

## الفصل الخامس

- الاستنتاجات

- التوصيات

## الاستنتاجات :

- أولاً : -

(١) جميع الأنشطة الترويحية ( الاجتماعية ، الثقافية ، الرياضية ، الفنية ، التجوال والمعسكرات ، هوايات الجمع ) لا تمارس بدرجة كبيرة بالنسبة لعينة البحث من الطلبة والطالبات .

(٢) الأنشطة التي تمارس بدرجة متوسطة كانت كالتالى : -

أ - النشاط الاجتماعى : -

( الحفلات (١) ، المشاركة فى دعوات الغذاء (٣) ، الرحلات (٢) ، المساعدة فى اعمال المنزل (٤) مصاحبة الاصدقاء (٥) ، زيارة المعارض (٦) ) .

ب - النشاط الثقافى : -

( القراءة (١) ، ومشاهدة التلفزيون (٩) ، الاستماع الى الراديو (٨) ) .

ج - النشاط الرياضى : -

النشاط الوحيد الذى يمارس بدرجة متوسطة هو التمرينات (٣٦) .

د - النشاط الفنى : -

لا يوجد نشاط تمارس بدرجة متوسطة .

و - التجوال والمعسكرات :

النشاط الذى تمارس بدرجة متوسطة هى زيارة المتاحف (٣) وأرتياد الحدائق (٤) ولكن نسبه عدم الممارسة أكبر من نسبة الممارسة بدرجة متوسطة ، وهنا يمكن القول بأن هناك الأنشطة قد تمارس بدرجة متوسطة . كما أنها قد لا تمارس .

د - هوايات الجمع : -

لا توجد أى نشاط بدرجة متوسطة .

- ثانياً : -

توجد فروق بين الطلبة والطالبات فى الممارسة بدرجة كبيرة ومتوسطة كالتالى : -

أ - النشاط الاجتماعى :

- الانشطة التى تمارس بدرجة كبيره لصالح الطلبة هى (زيارة المعارض (٦) والعباب المائده (٧) ) .

- الانشطة التى تمارس بدرجة كبيره لصالح الطالبات هى ( المساعدة فى اعمال المنزل ) (٤) .

- الانشطة التى تمارس بدرجة متوسطة لصالح الطالبات هى (الحفلات) (١) .

ب - النشاط الثقافى :

- لاتوجد فرق بين الطلبة والطالبات فى المشاركه بدرجة كبيره .

- الانشطة التى تمارس بدرجة متوسطة هى ( القراءة ) (١) لصالح الطالبات .

ج - النشاط الرياضى :

- الانشطة التى تمارس بدرجة كبيرة لصالح الطلبة هى ( كرة القدم (١) - السلة (٢) - الطائرة (٤) -

وثب ثلاثى(١٢) ، الفطس(١٨) ، صيد السمك (١٩) ، تنس الطاولة (٢٤) ، المصارعة (٢٦) ، رفع

الأثقال (٢٧) ، البلياردو (٢٩) ، كارتيه (٣٠) ، ركوب الدرجات (٣٢) ، الريشه الطائره (٣٣) ،

السهم (٣٤) .

- الانشطة التى تمارس بدرجة كبيرة لصالح الطالبات هى ( الرقص ) (٣٥) .

- الانشطة التى تمارس بدرجة متوسطة لصالح الطلبة هى ( كرة القدم (١) - السلة (٢) - جرى مسافات

قصيرة (٧) - رمى الرمح (٩) ، القفز بالزانة (١٤) ، أختبار الموانع (١٦) ، التنس ، (١٨) صيد

السك (١٩) ، التجديف (٢٠) ، الانزلاق على الماء (٢١) ، التنس الارضى (٢٤) ، الملاكمة (٢٥) ،  
المصارعة (٢٦) ، رفع الاثقال (٢٧) ، البلياردو (٢٩) ، الكاراتية (٣٠) ، الجودو (٣١) ، ركوب  
الدرجات (٣٢) ، الريشه الطائرة (٣٣) ، السهم (٣٤) .

- الانشطة التى تمارس بدرجة متوسطه لصالح الطالبات هى ( الرقص ) (٣٥) .

وهذا يعنى أن الاقبال على الانشطة الرياضية يكون من جانب الطلبة أكثر من الطالبات .

#### د - النشاط الفنى : -

- لا يوجد أى نشاط من الانشطة الفنية يمارس بدرجة كبيرة أو متوسطة لصالح الطلبة .

- الانشطة التى تمارس بدرجة كبيرة لصالح الطالبات هى : ( الخياطة (٢) - تصميم الازياء (٣) - الرسم

والتلوين (٤) - أعداد الملابس (١٣) - تنسيق الزهور (٢٢) .

- الانشطة التى تمارس بدرجة متوسطة لصالح الطالبات هى : ( الخياطة (٢) ، تصميم الازياء (٣) - الرسم

والتلوين (٤) - إشغال القش (٩) ، أعداد الملابس (١٣) ، تصميم العرائس (٢٠) ، التطريز (٢١)

وتنسيق الزهور (٢٢) .

وهذا يعنى أن الاقبال على الانشطة الفنية يكون من جانب الطالبات أكثر من الطلبة .

#### هـ - نشاط التجوال والمعسكرات : -

- الانشطة التى تمارس بدرجة كبيرة لصالح الطلبة هى : ( الصيد (٦) ، حفلات السم (٧) )

- الانشطة التى تمارس بدرجة كبيرة لصالح الطالبات هى : ( الطهى فى الخلاء (٨) )

- الانشطة التى تمارس بدرجة متوسطة لصالح الطلبة هى : ( الصيد (٦) والطهى فى الخلاء (٨) )

وهذا يعنى أن الإقبال على أنشطة التجوال والمعسكرات يكون من جانب الطلبة أكبر من الطالبات .

و - هوايات الجمع : -

- الأنشطة التي تمارس بدرجة كبيرة لصالح الطلبة هي : ( جمع الميدليات ) (٤) .

- الأنشطة التي تمارس بدرجة كبيرة لصالح الطالبات هي ( جمع الصور ) (١) ، جمع القصص (٧) ، جمع

المجلات ( ٨ ) .

- لا توجد فروق في الممارسة بدرجة متوسطة بين الطلبة والطالبات .

وهذا يعنى أن هوايات الجمع يشترك فيها الطلبة والطالبات على حد سواء عدا ( جمع الصور ) (١) ، جمع

القصص (٧) وجمع المجلات ( ٨ ) التي يكون للطالبات أكثر من الطلبة .

ثالثاً : بالنسبة لدوافع الممارسة للأنشطة الترويحية جاء ترتيباً كالتالى : -

- ١ - لتمضية وقت فراغ مثمر ومفيد . (٢)
- ٢ - لمنح السعادة (٣)
- ٣ - نمو الشخصية بصورة متزنه (٧)
- ٤ - لاشباع ميولى ورغباتى (٨)
- ٥ - لتنمية قدراتى العقلية (١٣)
- ٦ - التسلية (١)
- ٧ - لاكتساب صداقات والفه وأخوه تجاه الآخرين (١١)
- ٨ - لاكتساب الكثير من الفوائد البدنية (٦)
- ٩ - لاكتساب الكثير من الفوائد الصحية (٥)
- ١٠ - لاكتساب معارف ومعلومات فى مختلف المجالات الثقافية ، أجماعيه ، فنية (١٦)

- ١١ - لاكتساب الكثير من الفوائد الخلقية . (٤)
- ١٢ - للشعور بالاسترخاء (١٠)
- ١٣ - لتجديد النشاط والحيوية حتى اقبل على الحياه بذهن متفتح . (١٥)
- ١٤ - للتعبير عن الاحاسيس والمشاعر والتذوق الجمالى (١٩)
- ١٥ - لتنمية التذوق الجمالى (١٢)
- ١٦ - لتخلص من الطاقه الزائده (١٨)
- ١٧ - للقضاء على التوتر والقلق (٩)
- ١٨ - لاشباع الرغبة فى الاتصال بالآخرين وتبادل الاراء والافكار والمنافسة معهم (١٧)
- رابعاً : بالنسبة لمعوقات ممارسة الانشطة الترويحية جاء ترتيبها كالتالى : -
- ١ - تكديس الجدول الدراسى فى الفترة الصباحية (٢٦)
- ٢ - المقررات الدراسية المكثفة تمنعنى من مواولة الانشطة الترويحية (٥)
- ٣ - كثرة البحوث والتقارير المطلوبه فى المقررات الدراسية (١٩)
- ٤ - الوقت المخصص لممارسه الانشطة الترويحيه غير كافى (١٨)

## التوصيات : -

فى حدود النتائج التى أمكن التوصل إليها فى حدود عينة البحث يمكن الخروج بالتوصيات التالية : -

- ١ - يجب عدم تكديس الجدول الدراسى فى الفترة الصباحية .
- ٢ - يجب تخصيص وقت معين لممارسة الانشطة الترويحية فى وقت الفراغ أثناء اليوم الجامعى .
- ٣ - يجب العنل على حل المشاكل والمعوقات التى تمنع الطلبة والطالبات من ممارسة الانشطة الترويحية .
- ٤ - يجب توفير المواصلات لنقل الطلاب الراغبين فى ممارسة الانشطة الترويحية بعد أنتهاء اليوم الدراسى
- ٥ - يجب على المسئولين عن الانشطة الترويحية تشجيع الطلبة والطالبات على المشاركة الفعالة فى الممارسة .
- ٦ - يجب توفير القيادات المتخصصة فى مجال الترويج وأنشطة وقت الفراغ .
- ٧ - يجب إتاحة الفرص أمام الطلاب لتنمية مواهبهم ورغباتهم بطريقة ايجابية . وبناءه من خلال المطبوعات والنشرات .
- ٨ - يجب الاهتمام من قبل الجامعه بوضع برامج لانشطة منظمه لشغل وقت فراغ الطلاب خلال العطلات الصيفية وذلك لحاجتهم الماسة الى هذه البرامج لمواجهة احتياجاتهم وأستثمار طاقاتهم .
- ٩ - يجب عقد دورات تدريبية لصقل وأعداد المسئولين عن الانشطة الترويحية بالمرحلة الجامعية بغرض أكسابهم المعرفة والمعلومات الحديثة فى مجال الترويج .
- ١٠ - إجراء مثل هذا البحث فى مراحل التعليم الأخرى ( أبتدائى - أعدادى - ثانوى ) .
- ١١ - نظراً لأهمية الترويج فى عصرنا الحديث فإن الباحثه توصى بانشاء كليه خاصة بعلوم الترويج .