

الفصل الأول:

2 / الإطار النظري

والدراسات المرتبطة

obeikandi.com

1/2 : وقت الفراغ :

1/1/2 : مفهوم :

يعد مصطلح وقت الفراغ مشتق من الأصل اللاتيني *Licere* ويعنى التحرر من قيود العمل أو من الارتباطات، ويعد وقت الفراغ في القرن المعاصر مرتبطاً ارتباطاً وثيقاً بحرية استخدام الفرد لهذا الوقت وذلك بطرق متعددة ولانهائية بالنسبة له . (20 : 35)

ويرى شارلز براينيل *C. Bright bill* (2001م) وقت الفراغ بأنه الوقت الذي يصل فيه الإحساس بالمسئولية لدى الفرد إلى أدنى مستوى ويعتبر الوقت المتبقي بعد الواجبات الحيوية الأساسية للإنسان . (107 : 30)

وربما تستخدم كلمة (الفراغ) بمعنى (الوقت الحر) ولكن قد أعطى أرسطو معنى (الفراغ) بقول أن الفراغ يمثل الحرية من العمل ويرى أرسطو في تعريف آخري أن الفراغ حالة الحرية من العمل

أو الوظيفية ويؤكد أن العمل أو الجهد مناقض للفراغ، وأن حياة الفراغ
مضادة لحياة تتسم بالجهد والمشقة والعمل. (12 : 87)

وفي دراسة لماكس كابيلن *M. Kaplan* (1987م) عن وقت
الفراغ قال عنه أن وقت الفراغ عملية ديناميكية عضوية لها أربعة
مكونات رئيسية متداخلة وهي : (31 : 87)

- | | |
|------------------|-------------|
| <i>Condition</i> | 1- الحالة |
| <i>Selection</i> | 2- الاختيار |
| <i>Function</i> | 3- الوظيفة |
| <i>Meaning</i> | 4- المعنى |

كما يعرف بول ويز *B. Wilz* (1987م) "وقت الفراغ" بأنه
حصة الوقت في اليوم التي لا تستعمل في مقابلة الاحتياجات الملحة
أو الضرورية لوجود الإنسان وقد أشار "ويز" أن بعض الأفراد الذين
يعيشون في مستوى محدد من الاستنزاق قد لا تجد عند وقت فراغ

لتوجيه جميع طاقاته نحو مواجهة واجبات المعيشة ويعد لعبهم أو راحتهم مناسبة لاسترداد الأنفاس أو استراحة قصيرة لمواصلة عملهم نحو احتياجات الحياة. (33 : 107)

2/1/2 : مدارس وقت الفراغ :

1/2/1/2 : وقت الفراغ بمثابة وقت حر :

يرى "برات" Pratt (1990م) وقت الفراغ بأنه "الوقت الحر الذي يتبقى من ساعات اليوم بعد حذف الوقت الذي يحتاجه الفرد لضروريات الحياة اليومية بما في ذلك النوم وربما يقضيه في الراحة أو الهدوء ويستغله حسب ما يشاء. (24 : 17)

ويشير أرسطو إلى وقت الفراغ بأنه يمثل الحرية من العمل أو الوظيفة حيث أنه يؤكد أن العمل أو الجهد مناقض للفراغ وأن حياة الفراغ مضادة لحياة تقسم بالجهد والمشقة والعمل وأن عادة ما تستخدم كلمة الفراغ بمعنى الوقت الحر أو الوقت الفائض لدى الفرد. (12 : 87)

ويذكر "ناشى" *Nash* أن وقت الفراغ هو الذي يتحرر فيه الفرد من الواجبات والأنشطة الضرورية ولذا فهو الوقت الذي يتبقى له بعد ذلك.

(107 : 30)

وقد اتفق كلاً من "جيسست" و"فافا" *Geust & Fafa* (1987م) على أن وقت الفراغ أنه هو الوقت الذي يكون فيه الفرد حراً من ارتباطات العمل أو من أية التزامات أخرى أو الاستفادة من هذا الوقت في الراحة أو الاسترخاء وممارسة أنواع من الأنشطة المختلفة قد تقوم بتطوير ذاته . (24 : 31)

ويعتبر مبدأ الحرية خلال وقت الفراغ هو الأساس في الإبداع والخلق الإنساني. فلا يمكن إتمام عملية الإبداع الفني والأدبي إلا في جو الحرية والاستقلال بدون إلزام أو ضغوط أو فروض مملة وكل ذلك يرجع إلى طبيعة الجوانب الوجدانية في حياة البشر. (33 : 117)

2/2/1/2 : وقت الفراغ بمثابة نشاط :

يرى "باكر" *Baker* (1987م) أن وقت الفراغ هو مجموعة من الوظائف أو الأنشطة التي يمارسها بمحض إرادته وذلك بحثاً عن راحة أو متعة أو لغرض تنمية معلوماته وقد يكون لرفع مستوى مهاراته أو المساهمة في تقديم خدمات تطوعية للمجتمع الذي يحيط به بعد تركه لوظيفته الأساسية سواء كانت العائلية أو الاجتماعية .
(31 : 24)

ويذكر "دومازدي" *Dumazedier* (1998م) أن وقت الفراغ يعد نشاطاً بعيداً عن النشاط الإجبارية المرتبطة بالعمل أو بالمجتمع أو بالأسرة وأنه يفعل ما يريد ويرغب في شكل من عدة أشكال مثل الاسترخاء أو التسلية أو التدريبات الحرة أو تنمية المعرفة . (35 : 23)
ويشير "فريدمان" *Friedman* (1982م) إلى وقت الفراغ بأنه النشاط الذي يختاره الفرد بكامل حريته والذي يؤديه بطريقته الخاصة

الذي اعتاد عليها وبعد ذلك يتوقع منه إحساسًا بالرضا والنمو.

(34 : 27)

3/2/1/2 : وقت الفراغ بمثابة التأمل

يرى بعض الفلاسفة والباحثين في مجال وقت الفراغ أن وقت الفراغ يعد بمثابة التأمل وارتباطه بحالة عقلية وثقافية ومن هؤلاء "هاربرت ريد" *Herbert Reed* حيث يرى وقت الفراغ هو الوقت الذي نوفره للراحة والتأمل بينما يرى "بيبر" من وجهة نظره أن وقت الفراغ هو حالة تأملية وأنه يعد في مرتبة متقدمة لمناشط الحياة. (35 : 23).

ويشير أرسطو (2001م) أن وقت الفراغ يوفر الفرص للتأمل باعتباره أفضل الطرق لاكتشاف الحقائق وأن التأمل يصاحبه الراحة وقد فسر أرسطو السعادة بأنها تتوفر بمجرد أن تتوفر التأمل وأن القادرين على التأمل هم أكثر الناس سعادة، ومن هذا التفسير الكلاسيكي للفراغ يعنى التأمل والإحساس بالحرية والتعلم من أجل المعرفة. (12 : 88)

ويذكر "جوردن دال" *Gorden Dall* (2001م) أن ما يحتاجه الإنسان من وقت فراغ اليوم لا يمكن اعتباره وقت خلو من الأعمال ولكنه خلو للروح، أي ليس بالعمل في مزيد من الهوايات ولكن شعور بالهدوء والصفاء الذي يأخذنا بعيداً عن أعمالنا المزدحمة بالتعب والإرهاق. (30 : 110).

4/2/1/2 : الرؤية الشمولية لوقت الفراغ :

اختلف المريون والمهتمون بدراسة أوقات الفراغ وعدم وجود اتفاق على تعريف محدد لوقت الفراغ، إلا أنهم أشاروا إلى وقت الفراغ في نقاط ثلاثة وهي :

1- الوقت غير المشغول بأي عمل أو أداء أو نشاط يتعارض مع وقت العمل وهو الوقت التي يكون فيها الفرد في حاجة إلى الشعور بوجوده وكيانه .

2- هو شكل من أشكال النشاط الإنساني التي لا يتعارض مع نشاط العمل .

3- حالة عقلية لنشاط إنساني . (32 : 26)

وهناك من يرى أنه يوجد طرق أساسية لتحديد المعنى بالمقصود بوقت الفراغ

وهي :

الطريقة الأولى :

تحديد الأربع والعشرين ساعة وخصم الفترات التي لا تخصص

كوقت للفراغ مثل فترات العمل والنوم والحاجات الفسيولوجية ويعد

الجزء المتبقي هو وقت الفراغ للفرد . (29 : 107)

وتوجد طريقة أخرى وهي الطريقة الثانية ترى :

إن وقت الفراغ ليس بالضرورة فترة من الوقت ولكن يمكن

اعتباره نوعاً من نشاط وحيوية للفرد تساعد في اندماجه في عمل محدد

. والطريقة الأخيرة هي التي تجمع بين التعريفين السابقين وهي رؤية

وقت الفراغ لوقت خالٍ من العمل والواجبات الأخرى ويخصص

للاسترخاء أو الإبقاء الاجتماعي وتنمية الذات ونمو الشخصية .

(30 : 109 ، 110) .

ويذكر "جوردن دال" *Gorden Dall* (2001م) أن ما يحتاجه الإنسان من وقت فراغ اليوم لا يمكن اعتباره وقت خلو من الأعمال ولكنه خلو للروح، أي ليس بالعمل في مزيد من الهوايات ولكن شعور بالهدوء والصفاء الذي يأخذنا بعيداً عن أعمالنا المزدحمة بالتعب والإرهاق. (30 : 110).

4/2/1/2 : الرؤية الشمولية لوقت الفراغ :

اختلف المربون والمهتمون بدراسة أوقات الفراغ وعدم وجود اتفاق على تعريف محدد لوقت الفراغ، إلا أنهم أشابوا إلى وقت الفراغ في نقاط ثلاثة وهي :

- 1- الوقت غير المشغول بأي عمل أو أداء أو نشاط يتعارض مع وقت العمل وهو الوقت التي يكون فيها الفرد في حاجة إلى الشعور بوجوده وكيانه .
- 2- هو شكل من أشكال النشاط الإنساني التي لا يتعارض مع نشاط العمل .

3- حالة عقلية لنشاط إنساني . (32 : 26)

وهناك من يرى أنه يوجد طرق أساسية لتحديد المعنى بالمقصود بوقت الفراغ

وهي :

الطريقة الأولى :

تحديد الأربع والعشرين ساعة وخصم الفترات التي لا تخصص

كوقت للفراغ مثل فترات العمل والنوم والحاجات الفسيولوجية ويعد

الجزء المتبقي هو وقت الفراغ للفرد . (29 : 107)

وتوجد طريقة أخرى وهي الطريقة الثانية ترى :

إن وقت الفراغ ليس بالضرورة فترة من الوقت ولكن يمكن

اعتباره نوعاً من نشاط وحيوية للفرد تساعد في اندماجه في عمل محدد

. والطريقة الأخيرة هي التي تجمع بين التعريفين السابقين وهي رؤية

وقت الفراغ لوقت خالٍ من العمل والواجبات الأخرى ويخصص

للاسترخاء أو الإبغاء الاجتماعي وتنمية الذات ونمو الشخصية .

(30 : 109، 110) .

هو شامل من الوقت ومن الواجب أن تبتكر الطرق المناسبة لشغله.

(53 : 13)

وتعدّ مناشط الترويج بالجامعات إحدى الطرق التربوية الهامة لتربية الطلاب إذا تسهم بدور فعال وإيجابي في استثمار أوقات الفراغ وكذلك في تحقيق الرسالة التعليمية للجامعات، وتعتبر الأنشطة الترويجية في الجامعات تمارس وفقاً لأسس اختيارية تخضع لرغبة الطلاب ولاحتياجاتهم وظروف الجامعة أو للوقت المتيسر للطلاب لممارسة المناشط المختلفة للترويج . (35 : 198)

وفي دراسة قام بها دابل بورديج *D. Bordeg* استنتج منها بأن الأفراد الذين يمثلون الوظائف العليا يمارسون أنشطة ترويجية أكثر من الأفراد الذين في المراكز الأقل، ومن العجيب أنه لاحظ أنه كلما زاد الأثر الإيجابي على نوع نشاط وقت الفراغ رجع ذلك إلى زيادة في التخصص الوظيفي لدى هؤلاء الأفراد. (33 : 144)

كما أن عصرنا هذا قد أطلق عليه العلماء والمفكرين كثيراً من المصطلحات ومن أهمها "عصر القلق" و"عصر الفراغ"، ولذا اهتمت الدول المتقدمة بالترويج لإدراكها بأنه يعد أفضل استثمار لوقت الفراغ حيث أنهم وجدوا حقيقة كانت غائبة عنهم أنه كلما زاد وقت الفراغ زادت الحاجة إلى الترويج. (32 : 530)

ويشير كمال درويش ومحمد الحماحمي (1982م) إلى تعبير الناس عن أنفسهم في فترات فراغهم قد يتوقف بدرجة كبيرة على ما اكتسبوا من قدرات تساعد على حسن استثمار وقضاء أوقاتهم الحرة وقد يبيل الفرد إلى ممارسة أوجه النشاط المختلفة في وقت فراغه التي يعرفها وتناسب اهتمامه وقدراته والتي سبق له أن اكتسب فيها المهارة. (34 : 59)

وبعد استثمار وقت الفراغ يساهم بشكل واضح في تكوين الشخصية الإنسانية بل في تكوين الإنسان ككل فالطبيعة البشرية لا تشكل في وقت العمل بقدر ما تشكل بصورة أفضل خلال وقت الفراغ

وذلك لظهور الشخصية الخلاقة المبدعة المتجددة واستغلالها بمميزات
تنفرد عن سائر الشخصيات الأخرى . (29 : 115).

ويوضح كمال درويش (1999م) أن الإنسان حالياً في
هذا المجتمع يتاح له كثير من أوقات الفراغ بعيداً عن العمل الإنتاجي
ولابد من أن يتم استثمار هذا الوقت في البناء المتكامل لذاته .
(28 : 13، 14) .

ومما زاد من أهمية وقت الفراغ تزكيه العلوم الحديثة لتلك
الأهمية وتوكيدها إذا أصبح من المقرر أن شخصية الفرد يمكن
دراستها وتحليلها وعلاج انحرافها بدراسة أنواع السلوك والتصرفات
الخاصة بالفرد في أوقات فراغه أي عندما يكون حراً طليقاً على
سجيته بعيداً عن قيود العمل والتزاماته وقياساً على ذلك يمكن تقويم
حضارة الشعوب عن طريق معرفة الوسائل التي يستخدمها في قضاء
وقت فراغه . (37 : 19، 20)

ويذكر محمد الحماحسى وعائدة عبد العزيز (1998م) أن وظيفة وقت الفراغ تتضح من خلال وضوح معنى ومفهوم وقت الفراغ لدى الأفراد حتى يتم الإدراك التام للأهداف التي تتضح من المعنى وقد ينظر إلى وظيفة وقت الفراغ على أنها الترويح عن النفس والذات أو الراحة من العمل أو العزلة الاجتماعية وقد يرجع هذا الاختلاف إلى الفلسفة التي يعتنقها الفرد أو التي يتبناها المجتمع . (35 : 20، 21)

ويشير محمد على أن الوظائف التي يقوم بها وقت الفراغ هامة وكثيرة فهي تساعد المجتمع على أن يظل محافظاً على تماسكه ويعلم الناس كيف يلعبون أدوارهم في المجتمع وكثيراً من يساعدهم في تحقيق أو إنجاز الأهداف الاجتماعية أو الجماعية . (38 : 160)

2/2 : الترويح

1/2/2 : المفهوم والأهمية

منذ وجود بدأ الإنسان على وجه الأرض كان يقتصر وقته في البحث عن المأكل والملبس وأن يحمي نفسه من الحيوانات المفترسة وبمرور الزمن أصبح الإنسان يتمتع بوقت متسع بعد انتهائه من الأعمال الضرورية. فبدأ يطارد الحيوانات ويقلد الطيور، وهكذا بدأ النشاط الترويحي في حياة الإنسان. (12 : 102، 103).

وإذا نظرنا إلى مصطلح كلمة الترويح *Recreation* يعنى إعادة الخلق وأنه يتكون من مقطعين هامين، المقطع الأول (Re) يعنى إعادة بينما المقطع الثاني (*creation*) يعنى الخلق ويفهم أيضا مصطلح الترويح لدى الأذهان على أنه الانتعاش والتجديد. (35 : 29)

ويرى كلاً من كراوس وبارباتس *Krawas & Barbates* (1987م) إلى أن الترويح نشاط وحالة إنفعالية وخبرة تظهر على الممارس أثناء مشاركته في أنشطة وقت الفراغ بدافع شخصي، كما

أنها يشير إلى أن الترويج قد يرتبط في بعض الأحيان بالممارسات
الوقتية أو العابرة للأنشطة. (31 : 73)

ويشير بتلر *Batler* (1987م) إلى أن الترويج يعد نوع من أنواع
النشاط الذي يمارسه الأفراد في وقت فراغهم وهو الذي يختاره الفرد
لممارسته بدافعية ذاتية والتي يكون نتائجها اكتساب الفرد لقيم بدنية
وخلقية ومعرفية. (32 : 55)

ويذكر كمال درويش وأمين الخولي (2001م) أن الترويج
هو ظرف انفعالي ينتاب الإنسان وينتج من الإحساس بالوجود
الطيب في الحياة ومن الرضا وهو يتصف بمشاعر كالإجادة والإنجاز
والنجاح والسرور ويقوم بدعم الصورة الايجابية للذات وتحقيق
الأغراض الشخصية وهي أنشطة مستثمرة للفراغ مقبولة اجتماعياً.
(30 : 122)

وترى تهاني عبد السلام (1993م) الترويج أنه طريقة حياة
وأسلوب معيشة يتميز بأنه يحوي نشاط بكافة صورته سواء كان نشاط

عنيف مثل الألعاب العذيفة أو نشاط هادئ مثل سماع الموسيقى أو قراءة الكتب، ويتعدد النشاط الترويحي بتعدد اهتمامات الأفراد وعند انتقال الأفراد من ممارسة نشاط إلى آخر يوفر لديه التجديد والشعور بالسعادة مما يتطلب من الفرد أن يكون ملماً بنشاطات ترويحية كثيرة لتحقيق سمة التجديد والتطوير. (11 : 157، 158)

ويشير كثير من العلماء أن الأنشطة الترويحية ذات الطابع التنافسي تتيح للفرد التعبير عن هذه الميول والاتجاهات وتشبع حاجاتهم النفسية ومن ثم يمكن للفرد أن يعبر عن نفسه وذاته وعن ميوله من خلال ممارسته لهذه الأنشطة دون الحاجة عن كتبها. (24 : 33)

ويتفق كلاً من "بيوكر" *Buoker* و"برات" *Pratt* و"كارلسون" *Carlson* (1990م) على أن الترويح يتعلق بألوان النشاط التي يمارسها الفرد في غير ساعات عمله، وهو يدل على أن الشخص اختار بضعة

أوجه من النشاط لممارستها طوعاً نتيجة لرغبة داخلية دافعة، ولأن

اشتراكه في هذه الأنشطة يمهده براحة ورضا نفسي. (24 : 26)

2/2/2 : مميزات الترويح

1/2/2/2: المميزات الفسيولوجية للأنشطة الترويحية.

توجد بعض المميزات الفسيولوجية التي تساعد الفرد على

ممارسة الأنشطة الترويحية بشكل مؤثر وفعال وهي تتلخص في الآتي :

(119، 118 : 12)

▫ تنمية قوة وتناسق ومرونة عضلات الجسم والتوافق العضلي العصبي.

▫ رفع مستوى الحيوية والجلد ومقاومة التعب .

▫ التخلص من الضغط العصبي والعمل على الراحة .

▫ رفع كفاءة أجهزة الجسم المختلفة.

▫ التخلص من الطاقة الزائدة .

3/2/2 : هرم ماسلو (مستويات الحاجات الإنسانية):

يرى ماسلو Maslow أن الحاجات والدوافع مرتبة ترتيباً هرمياً على أساس أهميتها ودرجة إلحاحها في الإشباع وأن الحاجة الأكثر أهمية لا بد أن تشبع أولاً قبل أن تظهر حاجة أخرى أقل من السابقة أهمية. (21 : 149)

وقد رتب ماسلو Maslow الحاجات الإنسانية بطريقة تصاعدية على النحو التالي كما هو موضح في الشكل (1).



شكل رقم (1) هرم ماسلو للحاجات الإنسانية

1- الحاجات الفسيولوجية : وهى تمثل في الأكل والنوم والمأوى والصحة والراحة .

2- حاجات الأمان: وتشمل الأمان والتحرر من الخوف ، الوقاية من الأخطار.

3- الحاجات الاجتماعية : وهى الحاجة إلى إقامة علاقات صداقة مع الآخرين والانتماء إلى جماعات مختلفة .

4- حاجات تقدير الذات : وتحتوى على الحاجات المرتبطة بالثقة بالنفس والقدرة على الإنجاز والتقدير من الآخرين .

5- حاجات تحقيق الذات : وهى الحاجات المتمثلة في النجاح والتعبير عن الذات والقدرة على الإبداع والابتكار. (35 : 189)

4/2/2 : دور الترويج في إشباع الحاجات الإنسانية :

1/4/2/2 : الحاجات الفسيولوجية :

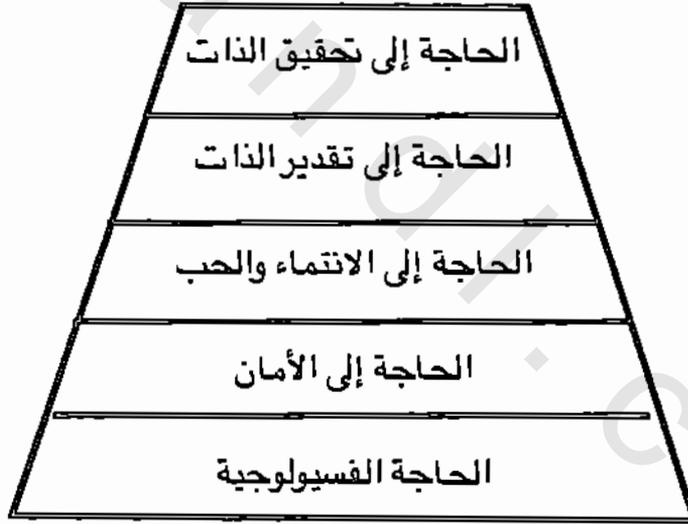
يوجد الكثير من التأثيرات الايجابية على النمو العضوي للفرد

المشارك في أوجه نشاط الترويج بانتظام ومن أهم هذه التأثيرات

3/2/2 : هرم ماسلو (مستويات الحاجات الإنسانية):

يرى ماسلو Maslow أن الحاجات والدوافع مرتبة ترتيباً هرمياً على أساس أهميتها ودرجة إلحاحها في الإشباع وأن الحاجة الأكثر أهمية لا بد أن تشبع أولاً قبل أن تظهر حاجة أخرى أقل من السابقة أهمية. (21 : 149)

وقد رتب ماسلو Maslow الحاجات الإنسانية بطريقة تصاعدية على النحو التالي كما هو موضح في الشكل (1).



شكل رقم (1) هرم ماسلو للحاجات الإنسانية

1- الحاجات الفسيولوجية : وهى تمثل في الأكل والنوم والمأوى والصحة والراحة .

2- حاجات الأمان: وتشمل الأمان والتحرر من الخوف ، الوقاية من الأخطار.

3- الحاجات الاجتماعية : وهى الحاجة إلى إقامة علاقات صداقة مع الآخرين والانتماء إلى جماعات مختلفة .

4- حاجات تقدير الذات : وتحتوى على الحاجات المرتبطة بالثقة بالنفس والقدرة على الإنجاز والتقدير من الآخرين .

5- حاجات تحقيق الذات : وهى الحاجات المتمثلة في النجاح والتعبير عن الذات والقدرة على الإبداع والابتكار.(35 : 189)

4/2/2 : دور الترويح في إشباع الحاجات الإنسانية :

1/4/2/2 : الحاجات الفسيولوجية :

يوجد الكثير من التأثيرات الإيجابية على النمو العضوي للفرد

المشارك في أوجه نشاط الترويح بانتظام ومن أهم هذه التأثيرات

هو الحصول على قوام معتدل ورشيق وزيادة مرونة وكفاءة مفاصل الجسم ورفع كفاءة عمل الجهازين الدوري والتنفسي وزيادة السعة الحيوية للفرد مما يساعد على الحصول على حاجاته الفسيولوجية في صحة جيدة بعيداً عن المرض أو الإرهاق. (30 : 37)

2/4/2/2 : الحاجات النفسية

(الحاجة إلى الأمان - الحاجة إلى الانتماء والحب)

ومن أهم الأنشطة الترويحية التي تقوم على إشباع الحاجات النفسية للفرد الحفلات والرحلات الاجتماعية ورحلات الخلاء وحفلات أعياد الميلاد، وذلك لأن رغبة الفرد للانتماء والأمن رغبة أبدية وقوية في مختلف مراحل عمره ومما يشبع الرغبة للانتماء أيضاً مهرجانات الفرق الرياضية والغناء الجماعي وأندية الهواة لمختلف الأنشطة. (12 : 109)

3/4/2/2 : الحاجات الاجتماعية (الحاجة إلى تقديرات الذات - الحاجة إلى تحقيق الذات)

يتيح قدراً كبيراً من فرص تقدير وتحقيق الذات التي تمكن الفرد من مواجهة المصاعب والمشكلات التي يقابلها الفرد في حياته، وتتمثل أنشطة الترويج التي تسهم في تقدير الذات وتحقيقها للاشتراك في الأنشطة التي تتصف بالمخاطرة ومغامرات الخلاء وهي تتيح فرص مواجهة وتحدي لأفراد آخرين حيث المنافسة الشريفة والخبرة الفعالة .

(30 : 189)

وعند إشباع هذه الاحتياجات التي سبق ذكرها في هرم ماسلو يكون لممارسة الأنشطة الترويجية دور هام ومؤثر في إشباع حاجات الفرد وخاصة تلك التي لا يمكن إشباعها من خلال العمل أو أثناء الالتزامات بواجبات، فالترجيع له دور هام للتقليل من التوتر العصبي والنفسي والصراعات النفسية الناتجة من ظروف الحياة العصرية والتي تعد من أمراض العصر المرتبطة بالأمراض العقلية والنفسية

وهي ناتجة عن كتب الرغبة في إشباع بعض الميول والاتجاهات ولذا فممارسة الأنشطة الترويحية أثناء وقت الفراغ تعيد التوازن النفسي للفرد وتحقق وتشبع الحاجات الإنسانية لديه . (35 : 35 ، 36)

ولقد اتفق كلاً من تشارلز بيوتشر وتهاني عبد السلام على أن كل فرد في حاجة إلى أن يتجهز لا لشغل وظيفة معينة فقط بل أيضاً لاستثمار وقت فراغه بطريقة بناءه تعود عليه بالنفع، وأن لكل فرد الحق في إشباع حاجاته سواء كانت هذه الحاجات أولية أو ثانوية. (13 : 53)

5/2/2 : الأهداف التربوية للترويح في الجامعات :

يشير كلاً من محمد الحماحى، وعائدة عبد العزيز إلى أن التعليم له دور هام في تحقيق أهداف التربية، كما أن الترويح أهدافاً يسعى إلى تحقيقها تمشياً مع فلسفة التربية وهي :

- إشباع ميول وحاجات المتعلمين للمناشط التربوية .
- تنمية اتجاهات المتعلمين نحو مناشط أوقات الفراغ والترويح .

□ تنمية حيوية المتعلمين أثناء اليوم الدراسي من خلال اشتراكهم في المناشط المختلفة للترويح .

□ اكتشاف المواهب المختلفة في مجالات الترويح .

□ تنمية الروابط الاجتماعية والصداقات بين المتعلمين .

□ تزويد المتعلمين بالمعرفة والقيم المصاحبة للنشاط .

(35 : 181 - 185)

3/2 : الوعي :

1/3/2 : مفهوم الوعي :

يعتبر الوعي حالة سلوكية وعقلية تتكون من خلال المعطيات التي يحصل عليها الفرد من خلال ممارسته في الحياة سواء كانت تاريخية أو معاصرة على المستوى الفردي، والمستوى الاجتماعي بحيث تنعكس هذه الحالة على الفعل الاجتماعي للفرد والمجتمع ككل تجاه المعطيات السابقة التي حصل عليها من قبل . (46 : 53)

ويمثل الوعي الشعور الطبيعي لدى الإنسان بوجوده وبقدراته
وبأعماله كما أنه هو الشعور الداخلي الذي يساعد الإنسان في الحكم
على سلوكه وأعماله الشخصية، وإذا نظرنا إلى الوعي الفردي فإنه ليس
مقفلًا على ذاته، بل لا بد من وجود علاقات بين البشر لاستمرار وتواصل
عملية الوعي بين الأفراد حتى يكون الوعي للفرد وللآخرين . (5 : 476)
ويعد الوعي خطوة أولى وأساسية في الجوانب الوجدانية لما
يتضمنه من اتجاهات وقيم وأنه غالباً ما يكون مشبعاً بالجانب
المعرفي ومع ذلك فهو ليس بالتذكر، ولكي يتم الوعي في صورته
الصحيحة يكون الاهتمام بإدراك الفرد بأشياء معينة في الموقف
أو الظاهرة أكثر من توجيه الاهتمام إلى الذاكرة أو القدرة على
استرجاع المعلومات . (3 : 28)

ويرى عبد السميع سيد (1993م) أنه لا يوجد ما نسميه وعياً
مطلقاً وإنما الوعي هو وعى بشيء ما، فإذا أصدرنا حكماً على الوعي
في فترة من الفترات بأنه وعي متخلف، فإن هذا الحكم يكون حكماً على

البشر أنفسهم بالتخلف لأنهم أخفقوا في إقامة حوار مع واقعهم بالنقد والتحليل لكي يتفاعلوا مع عالمهم بما يناسبهم. (22 : 214)

وقد رأى جولدمان *Goldman* (1992م) الوعي عملية دينامية ومحافضة في الوقت نفسه، فهي دينامية عندما يحاول مد نشاطاته إلى العالم من حوله ومحافضة عندما يحاول أن يحافظ على بناء أفكاره الداخلية التي يستخلصه لنفسه. (16 : 153)

ويذكر عادل مصطفى نقلاً عن آرون بيكو (2000م) أن الشخص قد يكتسب مجموعة من الآليات والتعميمات التي يمكنه بها أن يقدر مدى واقعية استجاباته في المواقف المختلفة من خلال الوعي ويمرور مراحل النمو يتبلور وعيه بخبراته المتوالية في ملاحظات واضحة لذاته تقضي في النهاية إلى أحكام عامة وتعد الملاحظات بمثابة الإطار التي من خلاله يفهم ذاته ويفهم الآخرين فهماً حقيقياً أصيلاً. (6 : 126)

ويرى محمد الصفوة (2000م) أنه يمكن النظر إلى الوعي باعتبار إدراك للأحداث أو المنبهات في البيئة بالإضافة إلى فهم الظواهر المعرفية كما هو الحال بالنسبة لكثيراً جداً من الموضوعات الأساسية في دراسة حياتنا العقلية . (39 : 98)

ويعتبر وعينا بالعالم من حولنا وبالأفكار التي تدور بداخلنا من شأنها أن يؤثر على إدراكنا وبالتالي يتأثر وعينا بما ندركه، ويمكن النظر إلى الوعي بلغة إدراكه كلاً من الأحداث الخارجية والأحداث الداخلية للعقل، وعندما نعي بيئتنا يمكننا أن نشعر ونقرر ما ندركه ونشعر أيضاً عندما نعي أفكارنا ومشاعرنا نكون قادرين على التعبير بما تتضمنه . (21 : 107)

وتذكر نعمة عبد الكريم نقلاً عن وليم جيمس *W. Gumes* (1992م) أن الوعي هو أحد الطرق الفعالة التي بها يمكننا التعامل مع بيئتنا بكفاءة واختيار ما هو ملائم وبعيننا على انتقاء وجهة معينة من بين وجهات مختلفة وساعدنا على اتخاذ القرارات والتخطيط قدماً

للمستقبل، وإن عملية الوعي تمكننا من ملاحظة أنفسنا وإدراك ما
يمكننا وما لا يمكننا عمله . (48 : 107)

2/3/2 : أهمية الوعي :

يمثل الوعي عامل إيجابي في توجيه الممارسات الواقعية للبشر
وهو نتاج للتطور الاجتماعي وهو محتوى العقل وهو كل شيء مستمد
من الخبرة المباشرة مثل إدراكنا ومشاعرنا وأحاسيسنا وتصوراتنا وهو
الإجمالي العام للخبرة . (46 : 33)

ولذلك تهتم الدول الكبرى والمتقدمة والتي نالت استقلالها
بتعظيم الاهتمام بالوعي، لما أدركته من الدور الهام للوعي في فهم أوضاع
المجتمع ومشكلاته وقد وضعت قدراً كبيراً من الوعي في برامجها ما
يكفل الارتقاء بالوعي حتى تجعله يشارك في بناء وتشكيل مصير
المجتمعات لمسايرة ركب النمط السريع للتحضر . (15 : 35)

فيعد الوعي الآن هو حجر الأساس في حياتنا الاجتماعية التي
نسعى من أجل أن نعيش فيها بصورة متميزة وواقعية، ومن ثم فإن أي

تغيير في هذه الحياة يأتي نتيجة التغيير في وعى الأفراد بأبعاد القضية أو الظاهرة التي يتطلب فيها التغيير وليس عن طريق العمل فقط.
(20 : 26)

وبالتالي يعتبر الوعي الذي يتمتع بها الأفراد يعتبر مؤشراً صادقاً على ثقافة الفرد وأن العلاقة بين الوعي والثقافة علاقة طردية .
(22 : 17)

واعتماداً على ما سبق ذكره عن الوعي فقد يقصد به هو احتفاظ الفرد بما مر به من خبرات وبما حصله من معلومات وكسبه من عادات ومهارات وبدون هذه القدرة على الوعي ما استطعنا أن نسترجع درساً أو نتعرف على أشخاص قد رأيناهم من قبل، ويعد الوعي للفرد الذي يتمتع بذاكرة جيدة شيء هام جداً تساعد على استرجاع المعلومات والمعاني والخبرات في الوقت الملائم .
(4 : 307، 308)

4/2 : الوعي الترويحي :

يكتشف الترويحي كم هائل من المعارف والمفاهيم والمعلومات ولذا أصبح على ممارس الترويحي أن يكون ملماً بالقدر الكافي من الثقافة النوعية المرتبطة بالنشاط الذي يمارسه ما تمكنه من الاستمتاع به بشكل كامل، وحتى يتمكن من إتقانه بالطريقة التي ترضيه، فلاعب كرة القدم الممارس للنشاط الترويحي يعرف قواعد اللعب وأدائها وبعض المعلومات عن تاريخها وسيرة أبطالها العالميين وأشهر الأندية وأهم البطولات الدولية والمحلية . (30 : 160، 161)

وفي كثير من المجتمعات المعاصرة الآن يتاح لديها قدر كبير من أوقات الفراغ بعيداً عن العمل الإنتاجي ويتحتم عليها استثمارها في البناء المتكامل للفرد ونرى هنا أنه يتم النظر إلى العمل الإنتاجي وأوقات الفراغ على أنهما وحدة واحدة وأصبح استثمار وقت الفراغ بطريقة مخططة احتياج ضروري وتلعب المعلومات العلمية بين هذين

العنصرين دوراً هاماً في طرق العمل التطبيقي في تنفيذها في أوقات الفراغ . (28 : 12 ، 13)

كما يقوم الفراغ والترويح على تهيئة فرص للاستكشاف والاختراع والابتكار وتكوين الشخصية لدى الفرد تتمثل في أن الفراغ يوفر بيئة مختلفة عن بيئة العمل بيئة تدعوقوى جديدة تلعب دورها في تكشف إمكانات الفرد المدفونة وممارسة خبرات جديدة، وأن الفراغ كقوة عامل هام للتقدم والحضارة والحفاظ عليها وليس الهروب منها . (12 : 127)

ويعد التعليم من أهم الأنظمة الإنسانية في المجتمعات المعاصرة وتأكيد نظريات التربية الحديثة على أهمية مناشط أوقات الفراغ والترويح في العملية التربوية والتنموية، وللتعليم أهمية في تحقيق أهداف التربية وكذلك للترويح أهدافاً يسعى إلى تحقيقها تمشياً مع فلسفة التربية ومنها تنمية اتجاهات المتعلمين نحو مناشط أوقات

الفراغ والترويح وإكساب المهارات والهوايات المرتبطة بهما .
(35 : 184).

ونظرا لأهمية التعليم في منظومة الوعي التروحي لابد أيضا من ذكر التعلم وأهميته في إتمام الوعي التروحي ، فمن خلال التعلم الجيد للأنشطة يتم إكساب جيد للوعي التروحي لدى الطلاب .
ويذكر جيتس *Gutes* أن التعلم هو "عملية اكتساب وسائل إشباع دوافع الكائن الحي وحاجاته لتحقيق أهدافه متمثلاً في صور حل المشكلات. (30 : 49)

ولكي تتم عملية التعلم لابد أن يخضع الفرد أثناء الموقف التعليمي لعدد من الشروط الأساسية التي لا يمكن أن تتم عملية التعلم بدونها وهي الدافع ويليه النضج ثم الممارسة . (41 : 145)

ويذكر جابر عبد الحميد (1978م) أن للدوافع تأثيراً هاماً في عملية التعلم نحو دافعية الأفراد بأهمية شيء معين لنحفزه على تعلمه، وأن هناك عوامل أخرى ضرورية للتعلم لا يمكن أن تحدث دون

مساعدة الدوافع وأن استخدام الدوافع كثيراً ما يشير بالضرورة العوامل
الضرورية الأخرى. (14 : 15)

ويرى أحمد فوزي (1980م) أن عملية النضج قد تشمل على
نواحي عديدة ومنها النضج البدني والنضج العقلي والنضج الانفعالي.
(1 : 66)

وتعتبر الممارسة شرطاً هاماً من شروط التعلم، فالتعلم هو غير
دائم نسبياً في أداء الكائن الحي وتؤدي الممارسة فيه دوراً رئيسياً، فلا
يوجد تعلم بدون ممارسة الاستجابات التي تحقق اكتساب المهارة
المطلوبة سواء كانت مهارة حركية أو لفظية أو عقلية. (42 : 157).

ويرى طه عبد الرحيم (1995م) أنه يمكن الاستفادة من الترويح
كنشاط لوقت الفراغ في إيجاد طرق للتوجيه السليم للطلاب الذي قد
يساعد في إتمام عملية النجاح في شئون الحياة التي تحيط به. وقد
يتوقف ذلك على الوعي الترويحي لدى الطلاب وإدراكهم بمدى أهمية
الترويح لصالح الفرد والمجتمع. (18 : 25).

5/2 : الدراسات المرتبطة

1/5/2 : الدراسات الصربية

جدول (2)

الدراسات الصربية (ن = 13)

اسم الباحث	تاريخ الدراسة	العنوان	الهدف	الإجراءات		
				المنهج	العينة	أدوات جمع البيانات
مدحت شوقي طوس (43)	1990	دراسة حجم الوقت الحر لدى طلاب الكليات الجامعية أسويط ودور الأنشطة الرياضية في أسويط ودور استثماره	الهدف الحرلدى طلاب الكليات النظرية والعملية بجامعة أسويط ودور الأنشطة الرياضية في	المقالة الشخصية واستبانة	جميع أفراد العينة بكلياتهم المختلفة لديهم وقت حر يختلف حجمه تبعاً لنوع الدراسة	

اسم الباحث	تاريخ الدراسة	العنوان	الهدف	الإجراءات		
				المنهج	المعينة	أدوات جمع البيانات
			قضاء واستثمار الوقت الحر لدى الطلاب			
أمين الخولى مصطفى عبدالباقي (8)	1991	مصادر المعرفة لأنشطة الترويج وأوقات الفراغ للعمال في القاهرة الكبرى	التعرف على أكثر المصادر المعرفية التي يلجأ إليها العمال في القاهرة الكبرى	300 عامل	استمارة استبيان	جاءت برامج النقابات العلمية في المرتبة الأخيرة مما يؤدي إلى قلة الوعي الترويجي

أهم النتائج	الإجراءات			الهدف	العنوان	تاريخ الدراسة	اسم الباحث
	أدوات جمع البيانات	العينة	المنهج				
وجود فروق بين الممارسين وغير الممارسين في مصادر حصولهم على الوعي الرياضي	استمارة استبيان	590 طالب	الوصفي	التعرف على أفضل مصادر الوعي الرياضي استخداماً لكلاً من الطلبة والممارسين وطبيعة العلاقة بين مصادر الوعي الترويحي ودرجة الممارسة الرياضية	الوعي الرياضي وعلاقته بالممارسة الرياضية لدى طلاب جامعة المنيا	1991	عادل حسن سيد (19)

أهم النتائج	الإجراءات			الهدف	العنوان	تاريخ الدراسة	اسم الباحث
	أصوات جمع البيانات	المنهج	العينة				
اختلاف حجم وقت الفراغ بين كلا من طلبة الريف والحضر في جميع السلوكيات والأنشطة اليومية عدا العمل لكسب الرزق - اختلاف حجم ممارسة الأنشطة الترويحية بين كل من طلبة الريف والحضر	استمارة استبيان	500 طالب	لوصفي	المقارنة بين كل من طلبة الريف والحضر	وقت الفراغ والاهتمامات الترويحية لطلبة جامعة المنيا في كل (أثناء الأجازة من الريف والحضر أثناء الأجازة الصيفية) في كل من حجم وقت الفراغ حجم الممارسة للأنشطة الترويحية	1992	محمود إسماعيل طلبة (40)

أهم النتائج	الإجراءات			الهدف	العنوان	تاريخ الدراسة	اسم الباحث
	أدوات جمع البيانات	العيية	المنهج				
عدا حجم ممارسة الأنشطة الرياضية والفنية							
عدم وجود أثر تفاعل بين متغيري التخصص والجنس على كلاً من شغل وقت الفراغ والترويح في المجال (الرياضي -	مقبس اختبار الشخصية لقياس التوافق الشخصي الاجتماعي العام	2457	الوصفي	تحديد أوقات فراغ طلاب الجامعة من وجهة نظرهم داخل الجامعة التعرف على سلوك شغل الفراغ والترويح والتوافق	الفراغ والترويح وعلاقته بالتوافق (دراسة نفسية اجتماعية لطلبة جامعة الإسكندرية)	1993	إيمان محمد السيد (10)

أهم النتائج	الإجراءات			الهدف	العنوان	تاريخ الدراسة	اسم الباحث
	أدوات جمع البيانات	العينة	المنهج				
الاجتماعي - الوجداني التوافق العام				النفسي لدى طلاب الجامعة			
إن المقياس أصبح وسيلة عملية لقياس الوعي الثقافي لرياضة السباحة لسباحة العموم	تصميم مقياس	100 لاعب	الوصفي	بناء مقياس الوعي الثقافي الرياضي لرياضة السباحة لسباحي العموم	بناء مقياس الوعي الثقافي الرياضي لرياضة السباحة لسباحي العموم	1993	نادية أحمد حلمى (47)
أكثر المصادر استخداماً التلفاز -	استمارة استبيان	338 طالب	الوصفي	تحديد أكثر مصادر المعرفة	مصادر المعرفة الترويحية لطلاب	1994	محمد صلاح حسين (36)

اسم الباحث	تاريخ الدراسة	العنوان	الهدف	الإجراءات		
				المنهج	العينة	أدوات جمع البيانات
		جامعة حلوان وعلاقتها ببعض المتغيرات الدراسية	استخداماً لطلبة جامعة حلوان			الأصدقاء - الصحف - الأهل والأقارب
إيمان رفعت السعيد (9)	1996	بناء مقياس لثقافة الترويج الرياضي لطلاب الجامعة	بناء مقياس لثقافة الترويج الرياضي لطلاب الجامعة	340	استمارة استبيان	إن القياس أصبح وسيلة عملية لقياس ثقافة الترويج الرياضي لطلاب الجامعة
عبد النظيف سيد	1997	الثقافة البدنية	التعرف على الثقافة	61 كتاب	تحليل المحتوى	ارتباط المناهج الدراسية في

أهم النتائج	الإجراءات			الهدف	العنوان	تاريخ الدراسة	اسم الباحث
	أدوات جمع البيانات	المنهج	المينة				
المواد المختلفة في الصف الدراسي الواحد بعضها البعض . اقتناع المؤلفين بأهمية الثقافة البدنية والتروحية	استبيان	للصفوة الأولى	الثانية	البدنية والتروحية في مضمون المقررات الدراسية للمرحلة الإعدادية	والتروحية في مضمون المقررات الدراسية للمرحلة الإعدادية		(23)
يتوافق لدى طلاب جامعة حلوان وقت فراغ 3 ساعات تقريباً و16 دقيقة ومتوسط أيام العطلات يومان أسبوعياً	استمارة استبيان	1055	لوصفي	حجم متوسط وقت الفراغ لطلاب جامعة حلوان	الاهتمامات التروحية لطلاب جامعة حلوان	1997	وائل عبدالوهاب السيد (50)

اسم الباحث	تاريخ الدراسة	العنوان	الهدف	الإجراءات		
				المنهج	العيينة	أدوات جمع البيانات
وليد محمد صلاح الدين (52)	2000	تقويم الأنشطة الترويحية الرياضية بالمدينة الجامعية للطلاب	التعرف على الأنشطة المفضلة والممارسة فعلاً لدى الطلاب	الوصفي	270	استمارة استبيان لا تتناسب مع وقت فراغ أو مبول ورغبات الطلاب المقيمين بالمدن الجامعية
وليد أحمد عبدالرازق (51)	2001	الوعي الترويحي الرياضى لدى معلمي التربية البدنية وتلاميذ	التعرف على الوعي الترويحي الرياضى لدى معلمي التربية البدنية وتلاميذ المرحلة	الوصفي	87 معلم 1250 تلميذ	وجود وعى ترويحي رياضى لدى المعلمين عدم وجود وعى ترويحي رياضى لدى التلاميذ

اسم الباحث	تاريخ الدراسة	المنوان	الهدف	الإجراءات		
				المنهج	العيينة	أدوات جمع البيانات
		المرحلة الإعدادية بمحافظة القاهرة	الإعدادية بمحافظة القاهرة			
مصطفى هاشم (45)	2003	الأنشطة الطلابية وعلاقتها بكل من التفكير الابتكاري وسمات الشخصية والتحصيل الدراسي لدى طلاب جامعة أسيوط	التعرف على الأنشطة الطلابية وعلاقتها بكل من التفكير الابتكاري وسمات الشخصية والتحصيل الدراسي لدى طلاب جامعة أسيوط	الوصفي	720	هناك فروق دالة احصائياً بين الطلاب الممارسين وغير الممارسين مقاس القدرة على التفكير الابتكاري اختبار التحليل للاكينيكي سمات الشخصية استبيان

جدول (3)

الدراسات الأجنبية (ن = 5)

أهم النتائج	الإجراءات			الهدف	العنوان	تاريخ الدراسة	اسم الباحث
	أدوات جمع البيانات	المنهج	العينة				
عدم وجود اختلاف فى التسهيلات بين المدارس الكبيرة	المقابلة			مسح عام لتسهيلات المدارس واستخدامات	التربية لوقت الفراغ ووقت الفراغ	1985	ليوهندرى Leo. Hendry
عدم ممارسة التلاميذ لأنشطة وقت الفراغ نتيجة	الشخصية الاستبيان	143 تلميذ	الوصفى	التربية لوقت فراغ لدى تلاميذ الصف الرابع فى احدى المناطق	العراغ الشدايى		دوجلاس مار Douglas Marr(53)

أهم النتائج	الإجراءات			الهدف	العنوان	تاريخ الدراسة	اسم الباحث
	أدوات جمع البيانات	المنهج العينة					
الكسل والعمل والافتقار لتشجيع الوالدين							
82% من الطلاب يقضون 20 ساعة في الاستذكار من 47% من الطلاب يقضون 5 ساعات لمشاهدة	استبيان	367 طالب طالبة	الوصفي		نموذج الطبيعة كيفية قضاء الطلاب في حاجة ولاية نيسلفانيا لوقت فراغهم خارج تنظيمات الدراسة	1991	ماريرا وادي Wade Barbara (55)

أهم النتائج	الإجراءات			الهدف	المنوان	تاريخ الدراسة	اسم الباحث
	أدوات جمع البيانات	المعينة	المنهج				
%66 T.V. يقضون ساعتين أسبوعياً في ممارسة الأنشطة الرياضية							
الطلاب المشاركين في أنشطة الترويح الجامعي هم أقل معاناه من الضغط الأكاديمي هم	استبيان	343 طالبا لب	المسحي	العلاقة بين المشاركة في الترويح الجامعي والرضا النفسي لوقت الفراغ لعبي الأكاديمي	الترويح الجامعي وتفهم الطلاب بالعبي الأكاديمي	1993	راغب منير Ragab Monier (57)

أهم النتائج	الإجراءات			الهدف	العنوان	تاريخ الدراسة	اسم الباحث
	أدوات جمع البيانات	المنهج	العينة				
أيضا أعلى الطلاب رضا نفسى عن أنشطة وقت الفراغ							
هناك 6 تحديات تواجه خدمات وقت الفراغ وهى أثر تعدد الثقافات، القلق البيئى، التريبة لوقت الفراغ، خلاف فى اهداف خدمات وقت الفراغ والاستراتيجية.	تحليل الوثائق استثمارة استبيان	--	المسحى	التعرف على التحديات التى سوف تواجه خدمات وقت الفراغ لأصحاب المهن فى سنة 2000	مستقبل وقت الفراغ لمواجهة التحديات	1994	ريتشارد كراوس Richard Kraus (54)

أهم النتائج	الإجراءات			الهدف	العنوان	تاريخ الدراسة	اسم الباحث
	أدوات جمع البيانات	المنهج	العينة				
التنافس القوي والنمو المهني. القدرة على رؤية العمل وفقا لأهميته النفسية							
البيئة والسلوك القديم والمعتقدات لها التأثير الأكبر على اتجاهات ممارسين نحو الأنشطة الترويجية	نظرية أجنزن وفيشبن	75 فرد		التعرف على المعتقدات والمفاهيم والاتجاهات والسلوك نحو الأنشطة الترويجية باستخدام نظرية كلا من أجنزن Ajzen	المفاهيم والاتجاهات والمعتقدات الاجتماعية والسلوك المعتمدة على عامل البيئة والصحة والمشاركة في الأنشطة	1999	مالني Melby J. (56)

أهم النتائج	الإجراءات			الهدف	العنوان	تاريخ الدراسة	اسم الباحث
	أدوات جمع البيانات	المنهج	العينة				
الظلية				وفيشبن Fishbin	الترويجية		

6/2 : التعليق على الدراسات المرتبطة

من خلال العرض السابق للدراسات والبحوث المرتبطة بموضوع الدراسة أنها تناولت الوعي الترويجي ووقت الفراغ وطلاب الجامعات، وقد استفاد الكاتب من مراجعة هذه الدراسات في الآتي :

- الإطلاع على الإطار النظري المرتبط بموضوع الكتاب .
- التعرف على الأساليب الإحصائية المستخدمة في هذه الدراسات .
- الصعوبات التي تواجه الدراسات المرتبطة في عملية التطبيق .

1/6/2 : العينة :

إن الدراسات المرتبطة كانت العينة التي وقع الاختيار عليها
من طلاب الجامعات الذين هم يمثلون العينة المستهدفة في الدراسة .
2/6/2 : المنهج المستخدم :

استخدمت معظم الدراسات المرتبطة التي ذكرت سابقاً المنهج
الوصفي والدراسة الحالية استفادت من العرض السابق للمناهج
المستخدمة ورأت أن المنهج الوصفي هو الذي يناسب استخدامه
في تطبيق الدراسة .

3/6/2 : أدوات جمع البيانات

استخدمت أغلب الدراسات استمارات الاستبيان كأداة لجمع
البيانات، ولما كانت الدراسة الحالية مستخدمة المنهج الوصفي سوف
يكون من أفضل الأدوات التي يمكن الاعتماد عليها لجمع البيانات
هي استمارة الاستبيان .

4/6/2 : نتائج الدراسات المرتبطة

توصلت دراسة مدحت شوقا طوس (1990) إلى أن جميع
أفراد العينة بكلياتهم المختلفة لديهم وقت حر يختلف حجمه تبعاً لنوع

الدراسة الخاصة بالطلاب، واتفق على ذلك وائل عبد الوهاب (1997) أن يتوفر لدى طلاب جامعة حلوان وقت فراغ 3 ساعات تقريباً و16 دقيقة، لما توصلت دراسة محمود إسماعيل طلبه (1992) إلى اختلاف حجم ممارسة الأنشطة الترويحية بين كلا من طلاب الريف عدا حجم ممارسة الأنشطة الرياضية والفنية، كما توصلت دراسة وليد محمد صلاح (2000) إلى أن الأنشطة الرياضية الترويحية المتاحة لا تتناسب مع وقت فراغ وميول ورغبات الطلاب المقيمين بالمدن الجامعية وتوصلت دراسة عادل حسن سيد (1991) إلى وجود دالة إحصائية بين الممارسين وغير الممارسين في مصادر حصولهم على الوعي الرياضي لصالح الطلبة الممارسين واحتل التلفزيون الترتيب الأول لجميع أفراد العينة في استخدام الوعي الرياضي، واتفق على ذلك دراسة محمد صلاح حسنين (1994) أن أكثر مصادر المعرفة الترويحية استخداماً هي التلفزيون ثم الأصدقاء ثم الأصدقاء والصحف والأهل والأقارب وتوصلت دراسة مصطفى هاشم (2003) أن هناك فروق دالة

إحصائياً بين الطلاب الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الطلابية في القدرات الإبتكاريه وعوامل سمات الشخصية والتحصيل الدراسي لصالح الطلاب الممارسين وتوصلت دراسة جابرا وادى *Barbara Wade* (1991) إلى أن 82% يقضون 20 ساعة في الاستذكار و47% من الطلاب يقضون 5 ساعات لمشاهدة T.V و66% يقضون ساعتين أسبوعياً في ممارسة الأنشطة الرياضية، كما توصلت دراسة جرمن وراشيل *Germen & Reacheal* (1995) 17.7 يشاركون بدرجة متوسطة في الأنشطة الطلابية وأن الطلاب المثقفين يشاركون بشكل قوى وخاصة في جماعات التميز الأكاديمي والأنشطة الرياضية والموسيقية .