

بحث بعنوان

دور الأنشطة الرياضية في تنمية التحصيل الدراسي

دراسة ميدانية على عينه من طلاب الجامعة

إعداد

رشا حامد عطيه الطنطاوي

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية للتعرف على فوائد الأنشطة الرياضية على الصحة العامة الطلاب ودورها في تنمية التحصيل الدراسي لدى الطلاب، واعتمدت الدراسة على منهج المسح الاجتماعي وأداه الاستبيان، من خلال سحب عينه عشوائية من طلاب المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالمنصورة ، بلغ حجمها (327) مفردة، وخلصت الدراسة إلى العديد من النتائج منها: أهميه النشاط الرياضي في إكساب الطلاب للمهارات والهوايات، ورفع مستوى اللياقة البدنية، وبت روح التنافس والروح الرياضية، وتنمية روح القيادة والتبعية ، كما أن ممارسة الأنشطة الرياضية تساعد في تكوين الصداقات والعلاقات الاجتماعية، وإشغال أوقات الفراغ ، وتشبع الميول والرغبات وتنمية الابتكار والإبداع لدى الطلاب، وتنمية الشخصية ومساعدة الطلاب على اكتساب الخبرات والمهارات، كما كشفت نتائج الدراسة أن للأنشطة الرياضية دور في التحصيل الدراسي لأنها تعمل على تنمية كافة أو بعض جوانب شخصيات الطلاب، فهي تشجع على المذاكرة والاستذكار والاجتهاد ، وتعطي الثقة بالنفس في التعامل مع الآخرين ومواجهه المواقف، وممارسه الرياضة تجعل من الفرد قيادي ناجح، وممارسه الرياضة تساعدك على اكتساب الثقة في مواجهه المشكلات، وأوصت الدراسة بضرورة اهتمام إدارة المعهد بتوفير الأماكن

والأدوات المناسبة لممارسه الأنشطة الرياضية، وضرورة التنوع في الأنشطة الرياضية التي تجذب الطلاب لممارسه النشاط الرياضي، وعمل ندوات توعويه لأولياء الأمور لتوعيه أبنائهم بأهمية ممارسه النشاط الرياضي داخل المعهد.

Abstract:

The current study aimed to identify the benefits of sports activities on students' public health and their role in developing students' academic achievement. The study relied on the method of social survey and the questionnaire's performance, by withdrawing a random sample of students from the Higher Institute of Social Service in Mansoura, the size of which reached (327) single, and concluded The study pointed to many results, including: the importance of sports activity in providing students with skills and hobbies, raising the level of physical fitness, spreading the spirit of competition and sportsmanship, and developing the spirit of leadership and dependence, and the practice of sporting activities helps in forming friendships and social relationships, occupying leisure time, and saturating tendencies The results of the study revealed that sports activities have a role in academic achievement because they work to develop all or some aspects of students' personalities, as it encourages study, memorization and diligence, and gives self-confidence in dealing With others and facing situations, and practicing sports makes an individual a successful leader, and practicing sports helps you gain confidence in Mo He faced problems, and the study recommended the need for the institute's management to provide suitable places and tools for practicing sports activities, the need for diversity in sports activities that attract students to practice sporting activity, and awareness seminars for parents to educate their children about the importance of practicing sports activity within the institute.

المقدمة

تمثل الجامعات في عصرنا الحالي الركيزة والعلمية في المجتمع ، ومن المقومات الرئيسية للدولة العصرية، وأصبح إنشاؤها في سلم أولويات الدولة لدى أي نظام حكم ، وذلك منها بالدور الذي تؤديه في تنمية الأفراد تنميه شامله وقيادة التغيير الاجتماعي فيها والذي لا يمكن تحقيقه بدون تحقيق التفاعل بين الفرد من ناحيه والبيئة الاجتماعية من ناحيه أخرى ، ولا يقتصر دورها على التدريس فقط بل يتعدى نحو تنميه مواهب الطلبة وتطوير قدراتهم.(1)

والعملية التعليمية كل متكامل لا ينفصل فيها الفكر عن العمل ويتفاعل الجانب النظري مع الجانب التطبيقي لتكون الحصيلة متوازنة وفاعله ، والجامعة مجتمع صغير متكامل يدرّب الفرد على حياة المجتمع بألوانها وأنواعها ، بجدها وهزلها ، بخبراتها وتجاربها ، وأصبح دور الجامعة هو الموازنة بين الجانب العقلي المعرفي ، والجوانب الانفعالية والجسمية والاجتماعية.(2)

ويمثل الشباب قوة المجتمع، فهو شريحة اجتماعية تشغل وضعا متميزا ببنية المجتمع. والشباب هم أكثر الفئات العمرية حيوية وقدرة على العمل والنشاط وهم الفئة العمرية التي يكاد بناؤها النفسي والثقافي أن يكون مكتملا. وتتسم هذه الفئة بالمرونة والقدرة على التكيف مع المواقف التي تواجههم(3).

كما يعد الشباب القوة العمرية الهائلة داخل المجتمع التي يجب الاهتمام والعناية بها، لذا ينبغي على المجتمع بأجهزته ومؤسساته المختلفة أن يبذل أقصى جهدة لتهيئة انسب الظروف والأوضاع لرفع شأنها وتوسيع قاعدة ممارستها.(4)

ولما كان الشباب أحد أهم العناصر التي من خلالها تبني عليها تقدم الشعوب جاء اهتمام المجتمعات بدراسة الشباب وسبل رعايتهم ضرورة ملحة أقرتها تلك المجتمعات بناء على نتائج البحوث والدراسات حيث تهتم هذه البحوث بمواجهة المشكلات التي تعوق الشباب(5).

ويعيش الشباب اليوم مجموعة من التغيرات السريعة الوافدة إلى مجتمعاتنا من مصادر متعددة، مما أدى إلى وقوعه في حيرة وافتقاده القدرة على تحديد ذاته وذلك نتيجة لتعرضه للعديد من المؤثرات الناتجة عن تلك التغيرات، وخاصة في ظل التقدم الهائل في شتى النواحي تكنولوجيا ومعرفيا، الأمر الذي أدى إلى تضاعف أوقات الفراغ لدى الشباب بشكل أدى إلى تهديد كيان المجتمع بأثره، ولذلك لوحظ اهتمام المؤسسات والهيئات الاجتماعية بالشباب. لأنهم هم الركيزة الأساسية للمجتمع، حيث ركزت عليهم من كافة الجوانب المختلفة صحيا ونفسيا واجتماعيا، لأن فئة الشباب تشكل أكبر الفئات العمرية حجما خاصة في المجتمعات النامية.(6)

وتعتبر المرحلة الجامعية من أهم المراحل العمرية في حياة الطلاب فهي في الواقع حياة متكاملة بكافة جوانبها العلمية والثقافية والاجتماعية وقد أتاحت الدولة كل ما لديها من إمكانيات لتهيئة الظروف الملائمة للعملية التعليمية

وتشجيع ودعم الأنشطة الطلابية، فهدف الجامعة لا يقتصر على العملية التعليمية فحسب ولا يتعامل مع الطلاب كأقراص حاسبات يحشوها بالمعلومات أو قوالب جامدة لا تتأثر ب (أو تؤثر في) محيطها وإنما تحاول أن تجعل من خريجها مثلاً يحتذى به في شتى الجوانب وكافة الوجوه، وتحقيقاً لذلك تتيح الجامعة كل ما لديها من جهد وموارد لممارسة كافة أنواع الأنشطة الطلابية، والتفوق في مجال ممارسة الأنشطة لا يقل أبداً في أهميته على التفوق الدراسي فبقدر ما تعلوا هامة الجامعة بأبنائها المتفوقين دراسياً بقدر ما تعلوا هامتها بالمتفوقين في مجالات الأنشطة الطلابية. (7)

ولقد حظى النشاط الرياضي على جانب كبير من الاهتمام خلال العقود الأخيرة نظراً لزيادة معدلات انتشار أمراض قلبه الحركة في المجتمعات الحديثة ، ونظراً للإدراك المتزايد لأثار النشاط الرياضي صحياً واجتماعياً ونفسياً ، وأصبح السعي إلى فهم الأسباب الكامنة وراء الانتظام في ممارسه الرياضة أو عدم ممارستها من أكثر الموضوعات التي تلقى اهتماماً في أوساط علم الاجتماع.

وسعى الدارسين في شتى أنحاء العالم إلى السعي لفهم العوامل التي تجعل الأفراد نشطين حركياً أو خاملين الأمر الذي سلط الأضواء على الدافعية باعتبارها أهم محددات السلوك الإنساني على اختلاف أنواعه فقد توصل وانج ويبدل (wang&Biddle ,2003) لدى دراستهم لدوافع ممارسه الطلاب السنغافوريين للرياضة أن الدوافع الداخلية ممكن تقويتها من خلال التأثير على التنظيم المعرف لدوافع الطلاب ومن خلال تحسين قدراتهم الرياضية التي تؤثر على إدراكهم لكفاءتهم ، وأيضاً من أهم دوافع ممارسه النشاطات الرياضية هي الحفاظ على الصحة العامة والحفاظ على اللياقة البدنية وخفض التوتر والحصول على المتعة والشعور الجيد بالمتعة والراحة النفسية. (8)

والرياضة لها أهميه كبيرة في تحقيق التنمية الاجتماعية وتعد جزءاً هاماً من اهتمامات الحكومة لما لها من دور فعال على المستوى الوطني والمستوى الدولي، ويعد النشاط الرياضي بصورة المختلفة ركناً هاماً بالمؤسسات التربوية لما له من دور فاعل في إعداد الفرد عقلياً وبدنياً ونفسياً واجتماعياً ، بالإضافة إلى أن النشاط الرياضي داخل الجامعة يساهم إسهاماً كبيراً في تصحيح الاتجاهات السلبية لدى الشباب واستثمار طاقاتهم، كما أن النشاط الرياضي بالجامعة له ثلاثة أهداف أساسيه هي النمو البدني والنمو العقلي والنمو الاجتماعي، ومن هنا تتضح أهمية النشاط الرياضي الجامعي. (9)

ولا شك أن الأنشطة الرياضية التي تمارس داخل الجامعة تجعل منها مجتمعا متكاملًا يدرّب النشء على حياة الجماعة بألوانها وأنواعها، بجدها ومرحها، بخبراتها وتجاربها، ويبث فيهم روح الجماعة ويدربهم على القيادة الجماعية والتشاور والتعاون الجماعي والتفاهم المتبادل، كما يدعم شخصياتهم بما يلاقونه من تحديات، وما يقابلهم من مشاكل، وما يتحملونه من مسؤوليات، وما يكتسبونه من خبرات، كما يعينهم على تذوق قيمة ذلك الجهد والعمل الجماعي.

كما أن للأنشطة الرياضية دور هام أيضاً في تنمية كافة أو بعض جوانب شخصيات الطلاب، فهي تساعد

الطلاب في الكشف عن ميولهم، والاستفادة من قدراتهم وغرس القيم الخلقية والاجتماعية والروحية الأصلية فيهم، كما أنها تعمل على بناء شخصية الطالب من الناحية الاجتماعية، و تعمل على الارتقاء بالمستوى الثقافي للطالب، وتسهم كذلك في تنمية ذوقه ووجدانه، كما تتيح الفرصة للطلاب لممارسة الديمقراطية والتمرس على القيادة. ويسهم النشاط الرياضي بدوره في إتاحة الفرصة للمتميز منهم للابتكار والتميز من خلال المشاركة في برامج الأنشطة التي تتناسب مع مواهبهم وقدراتهم⁽¹⁰⁾، هذا بالإضافة إلى أن ممارسه الأنشطة الرياضية تساعد الطالب على النجاح والتفوق الدراسي، لأن ممارسه الرياضة لها تأثيرا إيجابيا على تحصيله للمواد الدراسية⁽¹¹⁾، وهذا ما أكدته إحدى الدراسات فقد هدفت إحدى الدراسات إلى الوقوف على ما إذا كان الاشتراك في النشاط الطلابي بالجامعة يؤثر في الإنجاز الأكاديمي للطالب، وأسفرت نتيجة البحث المتعلقة بهذا الهدف إلى أن هناك فرقا ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الإنجاز الأكاديمي في المواد لصالح الطلاب المشتركين في النشاط الطلابي.⁽¹²⁾

وهذا ما دفع الباحثة إلى اختيار هذا الموضوع وذلك بهدف التعرف على مراحل تطور الأنشطة الرياضية، والتعرف على أنواع الأنشطة الرياضية ووظائفها، والتعرف على فوائد الأنشطة الرياضية على الصحة العامة الطلاب، والتعرف على أهميه الأنشطة الرياضية التي يمارسها الطلاب ، والتعرف على دور النشاط الرياضي في تنمية التحصيل الدراسي لدى الشباب، وتقديم مجموعة من المقترحات التي يمكن من خلالها تطوير الأنشطة الرياضية وزيادة مشاركة الطلاب فيها.

إشكاليه الدراسة:

تدور مشكلة الدراسة حول أثر ممارسه الأنشطة الرياضية على تنمية التحصيل الدراسي لطلاب الجامعة، حيث تعد الأنشطة الطلابية مهمة في تحقيق الأهداف التربوية ، ورفع تحصيل الطالب العلمي، بالإضافة إلى صقل شخصيته وتكامل نموه، وإن تطوير هذه الأنشطة بحاجة إلى مزيد من البحث الذي يكشف درجة ممارستها. ويمثل التحصيل العلمي للطلاب أهمية كبيرة للكثير من الآباء وأولياء الأمور والتربويين، وقد شكل هذا الاهتمام بالتحصيل العلمي حاجسا كبيرا لدى الآباء وأولياء الأمور مما دفعهم إلى توجيه أبنائهم وبناتهم إلى تركيز جهودهم على التحصيل العلمي فقط وعدم إضاعة الوقت في أشياء لا فائدة منها مثل النشاط الرياضي.

وفي الحقيقة ، فإن الأمر على خلاف ما يعتقد بعض الآباء والمربين الذين يمنعون الأبناء من الاشتراك في النشاط الرياضي أو يقللون من قيمته ومردوده على تحصيل الطالب ، فبالإضافة إلى دور النشاط في ترغيب الطلاب إلى التحصيل وتحبيبهم إليها وجعلها أكثر فعالية وتأثيرا في حياه الطلاب ، فإنه يساعد في تكوين عادات ومهارات وقيم وأساليب تفكير لازمة لمواصلة التعليم والمشاركة في التنمية الشاملة ، كما أن الطلاب الذين يشاركون في النشاط لديهم قدرة على الإنجاز الأكاديمي ، وهم يتمتعون بنسبة ذكاء مرتفعة ، كما أنهم إيجابيون بالنسبة لزملائهم ومعلميهم.

ومن أجل ذلك جاءت الدراسة بهدف أساسي وهو التعرف على أهميه الأنشطة الرياضية ودورها في تنمية

التحصيل الدراسي لدى الطلاب، وينبثق من ذلك الهدف التساؤلات التالية:

- 1- ما أنواع الأنشطة الرياضية ووظائفها؟
- 2- ما فوائد الأنشطة الرياضية على الطلاب؟
- 3- ما دور النشاط الرياضي في تنمية التحصيل الدراسي لدى الطلاب؟
- 4- ما أهم المقترحات التي يمكن من خلالها تطوير الأنشطة الرياضية وزيادة مشاركة الطلاب فيها؟

منهجه الدراسة :

اعتمدت الدراسة على منهج المسح الاجتماعي حيث يعتبر منهج المسح الاجتماعي من أنسب المناهج العلمية ملائمة للدراسات الوصفية بصفة عامة⁽¹³⁾، فهو محاولة منظمة للحصول على معلومات من جمهور معين او عينة منه وذلك عن طريق استخدام استمارات البحث، فالوظيفة الاساسية للمسح هو توفير المعلومات حول موقف او مجتمع أو جماعة،⁽¹⁴⁾ وتستخدم الدراسة منهج المسح الاجتماعي لأنه من أكثر المناهج تلاؤماً لموضوع الدراسة والذي يدور حول دور الأنشطة الرياضية في تنميه التحصيل الدراسي ، بالإضافة إلي أن معظم الدراسات السابقة التي تناولت الأنشطة الرياضية في هذا المجال اعتمدت علي منهج المسح الاجتماعي في معالجتها.

-ادوات الدراسة: لتحقيق أهداف الدراسة فقد اعتمدت الدراسة على أداء الاستبيان، وتم التحقق من ثبات وصدق الاستبيان عن طريق تطبيقه على بعض الطلاب بهدف التأكد من فهم الطلاب له وإعادة تطبيقه مرة أخرى بعد 15 يوماً على نفس الطلاب لتقدير معدلات الثبات، وتم عرض وتحكيم الاستبيان على مجموعة من المحكمين للتعرف على ملائمة الأسئلة مع عنوان الدراسة وصدقها.

- عينه الدراسة: اعتمدت الدراسة الراهنة على عينه عشوائية من الطلاب الذكور والإناث طلاب الفرقة الثالثة بالمعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالمنصورة بلغ إجمالي العينة (2196) طالب وطالب، وإجمالي الذكور (864) طالب، أما الإناث (1223) طالبه ، فقد تم اختيار عينه عشوائية بلغ قوامها (327) مفردة من الذكور والإناث.

العينة باستخدام أسلوب التوزيع المتناسب		
البيان	العدد	العينة المسحوية
ذكور	864	129
إناث	1332	198
المجموع	2196	327

مجالات الدراسة:

- أ- المجال الجغرافي: طبقت في المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالمنصورة.
- ب- المجال البشري: اشتملت الدراسة " الراهنة على عينة قوامها (327) مفردة من الذكور والإناث من طلاب الفرقة الثالثة بالمعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالمنصورة.

ج- المجال الزمني: تم تطبيق الدراسة خلال شهري نوفمبر وديسمبر 2020.

مفاهيم الدراسة

1- مفهوم الدور

يعتبر مفهوم الدور ذات دلالة هامة للبحث عن طبيعة الأدوار التي يقوم بها الفرد والجماعات والمنظمات المختلفة ، حيث أن كل شيء داخل المحيط الاجتماعي له دور يؤديه، إلا أن هذه الأدوار تختلف حسب نوعها وطبيعة القائمين عليها ، وهذا يؤكد ضرورة وجود الدور داخل البناء الاجتماعي.⁽¹⁵⁾

ويمكن تعريف الدور بأنه نمط السلوك المتوقع من الشخص الذي يشغل وضعا اجتماعيا معينا أثناء تفاعله مع الأشخاص الآخرين الذين يشغلون أوضاعا اجتماعية أخرى داخل النسق.⁽¹⁶⁾

أما قاموس علم الاجتماع فيعرف الدور بأنه نموذج يتركز حول بعض الحقوق والواجبات ويرتبط بوضع محدد للمكانة داخل المجتمع أو موقف اجتماعي معين ويتحدد دور الشخص في أي موقف عن طريق مجموعة توقعات يعتنقها الآخرون كما يعتنقها الشخص نفسه.⁽¹⁷⁾

ويعرفه عاطف غيث في قاموسه على أنه عنصر في التفاعل الاجتماعي، وهو هنا يشير إلى نمط متكرر من الأفعال المكتسبة التي يؤديها شخص معين في موقف تفاعل.⁽¹⁸⁾

أما Allport فيعرف الدور بأنه أسلوب الفرد في المساهمة في الحياة الاجتماعية، وهو مجرد ما يتوقعه المجتمع من شخص يشغل منصبا اجتماعيا معينا ، وقد ميز ألبورت بين توقعات الأدوار وأداء الأدوار الذين يرتبطان بالنسق الاجتماعي أما تصور الدور وقبول الفرد له أو رفضه فهي عوامل ذاتية ترتبط بالشخصية، كما أن الدور وتوقعاته لسلوك الآخرين تتباين من فرد لآخر، وتحدد قدرات الفرد وقدراته على أداء الدور وتوقعاته المنتظرة من الآخرين داخل إطار الموقف.⁽¹⁹⁾

2- مفهوم الطالب الجامعي

طلاب الجامعة هم الشريحة التي تسعى دائما إلى التجديد والتحديث في المجتمع، والتي تقبل كل ما هو جديد لذا فهم آداة التغيير في المجتمع،⁽²⁰⁾ وهم يمثلون المرحلة التي تساعد الفرد وتأهله لاستقبال المهارات والمعارف والمعلومات الفعالة والتي تساعد علي كفاءته لكي يحتل مكانة اجتماعية مرموقة ولكي يؤدي أدواراً في بناء المجتمع.⁽²¹⁾

كما أن طلاب الجامعة يمثلون جماعة أو شريحة من المتعلمين (متلقي الثقافة) في المجتمع بصفة عامة،

يطورون لهم ثقافة خاصة بهم تشير إلى تلك الأساليب السلوكية، والقيم والمثاليات، وطرائق الحياة والتفكير التي تتجه في أنظمة وعلاقات اجتماعية، وأنساق للاعتقاد، تتبلور حول حاجات الشباب ووضعهم في المجتمع وإحساسهم بمشكلاتهم وإسهامهم في تغييره.⁽²²⁾

ويعرف البعض الطالب الجامعي بأنه الطالب المقبول للالتحاق بالجامعة بعد أن يكون قد أكمل دراسته بنجاح في فترة تتراوح ما بين 10-12 سنة دراسية في مؤسسة تعليمية معترف بها⁽²³⁾ أو هو كل فرد يحصل على تعليم جامعي داخل أي كلية من الكليات النظرية والعملية في خلال فترة زمنية محددة.⁽²⁴⁾

وتعرف جامعة الدول العربية الشباب الجامعي: بأنه مرحلة نمو بيولوجي تكتمل فيه بنية الإنسان ونمو جسمه وأعضائه، ولعل أقرب تعريف إلى الحقيقة هو التعريف الاجتماعي الذي يقوم على تقسيم دورة حياة الإنسان إلى ثلاث مراحل النمو العضوي والنفسي، ويمثلها مرحلة الطفولة، ثم مرحلة التعليم وصقل المواهب في مرحلة الشباب وأخيراً مرحلة مواجهة الحياة وتحمل مسؤولياتها وضغوطها الاقتصادية والاجتماعية، وتشغل جزءاً من مرحلة الشباب وما بعد مرحلة الشباب.⁽²⁵⁾

أما عن المفهوم الإجرائي لطلاب الجامعة الذين سوف تركز عليهم الدراسة الراهنة فالمعنى بها طلاب المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالمنصورة الذين يتراوح أعمارهم من (20-24) سنة بالفرقة الثالثة ويمارسون الأنشطة الرياضية، وأثر ممارسه الأنشطة الرياضية في التأثير على تنميته تحصيلهم الدراسي.

3 : مفهوم الأنشطة الرياضية

يعرف النشاط بأنه كل ما يؤديه الطالب من سلوك وعلاقات تحت مظلة التوجيه التربوي سواء وقت العمل والدراسة أو الوقت الحر "وقت الفراغ"⁽²⁶⁾ والنشاط "وسيلة تربوية تهدف من خلالها استثمار وتوظيف طاقات وقدرات الشباب لتوظيف الأمثل".⁽²⁷⁾

ويعرف البعض النشاط الطلابي بأنه تلك البرامج التي تنفذ بإشراف المؤسسة التعليمية وتوجيهها، والتي تتناول كل ما يتصل بالحياة الدراسية وأنشطتها المختلفة ذات الارتباط بالمواد الدراسية أو الجوانب الاجتماعية والبيئية أو الأندية ذات الاهتمامات الخاصة بالنواحي العملية أو العملية أو الرياضية أو الموسيقية أو المسرحية.⁽²⁸⁾

يعرف "عدنان العضايلة" النشاط الطلابي بأنه مجمل البرامج والأنشطة التي يمارسها الطلاب داخل الجامعة، أو الكلية، أو المدرسة، أو خارجها، وفقاً لميولهم واستعداداتهم وقدراتهم وفق الإمكانيات المتاحة لهم، والتي تكون مرتبطة ارتباطاً مباشراً أو غير مباشر بالأنشطة المنهجية. وتتم تحت إشراف الجامعة سعياً لتحقيق أهداف العملية التعليمية.⁽²⁹⁾

ويعرف موسي عبد الكريم النشاطات الطلابية بأنها كل ما تقدمه الجامعة لطلابها من الأنشطة الثقافية (العلمية والفنية)، والأنشطة الاجتماعية، والأنشطة الرياضية علي مستوى الكليات وعلي مستوى الجامعة، وتشمل المسابقات والمحاضرات والندوات والدورات، والرحلات ومشروع تشغيل الطلاب ومشروع التبرع بالدم والحفلات

والمهرجانات والمعارض والمخيمات بالإضافة إلى الأنشطة الرياضية المتنوعة⁽³⁰⁾.

ويعرفها حاتم محمد مرسي بأنها مجموعة الممارسات التربوية التي يؤديها الطلاب داخل مؤسساتهم وخارجها وفق خطط محددة، وتحت إشراف المتخصصين بتلك المؤسسات لتحقيق أكبر قدر من التكامل بين المطالب والاهتمامات الشخصية للطلاب والأهداف العامة التربوية للمؤسسة التعليمية⁽³¹⁾.

أما **النشاط الرياضي يعرف بأنه**: الألعاب الحرة المنظمة التي يمارسها الطالب تحت إرشاد وقيادة واعية، وفي إطار خطة مدروسة لتحقيق أهداف محددة واضحة .

كما يعرف بأنه ممارسة نشاط له طابع اللعب سواء في الهواء الطلق أو في الداخل، والاشتراك في المنافسات الرياضية للوصول إلى أعلى المستويات الممكنة للفرد، أو قضاء وقت فراغ مفيد⁽³²⁾.

ويعرف **بانه النشاط** الذي يشمل جميع أشكال النشاط مثل المشي وركوب الدراجة للوصول من أ إلى ب، واللعب النشط، والنشاط المرتبط بالعمل، والاستجمام مثل صالة التمرينات الرياضية، أو لعب الألعاب النشيطة بالإضافة إلى الرياضات المنظمة والرياضات التنافسية⁽³³⁾.

مما سبق يمكن القول أن النشاط الرياضي يمثل الخبرات والمواقف التي يمر بها الطلاب داخل المعهد وخارجه ، وتشتمل هذه المواقف والأنشطة علي برامج مختلفة رياضية واجتماعيه وثقافيه ، وتكون تلك الأنشطة تحت إشراف إدارة جامعية.

4 : مفهوم التحصيل الدراسي

يعرف التحصيل لغويا: بأنه حصل الشيء، يحصل حصولاً، وقد حصلت الشيء تحصيلاً أي تجمع وثبت. ومن الناحية الاصطلاحية يعرف التحصيل الدراسي على أنه مقدار أداء الطالب في الصف لعمل ما من الناحية الكمية والنوعية⁽³⁴⁾.

يعريف التحصيل الدراسي بأنه " مدى استيعاب الطلاب لما تعلموه من خبرات معرفية ومهارية في مجموعة المقررات الدراسية التي يدرسونها ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في الاختبارات التحصيلية في جمع المواد الدراسية " المجموع الكلي للدرجات " .

ويشير **مصطلح التحصيل الدراسي** " إلى مستوى من الحذق والكفاءة في ميدان العمل الأكاديمي أو المدرسي ، سواء بصفة عامة أو في مهارة معينة كالقراءة أو الحساب⁽³⁵⁾ .

كما عرف التحصيل بأنه " المستوى الذي وصل إليه الفرد في تحصيله للمواد الدراسية كما يقاس بالامتحانات التحصيلية التي تعقد في نهاية العام أو الفصل الدراسي، وهو ما يعبر عن المجموع الكلي لدرجات الفرد في جميع المواد الدراسية⁽³⁶⁾ .

ويشير **للتحصيل علي أنه** "يعنى الانجاز التحصيلي للطلاب في مادة دراسية أو مجموعة المواد مقدرًا بالدرجات طبقًا للاختبارات المحلية التي تجريها المدرسة آخر العام أو في نهاية الفصل الدراسي⁽³⁷⁾ .

كما عرف التحصيل بأنه "ما يكسبه من المعلومات الخاصة بالمادة التي يتعلمها خلال العام الدراسي وما يدركه الطفل من العلاقات بين هذه المعلومات وما يستتبطه منها من حقائق وينعكس ذلك في أداء الطفل على اختبار يوضع وفقا لقواعد معينة بحيث يقدر الأداء تقديراً كمياً".⁽³⁸⁾

واستخلاصاً لما سبق يمكن تعريف التحصيل الدراسي إجرائياً بأنه مدى استيعاب الطلاب الجامعيين للمواد الدراسية وتنمية تحصيلهم الدراسي من خلال ممارستهم للأنشطة الرياضية بالمعهد، وتأثير ممارسه الأنشطة الرياضية على استذكار الطالب وتفوقه في دراسته.

الأسس والنظريات المرتبطة في دراسة الأنشطة الطلابية والتحصيل الدراسي

نظراً لأهمية موضوع دور الأنشطة الرياضية في تنمية التحصيل الدراسي " دراسة ميدانية على عينه من طلاب الجامعة"، فالأنشطة الرياضية لها أهميه كبيرة على الشباب بصفه عامه في أنها ممارستها لها فائدة كبيرة على صحتهم " العقلية والنفسية والاجتماعية " ، بالإضافة إلى أنها لها فائدة كبيرة على مساعدتهم على تشجيعهم على استذكار دروسهم وتشجيعهم على الدراسة الجامعية من ثم تتبنى الباحثة مدخلين نظريين في تناول هذا الموضوع من مختلف أبعاده وهما :-

أ- نظرية الدور الاجتماعي:

ظهرت نظرية الدور في علم الاجتماع في مطلع القرن العشرين⁽³⁹⁾، ونالت اهتماماً مبكراً من رواد الاتجاهات الرئيسية في علم الاجتماع، ك"زيمل" الذي اهتم في سياقات تحليله لانبثاق الذات بتعدد الأدوار، و"ميد" الذي اهتم بمفهوم شغل الدور، و"روبر بارك" الذي سعى لربط الأدوار بالأوضاع البنائية، أما "مورينو" فقد عالج مفهوم لعب الدور، ونال شرف الأدوار والتوقعات داخل التنظيم الاجتماعي اهتماماً كبيراً من "رالف لنتون"⁽⁴⁰⁾.

والدور كلمة أساسية في النظرية الاجتماعية، وهي تلقى بالضوء على توقعات وآمال اجتماعية مرتبطة بأوضاع اجتماعية محددة، وقد شاعت نظرية الدور خلال منتصف القرن العشرين، وفهم مفهوم الدور بدقة يبقى أداة أساسية للتفاهم الاجتماعي⁽⁴¹⁾، والدور هو السلوك المتوقع من شخص يتبوأ مكانة معينة. كل شخص يمكن أن يتولى عدداً من المكانات الاجتماعية والمتوقع منه أن يقوم بالأدوار المناسبة لهذه المكانات، والمكانة والدور جانبان لنفس الظاهرة. فالمكانة مجموعة من الامتيازات والواجبات والدور هو تفعيل هذه المجموعات من الواجبات والامتيازات،⁽⁴²⁾ والتفاعل الاجتماعي يتكون من المكانة والدور الاجتماعي، وتحدد المكانة الاجتماعية الدور الاجتماعي داخل النظام، كأستاذ الجامعة الذي يعد رئيس اللجنة لإحدى الأنشطة الطلابية، أما الدور الاجتماعي هو أن كل فرد يقوم بدور داخل النشاط يتفاعل مع الآخرين وكل فرد يشارك في بعض التوقعات الخاصة بالتفاعل بينهما داخل النشاط وفي النهاية يمثل الدور الاجتماعي الفعل المتوقع.⁽⁴³⁾

ويستخدم علماء الاجتماع الأدوار على أنها وحدات تساهم في بناء المؤسسات الاجتماعية كالأ أسرة أو

المدرسة أو المصنع... الخ، كمؤسسات اجتماعية يتم تحليلها على أنها تضم مجموعة أدوار خاصة بالأفراد المنتظمين في هذه المؤسسات كأفراد الأسرة أو التلاميذ أو المعلمين أو المهندسين أو العمال.... الخ، لتحقيق هذه المؤسسات أهدافها من خلال تفاعل هذه الأدوار بين أفراد المجتمع. (44)

وتستند نظرية الدور على عدة فرضيات من أهمها:

- ينقسم البناء الاجتماعي إلى عدد من المؤسسات الاجتماعية وتنقسم المؤسسة الاجتماعية الواحدة إلى عدد من الأدوار الاجتماعية، ينطوي الدور الاجتماعي الواحد على مجموعة واجبات يؤديها الفرد بناء على مؤهلاته وخبراته وتجاربه وثقة المجتمع به وكفاءته وشخصيته وبعد أداء الفرد لواجباته يحصل على مجموعة حقوق مادية واعتبارية علما بأن الواجبات ينبغي أن تكون متساوية مع الحقوق والامتيازات التي يتمتع بها.
- أن الدور الذي يشغله الفرد هو الذي يحدد سلوكه اليومي وهو الذي يحدد علاقاته مع الآخرين على الصعيدين الرسمي وغير الرسمي، تكون الأدوار الاجتماعية متصارعة أو متناقضة عندما لا تؤدي المؤسسة أدوارها بصورة جيدة وفعالة كما أن تناقض الأدوار الوظيفية التي يشغلها الفرد يشير إلى قلة قدرة المؤسسات التي يشتغل فيها الفرد أدواره على إدارة مهامها بصورة إيجابية.
- تكون الأدوار الاجتماعية متكاملة في المؤسسة عندما تؤدي المؤسسة مهامها بصورة جيدة بحيث لا يكون هناك تناقض بين الأدوار.
- سلوك الفرد يمكن التنبؤ به من خلال معرفة دوره الاجتماعي، لا يمكن إشغال الفرد للدور الاجتماعي وأدائه بصورة جيدة وفعالة دون التدريب عليه علماً بأن التدريب على القيام بالأدوار الاجتماعية يكون من خلال التنشئة الاجتماعية وبعض مؤسسات المجتمع.

ب- نظرية التفاعلية الرمزية

تعتبر التفاعلية الرمزية واحدة من المحاور الأساسية التي تعتمد عليها النظرية الاجتماعية، في تحليل الأنساق الاجتماعية، وهي تبدأ بمستوى الوحدات الصغرى، منطلقة منها لفهم الوحدات الكبرى، بمعنى أنها تبدأ بالأفراد وسلوكهم كمدخل لفهم النسق الاجتماعي، فأفعال الأفراد تصبح ثابتة لتشكل بنية من الأدوار، ويمكن النظر إلى هذه الأدوار من حيث توقعات البشر بعضهم تجاه بعض من حيث المعاني والرموز.

ترتبط التفاعلية الرمزية بعالم الاجتماع الأمريكي " جورج هيرت ميد **George H. Mead** " من جامعة شيكاغو، والتي أخذ يطورها في الثلاثينيات من القرن العشرين، والواقع أنها نظرية محدودة النطاق أي أنها ترتبط بموقف معين من مواقف الحياة الاجتماعية، ولا تسعى إلى فهم المجتمع ككل، أو هي ليست نظرية عامة في المجتمع، بقدر ما هي نظرية في التنشئة الاجتماعية، وقد تستند النظرية إلى مجموعة من المفاهيم الأساسية وهي، الرموز والمعاني والتوقعات والسلوك والأدوار والتفاعل (45).

ويتخذ أصحاب نظريته التفاعلية الرمزية من الأدوار آليه ترتكز عليها لتحليل التفاعل القائم بين الناس حيث

يحللونه ويفسرونه من خلال ما يحدث من سلوكيات ومواقف.⁽⁴⁶⁾

ويعرف "هربرت بلومر" التفاعل الرمزي " بأنه خاصية مميزة وفريدة للتفاعل الذي يقع بين الناس، وما يجعل هذا التفاعل فريداً هو أن الناس يُفسرون ويؤولون ويعرفون أفعال بعضهم بدلاً من الاستجابة المجردة لها، إن استجاباتهم لا تصنع مباشرة وبدلاً من ذلك تستند إلي المعني الذي يلصقونه بأفعالهم، فالتفاعل الإنساني إذن يتوسطه استعمال الرموز، ومن خلال تأويل أو تأكيد معني أفعال أخرى⁽⁴⁷⁾. ويعرف التفاعل بأنه عملية اجتماعية أساسية تتضح من خلال الاتصال والعلاقات بين اثنين أو أكثر من الأفراد أو الجماعات والتفاعل بين الأشخاص يشكل سلوكاً اجتماعياً وهو يتم من خلال اللغة أو الرموز والإشارات والمعاني المتبادلة ويحتوي علي التأثير المتبادل بين سلوك الأشخاص وتوقعاتهم وتفكيرهم.⁽⁴⁸⁾

تقوم هذه النظرية على عدد من القضايا المحورية نوجزها فيما يلي:

- يتحدد سلوك البشر من خلال عالمهم الرمزي، أي من خلال ما تعلموه من رموز، وما يحيط بهذه الرموز من معتقدات وقيم. وإذا كانت الرموز والمعتقدات والقيم هي في أساسها أبنية عقلية، فان سلوك البشر يفهم في ضوء متغيرات عقلية وليس في ضوء متغيرات بيولوجية ودافعية على ما تذهب إليه الاتجاهات السلوكية.
- يحتل مفهوم الذات مكانا جوهريا في التفاعل. فالبشر يميلون في سلوكهم إلى أن يطوروا تصورات عن ذاتهم. فالعالم الرمزي يساعد الأفراد على التمييز بين ما يخصهم وما يخص الآخرين. وللذات البشرية مستويات يبدأ أولها بالمستوى الفيزيقي (الجسم البشري)، ثم المستوى النفسي، ثم المستوى الاجتماعي الذي يتمحور حول الدور الذي يلعبه الفرد في مجتمعه أو حول مجموعة الأدوار التي يلعبها. وتعمل الذات بهذه الطريقة كحلقة وصل بين الإنسان وعالمه.

والتفاعل هو محور العلاقات الاجتماعية. ويقوم التفاعل على الفهم العقلي للرموز والأحكام القيمية. والتفاعل هو الذي يمكن الإنسان من التواصل مع الآخرين وأن يقيم بالتالي علاقات اجتماعية ونظما اجتماعية ومجتمعية. والتفاعل في جوهره هو تفاعل رمزي، فلا يستطيع الإنسان أن يتواصل مع الآخرين إلا عبر الرموز التي يتعلمها والتي يحرص المجتمع على نقلها إليه عبر سلسلة متواصلة من عمليات نقل الثقافة. وتكون النتيجة المنطقية لعمليات نقل الثقافة هذه أن يجد الفرد نفسه خاضعا لبيئة رمزية ذات معان وقيم يحملها في داخله. ومن ثم فان المجتمع يصبح أسبق من الفرد، فالفرد فيه ويكتسب رموز وقيمة ومن خلاله تتشكل ذاته الفاعلة⁽⁴⁹⁾

وبالرغم من خضوع الأفراد للمجتمع ورموزه، إلا إنه (المجتمع) يوجد في داخلهم. فالمعاني والرموز تستدمج في ذوات الأفراد وتصبح جزءا لا يتجزأ من تكوينهم الداخلي. ولذلك فان فهمهما للبنية الخارجية للمجتمع لا يتأتى إلا من خلال التعمق في ذوات الأفراد واكتشاف ما تشكل في داخلهم من تصوراتهم عن ذواتهم وعن الآخرين. وتظهر هنا إمكانية لاختلاف هذه التصورات باختلاف العالم الرمزي والثقافي للأفراد.⁽⁵⁰⁾

- الدراسات السابقة :-

تعددت الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت دور الأنشطة الرياضية في تنمية التحصيل الدراسي، فقد هدفت (دراسة عامر العيسري، 2004)⁽⁵¹⁾ إلى تحديد الفوائد التي تحققها ممارسة الأنشطة التربوية للطلاب وتتعلق بالتحصيل الدراسي، والكشف عن واقع الأنشطة التربوية وأثرها على التحصيل من وجهة نظر المعلمين والطلاب، وتحديد الصعوبات التي تواجه الطلاب والمعلمين في ممارسة الأنشطة التربوية وأثرها على التحصيل الدراسي، واستخدام البحث المنهج الوصفي التحليلي، واعتمد الباحث على أداة الاستبيان، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن هناك العديد من الفوائد التي يجنيها الطلاب من ممارسة الأنشطة الدراسية ومنها احترام المعلمين والطلاب وإدارة المدرسة، وتقديرهم والمعلومات والمفاهيم والسلوكيات ترتبط بالمواد الدراسية، وإعداد بحوث ووسائل متعلقة بالمناهج الدراسية، كما أكدت النتائج أن الصعوبات التي تتعلق بالأنشطة التربوية وأثرها على التحصيل الدراسي هي أنه لا توجد حصة خاصة بممارسة الأنشطة اللاصفية ومن الضروري تخصيصها، وأن المشاركة في النشاط لا تؤخذ في الحسبان عند تقويم المعلم لتحصيلهم الدراسي، كما أكدت النتائج أن معظم الطلاب الممارسين للأنشطة عينة الدراسة كانوا من المتفوقين ممن يحصلون على درجات عالية في تحصيلهم الدراسي، ومن ثم يشير هذا إلى أن المشاركة في الأنشطة لا تضعف التحصيل.

بينما هدفت (عبد العزيز أحمد الوصابي، 2010)⁽⁵²⁾ للتعرف على معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى طلاب معهد التربية البدنية والرياضية في الجزائر، وقد اعتمد الباحث في هذه الدراسة المسحية على المنهج الوصفي بالاعتماد على أداة الاستبيان، وطبقت الدراسة على عينة عشوائية بلغ قوامها 950 طالبا، وتم تطبيق هذه الدراسة على طلاب معهد التربية البدنية والرياضية في الجزائر، وتوصلت نتائج الدراسة إلى مجموعة من النتائج من أهمها عدم اهتمام إدارة المعهد بتوفير المواصلات للطلبة في الفترة المسائية إلى جانب بعد مسافة المعهد مما يعيق الطالب عن ممارسة الأنشطة الرياضية، كما أن إدارة المعهد لا تخصص ناديا للطلاب لممارسة الأنشطة الترويحية ولا توفر لهم أدوات مناسبة لهم لممارسة النشاط، وأظهرت النتائج أن أهم المعوقات المرتبطة بالإمكانات تمثلت في عدم صلاحية الملاعب والصالات الرياضية الموجودة بالمعهد، إلى جانب قلة الملاعب والصالات الرياضية بالمعهد، عدم توفر أماكن للاستحمام بعد ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية، كما توصلت إلى أهم المعوقات المرتبطة بالجوانب الدراسية للطلاب فهي امتداد الدراسة حتى الفترة المسائية، العبء الدراسي المرتفع، كثرة الامتحانات خلال العام الدراسي.

أما (دراسة جودة بستان لفته، 2011)⁽⁵³⁾ فقد هدفت للتعرف على واقع النشاط الرياضي لدى طلبة جامعه البصرة، والتعرف على مدى الاستفادة من إعادة درس التربية الرياضية في عموم كليات جامعه البصرة مرة أخرى، وقد اعتمد الباحثون على المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته لأهداف البحث وأداة الاستبيان، وتكونت عينه الدراسة من 800 تدريسيًا " وطالبا "، وعينه من الطلاب والطالبات بلغت 560 طالب وطالبة وتم اختيارهم من

المرحلة الأولى بواقع 40 طالب وطالبة من كل كلية تمثلت من الذكور 280 طالب ومن الإناث 280 طالبة ، وقد توصلت الدراسة إلى أن هناك رغبة كبيرة جدا لدى الطلاب في ممارسه النشاط الرياضي ، وكذلك هناك رغبة كبيرة جدا لدى الطالب والتدريسي من الاستفادة بإعادة درسا للتربية الرياضية إلى الكليات، وأوصت الدراسة بإعادة درس التربية الرياضية كدرس منهجي إلى جميع كليات الجامعة يكون قابل للقياس والتقييم .

في حين جاءت (دراسة بلقاسم دودو ، 2011)⁽⁵⁴⁾ بهدف التعرف على دور اهتمام وتشجيع الوالدين نحو ممارسه الأبناء للنشاط البدني الرياضي الترويوي ومدى انعكاسه على الجوانب النفسية والاجتماعية عند هذه الفئة، وتحديد طبيعة العلاقة الارتباطية بين الاهتمام والتشجيع من الوالدين لممارسه الأبناء النشاط الرياضي والجانب النفسي الاجتماعي للمراهق، والتعرف على الفرق بين مجموعه الأبناء الذين يلقون الاهتمام والتشجيع من الوالدين وزملائهم الذين لا يلقون الاهتمام والتشجيع نحو نشاطهم الرياضي على أبعاد التوافق النفسي الاجتماعي، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي ، وقد استخدم اختبار الشخصية للمرحلة الثانوية والمتوسطة ، واستبيان لقياس المستوى الاقتصادي والتعليمي لأسر مفردات العينة، وبلغت عينه الدراسة من 98 مفردة من الذكور والإناث، وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فرق بين الذكور والإناث في مدى تأثير اهتمام وتشجيع الوالدين نحو الممارسة الرياضية للأبناء على الجوانب النفسية والاجتماعية قيد الدراسة ، كما توصلت إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين اهتمام وتشجيع الوالدين نحو الممارسة الرياضية والجوانب النفسية والاجتماعية قيد الدراسة وذلك على عينه البحث المقصودة.

بينما جاءت (دراسة قاصدي حميدة، 2014)⁽⁵⁵⁾ بهدف الدراسة إلى التعرف على مدى اهتمام الطلبة الجزائريون بالأنشطة الرياضية الترويحية، والتعرف على دوافع الطلبة نحو الأنشطة الرياضية الترويحية، والتعرف على الصعوبات التي تحول دون ممارسه الطلبة للنشاط الرياضي الترويحي ،وقد اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي المسحي، بالاعتماد على الاستبانة كأداة لجمع البيانات ، واعتمد على عينه مكونه من 70 طالب، و60 طالبة بجامعة الجزائر، وخلصت الدراسة إلى عدة نتائج تمثلت في أن دوافع الطلبة الجامعيين نحو ممارسه النشاط الرياضي في الجامعة هو من أجب قضاء وقت الفراغ ومن أجل اكتساب نواحي اجتماعيه وخلقيه، أما الطالبات فكان من أجل اكتساب الحيوية واللياقة البدنية، وقد بينت الدراسة أن من أهم الصعوبات التي تحول دون ممارسه الطلبة سواء ذكر أو إناث للنشاط الرياضي الترويحي راجع إلى نفس الإمكانيات والوسائل في الجامعة، يليها الأفكار والقيم السائدة في كل من المجتمع والأسرة وخاصة بالنسبة للبنات، كما أكدت النتائج أن التطلعات الترويحية تتمثل في توفير وضع في تصرف الطلبة الوسائل والإمكانيات الرياضية، وعقد اتفاقيه مع القاعات الرياضية والمساح لتمكين الطلبة وخاصة الطالبات لممارسه النشاط الرياضي الترويحي، بالإضافة إلى إنشاء مكاتب خاصه بالأنشطة الرياضية الترويحية.

أما (إيمان ابراهيم الدسوقي أحمد، 2015)⁽⁵⁶⁾ فقد هدفت إلى تحديد الجوانب التي تعكس مشاركة الطالبات في الجامعة ، والتعرف على درجة مشاركة الطالبات في جامعة الدمام، وارتباط المشاركة بنوع الكلية ، والتوصل إلى

مجموعة من المقترحات والتوصيات لتحسين مستوى مشاركة الطالبات في جامعة الدمام، وقد اعتمدت الباحثة في هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي لملاءمته لطبيعة الموضوع، واستخدمت الاستبانة كأداة لجمع البيانات، واعتمدت الباحثة على عينة عشوائية طبقية بلغت (730) طالبة من طالبات جامعة الدمام، وطبقت الدراسة على تسع كليات وهي كليات (التربية، والآداب، وإدارة الأعمال، والطب، وطب الأسنان، والعلوم الطبية التطبيقية، والهندسة، وعلوم الحاسب) بجامعة الدمام في المرحلة الجامعية، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج لعل من أهمها: ارتفاع نسبة مشاركة طالبات الكليات العملية عن أقرانهن في الكليات النظرية، وإلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مشاركة الطالبات تعزى إلى اختلاف نوع الكلية التي يدرسون فيها.

أما عن هدف دراسة (كاشف زايد وآخرون، 2015)⁽⁵⁷⁾ فقد تبلور حول الكشف عن دوافع مشاركة طلاب الجامعة في الأنشطة الرياضية، وإلى تقصى أثر تلك الدوافع على مدى الانتظام الفعلي بممارسه النشاط الرياضي، والكشف عن أسباب نقص أعداد الطلاب الذين يرتادون الصالات والملاعب والمجمعات الرياضية بالجامعة، والرؤية المستقبلية لترقيه برامج الرياضة بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس، وتألفت عينه الدراسة من 263 من طلاب كلية التربية بجامعة السلطان قابوس (129 ذكر، 134 أنثى) تراوحت أعمارهم بين (19- 22 سنة) مسجلين بكلية التربية بجامعة السلطان قابوس، واعتمد الباحث على المقياس (مقياس السلوك الرياضي) لقياس مستوى النشاط الرياضي، والمقياس الثاني (مقياس دافعية المشاركة في الأنشطة الرياضية) لقياس دافعية المشاركة في الأنشطة الرياضية، وتوصلت الدراسة إلى أن 20% من طلاب جامعه السلطان قابوس الذكور و77% من الطالبات الإناث لا يمارسون الرياضة، في حين أن 45% من الذكور، و21% من الإناث يمارسون الرياضة بانتظام بمعدل مرتين إلى ثلاثة مرات أسبوعياً، وأن 35% من الذكور، و2% من الإناث يمارسون الرياضة أو التمرين معظم أيام الأسبوع، كما أظهرت النتائج أنه كلما كان السلوك الرياضي مقروا بصورة ذاتيه (تقف وراءه دوافع الرشاقة، التحدي، الصحة، المتعة، والانتماء) فإن الطلاب الذكور ينتظمون في ممارسه النشاط الرياضي بصورة أكبر، في حين أظهرت النتائج أن الطالبات الإناث الممارسات للرياضة أو التمرين تحركهن دوافه خارجيه أكثر منها داخلية (تجنب المرض، الصحة الإيجابية، الشعور بالحيوية، التحكم بالوزن، والاهتمام بالمظهر)، كما أكدت النتائج أن الدوافع الداخلية تلعب دوراً مهماً في الانتظام بالسلوك الرياضي بصفه عامه وخاصه بالنسبة لطلاب الجامعة الذكور، في حين أنه من المرجح أن الدوافع الخارجية مثل تلك التي تتصل بالمظهر والوزن لها أهميه خاصه في توقيع سلوك الطالبات الإناث الرياضي.

بينما أجرت (دراسة عمر محمد الأمين عبد الرازق محمد، 2015)⁽⁵⁸⁾ مقارنه تخطيط النشاط الرياضي بين بعض الجامعات الحكومية والجامعات الخاصة في جمهورية مصر العربية، والتعرف على أوجه التشابه والاختلاف في تخطيط النشاط الرياضي في الجامعات الحكومية والخاصة في جمهورية مصر العربية، والتعرف على نقاط الضعف والقوة في تخطيط النشاط الرياضي في الجامعات الحكومية والخاصة في جمهورية مصر العربية، وقد اعتمد

الباحث على عينه عمديه بلغ قوامها (27) من أفراد مجتمع البحث موزعين كالتالي :عينة عمديه بلغ قوامها (18) مفردا من الفئات السابق ذكرها ، أما عينه الجامعات الخاصة فقد تم اختيار عينه بلغ قوامها (9) فردا من الفئات السابق ذكرها، وقد اعتمد الباحث على المقابلات الشخصية، وعلى الاستبيان كأدوات لجمع البيانات، وتوصلت إلى عدة نتائج من أهمها: **أكدت النتائج أن أوجه التشابه في تخطيط النشاط الرياضي بين الجامعات الحكومية والخاصة:** تمثلت في إجراءات متبعة أهداف النشاط الرياضي في كلا الجامعتين مبنية على أساس علمي، وتوجد إجراءات لصرف الأدوات الرياضية وإن كانت تحتاج إلى بعض التطوير، الجامعة لا توفر الملابس اللازمة لممارسة الأنشطة الرياضية بشكل ملائم في كلا الجامعتين، وإدارة النشاط الرياضي بالجامعة تدعم النشاط الرياضي لتحقيق البرامج الزمنية في كلا الجامعتين ، الطلاب يشاركون في وضع البرامج الزمنية من خلال من يمثلهم في كلا الجامعتين. **كما أكدت النتائج أن أوجه الاختلاف في تخطيط النشاط الرياضي بين الجامعات الحكومية والخاصة تتمثل في:** تناسب الإمكانيات المادية مع أهداف النشاط الرياضي في الجامعات الخاصة أفضل من الجامعات الحكومية، يوجد قصور في التنسيق مع كليات التربية الرياضية الخاصة عند وضع أهداف النشاط الرياضي على عكس الجامعات الحكومية، هناك قصور في آلية تلقي الشكاوى والمقترحات في الجامعات الحكومية على عكس الجامعات الخاصة، يوجد قصور في آلية المحاسبة في الجامعات الخاصة على عكس الجامعات الحكومية، البرامج الزمنية لا تتمشي مع الإجراءات المتبعة في الجامعات الخاصة على عكس الجامعات الحكومية، البرامج الزمنية لا توضع على أيدي متخصصين في الجامعات الحكومية على عكس الجامعات الخاصة .

ومن الدراسات الأجنبية التي تناولت هذا الموضوع، دراسة (اليكن أوبرين ومارى روليفسون، 1995)⁽⁵⁹⁾ حيث هدفت إلى التعرف على أن للاشتراك في الأنشطة اللاصفية له علاقة بنجاح الطلبة في المدرسة ،وهل الأنشطة اللاصفية متاحة للطلبة كافة ، والتعرف على المستفيدين من الأنشطة اللاصفية ،واستخدم البحث المنهج التحليلي ، حيث استخدمت نتائج المركز القومي للإحصائيات التربوية الأمريكية للإجابة عن أسئلة البحث السابقة، وتوصل البحث إلى عدة نتائج من أهمها: دلت مؤشرات النجاح في المدارس إلى وجود علاقة متينة بين الاشتراك في الأنشطة اللاصفية ونسب النجاح ، إضافة إلى متابعة الدراسة الأكاديمية، كما أن الأنشطة اللاصفية متاحة للطلبة كافة في المدارس ، ولكن بنسب أقل بالنسبة لنوادي الأنشطة ونوادي الهوايات ، وعى نحو متفاوت بالنسبة لحجم المدرسة ومكانها

أما عن الآثار المترتبة على ممارسة طلاب الجامعة (الشباب والفتيات) الألعاب الرياضية المتنوعة، فقد سلطت (دراسة ويبر، دون - فيبر وميرمان، 2004)^(٦٠) الضوء على نوعية الأنشطة التي يمارسها الطلاب، ودوافع ممارستها، وقد اعتمد الباحث في هذه الدراسة على منهج المسح الاجتماعي بطريقة العينة باستخدام عدة أدوات كالمقابلة والملاحظة والاستبيان ، واعتمدت دراسته على عينة بلغ قوامها (1500) مفردة من الطالبات مستويات تعليمية مختلفة حيث احتوت المرحلة الأولى على 22% من العينة أما المرحلة الثانية 21% من العينة أما المرحلة

الثالثة 31% والمرحلة الرابعة 26%، وطبقت الدراسة بجامعة برمنجهام في غرب بريطانيا، وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها أن معظم العينة من الطالبات يفضلن ممارسة الرياضة التي تعطي الرشاقة والراحة للجسم مثل رياضات العدو والجري ورياضات النخافة ، وقلة منهن يمارسن رياضات عنيفة للدفاع عن النفس من التحرش ، وبعض الطالبات يفضلن الهوايات الثقافية مع الرياضة الجماعية مثل العاب كرة السلة والطائرة وكرة اليد وكرة القدم ، وتعمل ممارسة الرياضة على تجديد نشاط الجسم والرشاقة والتركيز في الاستذكار والاسترجاع، وتساعد ممارسة الالعاب الرياضية على بناء الشخصية السوية والتفكير السليم وايجاد حلول للمشاكل الاجتماعية والنفسية ، وان الطلاب يمارسون الرياضة في اوقات فراغهم وبين المحاضرات في الجامعة وفي ايام الاجازات في النوادي المرتبطة بالجامعة ،وتشارك الطالبات في المسابقات الرياضية المتنوعة وخاصة ذات الحوافز والجوائز على مستوى المنافسات في المسابقات التي تنظمها الجامعات.

أما (دراسة دوميس، 2009)⁶¹ فقد هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين المشاركة في الأنشطة اللامنهجية وبين بعض المخرجات الأكاديمية مثل التحصيل الرياضي والطموحات الجامعية ، والكشف عن الفروقات الجنسية في مستوى المشاركة في الأنشطة اللامنهجية ، تكونت عينة الدراسة من (476) طالبا وطالبة تم اختيارهم من مجموعة من المدارس الثانوية في مدينة سان أنتونيو الأمريكية ، استخدمت الدراسة الاستبانة في عملية جمع البيانات ، أشارت النتائج لوجود فروق في مستوى مشاركة الأنشطة اللامنهجية ولصالح الذكور في الأنشطة الرياضية اللامنهجية ، ولصالح الإناث في الأنشطة اللامنهجية المسرحية والموسيقية وأن هناك علاقة بين مشاركة الطلاب والطالبات في الأنشطة اللامنهجية وبين التحصيل الرياضي والطموحات الجامعي

في حين هدفت (دراسة ستراب وفار ، 2010)⁶² إلى الكشف عن العلاقة بين المشاركة في الأنشطة اللامنهجية ، والتحصيل الدراسي لدى عينة من الطلاب ، وتكونت عينة الدراسة من 53 طالب وطالبة من الطلاب الأمريكيين ، واستخدمت الدراسة الاستبانة في عملية جمع البيانات ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين المشاركة في الأنشطة اللامنهجية مثل الأنشطة الرياضية وبين ارتفاع مستوى التحصيل الدراسي للطلاب .

أما دراسة (كوفاي وكاربونارا ، 2010)⁶³ فهذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين المشاركة في الأنشطة اللامنهجية ، وبين سلوك الطالب الصفي وتحصيله الأكاديمي ، وتكونت عينة الدراسة من (613) طالبا وطالبة تم اختيارهم من مجموعة من المدارس في مدينة مين الأمريكية ، واستخدمت الدراسة الاستبانة والبيانات المتوفرة للدراسة الوطنية الطولية للطفولة المبكرة في عملية جمع البيانات، وتوصلت الدراسة إلى أن المشاركة في الأنشطة المدرسية اللامنهجية مثل المسرح والموسيقى والأنشطة الرياضية يؤثر بشكل دال إحصائيا على زيادة المهارات المعرفية واللامعرفية لدى الطلاب المشاركين في هذا النوع من الأنشطة ، كما اشارت النتائج أن الوضع الاقتصادي للطلاب يؤثر بشكل دال إحصائيا على مستوى مشاركته لمثل هذا النوع من الأنشطة

في حين هدفت دراسة (بلومفيلز وباربر، 2010)⁽⁶⁴⁾ إلى الكشف عن المشاركة في الأنشطة اللامنهجية وبين بعض مؤشرات النمو السلبي والإيجابي لدى الطلاب في استراليا فيما إذا كان الأقران وخصائصهم النفسية تتوسط هذه العلاقة ، تكونت عينة الدراسة من (2613) طالبا وطالبة تم اختيارهم من عدد من المدارس في مقاطعة نيو ساوث ويلز الاسترالية ، واستخدمت الدراسة الاستبانة في عملية جمع البيانات ، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية داله إحصائية بين المشاركة في الأنشطة اللامنهجية وبين التسجيل بالتخصصات الأكاديمية العليا ، وطموحات الطلاب ، وانتماء الطلاب للمدرسة بينما كانت هناك علاقة ارتباطية عكسية بين المشاركة بالأنشطة اللامنهجية وبين التسرب المدرسي ، وإن المشاركة في الأنشطة اللامنهجية الرياضية كان مرتبطا بنزعة الطالب نحو الإدمان على المشروبات الكحولية وإن خصائص الأقران تتوسط العلاقة بين المشاركة في الأنشطة اللامنهجية وبين المؤشرات النمائية.

رؤية تحليلية نقدية للدراسات السابقة : -

اتفقت الدراسة الراهنة مع الدراسات السابقة في تناولها للأنشطة الرياضية وذلك لان ممارسه الرياضة تؤثر بشكل إيجابي في صحة الجسم، كما أن التمارين الرياضية تساعد بشكل منتظم على فقدان الوزن ومنع زيادته، كما أنها تلعب دورا حيويا في بناء العضلات والعظام والمحافظة عليها، كما أن الرياضة تزيد من طاقه الفرد وقدرته على التحمل للمواقف التي تتواجهه ، وتعمل على تقوية العظام، وتزيد من نشاط القلب، في حين أن أنها اختلفت مع الدراسات السابقة في أنها ركزت على دور الأنشطة الرياضية في تنميه التحصيل الدراسي " دراسة مطبقه على عينه من طلاب الجامعة " وذلك لأهمية دور الأنشطة الرياضية في تنميه التحصيل الدراسي لدى الطلاب الجامعيين حيث أنها تساعد الطالب على استذكار دروسه وتنمى الذاكرة لديهم، هذا إلى جانب أنها لها فوائد عديده على الطلاب في تنميه جميع جوانبه النفسية والعقلية والاجتماعية.

المحور الأول: مراحل تطور الأنشطة الرياضية:

إن فكرة النشاط قديمة من زمن اليونان والرومان وكانت تتم على شكل مسابقات مختلفة كمسابقات الموسيقى، ومسابقات الألعاب الرياضية ومنافساتها، وقد سعى الإغريق من خلال هذه النشاطات إلى تحقيق الجانب الوظيفي والديني والأخلاقي والجمالي لممارسيها، أما العرب فكان اهتماماتهم بالنشاط واضحا من خلال التدريب والممارسة لألعاب السلاح والقتال والرماية والسباحة، وقد أشار الغزالي إلى هذا الأمر بقوله " ينبغي أن يسمح للصبي بعد الانصراف من الكتاب أن يلعب لعبا جميلا يستريح إليه من تعب الكتاب فإن منع الصبي من اللعب يمت قلبه ويبطل ذكاؤه ، وينغص عليه العيش.⁽⁶⁵⁾ وحديثا كان أول ظهور لمدرسة تهتم بالنشاط وتعتمده مدرسة أمريكية عام 1896 في ولاية شيكاغو ، وقد أسسها " جون ديوي " وكان الغرض من إدخال النشاط الطلابي للمدرسة هو إبعاد الملل والروتين اليومي عن الحياه الطلابية⁽⁶⁶⁾.

أ - الرياضة والحضارة المصرية القديمة

أحاطت عدة حضارات قديمة بجزيرة العرب، وكانت أقدم هذه الحضارات وأكثرها تأثيراً الحضارة المصرية القديمة والتي تعرف بالحضارة الفرعونية. وقد كانت الصلات بين مصر وأهل الجزيرة العربية والشام لا تنقطع خلال العصور الفرعونية المختلفة، وكانت مصر القديمة أمه ذات باع طويل وممتد في مختلف المظاهر الحضارية، فالفنون التي نقشت على جدران المعابد والمقابر والمسلات (الأوتاد) وغيرها من أشكال العمارة في مصر القديمة، وقد أبرزت بشكل واضح ملامح الحياة الاجتماعية والثقافية في تلك العصور الغابرة .

وقد عمد المصريون القدماء إلى صيد الحيوانات حيه وذلك بأسرها والاحتفاظ بها كالعزلان والسباع ، بالإضافة إلى حيوانات كان يتم استقدامها من الأمم المجاورة كالقردة والأفيال والزرافات من أعالي النيل أو الدببة التي كانوا يحضرونها من سوريا. كما عرف المصريون القدماء الخيل وأحبوها واستخدموها في أغراض كثيرة غير الحرب، منها الرياضة وبالذات في الصيد بالقوس والنبل أو بالحرب ، رغم أن الخيل جاءت إلى مصر القديمة متأخرة بالنسبة للحضارات الآسيوية مثلاً، وكان الشكل الأكثر استخداماً للخيل هو جرها للعربات وليس امتطاء صهوتها.⁽⁶⁷⁾

ب- الرياضة عند الفراعنة:

احتلت الرياضة البدنية عند الفراعنة مكانه مقدسه لانهم ربطوها بالعقيدة ووضعوا لها نظاماً وقواعد ما تزال آثارها قائمه إلى اليوم في الرسوم المنقوشة على ضخور التلال الحجرية وجدران الكهوب بمصر، فقد سجل لنا الفراعنة مختلف أنواع الرياضة التي كانوا يمارسونها مثل الصيد والرماية والمصارعة والسباحة والتجديف وألعاب القوى. وتدلنا رسوماتهم أنهم كانوا يمتازون بأبدان رشيقة ، فمن النادر أن نجد رسماً أو تمثالاً مصرياً قديماً لرجل مدين أو لأمراه بدينه بل إن صورهم تثبت أنهم كانوا أقوىاء الأجسام مفتولي العضلات عريضي المناكب مستدقي الخصور منبسطي الأقدام لاعتيادهم الحفاء وقد اعتنى الفراعنة بتربيته أطفالهم على الشجاعة وممارسه الألعاب الرياضية حتى أنهم وضعوا القوة البدنية أساسياً من شروط الجلوس على العرش.

ج- الرياضة عند اليونان:

يعتبر اليونانيون أعرق الشعوب في ممارسه الرياضة البدنية بمختلف أنواعها فهم الذين ابتكروا الألعاب الأولمبية ووضعوا قواعدها وقدموا الجوائز للأبطال الفائزين، وكانت الأيام الأولمبية تدوم خمس أيام يخصص فيها اليوم الأول للمواكب الدينية وتقدم القرابين أما الأيام الباقية فتشمل على سباق في الجري للمسابقات القصيرة والمسافات الطويلة وعلى مباريات في القفز ورمي الصحن والرمح وفي الملاكمة والمصارعة والفروسية واقتصرت الألعاب الأولمبية في ذلك الوقت على الألعاب الفردية ولم تدرج الألعاب الجماعية إلا في العصور الحديثة وكان المتبارون على اختلاف أعمارهم ومنزلتهم الاجتماعية يجردون من الثياب تماماً ما عدا أحيانا المنطقة البدنية التي تحيط بالحقوقين.

د- الرياضة عند الرومان :

كان الرومان يعتقدون أن من واجب الحكومة تزويدهم بوسائل التموين والترفيه أو بما اصطلح عليه أحد شعرائهم جوفينال بقوله : الخبز والألعاب وقد اتخذت الرياضة عند الرومان طابعين متباينين هما طابع الكثرة

والتنوع وطابع القسوة والعنف كما استعمل قياصرة رومه الألعاب الرياضية لخدمه أغراضهم السياسية وذلك بأن جعلوا منها أداة لتوسيع القاعدة الاجتماعية للسلطة ووسيلة لتلهيه الرأي العام حتى يبقى بمعزل عن شؤون الحكم ، ولهذا تعددت في كل أنحاء الإمبراطورية أصناف الألعاب الرياضية وأبرزها الألعاب الرومانية والألعاب العامة وألعاب أخرى عديدة لكبار الآلهة.⁽⁶⁸⁾

المحور الثاني: أنواع الأنشطة الرياضية:

الأنشطة الرياضية هي إحدى الأنشطة الهامة ضمن النشاط الطلابي ، ومن وجهه نظر المنهج الدراسي فهي تتضمن، أنشطه البرنامج الأساسي، النشاط الداخلي والنشاط الخارجي والبرامج المعدلة، فضلاً عن مسابقات ما بين الجامعات.

ويمكن تقسيم الأنشطة الرياضية:

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

الألعاب الرياضية الفرقية: وهي الأنشطة الحركية التي تمارس غالباً باستخدام الكرة ويمكن تقسيمها تبعاً لمكان اللعب (صالات داخلية أو ساحات خارجية) أو أداة اللعب (استخدام مضارب الكرة أو عدم استخدامها) أو عدد المشاركين (ألعاب فرديه أو زوجيه أو جماعيه) أو بالنسبة إلى موسم اللعبة (ألعاب شتوية أو صيفية أو تمارس طول العام).

الرياضة المائية: وهي الأنشطة الرياضية التي تمارس في الماء كالسباحة وكرة الماء والتجديف ورياضة الزوارق البخارية والشراعية والاستعراضات المائية كالباليه المائي.

رياضة الخلاء: تتجسد هذه الرياضة في المشي والجري وركوب الدراجات الهوائية والبخارية وركوب الخيل وألعاب الساحة والميدان.⁽⁶⁹⁾

أما ألعاب أنشطه التربية البدنية تتمثل في:

مثل التمرينات - الرقص - الجمباز - ألعاب القوى - الرياضات المائية - الألعاب - ألعاب المضرب - الألعاب الصغيرة والتمهيدية - المنازلات - الرحلات والتجوال والمعسكرات - ألعاب أنشطه أخرى وترويحيه - أنشطه القدرات الشخصية.

أ- التمرينات تتمثل في : التمرينات البنائية - تمرينات بأدوات / على أدوات مثل أطواق - حبال - كرات - صولجان - شرائط - أعلام - أوشحه - كرات طبيه - مقاعد سويدية - عصي - أثقال - عقل حائط - مطاط - حبال معلقه

ب- أما التمرينات الحرة الحديثة تتمثل في : تمرينات العروض الرياضية والتشكيلات مثل الرقص /التعبيري

الحركي كالرقص الكلاسيكي ، الرقص الشعبي ، الرقص التعبيري ، الانزلاق بالقباب .

ج- أما الجمباز يتمثل في الحركات الأرضية، عارضه التوازن، العقلة، الحلق، المتوازي.

د- أما ألعاب القوى فتتمثل في : رمى الرمح ، دفع الجلة ، قذف القرص ، إطاحة المطرقة ، والمشي ، العدو ، الجري، اختراق الضاحية ، المارثون ، الحواجز ، الخماسي ، العشاري ، الوثب الطويل ، الوثب الثلاثي ، الوثب العالي، القفز بالزانة .

هـ- الرياضات المائية: السباحة (الصدر - الظهر - الفراشة - الدوفين - الحرة) ، كرة الماء ، التجديف ، اليخوت - الانزلاق .

و- الألعاب: كرة اليد، كرة السلة، الكرة الطائرة، كرة القدم، الهوكي.

ز- ألعاب المضرب : التنس - تنس الطاولة - الاسكواش - كرة السرعة - الريشة - المضرب الخشبي.

ر- الرحلات والتجوال والمعسكرات : الرحلات (علاجي - علمي - ترويحي) ، التجوال على الأقدام - المعسكرات (تدريبي - شاطئي) ، معسكرات كشفيه - كشافه - مرشدات .

ف- ألعاب أنشطه أخرى : بلياردو - كروكيه - كريكت - دراجات - الجولف - الرجى - تسلق الجبال - بيبسول - السقوط بالحبال من المرتفعات - البولنج - رماية السهام - الرماية بالمسدس - المظلات .

ق- أنشطه القدرات الشخصية: كمال الأجسام - رفع الأثقال - اختراق الضاحية.(70)

المحور الثالث: وظائف الأنشطة الرياضية:

وللأنشطة ووظائف متعددة، فمن حيث الوظيفة النفسية، فهي تحقق النمو النفسي المتوازن في سبيل تكامل الشخصية، كما أنها وسيلة للتفيس عن الانفعالات الحبيسة واستنفاد للطاقة الزائدة بطريقه نافع . والوظيفة الفسيولوجية فالنشاط البدني يساعد على تقوية أجهزة الجسم المختلفة للقيام بوظائفها . كما تظهر الوظيفة الاجتماعية للأنشطة في تنميه العلاقات الإنسانية بين الأفراد بالرغم من اختلاف الميول والعادات بما يضمن روح الود والإخاء، كما تنمى القيم الديمقراطية وتحمل المسؤولية والثقة بالنفس وإيثار الذات ومصالحه الجماعة واحترام الأنظمة والقوانين والوعى بالثقافة الرياضية والصحية والترويحية خلال سنى التعليم ومدى الحياه.

بالإضافة إلى وظائف الأنشطة فهي المجال الأساسي الذي تشتق منه الخبرات التعليمية المنتقاة لتحقيق السلوك المرغوب فيه في الشخص المربى بدنيا وأيضا من منظور مجالات السلوك الرئيسية الثلاث (المعرفي - الحركي - انفعالي)، ومن هنا تظهر الحاجه إلى تصنيف الأنشطة كخطوة إجرائية سابقة للاختيار ، فعملية التصنيف هامه لتسهيل عمليه الاختيار ، الانتقاء في ضوء الميول والرغبات ، الجنس ، والإمكانات ، والوقت ، البيئة ، ولكل مرحله تعليميه معينه كما يسهم في تحديد الأهمية النسبية الأولوية في تحقيق الأهداف.(71)

المحور الرابع: أهميه الأنشطة الرياضية :

تفتقر المجتمعات العربية إلى الوعي الصحي في مناخ متعددة ، حيث تنتشر عادات غذائية غير صحيه ، يترتب عليها انتشار العديد من الأمراض المزمنة المختلفة مثل السمنة ، ومرض السكرى ، وضغط الدم وارتفاع نسبه الكوليسترول.

كما يترتب على نقص الوعي بأوضاع الجسم طوال فترات اليوم ، حدوث التشنجات القواميه ، التي ينتج عنها آلاما مختلفة في مفاصل الجسم وعضلاته ويلاحظ انتشار ذلك بين فئات المجتمع . وبذلك يمكن توضيح أهميه النشاط الرياضي في الاتي :

- خفض معدلات الإصابة بأمراض ضغط الدم، يحد من الإصابة بمرض السكر .
- تغيير مكونات الجسم ، ويشمل ذلك على وزن العضلات ، ونسبه السوائل.
- يكسب العضلات مرونة وحيوية ، فيقويا نسجتها ، ويزيد من تحملها .
- يزيد من اتساع الأوعية الدموية ويحسن كفاءتها .
- يكسب الإنسان الشباب الدائم ، والقوه ، والحيوية ، والجاذبية .
- يساعد على تخفيف التوتر والقلق والضغوط النفسية والعصبية، ويرفع الروح المعنوية ، والتفاؤل. (72)
- إحساس الشخص بالرضا والإشباع نتيجة للنشاط البدني.
- المتعة الجمالية بسبب الحركات الذاتية للفرد وجمالها، ورشاققتها.
- الشعور بالارتياح نتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها .
- والإسهام في رفع مستوى قدرة الطالب على الاستذكار وعلى العمل والإنتاج.
- كذلك إحساس الفرد بضرورة ممارسه النشاط الرياضي . (73)

المحور الخامس: تأثير ممارسه الأنشطة الرياضية على الطلاب:

ترتبط الرياضة ارتباطا وثيقا بصحة الفرد والمجتمع ، فلا يمكن تصور وجود مجتمع يتمتع أفراداه بصحة وعافيه إلا إذا كانت الرياضة سلوكا واضحا فيه يمارس أفراداه الرياضة بصفه مستمرة ومنظمه وفقا للأسس العلمية والتربوية للرياضة، فممارسه الرياضة اليوم أصبحت من الأساسيات الواضحة في المجتمع الذي يتمتع أفراداه بصحة جيدة ، إذ أن هذا المجتمع يدرك أن العقل السليم في الجسم السليم ، فهذه الحكمة سارت عليها الأجيال من دون توضيح مفهومها بين الأفراد والجماعات ، ولكي تستطيع الرياضة أن تنتشر بشكل قوى ومناسب وعملي فلا بد من أن تركز على نظام متكامل للتربية الرياضية للطفل منذ نعومه أظافرة وتواكبه في مراحل نموه المختلفة حتى يكبر ويصير نافعا في مجتمعه.

أما عن تأثير ممارسه الرياضة على الصحة العامة : فتمثل في أنها بمثابة تنبيه عام للفرد والعضلات وتقويه وصلابه العظام والجهاز العصبي، كما أن النشاط الحركي المنتظم للجسم ينشط الجسم ويساعد على الهضم والإفراز وامتنصاص الغذاء كما أنه يقوم بتنبيه وتقويه الجهاز الدوري والتنفسي ويساعد على الهضم والإفراز وامتنصاص

الغذاء كما أنه يقوم بتنبيه وتقوية الجهاز الدوري والنفيسي ويساعد في تقليل عوامل التعب والحمول والتوترات التعصبية ويعطى قدرا مناسباً للنوم العميق ، كما تساعد الحركة والرياضة على عمل القلب فتزيد كفاءته وقدرته وقوته ، والوقاية من الأمراض المزمنة والتحكم فيها مثل مرض القلب وارتفاع ضغط الدم ، وتساعد الأوعية الدموية على التخلص من الكوليسترول والدهون المترسبة وتمنع تكوينها.

تأثير ممارسه الرياضة على الناحية العقلية : تسهم ممارسه الرياضة بصورة منتظمة على تنمية الجانب العقلي للفرد وذلك من خلال تعرضه لمواقف اللعب المختلفة التي تتطلب التفكير والتركيز وحسن اتخاذ القرار والتفاعل مع مواقف اللعب المختلفة التي تتطلب إعمال العقل بالإضافة إلى التزامه بقواعد وقوانين اللعبة وخطط اللعب كل ذلك يسهم بشكل مباشر في الارتقاء بالقدرات العقلية للفرد لذي ينعكس عليه بالنفع في تعاملاته الحياتية خارج اللعب من القدرة على اتخاذ القرارات الصعبة وحسن إدارة الأمور.

تأثير ممارسه الرياضة على الناحية النفسية: كما تسهم ممارسه الرياضة في الارتقاء بالناحية النفسية للفرد فمن خلال ممارسه الرياضة يتمكن الفرد من الشعور بالسرور والمرح والراحة النفسية والمزاجية، ويمكنه أيضا ضبط النفس والسيطرة عليها في مواقف اللعب المختلفة.

وقد أثبتت الأبحاث أن ممارسه الرياضة تؤدي إلى :

- تحسين نسب الهرمونات والدهون بالدم .

- تحسين عمل الجهاز العصبي والقدرة على الاستجابة.

- زيادة الإفرازات والأيونات المخية التي تقلل الألم وتزيد من تحمل الفرد .

تأثير ممارسه الرياضة على الناحية الاجتماعية : تسهم ممارسه الرياضة بصورة منتظمة على تحقيق التكيف الاجتماعي للفرد ، فممارسه الرياضة تعلم الفرد التعاون مع الآخرين ، وتعلم الفرد الصدق والأمانة واحترام الآخرين وتعلمهم القيادة والتبعية والقدرة على تحمل المسؤولية والشعور بها والاعتماد على النفس وتنمية الروح الرياضية ، وتعلم الفرد كيفية العمل كفريق وإنكار الذات من أجل تحقيق الفوز ، فممارسه الرياضة تعمل على اكتساب وتنمية القيم الاجتماعية .

تأثير ممارسه الرياضة على الحالة العامة ونظام حياه الفرد : تسهم ممارسه الرياضة على الارتقاء بصحة الفرد واكتسابه القوام الجيد الخالي من العيوب والتشوهات القواميه ، ورفع الكفاءة البدنية للفرد من خلال الارتقاء باللياقة البدنية للفرد ، والتي تعمل على الارتقاء بكفاءة الأجهزة الوظيفية للجسم ، والارتقاء بالناحية النفسية والعقلية والاجتماعية للفرد ، مما يؤثر بشكل إيجابي على نظام حياه الفرد سواء في العمل أو في الراحة وتعمل على زيادة إنتاج الفرد في العمل ، كما تعمل على الارتقاء بالمستوى الصحي والمعيشي للفرد من خلال تقليل إنفاق الفرد على العلاج بصفه خاصه وإنفاق الدولة بصفه عامه ، فالرياضة تعمل على إعداد المواطن الصالح النافع لوطنه بنديا وعقليا ونفسياً واجتماعياً. (74)

المحور السادس: دور النشاط الرياضي في تنمية التحصيل الدراسي :

يمثل التحصيل العلمي للطلاب والطالبات أهمية كبيرة للكثير من الآباء وأولياء الأمور والتربويين، وقد شكل هذا الاهتمام بالتحصيل العلمي هاجسا كبيرا لدى الآباء وأولياء الأمور مما دفعهم إلى توجيه أبنائهم وبناتهم إلى تركيز جهودهم على التحصيل العلمي فقط وعدم إضاعة الوقت في أشياء لا فائدة منها مثل النشاط الرياضي . وفى الحقيقة ، فإن الأمر على خلاف ما يعتقد بعض الآباء والمربين الذين يمنعون الأبناء أو البنات من الاشتراك في النشاط المدرسي أو يقللون من قيمته ومردوده على تحصيل الطالب أو الطالبة ، فبالإضافة إلى دور النشاط في ترغيب الطلاب إلى المدرسة وتحبيبهم إليها وجعلها أكثر فعالية وتأثيرا في حياة الطلاب . ، فإنه يساعد في تكوين عادات ومهارات وقيم وأساليب تفكير لازمة لمواصلة التعليم والمشاركة في التنمية الشاملة ، كما أن الطلاب الذين يشاركون في النشاط لديهم قدرة على الإنجاز الأكاديمي ، وهم يتمتعون بنسبة ذكاء مرتفعة ، كما أنهم إيجابيون بالنسبة لزملائهم ومعلميهم.⁽⁷⁵⁾

ليس هذا فحسب، بل إن الأنشطة الرياضية تساعد التلاميذ على النجاح والتفوق حيث تثبت الدراسات التربوية أن للنشاط الذى يمارس من خلال جماعات النشاط تأثيرا إيجابيا على التحصيل العلمي للمواد المتصلة بهذا النشاط .⁷⁶

أ- دور النشاط الرياضي في تنمية التحصيل الدراسي من واقع الأهداف المرسومة له:

إنه لا يمكن الحديث عن أهمية النشاط المدرسي بمعزل عن أهدافه التي رسمتها له السياسة العليا للتعليم أو التي أضافها إليه التربويون ، ولا شك أن تحقيق هذه الأهداف عبر ممارسة النشاط المدرسي هي أكبر دليل على أهمية النشاط المدرسي ، فكل هدف من تلك الأهداف يبنى عن أهمية خاصة إذا تم ترجمته إلى واقع ملموس ، ولا شك أن تلك الأهداف لم ترسم من خيال ولم تصغ من فراغ وإنما تم النظر إلى الدور المهم الذى يقوم به النشاط المدرسي في العملية التعليمية ومن ثم ترجم إلى أهداف ترسم الطريق للقائمين على النشاط ولأولياء الأمور والطالبات.

وتتمثل أهداف الأنشطة في الآتي:

1. تعميق مفاهيم التعاليم الإسلامية لدى الطالبة وتدعيم القيم لبناء الشخصية المتكاملة للطالبات.
2. مساندة المقررات الدراسية وفقا لما نصت عليه سياسه التعليم .
3. تشجيع الطالبات على ممارسة التعلم الذاتي في كافة المجالات وإكسابهن القدرة على التجديد والابتكار.
4. تعريف الطالبات بكل جديد ومفيد في مجالات النشاط .
5. اكتشاف القدرات والمهارات والمواهب وتنميتها وتوجيهها التوجيه السليم .
6. تنمية الثقة في نفوس الطالبات.
7. تلبية حاجات الطالبات النفسية والاجتماعية وتعويدهن على العمل الجماعي المبني على التعاون والإيثار .
8. تعويد الطالبات على الجد وحسن استثمار الوقت وتنظيمها .

9. إكساب الطالبات القدرة على التخطيط والتطبيق وتحمل المسؤولية .
10. فتح مجال المنافسة الشريفة بين الطالبات .
11. إيجاد فرص وبرامج وتروحيه هادفه ومناسبة .
12. تحقيق وظائف تشخيصية ووقائية وعلاجية لبعض المشكلات التي تعاني منها بعض الطالبات كمشكلات سوء التكيف والخجل والانطوائية والأناثية. (77)

ب- دور النشاط الطلابي في تنمية التحصيل الدراسي من واقع الوظائف التي يؤديها :

إن التعرف على الوظائف التي يقدمها النشاط المدرسي للمشاركين فيه تعطى دلالة أكيدة على فاعلية وأهميته ودوره في النمو المتكامل للطالب أو الطالبة ، ودوره في التحصيل الدراسي إذا أحسن التخطيط له والاستفادة من معطياته، وقد أشارت العديد من الدراسات والبحوث في مصادر مختلفة إلى تلك الوظائف، ولكننا نقف عند حدود هذا البحث ونكتفى بالإشارة إلى الوظائف التي لها علاقة بالتحصيل الدراسي :

فقد ذكر الطويرقى بعض الوظائف للنشاط المدرسي التي يمكن اختصارها فيما يلي :

1. **وظيفة نفسية:** فعن طريق ممارسة النشاط يستطيع الطالب أو الطالبة التعرف على ذاته والتعبير عن ميوله والتنفيس عن انفعالاته واشباع حاجاته النفسية المختلفة
 2. **وظيفة صحية:** فعن طريق النشاط يتم اكتساب العادات والسلوكيات الصحية المختلف التي تساعد علي المحافظة علي النمو الصحي الجيد واللياقة البدنية الكاملة
 3. **وظيفة علاجية:** حيث تساعد الانشطة علي تخطي مشكلات الطلاب النفسية والانفعالية والاجتماعية ، كما تساعده علي التخلص من معوقات نموه وتعديل سلوكه واتجاهه.
 4. **وظيفة مهنية:** وذلك عن طريق الممارسة العملية لبعض المهن التي تتطلب مهارات معينة مما يساعد علي تحقيق المستقبل المهني والوظيفي
 5. **وظيفة تعليمية:** حيث يساعد النشاط في دعم عملية التعلم من خلال الممارسة العلمية لبعض ما يكتسبه الطلاب داخل الفصل، وما يتم مناقشات وقراءة وكتابة وغير ذلك.
 6. **وظيفة بيئية:** حيث تسهم الانشطة غير الصفية في تعريف مزاوليه بالبيئة المحلية وكيفية الحافظة عليها وإدراك أهميتها واكتشاف منافعها.
 7. **وظيفة اجتماعية:** من خلال ما يكتسبه المشاركون في النشاط من مهارات التعامل الجيد ، والتعاون ، والتفاني في خدمة الجماعة وغيرها.
- وهناك وظائف أخرى للنشاط المدرسي ، أذكر منها مختصرا مما لم يرد ذكرا سابقا ما يلي :
1. **وظيفة تشخيصية:** اكتشاف مواهب التلاميذ والتلميذات والعمل على تنميتها وتوجيهها التوجيه السليم .

2. **وظيفة سيكولوجية:** تحقق مجموعة من الوظائف النفسية منها : تقوية العاطفة الدينية ، واستغلال الطاقات، والتعود على العادات الحميدة والقيم العالية .
3. **وظيفة تربوية:** بناء شخصية التلميذ وقدراته على الخلق والابتكار والتعبير عن الآراء في حرية كاملة .
4. **وظيفة تحصيلية:** ربط المادة الدراسية بالحياة ، وتزويد التلاميذ بالمهارات والقدرات الفكرية .
5. **وظيفة اجتماعية:** تعويد التلميذ على مواجهة مواقف الحياه ، وتكوين العلاقات الاجتماعية السليمة .
6. **وظيفة ترويحوية:** تساعد على تخفيف الضغوط النفسية والاجتماعية والدراسية على التلاميذ من خلال أنواع النشاط الترويحي.(78)

وبعد التأمل في وظائف النشاط المدرسي المشار إليها سابقا نجد أن بعضها يتصل بشكل مباشر بتنمية التحصيل الدراسي للتلاميذ مثل ما أشار إليه (الطويرقى) بأن النشاط المدرسي وظيفة تعليمية إذ يسهم في دعم عملية التعلم من خلال الممارسة العلمية لبعض ما يكتسبه الطلاب داخل الفصل ، وما يتم من مناقشات وكتابة وقراءة وغير ذلك.(79)

ج- تأثير النشاط الطلابي في التحصيل الدراسي :

كما أشير سابقا فإن للنشاط المدرسي وظائف عديدة ومتنوعة تختلف باختلاف الهدف الذى من أجله أقيم النشاط . لكن إذا أريد للنشاط المدرسي أن يكون له دور فاعل ومؤثر في تحصيل الطلاب الدراسي فيجب أن تتحقق فيه الشروط التالية :

1. أن يستند النشاط المدرسي على أساس فلسفى يبرز اهمية المتعلم وفاعليته في الموقف التعليمي .
2. أن يمنح المشاركين فيه الحرية والنشاط والتفكير والايجابية وبناء الخبرات وتنميتها .
3. أن يخطط له بشكل جيد .
4. أن تكون أهدافه واضحة للقائمين عليه ، والمشاركين فيه .
5. أن يرتبط وأغراض ودوافع التعلم .
6. أن يرتبط بمحتوى المواد الدراسية .
7. أن يتلائم مع مستوى النضج ومرحلة النمو العقلي والنفسى والبدني للتلاميذ .
8. أن يراعى الفروق الفردية بين التلاميذ .
9. أن يكون منوعا ومتعدد الأشكال والأساليب والطرق .
10. أن يرتبط بخبرات التلاميذ السابقة ويبنى عليه .
11. أن يكون مؤثرا وفاعلا في حياه التلاميذ .
12. أن يرتبط ارتباطا وثيقا بالدوافع والحوافز عند المتعلمين حسب ما تمدهم بها قواهم وحاجاتهم نفسها التي تملئها ظروفهم نفسها .

لايزال النشاط المدرسي يحظى بعناية الباحثين والتربويين الذين أشاروا ولا يزالون إلى أهميته ودوره في بناء شخصية المتعلم من جميع الجوانب ، وإذا كان للنشاط المدرسي تلك الوظائف النفسية والصحية والمهنية والتعليمية والبيئية والاجتماعية والثقافية والأخلاقية ، فعلى القائمين على التربية والتعليم أن يولوا برامج النشاط المدرسي المزيد من العناية والرعاية على جميع الأصعدة العلمية والبحثية والتخطيطية والتنفيذية والتقويمية أملا في الرقى بمستوى الشخصية المتكاملة للتلاميذ ، ورفع المستوى العقلي والنفسي والبدني الذي يساعدهم على التحصيل العلمي ، وتكوين العادات والمهارات وقيم وأساليب التفكير اللازمة لمواصلة التعليم ومتابعة الإنجاز الأكاديمي. (80)

عرض وتحليل الدراسة الميداني

المحور الأول: البيانات الأولية:

جدول رقم (1)

توزيع أفراد العينة حسب نوع المبحوثين

م	النوع	التكرار	النسبة المئوية
-1	ذكر	128	%39.1
-2	أنثى	199	%60.9
	المجموع	327	%100

يوضح الجدول السابق توزيع أفراد العينة حسب نوع المبحوثين وجاء في الترتيب الأول الإناث بنسبه %60.9، وفى الترتيب الثاني الذكور بنسبه %39.1.

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب نوع المبحوثين تمثلت في الإناث ويرجع ذلك لكثرة عدد الطالبات عن عدد الذكور ، وأيضا لتفضيل الإناث على ممارسه النشاط الرياضي.

جدول رقم (2)

توزيع أفراد العينة حسب عمر المبحوثين

م	عمر المبحوثين	التكرار	النسبة المئوية
-1	20: أقل من 22	200	%61.2
-2	22: أقل من 24	127	%38.8
-3	24: فيما فوق	0	%0.00
	المجموع	327	%100

يوضح الجدول السابق توزيع أفراد العينة حسب عمر المبحوثين جاء في الترتيب الأول الفئة العمرية من 20: أقل من 22 سنة بنسبه %61.2، وفى الترتيب الثاني جاءت الفئة العمرية من 22 : أقل من 24 سنة بنسبه %38.8.

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب عمر المبحوثين تمثلت في الفئة العمرية 20: أقل من 22 سنة ويرجع ذلك لأن الطلاب لديهم وعى وإدراك بكل قسم من أقسام المعهد ، ويهتمون بممارسه النشاط الرياضي داخل المعهد ، في حين كانت النسبة الأقل حسب استجابات المبحوثين تمثلت في الفئة العمرية من 24 فيما فوق فهؤلاء الشباب منهم من يعمل لكي ينفق على دراسته ومنهم من لا يهتم بالأنشطة ويهتم بمجال آخر .

جدول رقم (3)

توزيع أفراد العينة حسب محل الإقامة المبحوثين

م	النوع	التكرار	النسبة المئوية
-1	ريف	141	43.1%
-2	حضر	186	56.9%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق توزيع أفراد العينة حسب محل الإقامة للمبحوثين جاء في الترتيب الأول سكان الحضر بنسبه 56.9 %، وفي الترتيب الثاني سكان الريف بنسبه 43.1%.

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب محل الإقامة للمبحوثين تمثلت في سكان الحضر فسكان الحضر يحرصون على ممارسة أنبائهم للأنشطة الطلابية للحفاظ على صحتهم وعلى تشجيعهم على المذاكرة، في حين أن سكان الريف بعضهم يبعدون أنبائهم عن الأنشطة خوفا على مستقبلهم الدراسي. عدد أفراد الأسرة للمبحوثين : أضاف عدد من المبحوثين أن عدد أسرتهم تتراوح ما بين أربعة أفراد ، ستة أفراد ، خمسة أفراد ، ثلاثة أفراد ، سبعة أفراد .

جدول رقم (4)

توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي للأب للمبحوثين

م	المستوى التعليمي للأب	التكرار	النسبة المئوية
1	حاصل على مؤهل متوسط	152	46.5%
2	حاصل على مؤهل فوق متوسط	85	26.0%
3	حاصل على مؤهل جامعي	90	27.5%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي للأب للمبحوثين جاء في الترتيب الأول (حاصل على مؤهل متوسط) بنسبه 46.5%، وفي الترتيب الثاني (حاصل على مؤهل جامعي) بنسبه 27.5%، وفي الترتيب الثالث (حاصل على مؤهل فوق متوسط) بنسبه 26.0%.

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب المستوى التعليمي للأب تمثلت في الحاصل على مؤهل متوسط ويرجع ذلك لمدى تأثير المستوى الثقافي للوالدين على تشجيع أبنائهم على ممارسة النشاط الرياضي، ومدى وعيهم بأهمية ممارسه النشاط الرياضي حفاظا على صحتهم، وحرصا على مدى تأثير ممارسه الطالب للنشاط الرياضي على استذكاره .

جدول رقم (5)

توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي للأب للمبحوثين

م	المستوى التعليمي للأب	التكرار	النسبة المئوية
-1	أمي	-	-
-2	يقرأ ويكتب	8	2.4%
-3	حاصل على مؤهل متوسط	140	42.8%
-4	حاصل على مؤهل فوق متوسط	103	31.5%
-5	حاصل على مؤهل جامعي	74	22.6%
-6	حاصل على مؤهل فوق جامعي	2	0.6%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق توزيع أفراد العينة حسب المستوى التعليمي للأب للمبحوثين ففي الترتيب الأول (حاصل على مؤهل متوسط) بنسبه 42.8%، وفي الترتيب الثاني (حاصل على مؤهل فوق متوسط) بنسبه 31.5%، وفي الترتيب الثالث (حاصل على مؤهل جامعي) بنسبه 22.6%، وفي الترتيب الرابع (يقرأ ويكتب) بنسبه 2.4%، وفي الترتيب الخامس (حاصل على مؤهل فوق جامعي) بنسبه 0.6% .

مهنة الوالد: أضاف بعض المبحوثين أن مهنة والدهم تتمثل في نجار، ومن يعمل بالأزهر الشريف، وتاجر، موظف بمستشفى الأطفال، موظف بمكتب شئون الطلاب بكلية الهندسة، عامل زراعي، ترزي، سائق، طبيب، يعمل بشركه بالخارج، مدرس أول، دكتور كيميائي، فني تحاليل، عمل حر، تاجر دراجات، مدير الوحدة الحسابية بكلية الطب، مدرس لغة إنجليزيه، تاجر محركات وقطع غيار سيارات، سائق بشركه المصرية بالإسكندرية، أمين سر محكمه الجنايات، موظف بالشباب والرياضة، محاسب في وزاره الشباب والرياضة، صياد، رئيس قسم الماهايات بإدارة غرب المنصورة التعليمية.

مهنة الوالدة: أضاف بعض المبحوثين أن مهنة والدتهم تتمثل في رئيسه قسم بحري غرب المنصورة، وموظفه بالتانوية بنات، ربه منزل، معلمه، معلمه ابتدائي، موظفه بقسم الحسابات بجامعة المنصورة، كاتب أول (أ)، مدرسه أولى بمدرسه الزخرفية، وأضاف بعضهم أن والدتهم لا تعمل .

الدخل الأسرى :أضاف بعض المبحوثين أن الدخل الأسرى لهم يتراوح ما بين 2500 جنيه ، 300 جنيه ، 5000 جنيه ، 1500 جنيه .

المحور الثاني: الأنشطة الرياضية أنواعها وطبيعتها :

جدول رقم (6)

أهميه النشاط الرياضي للمبحوثين

م	أهميه النشاط الرياضي	التكرار	النسبة المئوية
-1	بث روح التنافس والروح الرياضية	85	26.0%
-2	تنمية روح القيادة والتبعية	42	12.8%
-3	رفع مستوى اللياقة البدنية	90	27.5%
-4	إكساب الطلاب للمهارات والهوايات	110	33.6%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق أهميه النشاط الرياضي للمبحوثين وجاء الترتيب الأول (إكساب الطلاب للمهارات والهوايات) بنسبه 33.6%، وفي الترتيب الثاني (رفع مستوى اللياقة البدنية) بنسبه 27.5%، وفي الترتيب الثالث (بث روح التنافس والروح الرياضية) بنسبه 26.0%، وفي الترتيب الرابع (تنمية روح القيادة والتبعية) بنسبه 12.8% .

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب أهميه النشاط الرياضي تمثلت في اكتساب الطلاب للمهارات والهوايات وذلك يرجع لمدى أهميه ممارسه الرياضة في حياه الشباب ولما لها من فائدة على أجسامهم وعلى تنميه المهارات الرياضية لديهم ، في حين كانت النسبة التي تليها في أنها تعمل على رفع مستوى اللياقة البدنية لديهم فالرياضة لها أهميه كبيرة في العمل على ليونة عضلات الجسم ورفع مستوى اللياقة عند الشباب ، في حين كانت النسبة الأقل في استجابات المبحوثين في أنها تعمل على تنميه روح القيادة والتبعية فالرياضة تعتمد في مجملها على العمل الجماعي كفريق عمل واحد .

جدول رقم (7)

المجالات التي تفضل ممارستها في النشاط الرياضي

م	المجالات التي تفضل ممارستها في النشاط الرياضي	التكرار	النسبة المئوية
---	---	---------	----------------

103	31.5%	كرة القدم	-1
10	3.1%	ألعاب القوى	-2
47	14.4%	تنس الطاولة	-3
25	7.6%	إسكواش	-4
12	3.7%	الملاكمة ، المصارعة ، الجمباز	-5
130	39.8%	سباق المشي	-6
327	100%	المجموع	

يوضح الجدول السابق المجالات التي تفضل ممارستها في النشاط الرياضي للمبحوثين جاء في الترتيب الأول (سباق المشي) بنسبه 39.8%، وفي الترتيب الثاني (كرة القدم) بنسبه 31.5%، وفي الترتيب الثالث (تنس الطاولة) بنسبه 14.4%، وفي الترتيب الرابع (إسكواش) بنسبه 7.6%، وفي الترتيب الخامس (الملاكمة ، المصارعة ، الجمباز) بنسبه 3.7%، وفي الترتيب السادس (ألعاب القوى) بنسبه 3.1%.

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب المجالات التي تفضل ممارستها في النشاط الرياضي تمثلت في سباق المشي وذلك يرجع لأن رياضه المشي تفيد القلب والرئتين ، كما أنها تساعد على زيادة نشاط الدورة الدموية ، وتساعد على تهدئه أعصاب الإنسان المتوترة ، في حين كانت النسبة التي تليها هي تفضيل الطلاب والطالبات الجامعيين لكرة القدم لأنها من الرياضات التي تساهم في تمرين كافه عضلات الجسم ، كما أنها تحسن من معدلات ضخ الدم للقلب وهذا يزيد من صحة القلب وتنظم معدل دقاته ، في حين كانت النسبة الأقل في تفضيل الطلاب لألعاب القوى لأنها بها ألعاب مثل القفز والرمي والجري فمعظم الطلاب لا يميلون لهذه الألعاب ومنهم البعض يمارسها ويفضلها .

وأضاف بعض المبحوثين أن المجالات التي يفضلون ممارستها في النشاط الرياضي هي سباق الدراجات ، وأيضاً لعبه نط الحبل ، وشد الحبل.

جدول رقم (8)

أسباب ممارستك للأنشطة الرياضية

م	أسباب ممارستك للأنشطة الرياضية	التكرار	النسبة المئوية
---	--------------------------------	---------	----------------

71	21.7%	1- تشبع ميولي ورغباتي وتنمى الابتكار والإبداع لدي
98	30.0%	2- تساعد في تكوين الصداقات والعلاقات الاجتماعية
75	22.9%	3- إشغال أوقات الفراغ
59	18.0%	4- تنمية الشخصية ومساعدة الطلاب على اكتساب الخبرات والمهارات
24	7.3%	5- التحفيز على التحصيل الدراسي الجيد
327	100%	المجموع

يوضح الجدول السابق أسباب ممارستك للأنشطة الرياضية للمبحوثين وجاء في الترتيب الأول (تساعد في تكوين الصداقات والعلاقات الاجتماعية) بنسبه 30.0%، وفي الترتيب الثاني (إشغال أوقات الفراغ) بنسبه 22.9%، وفي الترتيب الثالث (تشبع ميولي ورغباتي وتنمى الابتكار والإبداع لدي) بنسبه 21.7%، وفي الترتيب الرابع (تنمية الشخصية ومساعدة الطلاب على اكتساب الخبرات والمهارات) بنسبه 18.0%، وفي الترتيب الخامس (التحفيز على التحصيل الدراسي الجيد) بنسبه 7.3%.

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب أسباب ممارستك للأنشطة الرياضية تمثلت في أنها تساعد في تكوين الصداقات والعلاقات الاجتماعية وذلك لأن معظم الألعاب تعتمد على تكوين الفرق المكونة من العديد من اللاعبين فيتعرف اللاعبون على بعضهم ويكونون صداقات وعلاقات اجتماعية قوية بينهم ، في حين كانت النسبة التي تليها أن تعمل على إشغال أوقات الفراغ لدى الطلاب وذلك لأن اللعب من أكثر الأمور التي تشغل حياة الشباب كما أنها تحفزه على تنميه مهاراته ، في حين كانت النسبة الأقل في الاستجابات هي التحفيز على التحصيل الدراسي وذلك لأن بعض الطلاب يهتمون باللعب ويتركون الاستذكار .

جدول رقم (9)

تأثير ممارستك للنشاط الرياضي على صحتك وفائدتها لك

م	ممارستك للنشاط الرياضي يؤثر على صحتك وله فائد بالنسبة لك	التكرار	النسبة المئوية
1	تعمل على تقوية عضلاتك وتنشط جسمك	110	33.6%
-2	تسهم بصورة منتظمة على تنمية عقلك	54	16.5%
-3	تمكنك من الشعور بالسرور	75	22.9%
-4	تعلمك التعاون مع الآخرين	21	6.4%
-5	تسهم ممارسه الرياضة على الارتقاء بصحتك	55	16.8%
-6	تعمل على واكتسابك القوام الجيد الخالي من العيوب والتشوهات القواميه	12	3.7%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق تأثير ممارستك للنشاط الرياضي على صحتك وفائدتها المبحوثين وجاء الترتيب الأول أنها (تعمل على تقوية عضلاتك وتنشط جسمك) بنسبه 33.6%، وفي الترتيب الثاني (تمكنك من الشعور بالسرور) بنسبه 22.9%، وفي الترتيب الثالث (تسهم ممارسه الرياضة على الارتقاء بصحتك) بنسبه 16.8%، وفي الترتيب الرابع (تسهم بصورة منتظمة على تنمية عقلك) بنسبه 16.5%، وفي الترتيب الخامس (تعلمك التعاون مع الآخرين) بنسبه 6.4%، وفي الترتيب السادس (تعمل على اكتسابك القوام الجيد الخالي من العيوب والتشوهات القواميه) بنسبه 6.7%.

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب ممارستك للنشاط الرياضي يؤثر على صحتك - وله فوائد بالنسبة لك تمثلت في أنها تعمل على تقوية عضلاتك وتنشط جسمك ويرجع ذلك لأن النشاط الحركي المنتظم للجسم ينشط الجسم ويساعد على الهضم والإفراز وامتصاص الغذاء كما أنه يقوم بتنبيه وتقوية الجهاز الدوري والتنفسي ويساعد على الهضم والإفراز وامتصاص الغذاء ، في حين كانت النسبة الأقل في استجابات المبحوثين أنها تعمل على اكتسابك القوام الجيد الخالي من العيوب والتشوهات القواميه وذلك لأنها تعمل على التأثير على الحالة العامة ونظام حياه الفرد .

أهم أهداف النشاط الرياضي داخل المعهد

م	أهم أهداف النشاط الرياضي داخل المعهد	التكرار	النسبة المئوية
-1	الإسهام الإيجابي في بناء الشخصية للطلاب	77	23.5%
-2	اكتشاف الطلاب مواهبهم وتنميتها	100	30.6%
-3	تدريب الطلاب على العمل الهادف وتحمل المسؤولية	20	6.1%
-4	تنمي العمل بروح الفريق	33	10.1%
-5	تعزز روح العمل الجماعي	4	1.2%
-6	العناية والاهتمام بالطلاب الموهوبين	19	5.8%
-7	رفع مستوى الكفاءة البدنية ، والقدرات الحركية والمهارية للطلاب	74	22.6%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق أهم أهداف النشاط الرياضي داخل المعهد للمبحوثين وجاء في الترتيب الأول (اكتشاف الطلاب مواهبهم وتنميتها) بنسبه 30.6%، وفي الترتيب الثاني (الإسهام الإيجابي في بناء الشخصية للطلاب) بنسبه 23.5%، وفي الترتيب الثالث (رفع مستوى الكفاءة البدنية، والقدرات الحركية والمهارية للطلاب) بنسبه 22.6%، وفي الترتيب الرابع (تنمي العمل بروح الفريق) بنسبه 10.1%، وفي الترتيب الخامس (تدريب الطلاب على العمل الهادف وتحمل المسؤولية) بنسبه 6.1%، وفي الترتيب السادس (العناية والاهتمام بالطلاب الموهوبين) بنسبه 5.8%، وفي الترتيب السابع (تعزز روح العمل الجماعي) بنسبه 1.2% .

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب أهم أهداف النشاط الرياضي داخل المعهد تمثلت في اكتشاف الطلاب مواهبهم وتنميتها ويرجع ذلك لأن الألعاب الرياضية تعمل على بناء شخصيه الطلاب لتصبح شخصيه متوازنة وتبعدهم عن الأفكار الهدامة من خلال إتاحة الظروف المواتية لاكتشاف وتطوير مواهبهم ، في حين كانت النسبة الأقل في استجابات المبحوثين هي تعزيز روح العمل الجماعي وذلك يرجع أن الرياضة تعمل على بناء شخصيه الشباب ويلي ذلك رفع مستوى كفاءتهم البدنية، كما أن مجال الألعاب يشجعهم على تعزيز روح العمل الجماعي مثل كرة القدم وتنس الطاولة وغيرها من الألعاب الجماعية.

جدول رقم (11)

مدى تحقيق المعهد أهداف نشاطه الرياضي

م	مدى تحقيق المعهد أهداف نشاطه الرياضي	التكرار	النسبة المئوية
-1	يحقق الأهداف	250	76.5%
-2	لا يحقق الأهداف	77	23.5%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق مدى تحقيق المعهد أهداف نشاطه الرياضي للمبحوثين وجاء في الترتيب الأول (يحقق الأهداف) بنسبه 76.5% ، وفي الترتيب الثاني (لا يحقق الأهداف) بنسبه 23.5% . تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب مدى تحقيق المعهد أهداف نشاطه الرياضي تمثلت في يحقق الأهداف وذلك يرجع لاهتمام إدارة المعهد والمسؤولين عن النشاط الرياضي بالاهتمام باشتراك الطلاب في المسابقات وعمل الفرق الرياضية ، في حين كانت النسبة الأقل في استجابات المبحوثين هي لا يحقق المعهد أهداف نشاطه الرياضي فهم قلة من الشباب والفتيات الذين لا يهتمون بالنشاط ولا يتابعون ما يتم داخل أقسام رعاية الشباب بالمعهد .

جدول رقم (12)

مدى تحقيق التعاون بين البيت والمعهد في ممارستك للأنشطة الرياضية

م	مدى تحقيق التعاون بين البيت والمعهد في ممارستك للأنشطة الرياضية	التكرار	النسبة المئوية
-1	نعم	10	3.1%
-2	إلى حد ما	130	39.8%
-3	لا	187	57.2%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق مدى تحقيق التعاون بين البيت والمعهد في ممارستك للأنشطة الرياضية للمبحوثين وجاء في الترتيب الأول بنسبه (لا) بنسبه 57.2%، وفي الترتيب الثاني (إلى حد ما) بنسبه 39.8%، وفي الترتيب الثالث (نعم) بنسبه 3.1%.

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب مدى تحقيق التعاون بين البيت والمعهد في ممارستك للأنشطة الرياضية تمثلت في لا وذلك يرجع لأن بعض الأسر تخاف من ممارسته أبنائها للأنشطة خوفا من أن تلهيهم عن الاستذكار وتحصيل دروسهم ، في حين كانت النسبة التي تليها كانت إلى حد ما ويرجع ذلك

لاهتمام بعض الأسر بتوعيه أبنائها من الاهتمام بممارسه الأنشطة التي يفضلونها لأنهم حين يفوزون في مسابقه ما في النشاط الرياضي تتحسن حالتهم النفسية وتتشجع على الاستدكار .

جدول رقم (13)

من وجهه نظرك مدى تفهم أسرته لك ولأنشطة الرياضة وتشجيعك على ممارستها

م	من وجهة نظرك مدى تفهم أسرته لك ولأنشطة الرياضة وتشجيعك على ممارستها	التكرار	النسبة المئوية
-1	نعم	290	88.7%
-2	لا	37	11.3%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق مدى تفهم أسرته لك ولأنشطة الرياضة وتشجيعك على ممارستها للمبحوثين وجاء في الترتيب الأول (نعم) بنسبه 88.7%، وفي الترتيب الثاني (لا) بنسبه 11.3% .

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب مدى تفهم أسرته لك ولأنشطة الرياضة وتشجيعك على ممارستها تمثلت في نعم تتفهم أسرتي حبي للأنشطة وتشجعني على ممارستها ويرجع ذلك لمدى تفهم الأسرة أهميه ممارسه الرياضة وفائدتها على الصحة العامة ومدى تأثيرها على الحالة النفسية للفرد ، وأيضاً تأثيرها على أعضاء الجسم فهم يشجعون أبنائهم لممارستها حرصاً على أبنائهم وحفاظاً على صحتهم ويشجعون أبنائهم ، في حين كانت النسبة الأقل في الاستجابات هي لا تتفهم الأسرة مدى حب الأنشطة الرياضية ولا تشجعني على ممارستها فكما ذكرت في السابق أن بعض الأسر تخاف من ممارسه أبنائهم للرياضة حرصاً على استذكارهم وتحصيلهم الدراسي .

ما التدعيم الإيجابي الذي تتلقاه من جانب الأسرة عند ممارستك للأنشطة الرياضية؟

أضاف بعض المبحوثين أن التدعيم الإيجابي الذي يتلقونه من جانب أسرهم عند ممارسه الأنشطة الرياضية هو التحفيز على المذاكرة والتقدم فيها ،وانهم يشجعوني على ممارسه المجال الذي احبه ، أن أكون الأكفأ ورقم 1 في النشاط الرياضي ، يدعموني معنوياً ويشجعوني على ممارسه الرياضة ، يساعدونني على ممارسه النشاط الرياضي ، التحفيز على ممارسه الأنشطة الرياضية والتشجيع على ممارستها ، التشجيع من والدي ، تشجعني على ممارسه كرة القدم ، تشجعني على ممارستها لأن الرياضة تعمل على زيادة اللياقة البدنية للجسم .

جدول رقم (14)

لزملائك وأصدقائك دور في ممارستك للأنشطة الرياضية

م	لزملائك وأصدقائك دور في ممارستك للأنشطة الرياضية	التكرار	النسبة المئوية
-1	نعم	230	70.3%
-2	أحيانا	17	5.2%
-3	لا	80	24.5%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق لزملائك وأصدقائك دور في ممارستك للأنشطة الرياضية للمبحوثين وجاء الترتيب الأول (نعم) بنسبه 70.3%، وفي الترتيب الثاني (لا) بنسبه 24.5%، وفي الترتيب الثالث (أحيانا) بنسبه 5.2%. تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب لزملائك وأصدقائك دور في ممارستك للأنشطة الرياضية تمثلت في نعم لزملائي وأصدقائي دور في ممارستي للأنشطة الرياضية وذلك لأننا نلعب كفريق عمل واحد ونشارك في مسابقات عديدة، في حين كانت النسبة الأقل هي أحيانا زملائي وأصدقائي يكون لهم دور في ممارستي للأنشطة الرياضية والبعض الآخر لا يكون له دور في تشجيعي على اللعب لأنهم يكون مشتركين في ألعاب أخرى وأنشطه أخرى ، والبعض الآخر منهم لا يهتم بالرياضة.

التأثير الإيجابي لزملائك وأصدقائك في ممارستك للأنشطة الرياضية .

أضاف بعض المبحوثين أن التأثير الإيجابي لزملائهم وأصدقائهم في ممارسه الأنشطة الرياضية هو التشجيع على ممارسه الرياضة ، وأنهم يلعبون مع بعضهم البعض بحب وبسعادة ،الحب والوفاء لديهم عند الممارسة للنشاط الرياضي ، انهم يدعموني ويشجعوني على ممارسه الرياضة ، نمو الروح الرياضية وتكوين علاقات طيبة مع الأصدقاء، يحدث بيننا ترابط وتقارب ، والتحفيز على ممارسه كرة القدم باستمرار ، تدعم روح الفريق .

المحور الثالث : الأنشطة الطلابية والتحصيل الدراسي

جدول رقم (15)

للأنشطة الرياضية دور في تحصيلك الدراسي

م	للأنشطة الرياضية دور في تحصيلك الدراسي	التكرار	النسبة المئوية
-1	نعم	190	58.1%
-2	لا	137	41.9%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق للأنشطة الرياضية دور في تحصيلك الدراسي للمبحوثين وجاء في الترتيب الأول (نعم) بنسبه 58.1 %، وفي الترتيب الثاني (لا) بنسبه 41.9 % .

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب للأنشطة الرياضية دور في تحصيلك الدراسي تمثلت في نعم للأنشطة دور في تحصيلي الدراسي وذلك لأنها تعمل على تنمية كافة أو بعض جوانب شخصيات الطلاب، فهي تساعد الطلاب في الكشف عن ميولهم، والاستفادة من قدراتهم وغرس القيم الخلقية والاجتماعية والروحية الأصلية فيهم، كما أنها تعمل على بناء شخصية الطالب من الناحية الاجتماعية، و تعمل على الارتقاء بالمستوى الثقافي للطلاب، في حين كانت النسبة الأقل في استجابات المبحوثين هي لا للأنشطة الطلابية دور في تحصيلي الدراسي وذلك لأن بعض الطلاب لا يمارسون الأنشطة الرياضية ولا يعرفون مدى أهميتها للطلاب .

جدول رقم (16)

مدى تأثير الأنشطة الرياضية على مستوى تحصيلك الدراسي ن=190

م	مدى تأثير الأنشطة الرياضية على مستوى تحصيلك الدراسي	التكرار	النسبة المئوية
-1	تأثير إيجابي	91	47.9%
-2	تأثير سلبي	20	10.5%
-3	ليس له تأثير	79	41.6%
	المجموع	190	100%

يوضح الجدول السابق مدى تأثير الأنشطة الرياضية على مستوى تحصيلك الدراسي للمبحوثين وجاء في الترتيب الأول (تأثير إيجابي) بنسبه 47.9 %، وفي الترتيب الثاني (ليس له تأثير) بنسبه 41.6 %، وفي الترتيب الثالث (تأثير سلبي) بنسبه 10.5 % .

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب مدى تأثير الأنشطة الرياضية على مستوى تحصيلك الدراسي تمثلت في تأثير إيجابي ويرجع ذلك لمدى تأثير الأنشطة الرياضية على الطلاب وعلى مستوى تحصيلك حيث أن الطالب عندما يمارس النشاط الرياضي يحفزه على المذاكرة والاستذكار ، في حين كانت النسبة الأقل في الاستجابات هي ليس له تأثير على مستوى التحصيل فهؤلاء الطلاب لا يمارسون الأنشطة الرياضية كما ذكرت في السابق .

وأضاف بعض المبحوثين أن ممارسه النشاط الرياضي تعمل على التحفيز على الاجتهاد الدراسي لدى الطلاب .

جدول رقم (17)

مدى تأثير ممارستك للأنشطة الرياضية على تحصيلك الدراسي

م	مدى تأثير ممارستك للأنشطة الرياضية على تحصيلك الدراسي	التكرار	النسبة المئوية
-1	مضيقه للوقت	20	6.1%
-2	تحتاج إلى المزيد من الوقت وتلهيك عن حضور المحاضرات	23	7.0%
-3	تتمى لديك الذاكرة والاستذكار	32	9.8%
-4	تشجعك على المذاكرة والاستذكار والاجتهاد	92	28.1%
-5	ممارسه الرياضة تعطى لك الثقة لكى تصبح شخص قيادي وناجح	55	16.8%
-6	تعطيك الثقة بالنفس في التعامل مع الآخرين ومواجهه المواقف	70	21.4%
-7	ممارسه الرياضة تساعدك على اكتساب الثقة في مواجهه المشكلات	35	10.7%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق مدى تأثير ممارستك للأنشطة الرياضية على تحصيلك الدراسي للمبحوثين وجاء في الترتيب الأول (تشجعك على المذاكرة والاستذكار والاجتهاد) بنسبه 28.1% وفى الترتيب الثاني (تعطيك الثقة بالنفس في التعامل مع الآخرين ومواجهه المواقف) بنسبه 21.4%، وفى الترتيب الثالث (ممارسه الرياضة تعطى لك الثقة لكى تصبح شخص قيادي وناجح) بنسبه 16.8%، وفى الترتيب الرابع (ممارسه الرياضة تساعدك على اكتساب الثقة في مواجهه المشكلات) بنسبه 10.7%، وفى الترتيب الخامس (تتمى لديك الذاكرة والاستذكار) بنسبه 9.8%، وفى الترتيب السادس (تحتاج إلى المزيد من الوقت وتلهيك عن حضور المحاضرات) بنسبه 7.0% .

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب مدى تأثير ممارستك للأنشطة الرياضية على تحصيلك الدراسي تمثلت في تشجعك على المذاكرة والاستذكار والاجتهاد حيث أن ممارسه بعض الرياضات مثل الجري يؤدي إلى ارتفاع مستوى سرعه ودقه الطالب في الاستذكار، فهناك علاقه قويه بين ممارسه التمارين الرياضية وارتفاع أداء الطلاب في الاستذكار في الامتحان، في حين كانت النسبة التي تليها هي أن ممارسه الرياضة تعطيك الثقة بالنفس في التعامل مع الآخرين ومواجهه المواقف فممارسه الرياضة تزيد من ثقته الفرد بنفسه نتيجة لتحسن اللياقة والمظهر الخارجي .

جدول رقم (18)

مدى توفير المعهد للإمكانيات والأدوات اللازمة لممارسه النشاط الرياضي

م	مدى توفير المعهد للإمكانيات والأدوات اللازمة لممارسه النشاط الرياضي	التكرار	النسبة المئوية
-1	موافق	112	34.2%
-2	غير موافق	25	7.7%
-3	موافق إلى حد ما	190	58.1%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق مدى توفير المعهد للإمكانيات والأدوات اللازمة لممارسه النشاط الرياضي للمبحوثين وجاء في الترتيب الأول (موافق إلى حد ما) بنسبه 58.1%، وفي الترتيب الثاني (موافق) بنسبه 34.2%، وفي الترتيب الثالث (غير موافق) بنسبه 7.7%.

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب مدى توفير المعهد للإمكانيات والأدوات اللازمة لممارسه النشاط الرياضي تمثلت في موافق إلى حد ما ويرجع ذلك لرغبة الطلاب في ممارسه الأنشطة الرياضية ولايوجد إمكانيات كافييه لممارسه النشاط الرياضي، في حين كانت النسبة الأقل في استجابات المبحوثين هي غير موافق فكما ذكرت فهناك بعض الطلاب لديهم العديد من الاشتراك في المسابقات العديدة والمتنوعة ولا يجدون الإمكانيات المناسبة وهناك بعض الطلاب الذين يمارسون بعض الأنشطة الرياضية بالإمكانيات المتوفرة.

جدول رقم (19)

ممارسة الأنشطة الرياضية تخلق الرغبة لديك في إهمال المحاضرات والاستذكار

م	ممارسة الأنشطة الرياضية تخلق الرغبة لديك في إهمال المحاضرات والاستذكار	التكرار	النسبة المئوية
-1	كثيراً	9	2.7%
-2	نوعاً ما	108	33.0%
-3	أبداً	210	64.2%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق ممارسة الأنشطة الرياضية تخلق الرغبة لديك في إهمال المحاضرات والاستذكار للمبحوثين وجاء في الترتيب الأول (أبداً) بنسبة 64.2%، وفي الترتيب الثاني (نوعاً ما) بنسبه 33.0%، وفي الترتيب الثالث (كثيراً) بنسبة 2.7%.

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب ممارسه الأنشطة الرياضية تخلق الرغبة لديك في إهمال المحاضرات والإستذكار تمثلت في أبدا فممارسه الرياضة مهمه للفرد لأنها تشجعه على الاستذكار والتركيز وتقوى خلايا المخ وتنشطه ، في حين كانت النسبة الأقل في الاستجابات هي كثيرا فهم أقلية من الطلاب الذين لا يمارسون الرياضة والأنشطة الرياضية فهم لا يعرفون مدى أهميه ممارسه الأنشطة الرياضية على استذكارهم .

جدول رقم (20)

بتعاني من مشكلات عند ممارستك للأنشطة الرياضية

م	بتعاني من مشكلات عند ممارستك للأنشطة الرياضية	التكرار	النسبة المئوية
-1	نعم	205	62.7%
-2	نوعا ما	105	32.1%
-3	لا	17	5.2%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق بتعاني من مشكلات عند ممارستك للأنشطة الرياضية للمبحوثين وجاء في الترتيب الأول (نعم) بنسبه 62.7%، وفي الترتيب الثاني (نوعا ما) بنسبه 32.1%، وفي الترتيب الثالث (لا) بنسبه 5.2%. تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب بتعاني من مشكلات عند ممارستك للأنشطة الرياضية تمثلت في نعم أعانى من مشكلات عند ممارستي للأنشطة الرياضية فهناك العديد من المشكلات مثل عدم توفر الوقت المناسب لممارستها ، كثرة المحاضرات، عدم توفر الإمكانيات المادية لممارسه النشاط ، في حين كانت النسبة الأقل في الاستجابات هي لا فهناك بعض الطلاب يهتمون بها لدرجه ترك مهامهم الأساسية فممارسه الرياضة جزء أساس في حياتهم مهما كانت أعبائهم.

جدول رقم (21)

أهم المشكلات التي تواجهك عند ممارستك للأنشطة الرياضية ن = 205

م	أهم المشكلات التي تواجهك عند ممارستك للأنشطة الرياضية	التكرار	%
-1	عدم توفر الأماكن المناسبة لممارسة النشاط الرياضي	87	42.4%
-2	عدم وجود حوافز معنوية أو مادية للطلاب	31	15.1%
-3	قلة الإمكانيات المادية ونقص التجهيزات والأدوات الخاصة بالنشاط الرياضي	45	22.0%
-4	ازدحام اليوم الدراسي بالمحاضرات	26	12.7%
-5	زيادة عدد الطلاب المشاركين في النشاط الواحد	16	7.8%
	المجموع	205	100%

يوضح الجدول السابق أهم المشكلات التي تواجهك عند ممارستك للأنشطة الرياضية من وجهة نظر المبحوثين وجاء في الترتيب الأول (عدم توفر الأماكن المناسبة لممارسة النشاط الرياضي) بنسبه 42.4 %، وفي الترتيب الثاني (قلة الإمكانيات المادية ونقص التجهيزات والأدوات الخاصة بالنشاط الرياضي) بنسبه 22.0 %، وفي الترتيب الثالث (عدم وجود حوافز معنوية أو مادية للطلاب) بنسب 15.12 %، وفي الترتيب الرابع (ازدحام اليوم الدراسي بالمحاضرات) بنسبه 12.7 %، وفي الترتيب الخامس (زيادة عدد الطلاب المشاركين في النشاط الواحد) بنسبه 7.8 % .

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب أهم المشكلات التي تواجهك عند ممارستك للأنشطة الرياضية تمثلت في (عدم توفر الأماكن المناسبة لممارسه النشاط الرياضي) ويرجع ذلك لاهتمام الطلاب بممارسه النشاط الرياضي وعدم توفر الأماكن المناسبة لممارسه النشاط الرياضي فهناك العديد من الطلاب الذين يرغبون في ممارسه الأنشطة ولا يجدون الأماكن المناسبة للنشاط لكي يمارسونها وهذا يرجع لضرورة أن يقوم المعهد بتوفير الأماكن المناسبة للنشاط الرياضي لكي يقوم الطلاب بممارسته ، في حين كانت النسبة الأقل في الاستجابات هي (زياده عدد الطلاب المشاركين في النشاط الواحد) ويرجع ذلك لاهتمام بعض الطلاب بممارسه نشاط مثل كرة القدم فيتكدس الطلاب به .

وأضاف بعض المبحوثين أن أهم المشكلات التي تواجههم تمثلت في ضعف الجهد البدني وقله التركيز أثناء الممارسة .

جدول رقم (22)

المعهد في الوقت الحالي جاذب لممارسة الأنشطة الرياضية

م	المعهد في الوقت الحالي جاذب لممارسة الأنشطة الرياضية	التكرار	النسبة المئوية
1-	موافق	58	17.7%
2-	غير موافق	82	25.1%
3-	إلى حد ما	187	57.2%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق المعهد في الوقت الحالي جاذب لممارسة الأنشطة الرياضية من وجهة نظر المبحوثين وجاء في الترتيب الأول (إلى حد ما) بنسبه 57.2 %، وفي الترتيب الثاني (غير موافق) بنسبه 25.1 %، وفي الترتيب الثالث (موافق) بنسبه 17.7 % .

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب المعهد في الوقت الحالي جاذب لممارسه الأنشطة الرياضية تمثلت في (إلى حد ما) فنظرا لانتشار فيروس كورونا فهناك العديد من الصعوبات التي تواجه الطالب تؤثر على مشاركته في النشاط الرياضي ، في حين كانت النسبة الأقل في استجابات المبحوثين تمثلت في (موافق) فهناك العديد من الطلاب الذين يمارسون النشاط الرياضي بالمعهد.

جدول رقم (23)

عدم جاذبيه المعهد لممارسه الأنشطة الرياضية

م	عدم جاذبيه المعهد لممارسه الأنشطة الرياضية	التكرار	النسبة المئوية
1	يجد الطالب الصعوبة في التفاعل مع ممارسة النشاط الرياضي	19	5.8%
2	يشعر الطالب بالإحباط؛ بسبب عدم تقبل الدكتور تغييره عن المحاضرة	85	26.0%
3	انعدام الجوائز للطلاب وهو أحد أسباب قلة الممارسة	53	16.2%
4	عدم توافر الوقت المناسب لممارسة النشاط	170	52.0%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق عدم جاذبيه المعهد لممارسه الأنشطة الرياضية للمبحوثين وجاء في الترتيب الأول (عدم توافر الوقت المناسب لممارسة النشاط) بنسبه 52.0%، وفي الترتيب الثاني (يشعر الطالب بالإحباط؛ بسبب عدم تقبل الدكتور تغييره عن المحاضرة) بنسبه 26.0%، وفي الترتيب الثالث (انعدام الجوائز للطلاب وهو أحد أسباب قلة الممارسة) بنسبه 16.2%، وفي الترتيب الرابع (يجد الطالب الصعوبة في التفاعل مع ممارسة النشاط الرياضي) بنسبه 5.8%.

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب عدم جاذبيه المعهد لممارسه الأنشطة الرياضية تمثلت في (عدم توافر الوقت المناسب لممارسه النشاط) ويرجع ذلك لاهتمام الطلاب بممارسه الأنشطة الرياضية ونظرا لتكدس يوم الطالب بالمحاضرات فلا يجد الطالب الوقت المناسب لكي يمارس النشاط الذي يفضله من النشاط الرياضي ، في حين كانت النسبة الأقل في الاستجابات هي (يجد الطالب الصعوبة في التفاعل مع ممارسه النشاط الرياضي) ويرجع ذلك لوجود بعض القصور الذي يجعل الطالب لا يتفاعل مع النشاط الذي يفضله .

جدول رقم (24)

المشكلات التي تتعرض لها وتؤثر عليك بالسلب عند ممارسة الأنشطة الرياضية

م	المشكلات التي تتعرض لها وتؤثر عليك بالسلب عند ممارسة الأنشطة الرياضية	التكرار	النسبة المئوية
-1	صعوبة التركيز أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية	98	30.0%
-2	العلاقات غير الجيدة مع زملائك من الطلاب والطالبات	57	17.4%
-3	عدم الاهتمام من قبل إدارة المعهد بممارسة الطلاب للأنشطة الرياضية	100	30.6%
-4	الرياضية صعوبات التحصيل الدراسي مع ممارسة الأنشطة	72	22.0%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق المشكلات التي تتعرض لها وتؤثر عليك بالسلب عند ممارسة الأنشطة الرياضية للمبحوثين وجاء في الترتيب الأول (عدم الاهتمام من قبل إدارة المعهد بممارسة الطلاب للأنشطة الرياضية) بنسبه 30.6%، وفي الترتيب الثاني (صعوبة التركيز أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية) بنسبه 30.0%، وفي الترتيب الثالث (صعوبات التحصيل الدراسي مع ممارسة الأنشطة الرياضية) بنسبه 22.0% ، وفي الترتيب الرابع (العلاقات غير الجيدة مع زملائك من الطلاب والطالبات) بنسبه 17.4%.

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب المشكلات التي تتعرض لها وتؤثر عليك بالسلب عند ممارسه الأنشطة الرياضية تمثلت في عدم الاهتمام من قبل إدارة المعهد بممارسه الطلاب للأنشطة الرياضية ويرجع ذلك لمواجهه الطلاب لبعض المشكلات التي يتعرضون لها وتؤثر على ممارستهم للأنشطة فيجب على إدارة المعهد أن تهتم بالنشاط الرياضي وتحاول إزاله كافة العقبات لكي يمارس الطلاب النشاط الرياضي ويمارسون النشاط الذى يفضلونه في النشاط الرياضي ، في حين كانت النسبة الأقل في استجابات المبحوثين هي (العلاقات غير الجيدة مع زملائك من الطلاب والطالبات) فهي من الاستجابات القليله وهى لا تؤثر بشكل مباشر على عدم ممارسه الطالب للنشاط الرياضي .

المحور الرابع: الرؤية المستقبلية لتطوير الأنشطة الرياضية وزيادة مشاركة الطلاب :

جدول رقم (25)

كيفية تطوير النشاط الرياضي داخل المعهد، من وجهة نظرك

م	كيفية تطوير النشاط الرياضي داخل المعهد من وجهة نظرك	التكرار	%
-1	ضرورة ربط المقررات الدراسية بالأنشطة الرياضية.	77	23.5%
-2	عمل أنشطة هادفة واختيار الأوقات المناسبة لعملها	100	30.6%
-3	زيادة التمويل المالي للأنشطة	89	27.2%
-4	ضرورة مساهمة المجتمع المدني في أنشطة الطلاب	35	10.7%
-5	ضرورة مساهمة أعضاء هيئة التدريس في الأنشطة الطلابية ودعمها فنياً	26	8.0%
	المجموع	327	100%

يوضح الجدول السابق كيفية تطوير النشاط الرياضي داخل المعهد للمبحوثين وجاء في الترتيب الأول (عمل أنشطة هادفة واختيار الأوقات المناسبة لعمله) بنسبه 30.6%، وفي الترتيب الثاني (زيادة التمويل المالي للأنشطة) بنسبه 27.2%، وفي الترتيب الثالث (ضرورة ربط المقررات الدراسية بالأنشطة الرياضية) بنسبه 23.5%، وفي الترتيب الرابع (ضرورة مساهمة المجتمع المدني في أنشطة الطلاب) بنسبه 10.7%، وفي الترتيب الخامس (ضرورة مساهمة أعضاء هيئة التدريس في الأنشطة الطلابية ودعمها فنياً) بنسبه 8.0%.

تفسر الباحثة أن النسبة الأعلى في استجابات المبحوثين حسب كيفية تطوير النشاط الرياضي داخل المعهد تمثلت في عمل أنشطة هادفة واختيار الأوقات المناسبة لعمله فيهم العديد من الطلاب باهتمام المعهد بالأنشطة وعمل أنشطه هادفه لكي يستفيد منها الطلاب ، في حين كانت النسبة الأقل في استجابات المبحوثين حسب كيفية تطوير النشاط الرياضي داخل المعهد تمثلت في (ضرورة مساهمه أعضاء هيئه التدريس في الأنشطة الطلابية ودعمها فنياً) فعندما يشعر الطالب باهتمام أعضاء هيئه التدريس بالأنشطة الرياضية فيشعر الطالب بمدى أهميه ممارسته للنشاط الرياضي ويهتم به ويحاول الاشتراك في المسابقات المختلفه التي ينظمها المعهد .

مقترحاتك لزيادة مشاركة الطلاب في النشاط الرياضي داخل المعهد

أضاف بعض المبحوثين بعض المقترحات لزيادة مشاركة الطلاب في النشاط الرياضي داخل المعهد تمثلت في توفير الألعاب الرياضية مثل ألعاب الكاراتيه ، وعمل تدريبات للطلاب على لعبه كرة القدم ولعبه تنس الطاولة ، واهتمام إدارة المعهد بتدعيم بالنشاط الرياضي داخل المعهد ، عومل ندوات لتشجيع الطلاب على ممارسه النشاط الرياضي ، وعمل مسابقات رياضييه داخل المعهد ، وتنفيذ أنشطه رياضييه يشارك فيها الطلاب ، وحث الطلاب على المشاركة في الأنشطة الرياضية ، وضرورة ربط المقررات الدراسية بالنشاط الرياضي ، وزيادة التمويل المالي

للنشاط الرياضي ، وتوفير الوقت المناسب لممارسه النشاط الرياضي ، وتوفير الجوائز للطلاب الفائزين في المسابقات الرياضية ، إضافة أنشطه رياضييه مثل الملاكمة ، والإسكواش ، وتوفير أماكن مناسبة لعمل مسابقه سباق الدراجات بالمعهد وتوفير المكان المناسب لها بالمعهد ، وتطوير ملاعب كرة القدم بالمعهد ، وزيادة الدعم والتشجيع للفتيات على مشاركته الأنشطة التي يفضلونها في النشاط الرياضي ، وتوفير لعبه الملاكمة ضمن أنشطه المعهد وأيضا لعبه التنس في المعهد ، وعمل جوائز قيمه للطلاب المشاركين في الأنشطة الرياضية والمسابقات الرياضية .

نتائج الدراسة :

- كشفت نتائج الدراسة أن الإناث جاءت في الترتيب الأول كما جاء في الترتيب الأول الفئة العمرية من (20: أقل من 22 سنة)، وفي الترتيب الثاني جاءت الفئة العمرية من (22: أقل من 24 سنة) ، وفي الترتيب الثالث جاءت الفئة العمرية من (24: فيما فوق) وأغلب الطلاب من سكان الحضر، كما أن عدد أفراد الأسرة للمبحوثين يتراوح ما بين أربعة أفراد ، وخمسه أفراد ، وثلاثة أفراد ، وسبعة أفراد، وأوضحت نتائج الدراسة أن المستوى التعليمي للآباء وأمهات المبحوثين جاء في الترتيب الأول (حاصل على مؤهل متوسط). كما كشفت نتائج الدراسة بتعدد مهن ووظائف آباء وأمهات المبحوثين ويتراوح الدخل الأسرى للمبحوثين ما بين 2500 جنيه، 5000 جنيه.
- كشفت نتائج الدراسة عن أهميه النشاط الرياضي في إكساب الطلاب للمهارات والهوايات، ورفع مستوى اللياقة البدنية، وبت روح التنافس والروح الرياضية، وتنمية روح القيادة والتبعية.
- كشفت نتائج الدراسة عن المجالات التي تفضل ممارستها في النشاط الرياضي هي سباق المشي ، وكرة القدم ، وتنس الطاولة ، الإسكواش ، الملاكمة - والمصارعة - الجمباز ، وألعاب القوى) ، وسباق الدراجات ، وشد الحبل.
- كشفت نتائج الدراسة عن أسباب ممارستها للأنشطة الرياضية أنها تساعد في تكوين الصداقات والعلاقات الاجتماعية، وإشغال أوقات الفراغ ، وتشبع ميولي ورغباتي وتنمي الابتكار والإبداع لدي ، وتنمية الشخصية ومساعدة الطلاب على اكتساب الخبرات والمهارات ، التحفيز على التحصيل الدراسي الجيد.
- أوضحت نتائج الدراسة تأثير ممارسه الرياضة على الصحة وفوائدها أنها تعمل على تقويه عضلاتك وتنشط الجسم، تمكنك من الشعور بالسرور ، وتسهم ممارسه الرياضة على الارتقاء بصحتك ، تسهم بصورة منتظمة على تنمية عقلك ، تعلمك التعاون مع الآخرين ، وتعمل على اكتسابك القوام الجيد الخالي من العيوب والتشوهات القواميه.
- كشفت نتائج الدراسة عن أهم أهداف النشاط الرياضي داخل المعهد هي اكتشاف الطلاب مواهبهم وتنميتها ، والإسهام الإيجابي في بناء الشخصية للطلاب ، ورفع مستوى الكفاءة البدنية ، والقدرات الحركية والمهاريه

للطلاب ، و تتمي العمل بروح الفريق ، وتدريب الطلاب على العمل الهادف وتحمل المسؤولية ، العناية والاهتمام بالطلاب الموهوبين.

- كشفت نتائج الدراسة عن تحقيق المعهد أهداف نشاطه الرياضي أنه يحقق الأهداف وذلك يرجع لاهتمام إدارة المعهد والمسؤولين عن النشاط الرياضي بالاهتمام باشتراك الطلاب في المسابقات وعمل الفرق الرياضية .
- كشفت نتائج الدراسة عن تفهم الأسرة لحب لأنشطة الرياضية والتشجيع على ممارستها وذلك لمدى تفهم الأسرة تأثير ممارسه الرياضة على صحة الفرد وتنمية العقل، وتلقي التدعيم الإيجابي من جانب الأسرة عند ممارسته للأنشطة الرياضية هو التحفيز على المذاكرة والتقدم فيها، وانهم يشجعوني على ممارسه المجال الذى احبه، أن أكون الأكفأ ورقم 1 في النشاط الرياضي، يدعموني معنويا ويشجعوني على ممارسه الرياضة، يساعدونى على ممارسه النشاط الرياضي، والتحفيز على ممارسه الأنشطة الرياضية والتشجيع على ممارستها، التشجيع من والدى، تشجعني على ممارستها لأن الرياضة تعمل على زيادة اللياقة البدنية للجسم.
- أكدت نتائج الدراسة عن لزملاء وأصدقاء الطلاب دور في ممارستك للأنشطة الرياضية ويأتي التأثير الإيجابي لزملائهم وأصدقائهم في ممارسه الأنشطة الرياضية من خلال التشجيع على ممارسه الرياضة، وأنهم يلعبون مع بعضهم البعض بحب وبسعادة، الحب والوفاء لديهم عند الممارسة للنشاط الرياضي، انهم يدعموني ويشجعوني على ممارسه الرياضة، نمو الروح الرياضية وتكوين علاقات طيبة مع الأصدقاء، يحدث بيننا ترابط وتقارب، والتحفيز على ممارسه كرة القدم باستمرار ، تدعم روح الفريق.
- أكدت نتائج الدراسة أن للأنشطة الرياضية دور في التحصيل الدراسي، ويأتي التأثير الإيجابي للأنشطة الرياضية على مستوى التحصيل الدراسي من خلال أنها تشجع على المذاكرة والاستذكار والاجتهاد، وتعطي الثقة بالنفس في التعامل مع الآخرين ومواجهه المواقف، وممارسة الرياضة تعطى لك الثقة لكى تصبح شخص قيادي وناجح، وممارسه الرياضة تساعدك على اكتساب الثقة في مواجهه المشكلات، وتتمى لديك المذاكرة والاستذكار، وتحتاج إلى المزيد من الوقت وتلهيك عن حضور المحاضرات.
- كشفت نتائج الدراسة عن أن ممارسه الأنشطة الرياضية تخلق الرغبة لدى الطلاب في إهمال المحاضرات والاستذكار هو أبدا فممارسه الرياضة مهمه لأنها تشجعني على الاستذكار والتحصيل الدراسي.
- أكدت نتائج الدراسة عن معاناة الكثير من الطلاب من مشكلات عند ممارسة الأنشطة الرياضية منها، عدم توفر الأماكن المناسبة لممارسة النشاط الرياضي، وقلة الإمكانيات المادية ونقص التجهيزات والأدوات الخاصة بالنشاط الرياضي، وعدم وجود حوافز معنوية أو مادية للطلاب، وازدحام اليوم الدراسي بالمحاضرات، و زيادة عدد الطلاب المشاركين في النشاط الواحد.

- كشفت نتائج الدراسة عن عدم جاذبيه المعهد لممارسه الأنشطة الرياضية وذلك لعدم توافر الوقت المناسب لممارسه النشاط ، يشعر الطالب بالإحباط؛ وبسبب عدم تقبل الدكتور تغييره عن المحاضرة ، وانعدام الجوائز للطلاب وهو أحد أسباب قلة الممارسة، ويجد الطالب الصعوبة في التفاعل مع ممارسة النشاط الرياضي.
- كشفت نتائج الدراسة عن المشكلات التي تتعرض لها وتؤثر عليك بالسلب عند ممارسة الأنشطة الرياضية هي عدم الاهتمام من قبل إدارة المعهد بممارسة الطلاب للأنشطة الرياضية، وصعوبة التركيز أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية، وصعوبات التحصيل الدراسي مع ممارسة الأنشطة الرياضية، والعلاقات غير الجيدة مع زملائك من الطلاب والطالبات.
- أوضحت نتائج الدراسة عن كيفية تطوير النشاط الرياضي داخل المعهد هو عمل أنشطة هادفة واختيار الأوقات المناسبة لعمله، زيادة التمويل المالي للأنشطة، ضرورة ربط المقررات الدراسية بالأنشطة الرياضية ، ضرورة مساهمة المجتمع المدني في أنشطة الطلاب، ضرورة مساهمة أعضاء هيئة التدريس في الأنشطة الطلابية ودعمها فنيا.
- كشفت نتائج الدراسة عن مقترحات لزيادة مشاركة الطلاب في النشاط الرياضي داخل المعهد هي توفير الألعاب الرياضية مثل ألعاب الكاراتيه، وعمل تدريبات للطلاب على لعبه كرة القدم ولعبه تنس الطاولة، واهتمام إدارة المعهد بتدعيم بالنشاط الرياضي داخل المعهد، عومل ندوات لتشجيع الطلاب على ممارسه النشاط الرياضي، وعمل مسابقات رياضية داخل المعهد، وتنفيذ أنشطه رياضية يشارك فيها الطلاب، وحث الطلاب على المشاركة في الأنشطة الرياضية، وضرورة ربط المقررات الدراسية بالنشاط الرياضي، وزيادة التمويل المالي للنشاط الرياضي، وتوفير الوقت المناسب لممارسه النشاط الرياضي، وتوفير الجوائز للطلاب الفائزين في المسابقات الرياضية، إضافة أنشطه رياضية مثل الملاكمة، والإسكواش، وتوفير أماكن مناسبة لعمل مسابقه سباق الدراجات بالمعهد وتوفير المكان المناسب لها بالمعهد، وتطوير ملاعب كرة القدم بالمعهد ، وزيادة الدعم والتشجيع للفتيات على مشاركته الأنشطة التي يفضلونها في النشاط الرياضي ، وتوفير لعبه الملاكمة ضمن أنشطه المعهد وأيضا لعبه التنس في المعهد، وعمل جوائز قيمه للطلاب المشاركين في الأنشطة الرياضية والمسابقات الرياضية.

توصيات الدراسة:

- الاهتمام بعمل المسابقات العديدة في النشاط الرياضي .
- اهتمام إدارة المعهد بتوفير الأماكن المناسبة لممارسه النشاط الرياضي
- تطوير الملاعب الموجودة بالمعهد لممارسه الطلاب للنشاط الرياضي.
- توفير الأدوات المناسبة لممارسه كافه الأنشطة الرياضية.

- الاهتمام بتحفيز الطلاب على ممارسه النشاط الرياضي .
- الاهتمام بعمل الإعلانات عن النشاط الرياضي لمعرفة الطلاب بالمسابقات داخل المعهد .
- ضرورة اهتمام إدارة المعهد بالتنوع في ممارسه الأنشطة الرياضية التي يفضلها الطلاب.
- عمل توعيه لأولياء أمور الطلاب عن أهميه ممارسه الطلاب للنشاط الرياضي.
- تنظيم ندوات توعيه لأولياء أمور الطلاب عن أهميه النشاط الرياضي ومدى أهميه للصحة العامة للطلاب.

المراجع والهوامش

- (^١) جمال فواز العمرى ، دراسة تقويميه لواقع الأنشطة الطلابية في جامعه البلقاء التطبيقية من وجهه نظر الطلبة أنفسهم ، بحث منشور، قسم العلوم الأساسية ، جامعه البلقاء التطبيقية ، الأردن ، 2000، ص 81
- (^٢) محمد صالح المنيف ، النشاط المدرسي المنهجي واللامنهجي ، الرياض ، 1996 ، ص 117
- (^٣) كلير فهيم، طريق نجاح الشباب في الحياة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 2007، ص9.
- (^٤) هبة حسن رزق الرفاعي: " بحث عن الشباب والرياضة في مصر"، بحث منشور في مجلة كلية الآداب، المجلد الثاني، العدد السابع والأربعون، 2010، ص713.
- (^٥) ماهر أبو المعاطي وآخرون: "الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية في المجال التعليمي ورعاية الشباب"، مركز نشر وتوزيع الكتاب الجامعي، حلوان، 2001م، ص9.
- (^٦) عبد المنعم فهمى سعد: "الأندية الصيفية المدرسية بين الواقع المتاح والمستقبل الطموح"، مجلة كلية التربية جامعة بنها، أغسطس 1991، ص38.
- (^٧) محمد عودة الزبياني: "اتجاهات طلاب المرحلة الثانوية في المدينة المنورة نحو المشاركة في برامج النشاط المدرسي والعوامل المؤثرة فيها "دراسة ميدانية"، رسالة ماجستير، كلية التربية - جامعة الملك سعود، 2002، ص2.
- (^٨) كاشف زايد وآخرون، دوافع ممارسه طلاب الجامعة للأنشطة الرياضية وفقا لنظريه التقرير الذاتي ، بحث منشور بمجله الدراسات التربوية والنفسية ، جامعه السلطان قابوس ، سلطنة عمان ، المجلد 9 ، العدد 2 ، 2015 ، ص 4
- (^٩) عمر محمد الأمين عبد الرازق محمد ، بعنوان تخطيط النشاط الرياضي في بعض الجامعات الحكومية والخاصة بجمهورية مصر العربية : (دراسة مقارنة) ، رساله ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية، جامعه بنها ، 2015 ، ص 3
- (^{١٠}) محمد عودة الزبياني: "اتجاهات طلاب المرحلة الثانوية في المدينة المنورة نحو المشاركة في برامج النشاط المدرسي والعوامل المؤثرة فيها "دراسة ميدانية"، رسالة ماجستير، كلية التربية - جامعة الملك سعود، 2002، ص2.
- (^{١١}) محمد العصيمي، مرجع سبق ذكره ، ص 22
- (^{١٢}) محمد محمد سالم ، مرجع سبق ذكره ، ص 21
- (^{١٣}) محمد منير حجاب: "الموسوعة الإعلامية (المجلد السادس) دار الفجر، القاهرة، 2003، ص383.
- (^{١٤}) محمد على محمد: "البحث الاجتماعي" دراسة في طرائق البحث وأساليبه، سلسلة علم الاجتماع المعاصر، الكتاب الثلاثون، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية، بدون سنة نشر، ص ص 181-182.
- (^{١٥}) محمد الجوهري : المدخل إلى علم الاجتماع ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ، 1990 ، ص 64
- (^{١٦}) محمد عاطف غيث : قاموس علم الاجتماع ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة ، 1979 ، ص ص 390-391
- (^{١٧}) سناء الخولى : الأسرة والحياه العائلية ، دار المعرفة الجامعية ، 1995 ، ص 155
- (^{١٨}) محمد عاطف غيث : قاموس علم الاجتماع ، الهيئة المصرية للكتاب ، القاهرة ، 1979 ، ص 390
- (^{١٩}) Gorden W .Allport , Pattern and Growth in Personality , New Yourk Holt Rinehart & Winston 1961, p.181
- (^{٢٠}) علاء الدين حمدي أحمد: "استراتيجية مقترحة لتسويق خدمات النشاط الرياضي لطلاب جامعة المنصورة" رسالة دكتوراه (غير منشورة)، قسم الإدارة الرياضية، كلية التربية الرياضية - جامعة الإسكندرية، 2010، ص25.
- (^{٢١}) إيمان محمود دسوقي: "الأنشطة الطلابية وتنمية الشخصية القيادية لدي طلاب الجامعة"، المؤتمر العلمي الدولي الرابع والعشرين للخدمة الاجتماعية (الخدمة الاجتماعية والعدالة الاجتماعية)، العدد 13، كلية الخدمة الاجتماعية - جامعة حلوان، 2011، ص500.

- (^{٢٢}) أسماء عبد الحكيم جودة محمد سرحان: "طلاب الجامعات في مصر، أهم القضايا والمشكلات السوسولوجية،" دراسة ميدانية على الشباب الجامعي بجامعة المنصورة"، رسالة ماجستير (غير منشورة)، قسم الاجتماع، كلية الآداب - جامعة المنصورة، 2013، ص 11.
- (^{٢٣}) جواهر أحمد قناديلي: "الخدمات الطلابية"، مركز الخبرات المهنية للإدارة، القاهرة، 2006، ص 16.
- (^{٢٤}) Jones & Bartlett: Introduction to Social Problems, the Office of Judicial Affairs, 2012, p: (4).
- (^{٢٥}) رشا عبد التواب عبد الفتاح محمد: "مرجع سابق، ص 16.
- (^{٢٦}) محمود سمير المنير: "فن الإدارة بين المتعة والمهارة دليل الأنشطة الطلابية"، الطبعة الأولى، مركز السلام للنشر والتوزيع، القاهرة، 2006، ص 13.
- (^{٢٧}) علي عبدالله الزهراني: "تجربة الأنشطة الطلابية بجامعة أم الفري" (النشاط والتطور): نماذج وتجارب ميدانية في مجال النشاط الطلابي، اللقاء السنوي التاسع للجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية، السعودية، مايو 2001، ص 399.
- (^{٢٨}) سلطنة محمد أحمد معاد: مرجع سابق ص 37.
- (^{٢٩}) عدنان العضايلة: "اتجاهات طلبة كلية الهندسة التكنولوجية نحو ممارسة الأنشطة الطلابية"، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، المجلد الأول، العدد الرابع، سوريا، 2003، ص 96.
- (^{٣٠}) موسي عبد الكريم أبو دلبوح: "مدى فاعلية النشاطات الطلابية في جامعة اليرموك من وجهة نظر الطلبة أنفسهم"، مجلة كلية التربية - جامعة الأزهر، العدد 146، الجزء الخامس، ديسمبر 2011، ص 263.
- (^{٣١}) حاتم محمد مرسي: "جماعات النشاط العلمي المدرسية (تأسيسها - مجالاتها - تقويمها)"، دار النشر للجامعات، القاهرة، 2011، ص 10.
- (^{٣٢}) رجاء محمود عثمان، عصام توفيق قمر: مرجع سابق، ص 89.
- (^{٣٣}) A Report on Physical Activity for Health from the four Home Countries: "Start Active, Stay Active, Department of Health, The Scottish Government, Chief Medical officers, 2011. p: (13).
- (^{٣٤}) على خلف الغامدي: التكيف الاجتماعي المدرسي وأثره على تحصيل الطلاب في المدارس الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك عبد العزيز، السعودية، 1995، ص 31.
- (^{٣٥}) صالح عبد العزيز النصار، دور النشاط الطلابي في التحصيل الدراسي، ورقه عمل منشورة ضمن أعمال اللقاء التربوي "النشاط التربوية وتعليم، كلية التربية، جامعة الملك سعود، الرياض، 1428، ص 3.
- (^{٣٦}) فريح عويد العنزي وآخرون: التحصيل الدراسي وعلاقته بالثقة بالنفس لدى طلاب المرحلة الثانوية وطالباتها، م32، ع2، مجلة العلوم الاجتماعية، الكويت، 2004، ص 382.
- (^{٣٧}) إبراهيم أحمد و السيد شحاته المراعي: عناصر إدارة الفصل والتحصيل الدراسي، مكتبة المعارف الحديثة، مصر، 2000، ص 7.
- (^{٣٨}) إيمان مختار محمود عمار وآخرون: الكفاءة الوالدية والتحصيل الدراسي لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية "دراسة سيكومترية تحليلية"، مجلة البحث العلمي في التربية، ع10، ج1، 2009، ص 82.
- (^{٣٩}) هشام عطية السيد دهيم: "نظرية الدور الاجتماعي وتطبيقاتها في المدرسة الثانوية العامة في ضوء بعض المتغيرات المعاصرة"، رسالة ماجستير، قسم أصول التربية، كلية التربية - جامعة المنصورة، 2010، ص ص 26-29.
- (^{٤٠}) منال محمد أحمد محمد شعبان: "الدور الاجتماعي لمحكمة الأسرة" (دراسة ميدانية)، رسالة ماجستير، قسم الاجتماع، كلية الآداب - جامعة المنصورة، 2011.
- (^{٤١}) John Scott & Garden Marshall, Dictionary of Sociology, Oxford University Press, 3rd edition, 2005, p: (569).
- (^{٤٢}) Paul. Horton & Chester L. Hunt, Sociology, Mc Graw - Hill Book Company, fifth edition, Von Hoffmann press, 1980, pp: (105- 106).
- (^{٤٣}) James B. McKee, INTRODUCTION TO Sociology, Second Edition, United States of America Holt, Rinehart and Winston, Inc, 1974, pp: (48 - 49).
- (^{٤٤}) معن خليل العمر: "معجم علم الاجتماع المعاصر"، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، 2000، ص 363.
- (2) محمود عودة: "أسس علم الاجتماع"، دار النهضة العربية، بيروت، 2005، ص ص 95-96.
- (^{٤٦}) Randall Stokes, Introduction To Sociology, Printed in the United States of America, 1984 by Wm. C. Brown Publisher Dubuque, Iowa, p: (90).
- (^{٤٧}) محمود عودة، إبراهيم عثمان: "النظرية المعاصرة في علم الاجتماع"، دراسة نقدية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1998، ص ص 356-357.
- (^{٤٨}) غريب عبد السميع غريب: "علم الاجتماع (مفاهيم، موضوعات، دراسات)"، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، 2009، ص 93.

- (^{٤٩}) أحمد زايد وآخرون: "الأسرة والطفولة": دراسات اجتماعية وأثر بيولوجية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1998، ص ص 32-31.
- (^{٥٠}) أحمد زايد وآخرون: مرجع سابق، ص ص 31-32.
- (^{٥١}) عامر العيسري ، وريا الجابري ، واقع الأنشطة التربوية وأثرها على التحصيل الدراسي من وجهة نظر الطلاب والمعلمين ، وزارة التربية والتعليم ، مسقط ، 2004
- (52) عبد العزيز أحمد الوصاى: "معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية الترويحية لدى طلاب معهد التربية البدنية والرياضية في الجزائر"، دراسة ميدانية على طلاب معهد التربية البدنية والرياضية، بحث منشور في مجلة شؤون العصر باليمن، المجلد 13، العدد 38، الجزائر، 2010.
- (^{٥٣}) جودة بستان لفته ، وآخرون ، بعنوان التعرف على واقع النشاط الرياضي لدى طلبة جامعه البصرة من وجهه نظر مدرسي وطلبه الجامعة ، بحث منشور بمجله القادسية لعلوم التربية الرياضية ، جامعه البصرة ، العراق ، المجلد 11 ، العدد 3 ، 2011
- (^{٥٤}) بلقاسم دودو ، توجه الوالدين نحو الممارسة الرياضية للأبناء وانعكاسه على بعض الجوانب النفسية والاجتماعية لفئه المراهقين ، بحث منشور بمجله العلوم الإنسانية والاجتماعية ، العدد الثاني جوان ، جامعه ورقلة ، الجزائر ، 2011 .
- (^{٥٥}) قاصدي حميدة ، دوافع الطلبة الجامعيين نحو ممارسه النشاط الرياضي في أوقات الفراغ ، بحث منشور بمجله علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والفنية ، العدد 5 ، الجزائر ، 2014
- (56) إيمان إبراهيم الدسوقي أحمد: إيمان إبراهيم الدسوقي أحمد: "واقع مشاركة طالبات جامعة الدمام في الأنشطة الجامعية من وجهة نظر الطالبات وسبل تطويرها"، المجلة العربية للدراسات التربوية والاجتماعية، السعودية، العدد السادس، يناير 2015، ص 62.
- (^{٥٧}) كاشف زايد وآخرون ، دوافع ممارسه طلاب الجامعة للأنشطة الرياضية وفقا لنظريه التقرير الذاتي ، بحث منشور بمجله الدراسات التربوية والنفسية ، جامعه السلطان قابوس ، سلطنه عمان ، المجلد 9 ، العدد 2 ، 2015
- (^{٥٨}) عمر محمد الأمين عبد الرازق محمد ، بعنوان تخطيط النشاط الرياضي في بعض الجامعات الحكومية والخاصة بجمهورية مصر العربية : (دراسة مقارنة) ، رساله ماجستير غير منشورة ، كليه التربية الرياضية، جامعه بنها ، 2015
- (^{٥٩}) O' Brien , Eilecn – Rollefson , Mary , Extracurricular Participation and student Engagement , brief from U .s Department of Education , National Education Policy Issues series , 1995
- (^{٦٠}) webber, Don, J. Mearman,A; Studenet Participation in Sporting Activities ,School of Economics, University of the West England, Bristol, UK, 2008.
- (^{٦١}) Dumais, Susan, Cohort and Gender Differences In Extracurricular Participation : The Relationship Between Activities, Math Achievementm and College Expectations, Sociological , 29, (1), 2009
- (^{٦٢}) Strapp , c, Farr, R, To get Involved or Not : The Relation Among Extracurricular Involvement , Satisfactions , and Academic Achievement , Teaching of Psychology , 37, (1) , 2010
- (^{٦٣}) Covay , E, Carbonaro , W, After the Bell : Participation in Extracurricular Activities , Classroom Behavior , and Academic Achievement , Sociology of Education , 83, (1), 2010
- (^{٦٤}) Blomfiles , C, Barber , B, Australian Adolescents Extracurricular Activity Participation and Positive Development : Is the Relationship Mediated by peer Attributes , Australian Journal of Education , Develop mental Psychology , 2010
- (^{٦٥}) محمد عبد الله المطوع، علاقة النشاطات الطلابية ببعض متغيرات الشخصية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الإمام بن سعود الإسلامية ، الرياض ، 1997 ، ص 30
- (^{٦٦}) إبراهيم الزيد، تقويم برامج النشاط المدرسي للمرحلة الابتدائية في المملكة العربية السعودية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم المناهج وطرق التدريس، كلية التربية ، جامعة أم القرى ، مكة المكرمة ، 1986 ، ص 31
- (^{٦٧}) أمين أنور الخولى، الرياضة والحضارة الإسلامية " دراسة تاريخيه فلسفيه للمؤسسة الرياضية الإسلامية " ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995 ، ص ص 28-29
- (^{٦٨}) عبد الحميد سلامه ، الرياضة البدنية عند العرب، الدار العربية للكتاب ، تونس ، 2003 ، ص ص 28 – 32
- (^{٦٩}) قاصدي حميدة ، دوافع الطلبة الجامعيين نحو ممارسه النشاط الرياضي الترويحي في أوقات الفراغ (ما بين الصعوبات والتطلعات) ، بحث منشور بمجله علوم وممارسات الأنشطة البدنية والرياضية والفنية ، رقم 05 ، معهد التربية البدنية والرياضية ، جامعه الجزائر ، 2014 ، ص ص 20-21
- (^{٧٠}) أمين أنور الخولى وآخرون، مناهج التربية البدنية المعاصرة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000 ، ص ص 347-350
- (^{٧١}) أمين أنور الخولى ، جمال الدين الشافعي ، مناهج التربية البدنية المعاصرة ، مرجع سبق ذكره ، ص 347
- (^{٧٢}) ضياء الدين محمد مطوع ، عاطف رشاد خليل ، الصحة واللياقة البدنية ، الطبعة الأولى ، مكتبه المتنبى للنشر والتوزيع ، الدمام، المملكة العربية السعودية ، 2014 ، ص ص 31-35

- (٧٣) قاصدى حميدة ، مرجع سبق ذكره ، ص 19
- (٧٤) هانى محمد ذكى حجر ، محمود إسماعيل عبد الحميد الهاشمي ، الرياضة وصحة المجتمع ، مركز الكتاب الحديث للنشر ، القاهرة ، 2014 ، ص ص 56- 60
- (٧٥) عبد الله سليمان الفهد ، الأنشطة الإبداعية في المناهج الكشفية " دراسة تحليلية " ، اللقاء السنوي التاسع للجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية المنعقد في رحاب جامعة الملك سعود ، الرياض ، 2002 ، ص 18
- (٧٦) محمد العصيمي، مرجع سبق ذكره ، ص 22
- (٧٧) Joekel , R. " How to evaluate a school 's curricular activities program . ' Nassp Tips for principals, 1987 , p 10
- (٧٨) محمد محمد سالم ، مرجع سبق ذكره ، ص ص 30 – 31
- (٧٩) سالم عبد الله الطويرقى ، النشاط المدرسي : ماهيته ومجالاته ووظائفه ، اللقاء السنوي التاسع للجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية المنعقد في رحاب جامعة الملك سعود ، الرياض ، 2002 ، ص 44
- (٨٠) صالح عبد العزيز النصار ، مرجع سبق ذكره ، ص ص 14 - 15