

## الفصل الخامس

### الاستنتاجات والتوصيات

---

## الاستنتاجات

في ضوء عينة الدراسة والإجراءات المستخدمة وما أثمرت عنه نتائج الدراسة تم التوصل إلي:

- إسهام النشاط المدرسي والتربية الترويحية في تنمية الخلق الحسن والمعاملة الطيبة والسلوك السوي لدى التلميذ .
- إسهام النشاط المدرسي والتربية الترويحية في تعديل السلوك غير السوي ، وتطبيق القيم والمفاهيم كحب الآخرين والنظافة.
- يسهم النشاط المدرسي والتربية الترويحية في تنمية الاتجاهات المرغوب فيها، مثل اعتزاز التلميذ بدينه .
- يسهم النشاط المدرسي والتربية الترويحية في كشف الميول والمواهب والقدرات لدى التلاميذ .
- يسهم النشاط المدرسي والتربية الترويحية في توثيق الصلة بين التلميذ وزملائه ، وبينه وبين معلميه وإدارة المدرسة والأسرة والمجتمع من جهة أخرى.
- يهيئ النشاط المدرسي والتربية الترويحية للتلاميذ مواقف تعليمية شبيهة بمواقف الحياة .
- يعزز النشاط المدرسي والتربية الترويحية لدى التلميذ الاستقلال والثقة في النفس والاعتماد عليه وتحمل المسؤولية .
- يجعل النشاط المدرسي والتربية الترويحية المدرسة أكثر جاذبية للتلاميذ وتقليل نسب الغياب .
- يسهم النشاط المدرسي والتربية الترويحية في رفع المستوى الصحي لدى التلاميذ .
- يساعد النشاط المدرسي والتربية الترويحية التلاميذ في تنمية مهارات الاتصال لديهم من خلال تدريبهم على كيفية التعبير عن الرأي، وضرورة احترام الرأي الآخر.
- يسهم النشاط المدرسي والتربية الترويحية في تعويد التلاميذ على تنظيم أوقاتهم والاستفادة منها.

## التوصيات

في ضوء ما توصلت له الدراسة من نتائج قدمت مجموعة من التوصيات منها:

1. ضرورة الاهتمام بالنشاط المدرسي عامة والنشاط الترويحي خاصة، ومتابعته، وتقويمه، ودعمه مادياً، وتشجيع القائمين عليه، وضرورة ربطه بالقيم الخلقية.
2. تأهيل المشرفين على النشاط الرياضي من معلمين ومدربين أكاديمياً، وإحاقهم بدورات تدريبية تربوية متخصصة في كيفية تفعيل النشاط الترويحي.
3. التركيز على القيم الخلقية الحسنة في الميدان التربوي، وإقامة المحاضرات والندوات التي تعرف بأهميتها وضرورة التمسك بها، ومنح الجوائز والمكافآت لأكثر التلاميذ التزاماً بها أثناء ممارسة النشاط أو عدمه.
4. حث المشرفين على النشاط الرياضي بمتابعة سلوكيات التلاميذ الخلقية، ومنح جائزة للتلميذ الرياضي الخلق، وتولية أكثر التلاميذ التزاماً بالقيم مسؤوليات قيادية داخل وخارج المدرسة.
5. التعاون مع المؤسسات الأخرى المشرفة على النشاط الرياضي بما يخدم المصلحة العامة، وإتاحة الفرصة للتلاميذ والمعلمين للاشتراك في برامج وأنشطة تلك المؤسسات، وتبادل المعلومات والخبرات الخاصة بالنشاط الرياضي.
6. ضرورة عقد دورات تدريبية للمعلمين، وحملات إعلامية للطلاب لتوضيح أهمية التربية الترويحية في عملية التنظيم الاجتماعي، والوعي الثقافي.
7. ضرورة توفير الدعم من المؤسسات الحكومية والأهلية لتوفير الإمكانيات المادية لممارسة النشاطات الترويحية المختلفة (الرياضية، الفنية، الثقافية)
8. ضرورة التنوع في الأنشطة الترويحية داخل المدرسة، بحيث تكون أنشطة وبرامج محددة الأهداف.
9. ضرورة دعم معلم التربية الرياضية ورفع مكانته، باعتباره المنفذ للأنشطة داخل المدرسة.
10. ضرورة توفير الدعم المادي (الملاعب، الأدوات) للمدارس التي تعتبر أفضل المؤسسات التي تمكن الطلاب من قضاء أوقاتهم الحرة.

## دراسات مقترحة

نظراً لقلّة المراجع ، والدراسات الميدانية لموضوع الترويح ، يضع الباحث بعض الدراسات ، لإثراء المكتبة المصرية بمثل هذه الموضوعات.

١ - دور الأنشطة الترويحية في التوافق الأسري والاجتماعي.

٢ - علاقة ممارسة الأنشطة الترويحية بالصحة النفسية.

٣ - مظاهر ضوابط الترويح وآدابه.

٤ - علاقة أهمية الترويح وفوائده ببناء الشخصية.

٥ - دور المعسكرات الصيفية في تأصيل الترويح.

٦ - الأنشطة الترويحية وأثرها التربوي.

## قائمة المراجع العلمية

---

أولاً: المراجع باللغة العربية

ثانياً: المراجع باللغة الأجنبية

ثالثاً : المراجع من شبكة المعلومات الدولية

أولاً: المراجع باللغة العربية

1. إبراهيم الخطيب: أصول التربية وتحديات القرن الحادي والعشرين ، مكتبة القدس ، غزة (2008) .
2. إبراهيم عبد الله الزيد: تقويم برامج النشاط المدرسي للمرحلة الابتدائية في المنطقة الغربية بالمملكة العربية السعودية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة (1985).
3. إبراهيم عبد المقصود: السياحة والرياضة ، دار الفكر العربي ، القاهرة (1996).
4. أحمد حسين اللقاني: المناهج بين النظرية والتطبيق ، عالم الكتب ، القاهرة (1982).
5. أحمد ربيع عبد الحميد : التصور الإسلامي لدور الترويح التربوي في بناء الشخصية المسلمة ، مجلة كلية التربية ، جامعة الأزهر ، العدد ٧١ ، القاهرة (١٩٩٨) .
6. أحمد محمد الفاضل: قيادات للبرامج الترويحية. مجلة المعرفة ، العدد 87 ، الرياض ( ٢٠٠٢ ) .
7. أحمد محمد عبد الخالق : الابعاد الأساسية للشخصية ، ط6 ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية (1994) .
8. إسحاق يعقوب القطب : مفهوم الترويح في المجتمعات الحضرية المعاصرة ، أبحاث المؤتمر السادس لمنظمة المدن العربية حول الترويح في المدن العربية ، الدوحة ، الرياض (1979). الذكاء وتنميته لدى أطفالنا ، مكتبة الدار العربية للكتاب ، القاهرة (1995).
9. إسماعيل عبد الفتاح عبد الكافي : التربية الترويحية وأوقات الفراغ ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، الاردن (2001).
10. إسماعيل غولي ، مروان إبراهيم : ثقافة الترويح الخلوى لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية وعلاقتها بالنشاط الممارس، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان (2003) .
11. أكرم أحمد عثمان: العوامل المؤثرة في مدى استفادة الفتاة من وسائل الترويح المتاحة لها في مدينة الرياض ، رسالة ماجستير غير منشورة :جامعة الملك سعود، كلية الآداب، قسم الدراسات الاجتماعية، الرياض (1991) .
12. أمال الفريخ : أصول التربية البدنية والرياضية (المهنة، الإعداد، المهني، النظام الأكاديمي)، دار الفكر العربي ، القاهرة (1996).
13. أمين أنور الخولي : مناهج التربية البدنية المعاصرة ، دار الفكر العربي ، القاهرة (2005).
14. أمين أنور الخولي وجمال الشافعي: السلوك الإنساني ، دار المعارف ، القاهرة (1993).
15. انتصار يونس: التربية البدنية ، مناهجها وطرق تدريسها، القاهرة، مركز الكتاب للنشر ، دار علم الكتاب (2006).
16. بدور المطوع وسهير بدير: التقرير الخطة الاستراتيجية للتعليم (2008) .
17. تهناني عبد السلام محمد: أسس الترويح والتربية الترويحية، دار المعارف ،

القاهرة (1993) .

19. \_\_\_\_\_ :  
الترويح والتربية الترويحية ، دار الفكر، القاهرة (2001).
20. تهناني عبد السلام محمد ، طه  
عبدالرحيم طه :  
21. جلال عبد الوهاب :  
22. حامد عبد السلام زهران :  
23. حسن مرعي :  
24. حسن شحاته :  
25. \_\_\_\_\_ :  
26. حسنى معاطي سالم :  
27. حمدي شاكر محمود :  
28. خالد حسني عرار :  
29. راجح محمد الدخيل :  
30. رمضان ياسين :  
31. زياد علي الجرجاوي :  
32. سمير عبد الحميد :  
33. سميرة برهوم :  
34. سهير مصطفى المهندس :  
35. طه عبد الرحيم طه :
- النشاط المدرسي مفاهيمه ومجالاته وبحوثه ، ط 3 ،  
مكتبة الفلاح للنشر، الكويت (1991).  
علم النفس النمو – الطفولة والمراهقة ، ط5 ، عالم  
الكتاب، القاهرة (1990).  
المسرح المدرسي، دار مكتبة الهلال، بيروت (1993).  
النشاط المدرسي مفهومه ووظائفه ومجالات تطبيقه ،  
الدار المصرية ، القاهرة (1998).  
النشاط المدرسي، مفهومه ، ووظائفه، ومجالات تطبيقه ،  
ط 8، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة (2004).  
الميول الرياضية لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية والثانوية  
بمحافظة الشرقية رسالة ماجستير غير منشورة، كلية  
التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق (1986) .  
النشاط المدرسي: ما هيته وأهميته، أهدافه ووظائفه،  
مجالاته ومعايير، إدارته وتخطيطه، تنفيذه وتقويمه. دار  
الأندلس للنشر والتوزيع، حائل: المملكة العربية  
السعودية (1998).  
التربية البدنية والرياضية وعلاقتها النفسية، ط 1 ، مطبعة  
ابن خلدون ، طولكرم، فلسطين (2003).  
النشاط المدرسي وعلاقة المدرسة بالمجتمع ، دار  
الخريجي ، الرياض (2002).  
علم النفس الرياضي. دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان،  
الأردن (2008) .  
النشاط المدرسي وتطبيقاته التربوية دار المقداد،  
غزة (2000).  
تقويم النشاط الخارجي لتلاميذ المرحلة الثانية من التعليم  
الأساسي بمحافظة الإسكندرية، دكتوراه غير منشورة،  
كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة  
الإسكندرية (1990).  
واقع ممارسة النشاط المدرسي في مرحلة التعليم  
الأساسي الدنيا، رسالة ماجستير، غير منشورة، الجامعة  
الإسلامية، غزة (2000) .  
دراسة تحليلية لاتجاهات وأنشطة الممارسة الترويحية  
لشغل أوقات الفراغ لدى تلاميذ التعليم العام والفنى  
بمحافظة القاهرة/ بحث منشور، المؤتمر العلمي الثانى ،  
كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة المنيا (1987) .  
دراسة مسحية للأنشطة الترويحية للمرحلة السنية (6-  
12) سنة فى محافظة الإسكندرية، ماجستير غير منشورة  
– كلية التربية الرياضية للبنات – جامعة

الإسكندرية(1984) .

36. عبد الرحمن بن محمد القحطاني : الأنشطة اللاصفية الواقع والمأمول، كلية المعلمين، الرياض(2002) .
37. عبد اللطيف سيد قطب : المرحلة الإعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان(1996) .
38. عبد الله صالح البنيان ، سيد شتا : تحليل سسيولوجي لظاهرة الترويح وأهميتها في مجتمعنا المعاصر . المؤتمر السادس لمنظمة المدن العربية حول الترويح في المدن العربية ، الدوحة ، الرياض (1979) .
39. عطيات محمد خطاب : أوقات الفراغ والترويح ، دار المعارف، القاهرة( ١٩٩٠ ) .
40. عفاف خليل الجلاد : استطلاع رأي التلميذات فى النشاط الترويحي بالمرحلة الإعدادية بمحافظة الإسكندرية، بحث منشور ، مجلة نظريات وتطبيقات، العدد (13) ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية(1992) .
41. عزت عبد الحميد حسن : النموذج البنائي لاستراتيجيات تنظيم الدافعية ومعتقدات الدافعية والتحصييل الدراسي لدى طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، القاهرة، العدد 57، المجلد 17(2007) .
42. علا فتحي محمد : أثر البيئة المدرسية على ممارسة النشاط الرياضي بالمرحلة الإعدادية (بنات) رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان(1998) .
43. علي إمبابي : الإعلام التربوي المسموع في المؤسسة التعليمية، دار العلم والإيمان، دسوق(2005) .
44. فاروق شوقي البوهي ، أحمد فاروق محفوظ : الأنشطة المدرسية، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية (2001) .
45. فاطمة حسن عبد الله : تقويم النشاط الرياضي خارج درس التربية الرياضية (داخلي-خارجي) للمرحلة الإعدادية "بنات" رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان(1985) .
46. فكري ريان : النشاط المدرسي أسسه أهدافه تطبيقاته، عالم الكتب، القاهرة(1984) .
47. كمال درويش، أمين الخولي : أصول الترويح وأوقات الفراغ"مدخل العلوم الإنسانية " ، دار الفكر العربي ، القاهرة (١٩٩٠) .
48. كمال درويش ، محمد الحماحمي: رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ ، ط3، مركز الكتاب للنشر، القاهرة(2007) .
49. الترويح الرياضي في المجتمعات المعاصرة ، مكتبة الطالب الجامعي ، مكة المكرمة(1988) .
50. كمال درويش ، محمد الحماحمي: الترويح وأوقات الفراغ في المجتمع المعاصر، دار الفكر العربي، القاهرة. (1986) .

51. كمال درويش، محمد الحماحي ، أمين الخولي :  
العربي، القاهرة (1982) .
52. كمال عبد الحميد زيتون :  
التدريس نماذج ومهاراته، المكتب العربي للنشر والتوزيع، الإسكندرية (1998) .
53. محمد أبو العطا :  
واقع ممارسة المناشط اللغوية غير الصفية في مدارس وكالة الغوث الدولية بغزة كما يراها المديرين والمعلمون ، رسالة ماجستير ، الجامعة الإسلامية، غزة (2006).
54. محمد الجابري وآخرون:  
الحاسوب في التعليم، الشركة العربية المتحدة للتسويق والتوريدات، القاهرة (2008).
55. محمد الجوهري :  
المدخل إلى علم الاجتماع، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية (1998) .
56. محمد حسن علاوي :  
علم النفس الرياضي، دار المعارف، ط4، القاهرة (1997).
57. محمد خطاب :  
النشاط الترويحي وبرامجه ، مكتبة القاهرة الحديثة ، القاهرة (1988).
58. محمد صالح عبدالله المنيف :  
المهارات الأساسية لمدير الإدارة المدرسية ، فهرسة الملك الوطنية أثناء النشر، الرياض (2002).
59. محمد محمد الحماحي :  
الرياضة للجميع الفلسفة والتطبيق ، مركز الكتاب والنشر . القاهرة (1998) .
60. محمد الحماحي وعائدة عبدالعزيز :  
الترويح بين النظرية والتطبيق ، ط4 ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة (2006) .
61. محمد محمد الحماحي :  
اتجاهات طلاب ام القرى نحو النشاط الرياضي ، المؤتمر الدولي بجامعة المنيا "تاريخ وعلوم الرياضة" ، المجلد الرابع (1988) .
62. محمود على رزيق :  
اتجاهات تلاميذ المرحلة الإعدادية نحو الترويح فى وقت الفراغ رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين للبنين بالهرم جامعة حلوان (2003).
63. مصطفى هاشم أحمد :  
بعض العوامل المؤثرة على السلوك الترويحي لتلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي بمحافظة أسيوط، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط (1994).
64. هاشم حسين علام :  
دراسة تحليلية للأنشطة الترويحية لتلاميذ المرحلة الإعدادية بمحافظة الشرقية، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا (1998).
65. وليد أحمد عبد الرازق :  
الوعى الترويحي الرياضي لدى معلمي التربية البدنية وتلاميذ المرحلة الإعدادية بمحافظة القاهرة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان (2001).
66. يونس السويدي :  
الأنشطة الصفية واللاصفية ومكانتها في مناهج الدراسة الابتدائية بدولة قطر، المؤتمر العلمي الرابع نحو تعليم أساسي أفضل (1992).

## ثانياً: المراجع باللغة الأجنبية

67. Brighouse, T. and Woods, D.: How to improve your school. Rutledge: London. (2000)
68. Buther, G.: Thin reduction of community recreation of fork association, st. Louis, Toronto, London. (1982)
69. Carton, Alison: Leisure activities of adolescent school students, Predictors of participation and interest Journal of Adolescent, vol.14, no.3. (1991)
70. Chris, S. & Peter, T.: Sport and recreation, an economic analysis. New Fetter, lane, London. (1985)
71. Edward, K.: The third curriculum student activities. National Association of Secondary School Principles. Reston: VA. (1994)
72. Elden, Gade. et al.,: A comparison of working and non-working high school students on school performance, socioeconomic status, and self-esteem. Journal of vocational guidance quarterly, No. 2911. (1980)
73. Fedorouara, Liudmila, B: School Students Leisure "Soviet Education Val .32, No 5 May. (1990)
74. Gullen, Mairi Ann. : Alternative curriculum programmers at key stage 4 (14 – to – 16 years old) evaluating outcomes in relation to inclusion . Paper presented at the British education research association conference, Cardiff University, p. 7 : 10 , Sept. (2000)
75. Hultsman, Wendy: Recreation participation Drying Early Addescents- perspective on what's Gain and lost Leisure research symposium October 23 – 27 Rinses City. (1996)
76. Jackson Philip Jr,: The Role of the School Leadership in Addressing School Violence in Boston Secondary School, Dissertation Abstract International, Vol 64 (3). (2003)
77. Jensen , Clayne: Administrative management of physical education and athletic programs(3<sup>rd</sup> Ed)Leafebge. (2000)
78. Joy Standeven : Education for leisure, Sport for allin to the Go 90" Sinter national Society for Comparature Physical Education Germany. (1991)
79. Kleber, Doglas & Rickards William : Leisure and Recreation in Adolescenes Limitation and Potential, (in wade M.G. and Ellis, M., Constraiant on leisure Spring field I II C.C. Thomas. (1984)

80. Lyons, B.: The effect of undergraduate participation in various introductory exercise and leisure activity courses on attitude toward physical activity (college students). PH.D. The University of Mississippi, p.131. (1996)
81. Mc-Coss Yerign Tanya: The reduction and recreational impact of an after school program in rural Minnesota district, Dissertation Abstracts International, vol. 55 65- p.414. (2004)
82. Mood, D. Musker, F & Judith, Erink, J. (1987). Sport and recreational activities for men and women, Ninth edition, St .louis, Toronto, Santa Clara.
83. Reynold, E. Carlson: Recreation and Leisure, Wadsworth Pub Co, USA. (1979)
84. Richard F. Mull, M S et al., : recreational sport management third edition, human kinetics, Unites Stats. (1997)
85. Silliker, A. and Quirk, J. :The effect of extra curricular activity participation on academic performance of male and female high school students. The School Counselor, vol.: 44. (1997)
86. Smith Garrett Michael: Perceptions of an intermodal extracurricular sports program in an urban middle school. Dissertation Abstract International vol.64-05A, p.1590. (2003)
87. Zejl, Elke & Yoland: The role of parents and peers in the leisure activities of young addesnts, Journal of Leisure Research ,ThirdQuarter,vol.32 Arlington. (2000)

### ثالثاً : المراجع من شبكة المعلومات الدولية

88. [www.ishraf.gotevot.edu.us/reading/activities.doc](http://www.ishraf.gotevot.edu.us/reading/activities.doc)
89. [www.tarbya.net](http://www.tarbya.net)
90. [http://www.epsarabe.com/2012/03/blog-post\\_4761](http://www.epsarabe.com/2012/03/blog-post_4761).