	١٩ ، ١٨	-	٦
المحور الرابع : القدرة علي تحقيق الإنجاز .	٧	-	-	-	-	٧
المجموع	٢٧	-	-	٤	-	٢٦

يتضح من جدول (٧) أنه تم حذف عدد (١) عبارة من عبارات المقياس وذلك لحصولها علي نسبة أقل من ٧٠% من اتفاق الخبراء وكذلك لم يتم إضافة أي عبارة ، وبالتالي تصبح الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٢٦) عبارة . (ملحق ٧)

٧- قام الباحثون بكتابة المقياس في صورته النهائية وذلك بترتيب العبارات تبعاً للمحور المنتمية إليه بحيث تجمع العبارات الخاصة بكل محور من محاور الاستبيان مع بعضها (ملحق ٧).

٨ - لتصحيح المقياس قام الباحثون بوضع ميزان تقدير ثلاثي بناءً علي استطلاع آراء الخبراء ، وقد تم تصحيح العبارات كالتالي (نعم ، الي حد ما ، لا) مع توزيع الدرجات (١ ، ٢ ، ٣) بالنسبة للعبارات الايجابية ، أما بالنسبة للعبارات السلبية فيكون ميزان التقدير لها كالتالي (نعم ، الي حد ما ، لا) (١ ، ٢ ، ٣) .

المعاملات العلمية لمقياس المهارات النفسية قيد البحث :

أ . الصدق :

لحساب صدق الاستبيان قيد البحث استخدم الباحثون ما يلي :

(١) صدق المحتوى :

قام الباحثون بعرض المقياس في صورته الأولية (ملحق ٦) والذي يتكون من (٦) محاور و(٢٧) عبارة على مجموعة من الخبراء في مجال الترويج وعلم النفس الرياضي قوامها (٩) تسع خبراء (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي في مدى ملاءمة المقياس فيما وضع من أجله سواء من حيث المحاور أو من حيث العبارات الخاصة بكل محور ومدى مناسبة تلك العبارات للمحور الذي تنتمي

اليه ، وقد تبين أن النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول محاور المقياس قيد البحث تراوحت ما بين (٢٢,٢٢% : ١٠٠%) وفي ضوء ذلك تم حذف (٢) محورين من محاور المقياس لحصوله علي نسبة أقل من ٧٠% من اتفاق آراء الخبراء ، وبذلك بلغت المحاور التي تم موافقة الخبراء عليها (٤) محاور ، كما تراوحت النسبة المئوية لاتفاق آراء الخبراء علي عبارات المقياس قيد البحث ما بين (١١,١١% : ١٠٠%) وبذلك تم حذف (١) عبارة لحصولها علي نسبة أقل من ٧٠% من اتفاق الخبراء ، ولم يتم إضافة اي عبارة لتصبح الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٢٦) عبارة (ملحق ٧) ، والجدول (٨) يوضح ذلك .

جدول (٨)

النسبة المئوية لآراء الخبراء على عبارات مقياس المهارات النفسية (ن = ٩)

القدرة علي مواجهة القلق		القدرة علي تركيز الانتباه		الثقة بالنفس		القدرة علي تحقيق الانجاز	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	%١٠٠	٨	%٧٨	١٤	%١٠٠	٢١	%٨٩
٢	%٨٩	٩	%٨٩	١٥	%٨٩	٢٢	%١٠٠
٣	%١٠٠	١٠	%٧٨	١٦	%٢٢,٢٢	٢٣	%٨٩
٤	%١٠٠	١١	%١٠٠	١٩	%٨٩	٢٤	%١٠٠
٥	%٧٨	١٢	%١٠٠	٢٠	%١٠٠	٢٥	%١٠٠
٦	%٨٩	١٣	%٧٨			٢٦	%١٠٠
٧	%٨٩					٢٧	%٧٨

يتضح من جدول (٨) ما يلي :

تراوحت النسب المئوية لآراء الخبراء حول عبارات الصورة المبدئية للمقياس ما بين (٢٢,٢٢% : ١٠٠%) ، وبذلك تم حذف عدد (١) عبارة ورقمها (١٦) ، لحصولها علي نسبة أقل من (٧٠%) ، كما لم يتم إضافة أي عبارة لتصبح الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٢٦) عبارة (ملحق ٧) .

(٢) صدق التكوين الفرضي " الاتساق الداخلي "

لحساب صدق المقياس استخدم الباحثون صدق التكوين الفرضي بطريقة الاتساق الداخلي ، حيث قام الباحثون بتطبيقه على عينة قوامها (٥٠) من الشباب المترددين علي بعض الاندية الرياضية ومراكز الشباب بمدينة المنيا من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية ، وقد تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه ، كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس ، كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للمقياس والجدول (٩) ، (١٠) ، (١١) توضح النتيجة .

جدول (٩)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المهارات النفسية والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه (ن = ٥٠)

القدرة علي مواجهة القلق		القدرة علي تركيز الانتباه		الثقة بالنفس		القدرة علي تحقيق الانجاز	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٧٢	٨	**٠,٨٤	١٤	**٠,٩٢	٢١	**٠,٦٨
٢	**٠,٨٠	٩	**٠,٧٨	١٥	**٠,٦٥	٢٢	**٠,٧٣
٣	**٠,٦٧	١٠	**٠,٩٠	١٩	**٠,٥٣	٢٣	**٠,٩٠
٤	**٠,٩٣	١١	**٠,٥٨	٢٠	**٠,٨٣	٢٤	**٠,٨٦
٥	**٠,٨٤	١٢	**٠,٩٢			٢٥	**٠,٥٥
٦	**٠,٦٩	١٣	**٠,٦٦			٢٦	**٠,٩٣
٧	**٠,٧٥					٢٧	**٠,٧٨

* دالة عند مستوي ٠.٠٥ ** دالة عند مستوي ٠.٠١
قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٨٨ ، (٠.٠١) = ٠.٣٧٢

يتضح من جدول (٩) ما يلي :

. تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الرفاهية النفسية والمجموع الكلي للمحور الذي تنتمي إليه ما بين (٠.٥٣ : ٠.٩٣) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق .

جدول (١٠)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المهارات النفسية والدرجة الكلية للمقياس (ن = ٥٠)

القدرة علي مواجهة القلق		الثقة بالنفس		القدرة علي تركيز الانتباه		القدرة علي تحقيق الانجاز	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	**٠,٦٦	٨	**٠,٨١	١٤	**٠,٩٠	٢١	**٠,٦٣
٢	**٠,٧٥	٩	**٠,٧١	١٥	**٠,٦٣	٢٢	**٠,٧٠
٣	**٠,٦٤	١٠	**٠,٨٨	١٩	**٠,٥١	٢٣	**٠,٨٤
٤	**٠,٩٠	١١	**٠,٥٦	٢٠	**٠,٧٨	٢٤	**٠,٨٣
٥	**٠,٨٠	١٢	**٠,٨٥			٢٥	**٠,٥٢
٦	**٠,٦٤	١٣	**٠,٦٠			٢٦	**٠,٩١
٧	**٠,٧٢					٢٧	**٠,٧٠

* دالة عند مستوي ٠.٠٥ ** دالة عند مستوي ٠.٠١
قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٨٨ ، (٠.٠١) = ٠.٣٧٢

يتضح من جدول (١٠) ما يلي :

. تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الرفاهية النفسية والمجموع الكلي للمقياس ما بين (٠.٥١ : ٠.٩١) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق .

جدول (١١)

معاملات الارتباط بين المجموع الكلي لكل محور من محاور مقياس المهارات النفسية لدى الشباب والمجموع الكلي للمقياس (ن = ٥٠)

م	المحاور	معامل الارتباط
١.	المحور الأول : القدرة على مواجهة القلق	٠.٨٥**
٢.	المحور الثاني : القدرة على تركيز الانتباه	٠.٧٢**
٣.	المحور الثالث : الثقة بالنفس	٠.٩٠**
٤.	المحور الرابع : القدرة على تحقيق الانجاز	٠.٧٨**

* دالة عند مستوي ٠.٠٥ ** دالة عند مستوي ٠.٠١

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٨٨ ، (٠.٠١) = ٠.٣٧٢

يتضح من جدول (١١) ما يلي :

- تراوحت معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل محور من محاور مقياس المهارات النفسية والمجموع الكلي له ما بين (٠.٧٢ : ٠.٩٠) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق .

ب . الثبات :

لحساب ثبات مقياس المهارات النفسية لدى الشباب قام الباحثون باستخدام معامل ألفا لكرونباخ وذلك على عينة قوامها (٥٠) من الشباب المترددين علي بعض الأندية الرياضية ومراكز الشباب من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث ، والجدول (١٢) يوضح ذلك .

جدول (١٢)

معامل الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ لمقياس المهارات النفسية لدى الشباب (ن = ٥٠)

م	المحاور	معامل ألفا
٦.	المحور الأول : القدرة على مواجهة القلق	٠.٧٦
٧.	المحور الثاني : القدرة على تركيز الانتباه	٠.٨٠
٨.	المحور الثالث : الثقة بالنفس	٠.٦٣
٩.	المحور الرابع : القدرة على تحقيق الانجاز	٠.٨٧
الدرجة الكلية للمقياس		٠.٩٠

يتضح من جدول (١٢) ما يلي :

- تراوحت قيم معاملات ألفا لكرونباخ لمحاوّر مقياس المهارات النفسية لدي الشباب والدرجة الكلية له ما بين (٦٣ : ٠.٩٠) وهى معاملات دالة إحصائيا مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات.

خطوات البحث :

أ- الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحثون بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من ١ / ٧ / ٢٠٢٤م إلى ١٠ / ٧ / ٢٠٢٤م وذلك للتأكد من مدي مناسبة الأدوات المستخدمة للتطبيق علي العينة قيد البحث ، وقد تم تطبيق الاستبيان علي عينة قوامها (٥٠) من الشباب الممارسين للأنشطة الترويحية ببعض الأندية الرياضية ومراكز الشباب بمدينة المنيا من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث ، وقد أوضحت نتائج تلك الدراسة أن أدوات جمع البيانات قيد البحث تتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات .

ب- تطبيق البحث :

قام الباحثون بتطبيق أدوات جمع البيانات علي العينة الأساسية قيد البحث في الفترة من ١٥ / ٧ / ٢٠٢٤م إلى ١٥ / ٨ / ٢٠٢٤م .

ج- الأسلوب الإحصائي المستخدم :

بعد جمع البيانات وجدولتها تم معالجتها إحصائياً ، ولحساب نتائج البحث استخدم الباحثون الأساليب الإحصائية الآتية :

- معامل الارتباط لبيرسون . - معامل الارتباط لسبيرمان . - معامل ألفا لكرونباخ.

- المتوسط الحسابي . - الانحراف المعياري . - الوزن النسبي .

- النسبة المئوية . - كا^٢ .

وقد ارتضى الباحثون مستوى دلالة عند مستوى (٠.٠٥) ، كما قام باستخدام برنامج Spss

الإحصائي (إصدار ٢٧) لحساب بعض المعاملات الإحصائية .

. عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول : والذي ينص علي :

١- ما واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا ؟

جدول (١٣)

الوزن النسبي والنسبة المئوية ومربع كا لواقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا (المحور الأول : أنشطة الترويح الرياضي) (ن = ٢٣٠)

م	واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا	الاستجابة		الوزن النسبي	النسبة المئوية	كا
		أمارس	لا أمارس			
١-	المشي .	٢٠٠	٣٠	٢٠٠	%٨٦,٩٦	**١٢٥,٦٥
٢-	الجري .	١٨٥	٤٥	١٨٥	%٨٠,٤٣	**٨٥,٢٢
٣-	التمرينات .	١٧٠	٦٠	١٧٠	%٧٣,٩١	**٥٢,٦١
٤-	الألعاب بسيطة التنظيم .	١٨٩	٤١	١٨٩	%٨٢,١٧	**٩٥,٢٣
٥-	كرة السلة .	١٤٧	٨٣	١٤٧	%٦٣,٩١	**١٧,٨١
٦-	كرة القدم .	١٧٢	٥٨	١٧٢	%٧٤,٧٨	**٥٦,٥٠
٧-	كرة اليد .	١٤٠	٩٠	١٤٠	%٦٠,٨٧	**١٠,٨٧
٨-	الكرة الطائرة .	١٤٣	٨٧	١٤٣	%٦٢,١٧	**١٣,٦٣
٩-	تنس الطاولة .	١٩٢	٣٨	١٩٢	%٨٣,٤٨	**١٠,٣,١١
١٠-	العدو مسافات قصيرة .	١٦٠	٧٠	١٦٠	%٦٩,٥٧	**٣٥,٢٢
١١-	الجودو .	٩٣	١٣٧	٩٣	%٤٠,٤٣	**٨,٤٢
١٢-	الهوكي .	٦٠	١٧٠	٦٠	%٢٦,٠٩	**٥٢,٦١
١٣-	التنس الأرضي .	٧٥	١٥٥	٧٥	%٣٢,٦١	**٢٧,٨٣
١٤-	السباحة .	٨٥	١٤٥	٨٥	%٣٦,٩٦	**١٥,٦٥
الدرجة الكلية للواقع الفعلي لممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا (المحور الأول : أنشطة الترويح الرياضي)		٢٠١١			%٦٢,٤٥	

قيمة كا^٢ الجدولية عند درجة حرية (١) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٨٤

يتضح من جدول (١٣) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لآراء عينة البحث في عبارات استبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا ، بالنسبة للمحور الأول (أنشطة الترويح الرياضي) ما بين (%٢٦,٠٩ : %٨٦,٩٦) .
- كما توجد فروق دالة إحصائية بين آراء عينة البحث في عبارات (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥ ، ٦ ، ٧ ، ٨ ، ٩ ، ١٠) وفي اتجاه الموافقة .

- كما توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث في عبارات (١١ ، ١٢ ، ١٣ ، ١٤) وفي اتجاه عدم الموافقة .

ويعزو الباحثون نتيجة اتفاق غالبية الشباب علي أن من أهم الأنشطة الترويحية الرياضية المفضل ممارستها هي (المشي ، الجري ، التمرينات ، الألعاب بسيطة التنظيم ، كرة السلة ، كرة القدم ، كرة اليد ، الكرة الطائرة ، تنس الطاولة ، العدو مسافات قصيرة) إلي أن تلك الأنشطة والألعاب تعد من الأنشطة الترويحية الرياضية السهلة البسيطة التي لا تحتاج الي قواعد أو قوانين معينة لممارستها ، حيث يمكن لأي فرد في المجتمع ممارسة مثل هذه الأنشطة وذلك لتمييزها بالبساطة والسهولة في ممارستها ، هذا وبالإضافة الي أن غالبية تلك الألعاب والأنشطة الرياضية لا تحتاج الي قواعد أو قوانين معينة لممارستها وبالتالي فإنها تجذب أكبر عدد ممكن من الشباب لممارستها ، وعلي النقيض من ذلك فإن هناك البعض منها يحتاج الي قواعد وقوانين معينة وخاصة بالنسبة للألعاب الجماعية مثل كرة القدم والسلة والطائرة واليد حيث أن قواعد تلك الألعاب والأنشطة سهلة ومعروفة لدي غالبية ممارسيها وبالتالي فإن ذلك يسهم في توسيع قاعدة الممارسة الترويحية الرياضية بين الشباب .

كما يعزو الباحثون أيضاً تلك النتيجة الي مدي وعي الشباب الممارسين لمختلف الأنشطة الترويحية الرياضية بأهميتها ودورها الرئيسي في تحسين الحالة الصحية والبدنية والنفسية لدي ممارسيها ، فمن الناحية الصحية والبدنية فإن ممارسة مثل هذه الأنشطة من شأنها تسهم في حدوث تحسن عام في مستوى اللياقة البدنية لدي الشباب بصفة عامة كما أنها تسهم في تنشيط الدورة الدموية وتحسن كفاءة أجهزة الجسم الحيوية ، أما من الناحية الاجتماعية فإنها تساعد في تحقيق التفاعل والتواصل بين الافراد بعضهم البعض وتسهم في توطيد العلاقات الاجتماعية بين ممارسيها ، أما من الناحية النفسية فإنها تسهم في ارتفاع مستوى الثقة بالنفس لدي الشباب وتحسن من مفهوم ذاتهم النفسية وتساعدهم في التخلص من العديد من الاضطرابات النفسية المختلفة الناتجة عن ضغوط الحياة اليومية .

ويتفق هذا مع ما أشار اليه كلاً من " محمد الحماحي ، عايدة عبد العزيز " (٢٠٠٩ : ٣٤) إلي أن النشاط الترويحي الرياضي يعد من الأنشطة البناءة التي تعود علي الطالب الجامعي بالهادفية ، فهو يسهم في تنمية وتطوير شخصية الطالب الجامعي بدنياً ونفسياً واجتماعياً بل وإكسابه العديد من السمات الايجابية من خلال الاشتراك في ممارسة مثل هذه الأنشطة الرياضية المختلفة والتي من شأنها تسهم في الإعداد الجيد لحياته المستقبلية .

كما يعزو الباحثون نتيجة عدم مشاركة الشباب في ممارسة مختلف أنشطة الترويح الرياضي مثل (الجودو ، الهوكي ، التنس الأرضي ، السباحة) إلي أن مثل هذه الألعاب والأنشطة الرياضية انما تحتاج الي العديد من المهارات الجسمية والعقلية لممارستها ، بالإضافة الي أن مثل هذه الألعاب تحتاج الي معرفة ودراية الشباب الممارسين لها بكافة القواعد والقوانين الخاصة بهذه الألعاب ، الأمر الذي ادي إلي ضعف المشاركة والاقبال علي ممارسة مثل هذه الأنشطة من قبل الشباب بمدينة المنيا .

جدول (١٤)

الوزن النسبي والنسبة المئوية ومربع كا لواقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدي الشباب بمدينة المنيا (المحور الثاني : أنشطة الترويح الاجتماعي) (ن = ٢٣٠)

م	واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدي الشباب بمدينة المنيا	الاستجابة		الوزن النسبي	النسبة المئوية	كا
		أمارس	لا أمارس			
١٥-	الرحلات .	٢٠٦	٢٤	٢٠٦	٨٩.٥٧%	١٤٤.٠٢**
١٦-	الحفلات .	١٨٠	٥٠	١٨٠	٧٨.٢٦%	٧٣.٤٨**
١٧-	زيارة المعارض .	١٤٣	٨٧	١٤٣	٦٢.١٧%	١٣.٦٣**
١٨-	زيارة الأصدقاء .	٢١٠	٢٠	٢١٠	٩١.٣٠%	١٥٦.٩٦**
١٩-	المشاركة في دعوات الغذاء (غداء - عشاء) .	١٥٣	٧٧	١٥٣	٦٦.٥٢%	٢٥.١١**
٢٠-	المساعدة في اعمال الخدمة العامة .	١٩٠	٤٠	١٩٠	٨٢.٦١%	٩٧.٨٣**
٢١-	مشروعات خيرية (التبرع بالدم - محو الأمية)	٢١٥	١٥	٢١٥	٩٣.٤٨%	١٧٣.٩١**
٢٢-	الاحتفال بالمناسبات الدينية .	١٨٠	٥٠	١٨٠	٧٨.٢٦%	٧٣.٤٨**
٢٣-	الاحتفال بالمناسبات الوطنية .	١٦٣	٦٧	١٦٣	٧٠.٨٧%	٤٠.٠٧**
٢٤-	حفلات الشاي .	١٨١	٤٩	١٨١	٧٨.٧٠%	٧٥.٧٦**
٢٥-	العاب المائدة .	١٧٣	٥٧	١٧٣	٧٥.٢٢%	٥٨.٥٠**
٢٦-	الاحتفال بيوم اليتيم .	١٩٦	٣٤	١٩٦	٨٥.٢٢%	١١٤.١٠**
الدرجة الكلية للواقع الفعلي لممارسة الأنشطة الترويحية لدي الشباب بمدينة المنيا (المحور الثاني : أنشطة الترويح الاجتماعي)		٢١٩٠.٠٠			٧٩.٣٥%	

قيمة كا^٢ الجدولية عند درجة حرية (١) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٨٤

يتضح من جدول (١٤) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لآراء عينة البحث في عبارات استبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا ، بالنسبة للمحور الثاني (أنشطة الترويح الاجتماعي) ما بين (٦٢,١٧% : ٩٣,٤٨%) .
- كما توجد فروق دالة إحصائية بين آراء عينة البحث في جميع عبارات المحور الثاني وفي اتجاه الموافقة .

ويعزو الباحثون نتيجة اتفاق غالبية الشباب علي أن من أهم الأنشطة الترويحية الاجتماعية المفضل ممارستها هي (الرحلات ، الحفلات ، زيارة المعارض ، زيارة الأصدقاء ، المشاركة في دعوات الغذاء (غداء - عشاء) ، المساعدة في اعمال الخدمة العامة ، مشروعات خيرية (التبرع بالدم - محو الأمية) ، الاحتفال بالمناسبات الدينية ، الاحتفال بالمناسبات الوطنية ، حفلات الشاي ، العاب المائدة ، الاحتفال بيوم اليتيم) إلي أن تلك الأنشطة الاجتماعية انما تمتاز بالبساطة والسهولة في ممارستها ولا تحتاج لإمكانات سواء مادية أو بشرية لممارستها وانما يمكن ممارستها في ضوء الامكانيات المتاحة ، حيث أن اقبال عينة البحث علي المشاركة في مختلف الأنشطة الاجتماعية انما هو مؤشر رئيسي علي مدي فهم وإدراك الشباب عينة البحث لأهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الاجتماعية ودورها في التنمية السليمة لشخصية الفرد ، حيث أن ممارسة الشباب لمختلف الأنشطة الترويحية الاجتماعية من شأنها تساعد في تحقيق التفاعل الاجتماعي بين الشباب من كلا الجنسين كما انها تسهم في تكوين الصداقات وتنمية مهارات التواصل والعمل الجماعي ، كما أنها تعزز شعور الانتماء والولاء لديهم وتساعدهم في اكتساب مهارات اجتماعية جديدة مثل القيادة والتنظيم وابعادهم عن مختلف السلوكيات التي لا تتماشى مع عادات وتقاليد المجتمع مثل الانحراف والادمان ، ومن ثم فإن مثل هذه الفوائد من شأنها تساعد مختلف فئات المجتمع بصفة عامة وفئة الشباب بصفة خاصة في الاقبال المتزايد علي ممارسة مختلف الأنشطة الترويحية الاجتماعية في وقت فراغهم .

جدول (١٥)

الوزن النسبي والنسبة المئوية ومربع كا لواقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا (المحور الثالث : أنشطة الترويج الثقافي) (ن = ٢٣٠)

م	واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا	الاستجابة		الوزن النسبي	النسبة المئوية	كا
		أمارس	لا أمارس			
٢٧-	القراءة (الصحف - المجلات - القصص - الروايات) .	213	17	213	92.61%	167.03**
٢٨-	الكتابة (الشعر - القصص - الكتب) .	155	75	155	67.39%	27.83**
٢٩-	الندوات والمحاضرات الثقافية .	172	58	172	74.78%	56.50**
٣٠-	مجلات الحائط .	145	85	145	63.04%	15.65**
٣١-	مسابقات حفظ القرآن الكريم .	180	50	180	78.26%	73.48**
٣٢-	مسابقة المعلومات العامة .	187	43	187	81.30%	90.16**
٣٣-	الاستماع الى الراديو .	155	75	155	67.39%	27.83**
٣٤-	مشاهدة التلفزيون .	197	33	197	85.65%	116.94**
٣٥-	استخدام الكمبيوتر .	200	30	200	86.96%	125.65**
الدرجة الكلية للواقع الفعلي لممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا (المحور الثالث : أنشطة الترويج الثقافي)		1604			77.49%	

قيمة كا^٢ الجدولية عند درجة حرية (١) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٨٤

يتضح من جدول (١٥) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لآراء عينة البحث في عبارات استبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا ، بالنسبة للمحور الثالث (أنشطة الترويج الثقافي) ما بين (٦٣,٠٤% : ٩٢,٦١%) .
- كما توجد فروق دالة إحصائية بين آراء عينة البحث في جميع عبارات المحور الثالث وفي اتجاه الموافقة .

ويعزو الباحثون نتيجة اتفاق غالبية الشباب علي أن من أهم الأنشطة الترويحية الثقافية المفضل ممارستها هي (القراءة مثل (الصحف - المجلات - القصص - الروايات) ، الكتابة (الشعر - القصص - الكتب) ، الندوات والمحاضرات الثقافية ، مجلات الحائط ، مسابقات حفظ القرآن الكريم ، مسابقة المعلومات العامة ، الاستماع الي الراديو ، مشاهدة التلفزيون ، استخدام الكمبيوتر) ويعزو الباحثون تلك النتيجة إلي أن التطور التقني والتكنولوجي في العديد من المجالات المختلفة قد حث مختلف فئات المجتمع والشباب بصفة خاصة علي ممارسة مختلف الأنشطة الثقافية كإحدى طرق استثمار وقت الفراغ ، وذلك لأن الظروف الحالية التي تمر بها مختلف المجتمعات انما تتطلب من الشباب ضرورة مواكبة التطور الحادث حالياً وذلك من خلال محاولة ثقل قدراتهم ومهاراتهم وذلك عن طريق القراءة الدورية في العديد من المجالات المختلفة وحضور مختلف الندوات والمحاضرات بالإضافة الي الاشتراك في العديد من المسابقات الدينية

والثقافية واستخدام مختلف التطبيقات والادوات والاجهزة التكنولوجية الحديثة مثل الكمبيوتر والهاتف المحمول وغيره من الاجهزة ، والتي من شأنها تسهم في تطوير مهارات وخبرات الشباب وتجعلهم اكثر قدرة علي مواكبة التطور والتقدم حتي يكونوا اعضاء فعالين يسهموا بدرجة كبيرة في تحسين وتطوير مجتمعاتهم.

ويتفق هذا مع ما اشار اليه كلاً من " كمال درويش ، أمين الخولي " (٢٠٠١ : ٣٥٧) حيث أن الأنشطة الترويحية الثقافية كمادة أو كمحتوي لبرامج الترويج يعبر عادة عن الوسائط والأدوات الثقافية ، حيث أن التربية الترويحية مسئولة عن الكثير من المؤسسات الاجتماعية مثل المنزل ، المدرسة ، المسجد ، جماعات الخدمة والأندية والمساحات الشعبية ، وغيرها من المؤسسات الشعبية والتي تجد سبيلها إلي العامة عن طريق وسائل الإعلام السمعية والبصرية .

جدول (١٦)

الوزن النسبي والنسبة المئوية ومربع كا لواقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدي الشباب
بمدينة المنيا (المحور الرابع : أنشطة الترويج الفني) (ن = ٢٣٠)

م	واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدي الشباب بمدينة المنيا	الاستجابة		الوزن النسبي	النسبة المئوية	كا
		أمارس	لا أمارس			
٣٦-	التصوير .	90	140	90	39.13%	10.87**
٣٧-	التريكو .	75	155	75	32.61%	27.83**
٣٨-	التطريز .	86	144	86	37.39%	14.63**
٣٩-	الموسيقى .	145	85	145	63.04%	15.65**
٤٠-	الرسم .	176	54	176	76.52%	64.71**
٤١-	التمثيل .	148	82	148	64.35%	18.94**
٤٢-	الغناء .	143	87	143	62.17%	13.63**
٤٣-	تلوين الزجاج .	151	79	151	65.65%	22.54**
٤٤-	النحت .	79	151	79	34.35%	22.54**
٤٥-	مشاهدة الأفلام السينمائية .	205	25	205	89.13%	140.87**
٤٦-	الدراما .	194	36	194	84.35%	108.54**
٤٧-	التشكيل بالصلصال .	85	145	85	36.96%	15.65**
٤٨-	أشغال النجارة .	92	138	92	40.00%	9.20**
٤٩-	الاشغال الفنية .	88	142	88	38.26%	12.68**
٥٠-	الفنون التعبيرية .	67	163	67	29.13%	40.07**
الدرجة الكلية للواقع الفعلي لممارسة الأنشطة الترويحية لدي الشباب بمدينة المنيا (المحور الرابع : أنشطة الترويج الفني)		1824			52.87%	

قيمة كا^٢ الجدولية عند درجة حرية (١) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٨٤

يتضح من جدول (١٦) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لآراء عينة البحث في عبارات استبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدى الشباب بمدينة المنيا ، بالنسبة للمحور الرابع (أنشطة الترويح الفني) ما بين (٣٩,١٣ % : ٨٩,١٣ %) .
- كما توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث في عبارات (٣٩ ، ٤٠ ، ٤١ ، ٤٢ ، ٤٣ ، ٤٥ ، ٤٦) وفي اتجاه الموافقة .
- كما توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث في عبارات (٣٦ ، ٣٧ ، ٣٨ ، ٤٧ ، ٤٨ ، ٤٩ ، ٥٠) وفي اتجاه عدم الموافقة .

ويعزو الباحثون نتيجة اتفاق غالبية الشباب علي أن من أهم الأنشطة الترويحية الفني المفضل ممارستها هي (الموسيقي ، الرسم ، التمثيل ، الغناء ، تلوين الزجاج ، مشاهدة الأفلام السينمائية ، الدراما) الي أن تلك الأنشطة الفنية تعد من الأنشطة السهلة البسيطة التي يمكن ممارستها في وقت الفراغ كما أنها من ضمن الأنشطة التي تحتاج الي مهارات بسيطة لممارستها ، كما انها لا تحتاج لأدوات أو إمكانيات باهظة لممارستها ، وبالتالي فإن ممارسة الشباب لمثل هذه الأنشطة الفنية انما هو دليل علي مدي وعيهم بأهمية تلك الأنشطة ودورها في تنمية التذوق الفني الجمالي لديهم وكذلك تنمية الابداع والابتكار من خلال الاشتراك في مثل هذه الأنشطة .

ويتفق هذا مع ما اشار اليه " محمد الحماحي " (٢٠٠١ : ١٤٣) ان لممارسة الأنشطة الترويحية الفنية أهمية كبيرة فهي تعمل علي تنمية التذوق الفني والجمالي وإشباع الهوايات واكتساب المهارات وتنمية الخيال والابداع والابتكار والتنمية البدنية وتحقيق الاسترخاء والتوازن البدني والنفسي للممارسين .

كما يعزو الباحثون نتيجة اتفاق غالبية الشباب علي أن هناك العديد من الأنشطة الترويحية الفنية الغير مفضل ممارستها وهي (التصوير ، التريكو ، التطريز ، النحت ، التشكيل بالصلصال ، أشغال النجارة ، الاشغال الفنية ، الفنون التعبيرية) الي أن تلك الأنشطة الفنية تعد من الأنشطة التي تتطلب توافر مهارات يدوية وذهنية معينة لممارستها ، كما أنها تحتاج الي توافر أدوات وإمكانيات قد تكون باهظة الثمن لممارسة مثل هذه الأنشطة ، وأن تلك الأنشطة ايضاً تحتاج لأماكن وحجرات خاصة بها لممارستها ، حيث أن كل تلك الأسباب قد أدت الي عزوف الشباب المترددين علي بعض الأندية الرياضية ومراكز الشباب بمدينة المنيا علي ممارسة مثل هذه

الأنشطة ، وعلى الرغم من أهمية تلك الأنشطة الترويحية الفنية ودورها في تشكيل شخصية الشباب الي أن الغالبية العظمي من العينة بصفة عامة لا تمارسها .

جدول (١٧)

الوزن النسبي والنسبة المئوية ومربع كا لواقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدي الشباب بمدينة المنيا (المحور الخامس : أنشطة ترويح الخلاء) (ن = ٢٣٠)

م	واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدي الشباب بمدينة المنيا	الاستجابة		الوزن النسبي	النسبة المئوية	كا
		أمارس	لا أمارس			
٥١-	زيارة المتاحف .	176	54	176	76.52%	64.71**
٥٢-	الصيد والقنص .	٨١	١٤٩	٨١	٣٥,٢٢%	٢٠,١٠**
٥٣-	حفلات السمر .	180	50	180	78.26%	73.48**
٥٤-	المعسكرات .	146	84	146	63.48%	16.71**
٥٥-	الرحلات الخلوية .	159	71	159	69.13%	33.67**
٥٦-	زيارة الحدائق .	196	34	196	85.22%	114.10**
٥٧-	السفاري .	182	48	182	79.13%	78.07**
٥٨-	تسلق الجبال .	60	170	60	26.09%	52.61**
٥٩-	التنزه .	178	52	178	77.39%	69.03**
٦٠-	المصايف الموسمية .	200	30	200	86.96%	125.65**
٦١-	الطهي في الخلاء .	155	70	155	67.39%	31.52**
الدرجة الكلية للواقع الفعلي لممارسة الأنشطة الترويحية لدي الشباب بمدينة المنيا (المحور الخامس : أنشطة ترويح الخلاء)		3798			60.74%	

قيمة كا^٢ الجدولية عند درجة حرية (١) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٣.٨٤

يتضح من جدول (١٧) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لآراء عينة البحث في عبارات استبيان واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدي الشباب بمدينة المنيا ، بالنسبة للمحور الخامس (أنشطة ترويح الخلاء) ما بين (٢٦,٠٩% : ٨٦,٩٦%) .
- كما توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث في عبارات (٥١ ، ٥٣ ، ٥٤ ، ٥٥ ، ٥٦ ، ٥٧ ، ٥٩ ، ٦٠ ، ٦١) وفي اتجاه الموافقة .
- كما توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث في عبارات (٥٢ ، ٥٨) وفي اتجاه عدم الموافقة .

ويعزو الباحثون نتيجة اتفاق غالبية الشباب علي أن من أهم أنشطة ترويح الخلاء المفضل ممارستها هي (زيارة المتاحف ، حفلات السمر ، المعسكرات ، الرحلات الخلوية ، زيارة الحدائق ، السفاري ، التنزه ، المصايف الموسمية ، الطهي في الخلاء) إلي أن مثل هذه الأنشطة تعد من الأنشطة البسيطة السهلة التي يسودها جو المتعة والاثارة والتشويق ، حيث يقبل عليها عدد كبيرة من فئات المجتمع بصفة عامة والشباب بصفة خاصة كونها أحد الأنشطة الترويحية التي تتم بين احضان الطبيعة والتي يسودها جو من المتعة والسعادة والتشويق والتأمل ، حيث أن من ضمن أهداف الاندية ومراكز الشباب هو توطيد العلاقات بين الافراد المترددين وذلك من خلال ما تقدمه الاندية ومراكز الشباب من مختلف الوان النشاط الذي يتم تنفيذه بين احضان الطبيعة من أجل الترويح عن النفس وتحقيق السعادة والمتعة والرضا .

كما يعزو الباحثون نتيجة اتفاق غالبية الشباب علي أن من أنشطة ترويح الخلاء الغير مفضل ممارستها من غالبية عينة البحث هي (الصيد والقنص ، تسلق الجبال) الي أن تلك الأنشطة تعد من الأنشطة التي تتطلب تكلفة مالية مرتفعة لتوفير المعدات اللازمة لممارستها مثل أدوات الصيد، ومعدات القنص أو أدوات تسلق الجبال ، كما أن مثل هذه الأنشطة تحتاج الي مهارات متقدمة لممارستها ، بالإضافة الي أن تكاليف السفر إلى الأماكن المناسبة لممارسة هذه الأنشطة قد تكون باهظة الثمن ، هذا وبالإضافة الي أن مثل هذه الأنشطة يحفها الكثير من المخاطر مثل التعرض للإصابة أو التعامل مع ظروف البيئة القاسية مما قد يجعل الاقبال عليها ضعيف من مختلف فئات المجتمع بصفة عامة والشباب بصفة خاصة.

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه نتائج دراسة كلاً من " محمد عبد المحسن " (٢٠٢٣) ، " احمد ماجد " (٢٠٢٢) ، " محمد جميل " (٢٠٢٢) والتي اشارت نتائجها الي أن الشباب يميلون الي ممارسة مختلف الأنشطة الترويحية الرياضية والثقافية والفنية والاجتماعية في وقت فراغهم .

وبذلك نجد أن الباحثون قد أجابو علي التساؤل الأول والذي ينص علي " ما واقع ممارسة الأنشطة الترويحية لدي الشباب بمدينة المنيا ؟

عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثاني : والذي ينص علي :

٢- هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين واقع ممارسة الأنشطة الترويحية والمهارات النفسية لدى الشباب بمدينة المنيا ؟

جدول (١٨)

معاملات الارتباط بين واقع ممارسة الأنشطة الترويحية والمهارات النفسية لدى الشباب بمدينة المنيا (ن = ٢٣٠)

المتغيرات	القدرة علي مواجهة القلق	القدرة علي تركيز الانتباه	الثقة بالنفس	القدرة علي تحقيق الانجاز
أنشطة الترويح الرياضي	**٠.٨٨	**٠.٧٨	**٠.٥٩	**٠.٨٦
أنشطة الترويح الاجتماعي	**٠.٠٩٢	**٠.٩١	**٠.٧٣	**٠.٦٥
أنشطة الترويح الثقافي	**٠.٦٨	**٠.٨٥	**٠.٩٠	**٠.٥٥
أنشطة الترويح الفني	**٠.٧١	**٠.٥٧	**٠.٦٧	**٠.٩١
أنشطة الترويح في الخلاء	**٠.٦٠	**٠.٧٠	**٠.٨١	**٠.٧٨

يتضح من جدول (١٨) ما يلي :

- توجد علاقة ارتباطية طردية دالة احصائياً بين واقع ممارسة الأنشطة الترويحية والمهارات النفسية لدى الشباب قيد البحث .

ويعزو الباحثون نتيجة وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين كلاً من واقع ممارسة الأنشطة الترويحية و(القدرة علي مواجهة القلق) كأحد محاور المهارات النفسية لدى الشباب الي أن ممارسة الأنشطة الترويحية في وقت الفراغ انما تسهم في تحسين الحالة النفسية لدى الشباب بصفة عامة واكسابه مظاهر المناعة النفسية اللازمة لمواجهة كافة الضغوط النفسية الناتجة عن أعباء الحياة اليومية ، حيث يتعرض مختلف فئات المجتمع بصفة عامة والشباب بصفة خاصة الي العديد من التغيرات التي من شأنها تؤثر علي حالتهم النفسية وتولد لديهم الشعور بالقلق الدائم تجاه مختلف الموضوعات ، حيث أن القلق يعد من الظواهر النفسية التي تؤثر علي مستوي الأداء البدني والصحي والعقلي والنفسي لدى الشباب بل وتجعله غير قادر علي أداء أدواره المنوط بها علي اتم وجه ممكن ، ومن هنا نجد أن لممارسة الأنشطة الترويحية دور هام وحيوي في خفض مستوي القلق لدى الشباب وتجعلهم أكثر قدره علي مواجهة مختلف الضغوط الحياتية اليومية التي يتعرضون لها وهذا يفسر العلاقة الطردية بين ممارسة الأنشطة الترويحية وبين القدرة علي مواجهة القلق فكلما شارك الشباب في ممارسة مختلف الأنشطة الترويحية كلما كانوا أكثر قدرة علي مواجهة مختلف المشاعر السلبية والتي من أهمها القلق .

ويتفق هذا مع ما أشار اليه كلاً من " طه عبد الرحيم " (٢٠٠٦ : ١٧) ، " محمود طلبية " (٢٠١٠ : ٤٤) حيث أن ممارسة الأنشطة الترويحية من شأنها تسهم في تحسين نوعية الحياة والشعور بالسعادة والراحة النفسية ، بل وتسهم في التخلص من المشاعر السلبية كالقلق والخوف والتوتر ، كما انها تساعد في تكوين الصداقات والتعاون مع الآخرين ، بالإضافة الي الشعور بالاطمئنان والثقة بالنفس والقدرة علي حل المشكلات ، كما أنه يعد وقاية للفرد من الخوف والقلق والاكتئاب والتوتر العصبي والتخلص من الضغوط النفسية .

كما يعزو الباحثون نتيجة وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين كلاً من واقع ممارسة الأنشطة الترويحية و(القدرة علي تركيز الانتباه) كأحد محاور المهارات النفسية لدي الشباب الي أن مهارة تركيز الانتباه تعد من المهارات النفسية الهامة والضرورية التي يجب أن يتحلي بها كافة فئات المجتمع بصفة عامة والشباب بصفة خاصة ، وذلك لدورها الحيوي في نجاح الشباب في تحقيق التقدم والفوز اثناء الاشتراك في مختلف الفعاليات والمسابقات الترويحية المختلفة ، حيث أن ذلك التطور والتقدم لا يتم الا من خلال الاعتماد الكلي علي مدي قدرة الافراد المشاركين علي التركيز والانتباه اثناء تنفيذ البرامج والألعاب الترويحية ، وعلي النقيض من ذلك فإن عدم التركيز وتشتت الانتباه من شأنه يؤثر علي مستوى أداء الفرد ويجعله غير قادر علي تحقيق التفوق والانجاز .

ويتفق هذا مع ما أشار اليه " أسامة كامل راتب " (٢٠٠٤ ، ٢٨٣) حيث أن الافتقار إلي التركيز يمثل واحداً من أهم المشكلات لأنه يؤدي إلي أخطاء عقلية اثناء أي أداء ، ولذلك يعد التدريب علي التحكم في تركيز الانتباه من المهارات النفسية المهمة لنجاح الأداء وتحقيق الاستمتاع ، كما أن التفوق في الأداء لن يحدث إلا عندما يكون الفرد في منطقة الطاقة المثلي ، وذلك عن طريق التحكم في تركيز الانتباه .

كما يعزو الباحثون نتيجة وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين كلاً من واقع ممارسة الأنشطة الترويحية و(الثقة بالنفس) كأحد محاور المهارات النفسية لدي الشباب الي أن ممارسة الأنشطة الترويحية بصورة دورية في وقت الفراغ انما تسهم في اكساب الشباب الثقة بالنفس وتجعلهم أكثر قدرة علي مواجهة مختلف المواقف والموضوعات التي يتعرضون لها بكفاءة وفاعلية ، كما أنها تساعد في تفهم الفرد لذاته ومن ثم تجعله أكثر توافقاً مع نفسه أو مع الغير ، ومن ثم فإن ممارسة الشباب لمختلف الأنشطة الترويحية انما تسهم في رفع مستوى الثقة بالنفس لديهم وهذا ما اسفرت عنه نتائج العلاقة بين الممارسة الترويحية والثقة بالنفس ، حيث أن مهارة الثقة بالنفس

تساعد الشباب في مواجهة مختلف المواقف والضغط التي يمرون بها وخاصة قبل البدء في تنفيذ المسابقات والألعاب الترويحية ، بل واطهار أكثر ما لديهم من مهارات من أجل تحقيق الفوز علي الفرق الأخرى.

كما يعزو الباحثون نتيجة وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين كلاً من واقع ممارسة الأنشطة الترويحية و(القدرة علي تحقيق الانجاز) كأحد محاور المهارات النفسية لدي الشباب الي أن ممارسة الأنشطة الترويحية انما تولد العديد من المشاعر التي تسهم في تحفيز الشباب نحو الإنجاز بصفة عامة ، حيث أن هذا الإنجاز قد يتعلق بالمسابقات والفعاليات الترويحية أو قد يتعلق بإنجاز أي مهام أخرى منوط منهم القيام بها ، وبالتالي فإن ممارسة الشباب لمختلف الأنشطة الترويحية من شأنه يسهم في تحسن الحالة الصحية والنفسية والبدنية لديهم وبالتالي فإن ذلك سينعكس علي مستوي الإنجاز ويجعلهم أكثر قدرة علي الاشتراك بإيجابية في تنفيذ أدوارهم المنوط القيام بها علي أتم وجه ممكن وبما يسهم في تحقيق الإنجاز .

ويتفق هذا مع ما أشار إليه كلاً من " محمد الحماحمي و عايدة عبد العزيز " (٢٠٠٦ : ٣٩) ، " تهناني عبد السلام " (٢٠٠١ : ١٦) إلي أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وبشكل منتظم من شأنها تسهم في تحسن الحالة النفسية لديهم وتساعدهم في التعبير عن الذات وتفرغ الانفعالات المكبوتة بل وتحد من التوتر العصبي والنفسي المصاحب للحياة العصرية ، كما أنها تسهم في تحقيق الاسترخاء والتوازن النفسي للفرد الذي يساعدهم بإيجابية في تحقيق الانجاز في مختلف المهام والادوار المنوط القيام بها .

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه نتائج دراسة كلاً من " محمد جميل " (٢٠٢٢) ، " ماهر يوسف " (٢٠٢٠) ، " اسلام منصور ، هناء محمود " (٢٠١٩) والتي اشارت الي أن هناك علاقة ارتباطية بين ممارسة الأنشطة الترويحية وبعض المتغيرات النفسية الأخرى كالمهارات النفسية والتوافق والرفاهية النفسية لدي مختلف العينات .

وبذلك نجد أن الباحثون قد أجابوا علي التساؤل الثني والذي ينص علي " هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين واقع ممارسة الأنشطة الترويحية والمهارات النفسية لدي الشباب بمدينة المنيا ؟ "

الاستنتاجات والتوصيات :

أولاً : الاستنتاجات :

في ضوء نتائج وهدف وتساؤلات البحث توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية :

- ١- من أهم أنشطة الترويح الرياضي التي يفضل الشباب ممارستها في وقت الفراغ هي (المشي ، الجري ، التمرينات ، الألعاب بسيطة التنظيم ، كرة السلة ، كرة القدم ، كرة اليد ، الكرة الطائرة ، تنس الطاولة ، العدو مسافات قصيرة) .
- ٢- من أهم أنشطة الترويح الرياضي التي لا يفضل الشباب ممارستها في وقت الفراغ هي (الجودو ، الهوكي ، التنس الأرضي ، السباحة)
- ٣- من أهم أنشطة الترويح الاجتماعي التي يفضل الشباب ممارستها في وقت الفراغ هي (الرحلات ، الحفلات ، زيارة المعارض ، زيارة الأصدقاء ، المشاركة في دعوات الغذاء (غداء - عشاء) ، المساعدة في أعمال الخدمة العامة ، مشروعات خيرية (التبرع بالدم - محو الأمية) ، الاحتفال بالمناسبات الدينية ، الاحتفال بالمناسبات الوطنية ، حفلات الشاي ، ألعاب المائدة ، الاحتفال بيوم اليتيم) .
- ٤- من أهم أنشطة الترويح الثقافي التي يفضل الشباب ممارستها في وقت الفراغ هي (القراءة مثل (الصحف - المجلات - القصص - الروايات) ، الكتابة (الشعر - القصص - الكتب) ، الندوات والمحاضرات الثقافية ، مجلات الحائط ، مسابقات حفظ القرآن الكريم ، مسابقة المعلومات العامة ، الاستماع الي الراديو ، مشاهدة التلفزيون ، استخدام الكمبيوتر) .
- ٥- من أهم أنشطة الترويح الفني التي يفضل الشباب ممارستها في وقت الفراغ هي (الموسيقى ، الرسم ، التمثيل ، الغناء ، تلوين الزجاج ، مشاهدة الأفلام السينمائية ، الدراما) .
- ٦- من أهم أنشطة الترويح الفني التي لا يفضل الشباب ممارستها في وقت الفراغ هي (التصوير ، التريكو ، التطريز ، النحت ، التشكيل بالصلصال ، أشغال النجارة ، الاشغال الفنية ، الفنون التعبيرية) .
- ٧- توجد علاقة ارتباطية طردية دالة احصائياً بين واقع ممارسة الأنشطة الترويحية والمهارات النفسية لدى الشباب قيد البحث .

ثانياً : التوصيات :

- في ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث يوصي الباحث بما يلي :
- ١- ضرورة حث كافة فئات المجتمع بصفة عامة والشباب بصفة خاصة علي استثمار أوقات فراغهم في ممارسة مختلف العديد من الأنشطة الترويحية التي تعود عليهم بالنفع والفائدة .
 - ٢- ضرورة أن تقوم الأندية الرياضية ومراكز الشباب بتوفير كافة الأنشطة الترويحية التي تتناسب مع قدرات ومهارات الشباب وبما يسهم في استثمار وقت فراغهم .
 - ٣- أن تقوم إدارة الأندية الرياضية ومراكز الشباب باستحداث أنشطة ترويحية جديدة تتناسب مع اهتمامات ورغبات كافة الفئات .
 - ٤- أن تقوم الأندية الرياضية ومراكز الشباب بعقد العديد من الندوات لتوجيه وحث المترددين علي تلك المؤسسات الضرورية بأهمية استثمار وقت الفراغ في ممارسة الأنشطة الترويحية.
 - ٥- تزويد الافراد المترددين علي تلك المؤسسات بمختلف المعارف والمعلومات عن أنشطة وقت الفراغ وكيفية تنفيذها في حدود الإمكانيات المتاحة .
 - ٦- ضرورة توحيد الجهود بين المسؤولين في المؤسسات الرياضية وأساتذة الترويح لعقد العديد من الندوات الارشادية التي تحث علي أهمية ممارسة الترويح بمختلف انواعه لدوره في تحسين مستوى المهارات النفسية لدي العديد من الفئات المختلفة .
 - ٧- إجراء المزيد من الأبحاث والدراسات عن دور الممارسة الترويحية في تحسين مستوى المهارات النفسية لدي مختلف الفئات .

قائمة المراجع :

أولاً : المراجع العربية :

١. احمد ذكي صالح (٢٠٠١) : التعليم واسسه ومناهجه ونظرياته ، النهضة العربية ، القاهرة.
٢. احمد ماجد عبد الحميد (٢٠٢٢): دوافع ممارسة الانشطة الترويحية لتلاميذ المرحلة الاعدادية بمحافظة القاهرة " دراسة مقارنة، مجلة التربية البدنية وعلوم الرياضة، القاهرة.
٣. أسامة كامل راتب (٢٠٠٤) : " تدريب المهارات النفسية " - تطبيقات في المجال الرياضي ، ط٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
٤. اسلام منصور عبد المنعم ، هناء محمود علي (٢٠١٩) : تأثير برنامج تروحي رياضي باستخدام الوسط المائي علي تحسين مستوى بعض القدرات البدنية الخاصة والمهارات النفسية والمستوي الرقمي لسباحي المسافات القصيرة ، ملحة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، المجلد (٤٩) ، العدد (١٣) .
٥. تهاني عبد السلام (٢٠٠١) : الترويح والتربية الترويحية ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
٦. تهاني عبدالسلام محمد (١٩٩٨): اسس الترويح والتربية الترويحية ، دار المعارف ، الإسكندرية.
٧. صياد الحاج (٢٠١٨)، فاعلية بعض الأنشطة الترويحية الرياضية في تحسين التوافق النفسي والرضا عن الحياة لدى كبار السن، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة عبد الحميد بن باديس .مستغانم ، الجزائر.
٨. طارق محمد بدر الدين (٢٠١٤) : " الرعاية النفسية للناشئ الرياضي " ، دار الوفاء لنديا الطباعة ، الإسكندرية.
٩. طه عبد الرحيم طه (٢٠٠٦) : مدخل إلي الترويح ، دار الوفاء ، الإسكندرية .
١٠. عبد المنصف حسن رشوان (٢٠٠٦) : ممارسة الخدمة الاجتماعية في رعاية الشباب وقضاياهم، المكتب الجامعي الحديث ، أسوان .
١١. عفاف عبد الفتاح علي (٢٠١٣) : توظيف أوقات الفراغ والترويح عند الشباب في ضوء الأنشطة الممارسة (دراسة ميدانية على عينة من الشباب الليبي بجامعة المرقب) ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الجنان ، طرابلس .
١٢. كمال درويش ، أمين الخولي (٢٠٠١) : الترويح وأوقات الفراغ ، ط٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

١٣. كمال درويش ، محمد الحماحي (١٩٩٧): رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ مركز الكتاب والنشر، القاهرة.
١٤. كمال درويش ، محمد الحماحي (٢٠٠٤): رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ ، ط ٢ ، مركز الكتاب والنشر، القاهرة.
١٥. ليلي شيباني ، سهام فدان (٢٠١٩): المهارات النفسية في ممارسة النشاط الرياضي لدى الشباب ، مجلة العلوم الاجتماعية ، العدد (٨) ، الجزائر .
١٦. ماهر يوسف المجدلأوي (٢٠٢٠) : اتجاهات طلبة جامعة الاقصي نحو ممارسة الأنشطة الترويحية وعلاقتها بالالتزان الانفعالي والتمكين النفسي ، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية ، المجلد (٢٨) ، العدد (٦) ، كلية التربية ، جامعة الاقصي ، فلسطين .
١٧. محمد السيد اسماعيل " (٢٠٢٢) : الصحة النفسية لطلاب جامعة دمياط: دراسة مقارنة بين الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الترويحية ، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، المجلد (٤) ، العدد (٦٣) ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط .
١٨. محمد جميل قاسم (٢٠٢٢) : ممارسة الأنشطة الرياضية والترويحية وعلاقتها بالرفاهية النفسية لدى طلبة المرحلة الأساسية بمدارس محافظة جرش ، بحث منشور ، مجلة جامعة عمان العربية للبحوث - سلسلة البحوث التربوية والنفسية ، المجلد (٧) ، العدد (٣) .
١٩. محمد رضا شوقي (٢٠٠٣) : الشباب وازمة الهوية ، دار الهاوي للطباعة والنشر ، بيروت ، لبنان.
٢٠. محمد عبد المحسن عبد الله (٢٠٢٣) : الأنشطة الترويحية والفراغ في حياة الشباب الجامعي " دراسة وصفية علي عينة من طلاب كلية الآداب بمدينة زليتن " بحث منشور ، مجلة البحوث الاكاديمية (العلوم الانسانية) العدد (٢٥) كلية الآداب ، جامعة الاسمرية ، ليبيا .
٢١. محمد محمد الحماحي (٢٠٠١) : الترويح بين النظرية والتطبيق ، ط ٢ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
٢٢. محمد الحماحي ، عايدة عبد العزيز (٢٠٠٩) : الترويح بين النظرية والتطبيق ، ط ٦ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
٢٣. محمد محمد الحماحي ، عايدة مصطفى عبد العزيز (٢٠٠٦) : الترويح بين النظرية والتطبيق ، ط ٤ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
٢٤. محمود إسماعيل طلبة (٢٠١٠) : سيكولوجية الترويح وأوقات الفراغ ، إسلاميك جرافيك ، القاهرة.

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 25- Cox . R .H(2002) : sport psychology : concepts and applications , new york , mc graw hill 5th ed .
- 26- George Danut Mocanu et all (2021) : The Influence of Socio-Demographic Factors on the Forms of Leisure for the Students at the Faculty of Physical Education and Sports , International Journal of Environmental Research and Public Health , 18(23)
- 27- Katrin, K & Dudgeon, D. (2016). Physical exercise and psychological well being", "Br J Sports Med" (32) p.p 111–120.
- 28- Linley,P,Malpy, (2009), Measuring happiness; The higher order factor structure of subjective and Psychological Well – Being measures, Personality and Individual Differences, 47(2), 878- 884.
- 29- Low,L.F.et al .(2015). The Lifestyle Engagement Activity Program (LEAP): Implementing Social and Recreational Activity into Case-Managed Home Care, JAMDA, (16), 1069-1076 .

