

# المراجع

أولاً: المراجع العربية

ثانياً: المراجع الأجنبية

## المراجع

### ١/٦ أولاً المراجع العربية :

- ١ - إبراهيم الامام : الاعلام والاتصال بالحماهر، ط١ الانجلو المصرية ، القاهرة ، ١٩٦٩ .
- ٢ - إبراهيم حامد قنديل : الاقوات الحرة لدي الشباب السعودي - مركز البحوث التربوية ، جامعة الملك عبد العزيز ، مكة المكرمة ، ١٣٨٩هـ - ١٩٧٨ .
- ٣ - إبراهيم وجيه محمود : التعلم ، عالم الكتب ، الكتب ، ١٩٧١ .
- ٤ - أحمد عبد العزيز سلامه : علم النفس الاجتماعي ، دار النهضة ، القاهرة ، ١٩٧٥ .
- ٥ - أحمد عزت راجع : أصول علم النفس ، ط١ ، دار المعارف ، الإسكندرية ، ١٩٧٧ .
- ٦ - أحمد زكي صالح : علم النفس التربوي ، ط١١ ، النهضة المصرية ، القاهرة ، ١٩٧٩ .
- ٧ - إسماعيل أحمد حسن : أثر برنامج تربوي رياضي علي السلوك العدواني للجانحين بمؤسسات الاحداث ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية - جامعة حلوان ، ١٩٨٨ .
- ٨ - الجغرافيا العسكرية للشرق الاوسط : كود ١/١٢ ، ط٩٥٩ ، القاهرة ١٩٧٩ .
- ٩ - الجمعية الدولية للترويج : الترويج في الاحياء النموذحية في لانسنج ، بحث منشور ، القاهرة ، ١٩٧٢ .
- ١٠ - التعرف علي أنواع الانشطة التي يمارسها الناس في مختلف انحاء العالم ، بحث منشور ، القاهرة ، ١٩٧٨ .
- ١١ - السيد محمد خيرى : الإحصاء في البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية ، دار النهضة العربية ، القاهرة ، ١٩٧٠ .
- ١٢ - المركز القومي للتعبيثة العامة : إحصاء النشاط الرياضي في المنشآت الرياضية وفي قطاع التعليم ١٩٧٥ ، القاهرة ، ١٩٨١ .
- ١٣ - بلسي : دراسة عن المسنين لأكتشاف طريقة لتغبر تأثر وقت الفراغ للرجال ، بحث منشور ، ١٩٥٥ .
- ١٤ - تهاني عبد الباقي : أثر الترويج الرياضي علي بعض عناصر اللماقة البدنية عند المسنين ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٨٢ .

- ١٥ - تهناني عبد السلام : الشباب والترويح والحياه ، النجلو المصرية ، القاهرة ، ١٩٧٦
- ١٦ - \_\_\_\_\_ : فلسفة الترويح والتربية الترويحية ، ط ١ ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٢ .
- ١٧ - جوردن : أوجه النشاط بين كبار السن وصغار السن عند ممارسي الانشطة الترويحية ، بحث منشور ، القاهرة ، ١٩٧٦ .
- ١٨ - حامد عبد السلام زهران : علم النفس الاجتماعي ، ط ٢ ، عالم الكتب ، القاهرة ، ١٩٧٣ .
- ١٩ - حسين سليمان قورة : الاصول التربوية في بناء المناهج ، ط ٥ ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٧٢ .
- ٢٠ - دولت عبد الرحمن عبد القادر : تقسيم النظم الإدارية بأندية محافظة الأسكندرية ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، المعهد العالي للتربية الرياضية للبنين - القاهرة ، ١٩٧٣ .
- ٢١ - رونييه أوبير : التربية العامة ، ترجمة عبد الله عبد الدائم ، ط ٣ ، دار العلم للملايين ، بيروت ، ١٩٧٧ .
- ٢٢ - زيوروسكي : أثر كبر السن علي الحياه الترويحية ، بحث منشور ، القاهرة ، ١٩٦٩ .
- ٢٣ - سلوي عسل : دراسة تحليلية للقياسات الجسمية والصفات البدنية للمتفوقات في مسابقات الميدان والمضمار ، كلية التربية الرياضية للبنات ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٨٠ .
- ٢٤ - سمحة الخولي : الارتجال وتقاليد في الموسيقى العربية ، عالم الفكر ، المجلد السادس ، العدد الاول ، القاهرة ، ١٩٧٥ .
- ٢٥ - صباح السيد قاروز عبد الله : وقت الفراغ وممارسة الرياضة البدنية لتلميذات المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، الاسكندرية ، ١٩٧٩ .
- ٢٦ - عبد الله صالح البنيان ، السيد علي شعا : الترويح - تحليل سيكولوجي لظاهرة الترويح وأهميتها في مجتمعنا المعاصر ، كلية الاداب ، جامعة الملك سعود ، الرياض ، ١٩٨٠ .

- ٢٧ - عايدة عبد العزيز : مذكرة في الترويح غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٩٤ .
- ٢٨ - \_\_\_\_\_ : إنجازات خريجات جامعة أندمانا نحو ممارسة الانشطة في وقت الفراغ ودرحة المشاركة ، دراسة منشورة في كتاب مؤتمر الرياضة للجميع ، كلية التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٤ .
- ٢٩ - \_\_\_\_\_ : دراسة مسحية عن الانشطة الترويحية للطلبة الاحانب بالجامعة الامريكية بالقاهرة ، دراسة منشورة في كتاب مؤتمر الرياضة للجميع ، كلية التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٤ .
- ٣٠ - عايدة عبد العزيز ، فاطمه عوض ، سهير لبيب : أثر استخدام برنامج للتمرينات الهوائية في وقت الفراغ علي تنمية بعض الصفات البدنية لربات السوت بنادي الشمس بالقاهرة ، دراسة منشورة في كتاب مؤتمر الرياضة للجميع ، كلية التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٤ .
- ٣١ - عبد الباسط محمد حسن : أصول البحث الاجتماعي ، ط ١١ ، مكتبة وهبه ، القاهرة ، ١٩٩٠ .
- ٣٢ - عبد الفتاح لطفي : طرق تدريس التربية الرياضية والتعلم الحركي ، دار الكتب الجامعية ، القاهرة ، ١٩٧٢ .
- ٣٣ - عبد اللطيف فؤاد ابراهيم : المناهج ، اسسها وتنظيمها وتقويم أثرها ، ط ٤ ، مكتبة مصر ، القاهرة ، ١٩٧٥ .
- ٣٤ - عبد المنعم عبد الحي عبد الجواد : ظاهرة وقت الفراغ ووسائل الترويح وعلاقتها بالسلوك الانحرافي مع التركيز علي ظاهرة المقامرة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية الاداب ، جامعة القاهرة ، ١٩٧٣ .
- ٣٥ - عبد الحمن أحمد ظفر ، إسماعيل حامد عثمان : الأنشطة الترويحية التي يميل إليها طلبة جامعة الملك سعود بالملكة العربية السعودية خلال الإجازة الصيفية ، دراسة منشورة في كتاب مؤتمر الرياضة للجميع ، كلية التربية الرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٨٤ .

- ٣٦ - عزه محمد حمدي : الثقافة البدنية والرياضة في سلوك وقت الفراغ لطلبة وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة الاسكندرية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، الاسكندرية ، ١٩٧٨ .
- ٣٧ - عطيات خطاب : أوقات الفراغ والترويح ، ط ٢ ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٧٨ .
- ٣٨ - \_\_\_\_\_ : تنظيم وإدارة رياضة وقت الفراغ ، مذكرات للدراسات العليا ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، القاهرة ، ١٩٧٤ .
- ٣٩ - عطيات خطاب : أوقات الفراغ والترويح ، ط ٣ ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٢ .
- ٤٠ - \_\_\_\_\_ : الممارسة الرياضية في وقت الفراغ ، إنتاج علمي منشور ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٧٥ .
- ٤١ - عفاف عبد المنعم شحاته : برنامج تمرينات بدنية مقترح لكبار السن بالمؤسسات في محافظة الاسكندرية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، الاسكندرية ، ١٩٨٠ .
- ٤٢ - فاتن ذكريا النمر : أثر برنامج تروحي رياضي مقترح علي بعض المتغيرات الفسولوجية لرياضات البوت ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٨٧ .
- ٤٣ - فاطمه محمد مصباح عبد الهادي : العلاقة بين المستوي الاجتماعي وممارسة الرياضة في وقت الفراغ لدي طلاب المرحلة الاعدادية ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، القاهرة ، ١٩٧٧ .
- ٤٤ - فرديناند زويج : الفكر الاقتصادي ، ترجمة عمر القباني ، هيئة الكتاب ، بت .
- ٤٥ - فريدة أحمد حرزاوي : دور بعض الانشطة الترويحية في الترابط الاسري ، رسالة دكتوراه ، غير منشورة ، القاهرة ، ١٩٨٢ .
- ٤٦ - فريق بحث من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية الرياضية بالقاهرة : التعرف علي حجم ونوعية الممارسة لانشطة وقت الفراغ ، بحث منشور ، القاهرة ، ١٩٨٤ .
- ٤٧ - كاميل بل : دراسة عن وقت الفراغ ، بحث منشور ، القاهرة ، ١٩٦٩ .

- ٤٨ - كمال درويش : نظريات وطرق التربية الرياضية للترويح وأوقات ، دار الجيل للطباعة ، القاهرة ، ١٩٧٧ .
- ٤٩ - \_\_\_\_\_ : أثر ممارسة برنامج رياضي علي بعض عناصر اللياقة البدنية لكبار السن في أوقات الفراغ ، دراسات وبحوث في التربية الرياضية و الترويح ، القاهرة ، ١٩٨٢ .
- ٥٠ - كمال درويش ، وآخرون : إتجاهات حديثة في الترويح ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٢ .
- ٥١ - كمال درويش ، محمد الحماحي : الترويح وأوقات الفراغ في المجتمع المعاصر ، ط١ ، كلية التربية ، مركز البحوث التربوية والنفسية ، مكة المكرمة ، ١٩٨٦ .
- ٥٢ - كمال درويش ، محمد الحماحي : الترويح الرياضي في المجتمع المعاصر ، ط١ ، مطبعة التيسير ، القاهرة ، ١٩٨٦ .
- ٥٣ - كمال درويش ، وآخرون : ممارسة الرياضة كترويح عن النفس في أوقات الفراغ وتأثيرها علي الصحة بين متوسطي العمر من العمال المصريين ، دراسة بغرض النتاج العلمي ، منشورة بمجلة عين شمس ، القاهرة ، ١٩٨٠ .
- ٥٤ - كمال درويش ، وآخرون : بعض المتغيرات الانثربولوجية والهيماثولوجية في مزاولي الرياضة من متوسطي العمر المصريين ، بحث منشور ، مجلة جامعة عين شمس ، القاهرة ، ١٩٨٠ .
- ٥٥ - كمال درويش ، وآخرون : أثر مزاولة التمرينات الرياضية علي كفاءة القلب بين معتزلي الرياضة من متوسطي العمر في مصر ، دراسة منشورة ، مجلة جامعة عين شمس ، القاهرة ، ١٩٨٠ .
- ٥٦ - كمال درويش ، وآخرون : دراسة تحليلية للإهتمامات بأنشطة وقت الفراغ لكبار السن ، بحث منشور ، مؤتمر الرياضة للجميع ، كلية التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٤ .
- ٥٧ - كاميليا محمد عبده : النشاط الرياضي في وقت الفراغ بالنسبة لتلميذات المرحلة الاعدادية بمحافظة القاهرة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٧٧ .

- ٥٨ - مجدي وهبه : أنشطة وقت الفراغ المفضلة في إحدى القرى المصرية ، بحث منشور ، القاهرة ، ١٩٧٢ .
- ٥٩ - مجلة القوات المسلحة : العدد ٥٨ ، ٢٠ مايو ، القاهرة ، ١٩٩٤ .
- ٦٠ - محاسن السيد عامر : دراسة مقارنة للحالة الصحية العامة للأفراد الرياضيين ، رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ١٩٧٨ .
- ٦١ - محمد الحماحي ، عايدة عبد العزيز : الترويح بين النظرية والتطبيق ، ط ١ ، مطبعة الاخوة ، القاهرة ، ١٩٩٣ .
- ٦٢ - محمد السيد أحمد سليمان : التربية الرياضية كوسيلة لشغل أوقات الفراغ لطلبة الجامعة ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، ١٩٧٤ .
- ٦٣ - محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، ط ٤ ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٧٩ .
- ٦٤ - \_\_\_\_\_ : علم النفس الرياضي ، ط ٥ ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨١ .
- ٦٥ - \_\_\_\_\_ : علم النفس الرياضي ، ط ٦ ، دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٨٣ .
- ٦٦ - محمد طنطاوي دنيا : التربية وأثرها في المستوى الصحي ، دار البحوث الجامعية ، الكويت ، ١٩٧٥ .
- ٦٧ - محمد محمود عبد المنعم الحسيني : إدارة النشاط الرياضي بأندية القوات المسلحة والاندية الاهلية ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، ١٩٨٤ .
- ٦٨ - مسعد سيد عويس : الدور التربوي للإعلام المصري ، دراسة منشورة ، كتب ندوة الإعلام ، كلية الإعلام ، جامعة حلوان القاهرة ، ١٩٨٣ .
- ٦٩ - \_\_\_\_\_ : الترويح في المجتمع الاسلامي المعاصر ، دراسة مقدمة إلي مؤتمر الترويح في المجتمع الاسلامي ، جدة ، جامعة الملك عبد العزيز ، ١٤٠٢ هـ .
- ٧٠ - \_\_\_\_\_ : دور الثقافة البدنية والترويح في التنمية ، بحث منشور ، ندوة الرؤية المستقبلية للتنمية وحماية البيئة ، الدوحة ، إبريل ، ١٩٨٠ .

٧١ - مني محمد عبد الرازق : مستوى الاداء المهاري للاعبات التمرينات الفنية الابقاعة

في اطار المكانة الاقتصادية الاجتماعية والعلاقات

السوسومترية ، رسالة دكتوراة ، غير منشورة ، جامعة

حلوان ، القاهرة ، ١٩٩٣ .

٧٢ - هوار : النشاط في الوقت الحر ، بحث منشور ، القاهرة ، ١٩٦١ .

## ٢/٦ ثانيا المراجع الاجنبية :

- 73- Allport , G.W. : Attitudes . In Murchison , C. Ahand book of social Psychology , Chark University Press 1935 .
- 74- Anastasi , A. : Psychohology Testing . Macmilla Company , New York ; 1954 .
- 75- Bogardus , E.S. : Fundemental of Social Psychology . Macmillan Co. New York , 1931 .
- 76- Edgington , c. : Development of an Attitude scale to measure attitudes of high Freshman Boys towards Physical Education . 1966 .
- 77- Osgood et al , : The measurement of meaning . Urbana , 1957 .
- 78- Gerald S. Kenyon , : "A conceptual method Model for introduction to Pssychology New York : Megra-Hill Book company .

مرفق ( ١ )

السيد الاستاذ الدكتور /

تحية طيبة ... وبعد .

يقوم الباحث بدراسة لمعرفة اتجاهات قضاء وقت الفراغ لدي ضباط صف وجنود قوات حرس الحدود .

ويتشرف الباحث أن يستعين برأيكم فى تحديد أنسب العبارات التى تقيس الموضوع الذى سبق تحديده .. والأمل فى تعاونكم معنا فى تسجيل آرائكم فى هذا المقياس

جعلكم الله عوناً لرفع شأن العلم والدارسين

الباحث

مرفق ( ٢ )

بيانات اولية عن فرد حرس الحدود

- مدة الخدمة :

- المستوي التعليمي :

- السن :

- طبيعة الالتحاق بقوات حرس الحدود :

مجند

متطوع

- طبيعة مكان العمل :

مناطق ساحلية

مناطق برية

مرتق ( ٢ )

## مقياس الاتجاهات نحو الترويج

إعداد د.أ / محمد محمد الحماصي

صورة معدلة من إعداد الباحث / مجدي الغباشي

إشراف د.أ / كمال الدين عبد الرحمن درويش

عميد كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم

نأمل في معاونتكم في تعبئة بنود المقياس لموضوع الدراسة وذلك بغرض التعرف على اتجاهات نحو الترويج وبعض المتغيرات المتصلة بها .

ونشكركم سلفاً على تعاونكم الصادق معنا في مجال البحث العلمي من خلال اسهاماتكم في اصدق وأهتمام للبيانات الواردة بالمقياس - ونرجو منكم تعبئة البيانات التالية قبل البداية في العمل على بنود المقياس .

١- مدة الخدمة :

٢- المستوى التعليمي : (الدراسي)

٣- السن :

٤- طبيعة التسهيلات والإمكانات الترويجية المتوفرة بوحدةك :

ضع علامة " ✓ " أمام الإجابة التي تنطبق عليك :

مجند
------

متطوع
-------

٥- طبيعة الألتحاق بقوات حرس الحدود :

المنطقة المركزية
------------------

٦- طبيعة مكان العمل :

عمل ميداني
------------

في مناطق ساحلية	في مناطق برية
-----------------	---------------

## طريقة الاجابة

- يفضل قراءة عبارات المقياس ككل قبل الإجابة على كل عبارة .
- اتباع التعليمات الخاصة بالإجابة على الأسئلة .
- التأكد من عدم إغفال الإجابة على أية عبارة

اولاً:

اجب على الأسئلة التالية وبما يتفق ورأيك :

- هل درست مادة الترويح كمقرر دراسي بإحدى المراحل الدراسية قبل التحاقك بالخدمة بالقوات

نعم  لا

- ما هو متوسط عدد ساعات وقت فراغك ؟

أ- فى اليوم

متوسط عدد الساعات

ب- فى أيام الأجازات الأسبوعية

متوسط عدد الساعات

- هل أنت متفرغ تماماً للعمل بقوات حرس الحدود ؟ نعم  لا

- هل تفضل المشاهدة على الممارسة فى الترويح ؟ نعم  لا

- هل تمارس أوجه النشاط الرياضى ؟ نعم  أحياناً  لا

ثانياً:

فيما يلى مجموعة من العبارات الخاصة بالترويح ، والمرجو تحديد رأيك بالموافقة أو عدم الموافقة كنت موافقاً على العبارة فعليك أن تضع علامة ( ✓ ) أمام رقم العبارة وتحت خانة (موافق) .

أما إذا كنت غير موافق على العبارة فعليك أن تضع علامة (×) أمام رقم العبارة وتحت خانة (موافق) .

أما إذا كنت متردداً فى الإجابة فضع علامة (×) أمام رقم العبارة وتحت خانة (غير متأكد) .

ملحوظة :

لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة ، ولكن الصحيح هو ما يعبر فعلاً عن وجهة نظرك .

مستسل	العبارات	موافق	غير متأكد	غير موافق
١	يعد الترويح وسيلة جيدة لاستثمار أوقات الفراغ .			
٢	الترويح يشبع ميل الفرد للهواية .....			
٣	المشاركة فى حفلات السمر تعد نشاطاً ترويحياً .....			
٤	يجب أن تهتم قوات حرس الحدود من خلال التربية الرياضية بتكوين اتجاهات ايجابية لدى الأفراد نحو الترويح .....			
٥	الترويح ضرورة للأفراد فى جميع المراحل العمرية ..			
٦	يتيح الترويح الفرصة للفرد للتعبير عن ذاته .....			
٧	المشاركة فى معسكرات العمل الميدانية تعد نشاطاً ترويحياً ..			
٨	يجب أن تهتم قوات حرس الحدود بتوفير المنشآت الترويحية .....			
٩	يعد الترويح نوعاً من أنواع النشاطات الهادفة .....			
١٠	يسهم الترويح فى تنمية الصحة الشخصية .....			
١١	تعد الرياضة للجميع نشاطاً ترويحياً .....			
١٢	يجب أن تهتم قوات حرس الحدود بتعليم الأفراد المهارات الحركية فى الوحدات .....			
١٣	يجب أن يقبل الفرد على ممارسة الترويح بإرادته ..			
١٤	يساعد الترويح على التخلص الفرد من التوتر والقلق النفسى ..			
١٥	مشاهدة البرامج التليفزيونية تعد من النشاطات الترويحية ..			
١٦	يجب ان تشجع قوات حرس الحدود اشتراك الأفراد فى المعسكرات الميدانية ..			
١٧	يعد الترويح خبرة سارة.....			
١٨	يسهم الترويح فى تجديد طاقات الفرد وحيويته .....			
١٩	نشاطات الخلاء تتدخل فى نطاق النشاطات الترويحية ..			
٢٠	يجب أن تهتم قوات حرس الحدود بتمويل المشروعات الترويحية فى الوحدات ..			
٢١	يشترط أن يتم الترويح فى أوقات الفراغ .....			
٢٢	يمكن استخدام الترويح فى العلاج النفسى .....			
٢٣	تعد السياحة من النشاطات الترويحية .....			

مستلسل	العبارات	موافق	عبر	غير موافق
٢٤	يجب أن تهتم قوات حرس الحدود بتقديم البرامج الترويحية من خلال وسائل الإعلام والشئون المعنية .....			
٢٥	يحق لكبار السن الإشتراك فى النشاطات الترويحية .....			
٢٦	الممارسون للترويح يكونو أقل تعرضا للأمراض الناتجة عن التوتر النفسى والعصبى من غير الممارسين للترويح .....			
٢٧	يعد الاستماع إلى التسجيلات الصوتية من النشاطات الترويحية .....			
٢٨	يجب أن تهتم قوات حرس الحدود بإقامة المهرجانات الرياضية .....			
٢٩	ممارسة النشاطات الترويحية تزيد الفرد بالخبرات المتروعة .....			
٣٠	التجوال يعد من النشاطات الترويحية .....			
٣١	يجب أن تهتم قوات حرس الحدود بإعداد وصقل المتخصصين فى مجال الترويح .....			
٣٢	الترويح يزيد من فرص النجاح فى التحصيل الدراسى بالفرق التعليمية ....			
٣٣	الترويح الجماعى يساعد على تحقيق التوافق الاجتماعى بين أفراد الجماعة ..			
٣٤	النشاطات الترويحية التى يمارسها الفرد تعد نشاطات ايجابية .....			
٣٥	يجب أن تهتم قوات حرس الحدود بتوفير كافة الخدمات فى مناطق الخلاء ..			
٣٦	يتيح الترويح للفرد الفرصة لاكتساب قيم والمجاهات تربوية .....			
٣٧	يقتصر الترويح على ذوى الدخل المرتفع .....			
٣٨	الترويح لا ينمى أى موهبة لدى الفرد .....			
٣٩	النشاطات الثقافية ليست نشاطات ترويحية .....			
٤٠	ليس من الأهمية أن تشجع قوات حرس الحدود إجراء البحوث العلمية فى المجال الترويحي .....			
٤١	توجد بعض أنواع الترويح التى تلحق الضرر والأذى بالفرد أو بالآخرين .....			
٤٢	الترويح ليس له دور فى تنمية القدرات العقلية للفرد .....			
٤٣	الهوايات العلمية لا تعد من النشاطات الترويحية .....			
٤٤	ليس من الضرورى ان تهتم قوات حرس الحدود بوضع برامج ترويحية للأفراد .....			
٤٥	مضعة لقت الفرد .....			

سلسل	العبارة	موافق	غير	غير
			مؤكد	مؤكد
٤٦	الترويج ليس له أهداف سوى قضاء وقت الفراغ .....			
٤٧	الفنون ليست من النشاطات الترويجية .....			
٤٨	ليس من الأهمية أن تعمل قوات حرس الحدود على توفير الوسائل الترويجية للأفراد .....			
٤٩	يقتصر الترويج على ذوى المهارات العالية .....			
٥٠	الترويج ليس له دور فى زيادة الترابط الجماعى بين الأفراد .....			
٥١	التأمل فى الطبيعة لا يعد نشاطاً ترويجياً .....			
٥٢	لا يجب أن تهتم قوات حرس الحدود بإعداد برامج ترويجية للأفراد فى القطاعات البرية والساحلية .....			
٥٣	الهايات الترويجية موهبة ولا تحتاج الى تعليم أو توجيه .....			
٥٤	الترويج لا يسهم فى تنمية المعرفة لدى الفرد .....			
٥٥	زيارات المتاحف العسكرية لا تنتمى الى النشاطات الترويجية .....			
٥٦	ليس بالضرورة ان تعمل قوات حرس الحدود على التوسع فى إنشاء المكتبات العامة أو توفير المكتبات المثقلة بين الوحدات .....			
٥٧	الجنود فقط هم الذين فى حاجة الى الترويج .....			
٥٨	الترويج لا يساعد على اتاحة الفرصة للفرد للابتكار والابداع .....			
٥٩	المشاركة فى مشروعات خدمة البيئة لا يعد نشاطاً ترويجياً .....			
٦٠	ليس من الأهمية ان تهتم قوات حرس الحدود بتمويل المشروعات الترويجية فى القطاعات .....			
٦١	فى وقت الترويج يحق للفرد فعل كل ما يروق له من تصرفات وأفعال .....			
٦٢	الترويج لا يتيح للفرد الفرصة لاكتساب أنماط جديدة من السلوك .....			
٦٣	استضافة الأصدقاء ليست نوعاً من النشاطات الترويجية .....			
٦٤	ليس بالضرورة ان تقوم قوات حرس الحدود بتنظيم المعارض الفنية .....			
٦٥	العمل الجاد المتواصل أفضل للفرد من الترويج .....			
٦٦	النشاطات الترويجية التى تقتصر على المشاهدة تعد نشاطات ايجابية للفرد			
٦٧	ليس من الأهمية ان تتوسع قوات حرس الحدود فى نشر المطبوعات الخاصة			

## مرفق (٤)

### أسماء السادة الخبراء

- ١- أ.د/ كمال الدين عبد الرحمن درويش .
- ٢- أ.د/ سهير مصطفى المهندس .
- ٣- أ.د/ أمين أنور الخولى .
- ٤- أ.د/ محمد محمد عبد الله الحماحمى .
- ٥- أ.د/ محمد محمد فضالى .
- ٦- أ.د/ مسعد سيد عويس .
- ٧- أ.د/ عصام عبد الوهاب الهالى .
- ٨- أ.م.د/ يحيى محمد حسن .
- ٩- أ.د/ عطيات محمد خطاب .
- ١٠- أ.د/ كوثر السعيد الموجى .

## ٤/٦ ملخص البحث باللغة العربية

بدأ الأهتمام بالترويح كمظهر سلوكى حضارى للإنسان ، وكموضوع يستحق البحث والدراسة فى نهاية القرن التاسع عشر مع ظهور العلوم الإجتماعية وتقدم البحث فى علوم الإجتماع والانثروبولوجيا وعلم النفس حيث نظرت تلك العلوم للترويح بإعتباره جانباً هاماً من جوانب السلوك البشرى وتعرض الفلاسفة القدامى لموضوع الترويح فى سباق تحليلهم لمظاهر سلوك الانسان ( ٧ : ٢١ ) .

ويعتبر النشاط الرياضى فى وقت الفراغ من الانشطة التى لاقت اهتماماً كبيراً من العلماء والباحثين وذلك لانه لا يوجد لون من ألوان النشاط الرويحى يحوز على الاهتمام التقاتى للأفراد ويستولى على انتباههم اكثر من الانشطة الرياضية ، فضلاً عن ما يحققه النشاط الرياضى من اكتساب القوام المقبول واللياقة البدنية ورفع كفاءة الاجهزة الحيوية وزيادة قدرة الفرد على تركيز الانتباه والملاحظة والتصور والتخيل والابتكار والابداع واشباع الميل الى الهوية فضلاً عن تحقيق التكيف النفسى والاجتماعى ( ٧ : ١٥٠ - ١٥٥ ) وتنمية الشخصية واكتساب اساليب الحية الصحية السليمة وزيادة مقدره الفرد على الانتاج والعطاء ، حيث انه مجال زاخر بالانشطة المتنوعة التى تقابل ميول وحاجات الافراد وتناسب ومراحل السن المختلفة ( ٢٦ : ٨ ) .

ولذا يجب على المجتمع الاهتمام بالترويح الرياضى والترويح الخلوى الذى يستفيد من الطبيعة فى ممارسة العديد من النشاطات الرياضية والاجتماعية .

ويعتبر شغل واستثمار اوقات الفراغ فى نشاط بناء من أحد الاهداف الرئيسية للقوات المسلحة لتلافي الاصابة بالامراض المختلفة وللرفع الروح المعنوية لدى الضباط والجنود حيث ان الروح المعنوية هى أولى عناصر الكفاءة القتالية .

ومن ذلك يتضح ان الاهتمام بالاستغلال الجيد للنشاط الترويحى يؤدى الى رفع مستوى الكفاءة البدنية بالقوات المسلحة وإيماناً من الباحث فى أنه إذا توصلنا ان يمارس ككافة ضباط وجنود القوات المسلحة فى المراحل السنية المختلفة لونا من ألوان النشاط الرياضى فسوف يؤدى ذلك الى التعرف من الواقع على فوائد هذه الأنشطة الرياضية وسيعكس اهتمام القوات المسلحة بالضباط والأفراد ، وتوفير فرصة الممارسة الرياضية لهم وتشجيعهم ويتمنى الباحث ان يوفق فى ان يضيف الجديد الى المعلومات الخاصة بالترويح الرياضى .

وانطلاقاً من أهداف التربية الرياضية لقوات حرس الحدود . والتى تهدف الى زيادة طاقاتهم البدنية وتنمية المهارات الحركية للفرد بالاضافة الى اكسابهم الخبرات العملية التى تنمى الادراك نوافهم وحسن التصرف واتخاذ القرارات السليمة تحت ظروف التعب مما يؤدى الى الارهاق ، والتكيف النفسى والاجتماعى مما يؤدى الى احترام الذات والانتماء وتقدير المسئولية والترويح عن النفس والتخلص من التوترات والانفعالات الناتجة عن ورتين العمل اليومى .

ونظراً لعدم وجود دراسات علمية توضح اتجاهات شغل اوقات الفراغ لدى ضباط وجنود قوات حرس

الحدود ، ولأهمية التعرف على هذه الاتجاهات لتنمية الإتجاهات الإيجابية منها من خلال برامة ومشروعات مقترحة يمارسها الضباط والجنود فى وقت فراغهم لأستثمار هذا الوقت فى صلح بناء الفرد واعداده بصورة ملائمة لطبيعة وظروف عمله الشاق والتي تتميز فى غالب الاحيان بالعزلة التامة عن المجتمعات الحضارية وعن توفر وسائل شغل وقت الفراغ المتاحة فى المدن والقرى إذ ان طبيعة أماكن تواجد قوات حرس الحدود فى الغالب فى مناطق غير أهله بالسكان وفى مناطق نائية .

لذلك تناول الباحث دراسة اتجاهات قضاء وقت الفراغ لضباط وجنود قوات حرس الحدود للتعرف على هذه الاتجاهات ووضع تصور مقترح لإستثمار وقت الفراغ لضباط وضباط صف وجنود قوات حرس الحدود .

## أهداف البحث :

يهدف هذا البحث لمعرفة اتجاهات قضاء وقت الفراغ لدى جنود قوات حرس الحدود من خلال التعرف

على :-

- اتجاهات جنود قوات حرس الحدود نحو مفهوم وماهية الترويح .
- اتجاهات جنود قوات حرس الحدود نحو أهمية الترويح .
- اتجاهات جنود قوات حرس الحدود نحو طبيعة الأنشطة الترويحية .
- اتجاهات جنود قوات حرس الحدود نحو أهتمام سلاح حرس الحدود بالترويح .
- الفروق بين فئات عينة البحث فى الأبعاد الأربع السابقة .

## تساؤلات البحث :

سوف يتم التعرف على اتجاهات قضاء وقت الفراغ لدى جنود قوات حرس الحدود من خلال الاجابه على

التساؤلات الآتية :-

- ١- ما هى اتجاهات جنود قوات حرس الحدود نحو مفهوم وماهية الترويح ؟
- ٢- ما هى اتجاهات جنود قوات حرس الحدود نحو أهمية الترويح ؟
- ٣- ما هى اتجاهات جنود قوات حرس الحدود نحو طبيعه الأنشطة الترويحية ؟
- ٤- ما هى اتجاهات جنود قوات حرس الحدود نحو الاهتمام سلاح الحدود بالترويح ؟
- ٥- هل توجد فروق دالة إحصائية بين فئات عينة البحث فى الأبعاد الأربع السابقة ؟

## إجراءات البحث :

### أ) منهج البحث :

المنهج الوصفي عن طريق وصف ما هو كائن وتحليله واستخلاص الحقائق منه . وجدير بالذكر ان البحث الوصفي لا يقتصر على جمع البيانات وتبويبها انما يستهدف العديد من ذلك حيث يتضمن قدراً من التحليل والتفسير للنتائج ( ٤٢ : ١٣٦ ) .

### ب) عينة البحث :

تشتمل عينة البحث على عينة عشوائية طبقية من صف ضباط وجنود قوات حرس الحدود بالقوات المسلحة .

### ج) أدوات البحث :

وقد أستخدم الباحث مقياس الاتجاهات نحو أوقات الفراغ من أعداد محمد الحماحمى وقام بتعديل واعاده حساب الصدق والثبات له ليناسب مع طبيعة وعينه البحث .

## الاستنتاجات :

- ١- توصل الباحث الى أن من أهم ما يجب الاهتمام به فى اعداد فرد قوات حرس الحدود هو النشاط الترويحي حيث أثبتت الدراسة أن الأفراد ذوى الأداء العالى هم من ممارسى الأنشطة الترويحية .
- ٢- وجود الامكانيات العاليه التجهيز يشجع الأفراد على ممارسه الأنشطة الترويحية .
- ٣- يساعد النشاط الرياضى الترويحي على تنميه عناصر اللياقة البدنيه الخاصه واللازمة لأفراد قوات حرس الحدود .
- ٤- من أهم الأنشطة التى يمارسها أفرادا قوات حرس الحدود الجرى ثم المشى ثم تمارينات الموانع .
- ٥- ظهر ميل ضعيف ناحية الانشطة الفنية مما يستدعي دراسة أسباب عدم الاهتمام بهذا النوع من الانشطة بالرغم من أهميتها .
- ٦- قوات حرس الحدود ليس لديهم وعى بماهية الأنشطة الترويحية كما يجب .
- ٧- قوات حرس الحدود تحتاج للبرامج والأنشطة الترويحية المنظمة من خلال إشراف واعى مؤهل .
- ٨- عدم الاهتمام الكافى بطبيعة أوجه الأنشطة الترويحية وبرامجها واهميتها وضرورتها.
- ٩- هناك تداخل وعدم اتفاق حول المناشط الترويحية الهادفة والغير هادفة .
- ١٠- اقتصار الأنشطة الترويحية على المناشط التى تمارس أثناء وقت الفراغ .
- ١١- الانشطة الترويحية الممارسة هي الانشطة التى تبعث على البهجة والسرور والفرح .
- ١٢- عمق الوعي بأهمية النشاط الترويحي ونتائجه وآثاره على زيادة الكفاءة لدى أفراد القوات
- ١٣- النشاط الترويحي يتميز بالذاتية وموهبة الفرد ولا يمكن تعليمه واكتسابه .

**HELWAN UNIVERSITY**  
**FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION**  
**FOR MEN IN CAIRO**  
**Department of Physical Education**  
**Principles and Entertainment**

**ATTITUDES OF LEISURE TIME FOR THE  
FRONTIER SOLDIERS**

**BY**  
**Magdy Mahmoud Mohamed Elghoubashy**

**IN DEMANDING THE GAIN OF  
MASTER DEGREE IN PHYSICAL EDUCATION**

**SUPERVISORS**

**PROF . Dr .KAMAL EL DIN ABED EL-RAHMAN DARWISH**

**Dean of Faculty of Physical Education for Men in Cairo**

**and Professor in Department of Physical Education**

**Principles and Entertainment**

## Research Summary (6/5)

Interest in entertainment as a modern human aspect and a subject for study started by the end of the 19th century with the emergence of the social sciences, and the development of researches in sociology, anthropology and psychology. All these sciences regarded entertainment as an important side in human behaviour, besides old philosophers had tackled the subject of entertainment in their previous analysis of the characteristics of human behaviour (7:21).

Scientists and researchers found that physical activities arise individuals concern more than any other activity. Besides it provide the accepted physical fitness, increase the efficiency of the vital organs, imagine, create, innovation and satisfying the needs to hobby, in addition to achieving social and psychological adaptation (150-155:7) developing human personality, acquiring sound live health methods and increasing man's capability for production and giving in which this field is rich with its various activities that fulfill individual's need, tendencies and is fit for different ages (8:26).

Therefore, that's why society must give more concern for physical and solitary entertainment that benefits from nature in practicing several social and physical activities.

Investing, and occupying the sparetime. leisure time is a positive activity is one of the main objectives of the army forces in order to avoid the infection with different diseases and raise the soldiers morales of the soldiers and officers since it is the main element of the fighting efficiency.

Hence, a good usage of entertainment activity will increase the standard of the physical efficiency of the army forces

The researcher believes that if all army forces soldiers of different ages practice any kind of physical activity, this will lead to realise the benefit of physical activities in reality and will also reflect army forces concern with with individuals and officers, providing them with a chance to practice

physical activities and encourage them . The researcher hopes to succeed in adding something new to physical entertainment data .

Based on goals of the physical education frontier which aims at increasing their physical energy and develop their movement skills in addition to acquiring practical experience that develop good management , understanding , and decision making under exhaustion will result in oppression and social and psychological adaptation which leads to self respect , a sense of belonging , bearing of responsibility , refreshment and getting rid of tension that results from daily routine .

Since there are no scientific studies that proposed means of occupying (Frontier troops soldiers and officers) and the importance of recognizing these tendencies to develop its positive orientations one of each is through suggested programmes and projects that could be practiced by soldiers in their sparetime so as to prepare their hard environment which is always characterised by complete isolation from developed societies and about providing means of occupying available sparetime in villages and cities since that the nature of places that the Frontier troops exist are most in a places that are not fitted for people and in faraway places .

†plan to benefit from it .

### **RESEARCH GOALS :**

- 1- Acknowledge the quantity of sparetime available to border troops members who practice physical activities at . the age from 18-28 and the Kind of activities .
- 2- The attitude of border troops for the mean of Recreation.
- 3- The attitude of border troops for the important on Recreation.
- 4- The attitude of border troops for the kind of recreational Activities

## **RESEARCH QUITION :**

1-How much of Acknowledge the quantity of sparetime available to border troops members who practice physical activities at . the age from 18-28 and the Kind of activities .

2-WHAT The attitude of border troops for the mean of Recreation.

3-WHAT The attitude of border troops for the important on Recreation.

4-WHAT The attitude of border troops for the kind of recreational Activities.

## **RESEARCH PROCEDURES :**

### **a) RESEARCH METHODS :**

Descriptive method depend on describing available data, analysing and deducing of facts . It's worth mentioning that descriptive research is not arent's confined to collecting data and its sectioning but it includes a little analysis and explanation of results (136:140) .

### **B) RESEARCH TOOLS :**

Researcher has used sparetime orientation scale towards sparetime by "Mohamed El Hamahmi" and he has made some alteration and remeasured truthfulness and stability to cope with sample and nature of the research .

## **DEDUCTIONS :**

1- Research deduced that the most important thing to be regarded in preparing a border troop member as the entertainment activity because studies has proved that highly productive individuals are those who practice entertainment activities .

2- The presence of a well prepared places encourage individuals to a well prepared places encourage individuals to practice entertainment activities .

3- Physical and entertainment activities help in the development of the components of physical fitness needed by

border troop members .

4- Running , walking and abstacle training are respectively considered to be important activities practiced by border troop member .

5- There is a slight tendency toward artistic activities which needs studying the reasons behind ignoring such kind of activities despote its importance .