



ت النشر	ت القبول	ت الارسال
2020/07/12	2020/06/05	2020/04/02

إسهامات ممارسة أنشطة الترويح الرياضي في تنمية مستوى
بعض القيم لدى الكبار (40-50 سنة)

Contributions of sport recreation activities to the development of some values in adults (40-50years)

Contributions des activités récréatives sportives au développement de certaines valeurs chez les adultes (40-50ans)

Author 1:
University of affiliation (Institute,
laboratory...).....
Phone: Email:

المؤلف 1: بن زيدان حسين
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم
houcine.benzidane@univ-mosta.dz

Author 1:
University of affiliation (Institute,
laboratory...).....
Phone: Email:

المؤلف 2: مقراني جمال
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم
المؤلف 3: احمد بن قلاوز تواتي
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم

الملخص:

الرياضة والترويح نشاط إنساني راقٍ، له وظائفه الاجتماعية ودوره الثقافي في العديد من مجالات الحياة، وتعد القيم من المعايير المهمة للفرد، فهي تتصل اتصالاً وثيقاً بمراحل تكوين الشخصية ومختلف مظاهر السلوك وتؤثر في حياة الفرد والجماعات. وعليه نحاول في هذا الموضوع معرفة الآثار الإيجابية للممارسة الرياضية من خلال معرفة مستوى القيم لدى الكبار الممارسين لأنشطة الترويح الرياضي. حيث استخدم المنهج الوصفي على عينة قوامها 100 ممارس للنشاط الرياضي الترويحي في وقت الفراغ تتراوح أعمارهم بين 40-50 سنة بولاية مستغانم خلال سنة 2019. واستخدم الباحثون مقياس القيم لكل من إبراهيم عبد ربة خليفة ونبيل محمد حسن والذي يتألف من 35 عبارة موزعة على مجموعة القيم (القيم الاجتماعية، القيم الاقتصادية، القيم الأخلاقية، قيم تقدير الذات، القيم المعرفية، القيم الجمالية). وبعد المعالجة الإحصائية للنتائج الخام توصل الباحثون إلى أن - درجة عالية للقيم قيد البحث لدى الكبار الممارسين لأنشطة الترويح الرياضي - لممارسة أنشطة الترويح الرياضي إسهامات إيجابية في تنمية القيم لدى الكبار.

الكلمات الدالة: الترويج الرياضي، وقت الفراغ، القيم، الكبار

Abstract: Sports and recreation is a high-end human activity, with its social functions and cultural role in many areas of life. Values are important criteria for the individual. Therefore, we try in this subject to know the positive effects of sports by knowing the level of values among adults practicing sports recreation activities. The descriptive method was used on a sample of 100 recreational sports activity practitioners between the ages of 40 and 50 years in the wilaya of Mostaganem during 2019. The researchers used the values scale of Ibrahim Abd Rabbo Khalifa and Nabil Mohamed Hassan, which consists of 35 phrases distributed over the set of values (Social Values, Economic Values, Ethical Values, Self Esteem Values, Cognitive Values, Aesthetic Values). After statistical processing of the raw results, the researchers concluded that:

- High degree of values under consideration among adults practicing recreational activities.
- The practice of sport recreation activities has positive contributions to the development of values in adults.

Key words: sport recreation, leisure time, values, adults.



القيم لدى الكبار (40-50 سنة) إسهامات ممارسة أنشطة الترويح الرياضي في تنمية مستوى بعض

1 مقدمة ومشكلة البحث:

أصبحت ظاهرة الفراغ والترويح ضمن نسيج النظم الاجتماعية التي يتألف منها المجتمع كما بدا الاهتمام بالترويح كأحد مظاهر السلوك الحضاري للفرد، ولذا فقد تزايد الاهتمام بالترويح وتعددت مجالاته لمواجهة الزيادة النامية لوقت الفراغ في المجتمع المعاصر وزيادة الطلب على الترويح لاستثمار هذا الوقت، ويرى المهتمون بدراسة الترويح أنه يمكن التعرف على حضارة المجتمعات من خلال معرفة الوسائل التي تستخدمها تلك المجتمعات ومدى تقويمها لأنشطة الفراغ والترويح والتي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بثقافة المجتمع ومستويات المشاركة في مختلف أنواع الترويح. والترويح نوع من أنواع النشاط الذي يمارس في وقت الفراغ والذي يختاره الكبار والمسنين لممارسته بدافعية ذاتية والتي يكون من نتائجها اكتساب القيم البدنية، الخلقية، المعرفية والاجتماعية، كما أنه يعد حالة تتاب الكبار نتيجة لإحساسهم بالرضا والوجود الطيب في الحياة، وإن الترويح يتصف بالمشاعر المرتبطة بالإجادة والانتعاش والقبول النجاح والقيمة الذاتية والسرور، والتدعيم الإيجابي لصورة الذات، كما أنه يعد من المناشط المرتبطة بوقت الفراغ والمقبولة اجتماعياً (درويش والخولي، 1990، ص9).

وبدعم هذه الأهمية للترويح الرياضي ما ورد في (المادة الرابعة) من ميثاق الترويح ووقت الفراغ والذي وضع من قبل الرابطة العالمية للترويح ووقت الفراغ والذي أشار إلى أن لكل إنسان الحق في المشاركة في كل أنواع الترويح والاندماج فيها أثناء وقت الفراغ كالرياضة والألعاب والاستمتاع بالهواء الطلق (الحماحي وعابدة، 1998، ص4).

ويشير إبراهيم إسماعيل خليل (2014) أن ابن سينا قد أهدف ممارسة الرياضة بالترويح والمنافسة، وهما هدفان يحتويان ضمناً جميع الأهداف التي تمارس الرياضة من أجلها سواء كانت بدنية أم صحية أم أخلاقية أم معرفية أم اجتماعية أم نفسية، ولأن الرياضة تحكمها منظومة أخلاقية مستمدة من الدين والمجتمع فإن تأثيرها الإيجابي لابد وأن ينعكس على الفرد أو اللاعب في مجالات حياته الأخرى مما يسهم في ترصين البناء الأخلاقي وتعزيز القيم في نفسه وهو ما يشكل ضماناً لتعامله مع الآخرين بموجبها، ومع ما يوكل إليه من أعمال ومهام على أساسها. وتعزز ممارسة الرياضة مع آخرين على ضوء منظومة الأخلاق والقيم وفي ظل أجوائها تعزز قناعة الجميع بأهمية الرياضة والأخلاق في أن معا (إبراهيم إسماعيل خليل، 2014، ص68).

وتعد القيم من المعايير المهمة للفرد، فهي تتصل اتصالاً وثيقاً بمراحل تكوين الشخصية ومختلف مظاهر السلوك وتؤثر في حياة الفرد والجماعات، وهي توجه سلوك الفرد وأحكامه واتجاهاته نحو ما هو مرغوب من أصناف السلوك في ظل قواعد المجتمع، وبالرغم من أن موضوع القيم مازال يشغل الباحثين، فقد أعطى مفاهيم

كثيرة منها أن القيم هي مفاهيم ضمنية تعبر عن التفضيل أو الامتياز التي تربط الأشخاص والمعاني أو أوجه النشاط الأخرى.

كما تعتبر القيم إحدى المحددات الهامة للسلوك الاجتماعي فالقيم متعلمة ومكتسبة، وبمجرد توجيه سلوك الفرد وتكوين اتجاهاته نحو اكتساب هذه القيم تصبح في حد ذاتها معيارا للموضوعات والمواقف التي لها علاقة بقيمة ما، كما أن تشبع الفرد بالقيم يؤدي إلى أنها تصبح دوافع في تكوينه النفسي تشكل سلوكه وتحدد قواعد هذا السلوك على الفرد أن يفصل سلوكه عن قيمه الخاصة وعن قيم المجتمع في أي موقف من المواقف (Ebrahim Fathi,1992,p2)

والأزمة التي يمر بها العالم اليوم هي في الحقيقة أزمة قيم ناتجة عن صراع بين ما توارثناه من قيم، وبين ما تفرضه الظروف التي نعيش فيها من قيم جديدة ووعي يتزايد بضرورة تعديل القيم القديمة وبناء عالم جديد على أساس قيم جديدة (Adam Ahmed,2008,p3)، والإنسان مدفوع بحاجات تكافئ في مفهومها القيم، حيث لا يمكن أن توجد قيمة لدى الفرد إن لم تكن هناك حاجة معينة يسعى لتحقيقها، وترجع الأسباب إلى عدم الاستقرار الاجتماعي الذي يؤدي إلى أن الفرد لا يشعر بالأمن النفسي وبالتالي تهدد تطوره وتغير إدراكه وتفسيره للأحداث.

وفي هذا الصدد اهتمت بعض الدراسات كدراسة وسام الدين كيلاني (1995) عن أثر ممارسة الرياضة على احتفاظ ممارسيها بقيم خلقية مكتسبة لدى طلبة المرحلة الثانوية، دراسة نجيب جعيم (2016) حول دور برنامج التربية الرياضية المدرسية في تنمية وإكساب القيم الإيجابية لدى طالب مرحلة التعليم الثانوي، دراسة ياسر عبد المنعم أبو الفتوح (2002) حول القيم الخلقية للرياضيين الناشئين. ودراسة كروم بشير (2014) عن دور ممارسة الأنشطة البدنية والرياضية في تنمية بعض القيم الأخلاقية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

وبالنظر إلى تعدد القيم بين الخلقية، الصحية، الاقتصادية، الاجتماعية، الجمالية والمعرفية إلى أنها لم تتل الاهتمام الكبير من الدراسة لدى فئات المجتمع المختلفة، زيادة على غياب الدراسات حول الكبار وكبار السن خاصة في مرحلة العمر المتوسطة في هذا المجال. وباعتبار الممارسة الرياضية والترويح حق للجميع، وضرورة ملحة من ضرورات الحياة مما له من إيجابيات وفوائد عامة على صحة الفرد البدنية والنفسية والاجتماعية والفكرية جاء هذا البحث لكشف مستوى بعض القيم لدى الكبار الممارسين لأنشطة الترويح الرياضي. وعليه نطرح التساؤلات التالية:

- ما مستوى القيم قيد البحث لدى الكبار الممارسين لأنشطة الترويح الرياضي؟

- ما ترتيب القيم قيد البحث لدى الكبار الممارسين لأنشطة الترويح الرياضي؟

أهداف البحث:

- تحديد مستوى القيم قيد البحث لدى الكبار الممارسين لأنشطة الترويح الرياضي.

- إدراك إسهامات ممارسة أنشطة الترويح الرياضي في تنمية القيم لدى الكبار .

الاطار النظري:

الكبار: اختلفت آراء العلماء في تعريف الكبار ولقد أوضحت دراسات عديدة أنه التقدم بالعمر وبالتالي ظهور أعراض الشيخوخة سواء صحيا، نفسيا وعقليا قد تبدأ في أي مرحلة من مراحل العمر الزمني. ويرى فؤاد البهيمي السيد أن مرحلة الكبار تتضمن كلا من الرشد والشيخوخة، وتمتد من 21 سنة إلى ما بعد 60 سنة حتى نهاية العمر. وهي تنقسم إلى ثلاث مراحل جزئية: مرحلة الرشد المبكر وتمتد من 21 إلى 40 سنة، مرحلة وسط العمر وتمتد من 40 إلى 60 سنة، والشيخوخة تمتد من 60 سنة إلى نهاية العمر. ويشير هافر جست (1973) دورة الحياة إلى ست فئات عمرية، وإن المرحلة العمرية من 35 إلى 60 سنة هي مرحلة الكبر المتوسطة.

الترويح: هو جميع أوجه النشاط البناء والمقبولة اجتماعيا وعقائديا والتي تؤدي أثناء وقت الفراغ ويتم اختيارها والاشتراك فيها نتيجة لدوافع داخلية وفقا لإرادة الفرد ،وذلك بغرض اكتساب العديد من القيم الشخصية وتطوير الشخصية وتحقيق الرضا والسرور والسعادة من المشاركة ذاتها وليس لدوافع خارجية كالكسب المادي أو المعنوي (الفاضل، 2002، ص45).

الترويح الرياضي هو نوع من الترويح الذي تتضمن برامجه العديد من المناشط البدنية والرياضية كما انه يعد أكثر أنواع الترويح تأثيرا على الجوانب البدنية والفسولوجية للفرد الممارس لأوجه مناشطه التي تشتمل على الألعاب الرياضية (محمد الحماحي، عايدة عبد العزيز، 2009، ص48) ويمكن القول انه ذلك النوع من الترويح الذي تتضمن برامجه الأنشطة الرياضية بأنواعها والتي يمارسها الكبار في أوقات فراغهم.

القيم: عرفها مولر بأنها معيار يوجه السلوك الصادر من الفرد وتجعله أكثر ميلاً وتفضيلاً لفكرة دون غيرها (Muller, 1989, p5)، وعرفها إستي وصبحي (2002) بأنها "مفهوم ذو ثلاثي أبعاد (معرفي، انفعالي، سلوكي) ضمنى مجرد يعبر عن درجة التفضيل التي ترتبط بها الأشخاص والمعاني وأوجه النشاط، ويشير إلى مجموعة أفكار ومبادئ يكتشفها الفرد في بيئة اجتماعية وتتجسد في صورة السلوك الذي يقوم به" (إستي دلال، صبحي ملحس، 2002، ص71)

خصائص القيم

هناك عدد من الخصائص للقيم منها:

- القيمة تنتهى الأساس للعمل الفردي أو الجماعي، إذ يحس كل واحد منا بالقيم على نحو خاص به سواء كان فرداً أو جماعة.

-القيمة تتخذ أساسا لمحكم على سلوك الآخرين.

- القيم تسمية خاصة بالفرد، بمعنى أنها تختلف من شخص لأخر، ومن زمن إلى زمن، ومن ثقافة إلى ثقافة.
- القيمة تمكن الفرد من معرفة ما يتوقعه من الآخرين.
- الفرد يتعلم القيمة ويكسبها من المجتمع من خلال عملية التنشئة الاجتماعية وعن طريق التفاعل الاجتماعي (احمد محمد مبارك كندري، 1992، ص3)

تصنيف القيم

قسم العلماء والمفكرين القيم إلى عدة تصنيفات منها:

القيم حسب المحتوى ومنها:

- ✓ القيم النظرية : وهي اهتمام الفرد باكتساب الحقيقة واكتساب المعارف.
- ✓ القيم الاقتصادية : اهتمام الفرد وميله إلى كل ما هو نافع ومفيد
- ✓ القيم الجمالية : اهتمام الفرد وميله إلى ما هو جميل.
- ✓ القيم الاجتماعية : اهتمام الفرد بتعاونه وحبه للآخرين.
- ✓ القيم السياسية : اهتمام الفرد بالقيادة والمشاركة في الحياة السياسية.
- ✓ القيم الدينية : اهتمام التلميذ بتعاليم الدين والأخلاق الكريمة. (ماجد عرسان الكيلان، 2008، ص397)

القيم حسب التوجيه وهي نوعين

- القيم الموجهة من الذات نحو الذات: هي تعبير عن توجهات قيمية فردية وتتعلق بالقيم الأخلاقية الصارمة، وأخلاقيات النجاح في العمل.
- القيمة الموجهة من الآخرين: تعتمد على توجيهات قيمية اجتماعية ومنها قسم التسامح والصداقة والحياة الأسرية. (طلعت الحوامي، 1998، ص3)

2- الطرق المنهجية المتبعة

منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملاءمته موضوع وطبيعة البحث.

مجتمع وعينة البحث: إن مجتمع البحث الكبار من المرحلة العمرية المتوسطة (40-50) سنة، أما عينة البحث مجموعة من الكبار الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي في وقت الفراغ بشكل منتظم بولاية مستغانم، إذ بلغ عددهم 100 فرد مارس لنشاط الترويح الرياضي خلال عام 2019.

مجالات البحث:

- المجال البشري: عينة الكبار (40-50) سنة الممارسين لنشاط الترويح الرياضي (كرة القدم)
- المجال الزمني : بداية البحث يوم 2019/01/08 إلى 2019/04/30 وقد تم خلال هذه الفترة جمع المادة الخبرية وتوزيع أداة البحث على عينة البحث.
- المجال المكاني: بالملاعب الجوارية لممارسة كرة القدم بولاية مستغانم (الجزائر)

أداة البحث

مقياس القيم: قام الباحثون باستخدام مقياس القيم الذي قام ببنائه كل من إبراهيم عبد ربة خليفة ونبيل محمد حسن (2002). ويتألف المقياس من (35) عبارة موزعة على عدة قيم المتمثلة في القيم الاجتماعية، القيم الاقتصادية، القيم الأخلاقية، القيم الاجتماعية، قيم تقدير الذات و القيم المعرفية. (انظر المرفق 01)

الرقم	القيم	عدد الفقرات	ترقيم الفقرات
1	القيم الاجتماعية	06	6-1
2	القيم الاقتصادية	06	12-7
3	القيم الأخلاقية	06	18-13
4	قيم تقدير الذات	06	24-19
5	القيم المعرفية	06	30-25
6	القيم الجمالية	05	35-31

أما مفتاح التصحيح فهو كالآتي:

الجدول (01) يوضح مفتاح التصحيح لأداة البحث

الصفة	موجودة بدرجة كبيرة	موجودة بدرجة متوسطة	غير موجودة
الدرجة	03	02	01

تحديد المستويات:

بعد اعتماد أداة البحث قام الباحثون بتوزيعها على عينة البحث، حيث طلب من كل فرد من أفراد العينة فهم التعليمات الخاصة بكيفية الإجابة عن العبارات بكل دقة والاستفسار عن أي فقرة غير واضحة لديه بوضع الإشارة (X) في المكان المناسب. وقد تم احتساب طول الفئة العددية للأوساط الحسابية الخاصة بالعبارات والأداة ككل بطرح مفتاح التصحيح الأصغر من مفتاح التصحيح الأكبر وقسمة الناتج على عدد فئات الأداة فكانت قيمته 0.66 وذلك كما هو موضح في الجدول.

جدول رقم (02) يوضح تحديد المستويات

مستوى الدرجات	عالي	متوسط	منخفض
المدى	[2.34 - 03]	[1.67 - 2.33]	[01 - 1.66]

الأسس العلمية للمقياس

الصدق الظاهري: تم عرض الأداة بشكلها الأولي على مجموعة من الخبراء في مجال التخصص بغية تحكيمها وإعطاء الآراء والملاحظات من أجل صياغتها في شكلها النهائي، وبناءً على ملاحظات الأساتذة المحكمين ومقترحاتهم الموضوعية والمنهجية شملت التعديلات استبدال مصطلح التلميذ بالفرد أو الشخص. وبعد إخراج

أداة القياس في شكلها النهائي قام الباحثون بتوزيعه على عينة من الكبار الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي والمتمثل في كرة القدم، وبلغ عددهم 10 أفراد، وتم استبعادهم من عينة التجربة الرئيسية. لغرض تحديد الزمن اللازم للإجابة على المقياس والتعرف على الصعوبات والعقبات وتنظيم إدارة المفحوصين. ثبات وصدق الأداة: تم توزيع الأداة على 10 أفراد بغية إجراء التجربة الاستطلاعية حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع البحث وذلك خلال مرحلتين قبلية وبعدية تفصلهما مدة أسبوع واحد حيث امتدت هذه المرحلة بين القبلية والبعدية من 2019/01/15 و 2019/01/22، وبعد ذلك تمت المعالجة الإحصائية باستخدام معامل الارتباط البسيط بيرسون لحساب معامل الثبات والصدق.

الجدول رقم (03) يوضح قيم معامل الثبات لأداة البحث

الرقم	القيم	معامل الثبات	R الجدولية
1	القيم الاجتماعية	0.96	0.6
2	القيم الاقتصادية	0.95	
3	القيم الأخلاقية	0.94	
4	قيم تقدير الذات	0.94	
5	القيم المعرفية	0.97	
6	القيم الجمالية	0.96	

يلاحظ من خلال الجدول رقم (03) أن نتائج قيم معاملات الثبات بلغت 0.94 كأصغر قيمة و 0.97 وهي أكبر من القيمة الجدولية المقدر بـ 0.60 عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة الحرية 09، وهذا التحصيل الإحصائي يؤكد على مدى تمتع أداة البحث بدرجة ثبات عالي فيما وضعت لقياسه. التجربة الأساسية: أجرى الباحثون التجربة الرئيسية على أفراد عينة البحث من 2019/02/20 وإلى غاية 2019/03/15 وقد جرت عملية توزيع المقياس ومعه بكل سهولة ويتعاون الجميع. الوسائل الإحصائية:

- الوسط الحسابي - الانحراف المعياري - المدى - معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

3- عرض النتائج، تفسيرها ومناقشتها:

عرض النتائج:

الجدول (04): بين المتوسطات الحسابية ومستوى القيم لنتائج عينة البحث

الرقم	المجالات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مدى الدرجات	المستوى
1	القيم الاجتماعية	2.41	0.65	[2.34 - 03]	عالي

2	القيم الاقتصادية	2.38	0.75	[2.34 -03]	عالي
3	القيم الأخلاقية	2.66	0.53	[2.34 -03]	عالي
4	قيم تقدير الذات	2.13	0.79	[1.67-2.33]	متوسط
5	القيم المعرفية	1.92	0.66	[1.67-2.33]	متوسط
6	القيم الجمالية	2.40	0.69	[2.34 -03]	عالي
المتوسط العام المقياس ككل		2.42		[2.34 -03]	عالي

من الجدول (04) نلاحظ أن المتوسطات الحسابية للاستجابة على عبارات أداة البحث حسب المجالات تراوحت بين 2.66 كأكبر قيمة و 1.99 كأصغر قيمة. حيث بلغت المتوسطات الحسابية للمجالات الخاصة بالقيم الأخلاقية، القيم الاجتماعية، القيم الجمالية ثم القيم الاقتصادية على التوالي (2.66، 2.40، 2.41، 2.38) وهي تنتمي إلى مجال [2.34-03] أي الدرجة العالية. أما فيما يخص المجالات الخاصة بقيم تقدير الذات والقيم المعرفية جاءت المتوسطات الحسابية 2.13 و 1.92 على التوالي وهي تنتمي إلى المستوى المتوسط [1.67-2.33]. كما نلاحظ أنه لم تأتي أي حالة من القيم ضمن المستوى المنخفض.

في حين كانت قيمة المتوسط الحسابي العام لمقياس القيم المستخدم في البحث 2.42 وهذه القيمة تنتمي إلى المجال [2.33-03] أي أن درجة القيم لدى عينة البحث كانت عالية. الجدول (05): بين المتوسطات الحسابية وترتيب القيم لنتائج عينة البحث

الرقم	المجالات	المتوسط الحسابي	الترتيب
1	القيم الاجتماعية	2.41	الثاني (2)
2	القيم الاقتصادية	2.38	الرابع (4)
3	القيم الأخلاقية	2.66	الاول (1)
4	قيم تقدير الذات	2.13	الخامس (5)
5	القيم المعرفية	1.92	السادس (6)
6	القيم الجمالية	2.40	الثالث (3)
المتوسط العام المقياس ككل		2.42	-----

من الجدول (05) نلاحظ أن ترتيب القيم قيد البحث لدى عينة البحث تبعاً لمتوسط الدرجات جاءت على النحو التالي المرتبة الاولى القيم الاخلاقية (2.66)، المرتبة الثانية القيم الاجتماعية (2.41)، المرتبة الثالثة القيم

الجمالية (2.40)، المرتبة الرابعة القيم الاقتصادية (2.38)، المرتبة الخامسة قيم تقدير الذات (2.13)، والمرتبة السادسة والأخيرة القيم المعرفية (1.92). ونقول ان رغم هذا الترتيب الا ان القيم قيد البحث مهمة في حياة الاشخاص.

مناقشة النتائج:

ويرجع الباحثون هذه النتائج أن ممارسة أنشطة الترويج الرياضي كان لها الأثر الايجابي في تنمية القيم قيد البحث لدى الكبار (40-50 سنة) (عينة الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي في وقت الفراغ). وها ما يبين أهمية استثمار وقت الفراغ في الأنشطة الترويحية الايجابية كالترويج الرياضي لما له من فوائد ايجابية على النواحي البدنية المتمثلة في القيم الجمالية، النواحي الاجتماعية المتمثلة في القيم الاجتماعية، الجوانب النفسية المتمثلة في قيم تقدير الذات، الجوانب التربوية المتمثلة في القيم الأخلاقية، الجوانب الفكرية المتمثلة في القيم المعرفية، الجوانب الصحية والاقتصادية المتمثلة في القيم الاقتصادية.

وهنا يشير إسماعيل خليل إبراهيم (2014) انه تعزز ممارسة الرياضة مع الآخرين على ضوء منظومة الأخلاق والقيم وفي ظل أجوائها تعزز قناعة الجميع بأهمية الرياضة والأخلاق في ان معا.

ويشير محمد الحماحمي وعابدة عبد العزيز مصطفى (2009) أن ممارسة النشاطات الترويحية تتضمن تلك الحاجات في إقامة علاقة صداقة مع الآخرين والانتماء إلى الجماعات المختلفة والقبول الاجتماعي، السلوك الاجتماعي السوي والمشاركة في الاحتفالات والمهرجانات الرياضية. كذلك تحقق درجة أعلى من الحاجات الذاتية وتحتوي على الحاجات المرتبطة بالثقة بالنفس، القدرة على الانجاز، احترام الذات والتقدير من الآخرين. زيادة على ذلك انه يساهم زيادة على تنمية قوة الإرادة، التفوق على الذات، تزويد الأفراد بالعديد من الخبرات الحياتية. ويضيف عبد الحميد شرف (2002) وعبد اليمين بوداود (2011) أن النشاط الرياضي يساعد الفرد على اكتساب مجموعة من العادات والقيم والمثل العليا التي يحتاجها المجتمع مثل التعاون، الاحترام، الإخلاص والولاء. كما يقر أنور الخولي (2000) بأن الروح الرياضية والأخلاق الرياضية والقيم الرياضية واللعب النظيف هي قيم ومعاني لصيقة بالتربية البدنية والرياضية.

وهذا ما يتفق مع ما توصلت إليه مها صبري حسن (2011) عن وجود مستوى جيد للقيم لدى الممارسات وغير الممارسات للنشاط الرياضي في المدارس ، وكذا عن ايجابيات ممارسة النشاط الرياضي في تنمية القيم لدى الممارسين عن غير الممارسين. كما تتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة وسام الدين كيلاني (1995) والتي توصلت إلى أن ممارسة الأنشطة الرياضية تحافظ على القيم الأخلاقية وتنميتها. ودراسة بهاء حسانين (1989) والتي توصلت إلى أن ممارسة الأنشطة الرياضية لها دور في تنمية القيم الخلقية، وأن القيم الخلقية تكتسب من خلال المواقف السلوكية التي يتعرض لها الفرد. كما أن من مزايا ممارسة الأنشطة الرياضية غرس في الرياضيين الخلق القائم على الصبر والتحمل والالتزان ونكران الذات.

أما من الناحية النفسية تشير إلى أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية تساهم في إشباع الميل إلى الحركة واللعب أو لهواية الرياضة، التعبير عن الذات وتحقيق السعادة والترويح، تحقيق الاسترخاء والتوازن النفسي، إشباع الدافع للمغامرة والمنافسة. ويضيف عبد الله بن ناصر السدحان (1997) أن ممارسة الرياضة إلى إزالة التوترات العضلية وتنشيط الدورة الدموية وإكساب الجسم الحد الأدنى من اللياقة البدنية، وتحسين الأجهزة الرئيسة بالجسم. ويذكر أمين أنور الخولي (1996) أن من العوامل الإيجابية لممارسة النشاط الرياضي التواضع عند النصر وتقبل الهزيمة وكذا التخلي عن التعصب والتطرف والعدوان.

أما الناحية الاقتصادية يشير الحماحي وعائدة عبد العزيز (2009) أن الأفراد والجماعات الممارسين لمناشط الرياضة للجميع تساهم في تحسين نوعية الحياة للأفراد الممارسين مع التقليل من النفقات العلاجية والصحية (الوقاية خير من العلاج) كما تساعد على زيادة الرغبة والتحفيز للعمل والكفاءة الإنتاجية للفرد. كما يقر عبد الله بن ناصر (1997) أن الأنشطة الترويحية إذا أحسن الإنسان استثمارها وممارستها بشكل إيجابي إلى زيادة الإنتاجية لديه وللمجتمع بشكل عام، إذ تعد هذه الأوقات فرصة لالتقاط الأنفاس، والترويح فيها مما ينعكس بآثاره الإيجابي على فعاليات الفرد ونشاطه وحيويته حال عودته للعمل. كما تساهم في إشباع الحاجات العلمية والعقلية للفرد وهذا يتأتى من خلال المناشط الابتكارية، إذ تؤدي البرامج الترويحية الابتكارية في الغالب إلى تنمية القدرات العقلية والذكاء والتفاعل الإيجابي مع المواقف المختلفة، وبخاصة إذا تصاحب مع تلك الممارسة الرغبة والإقبال من الفرد.

كما جاء ترتيب نتائج مستوى القيم المدروسة لدى عينة البحث على النحو التالي (القيم الخلقية، الاجتماعية، الجمالية، الاقتصادية، تقدير الذات، وأخيرا المعرفية)، حيث أن القيم الأخلاقية تبين أن الأنشطة الرياضية في حد ذاتها أخلاق، القيم الاجتماعية تدل على أن الأنشطة الرياضية علاقات اجتماعية، القيم الجمالية تبين أن الأنشطة الرياضية صحة ولياقة ورشاقة، القيم الاقتصادية أن الأنشطة الرياضية اقتصاد في المال والجهد والصحة، قيم تقدير الذات أن الأنشطة الرياضية هي شخصية وهوية الفرد، القيم المعرفية أن الأنشطة الرياضية معرفة وثقافة صحية. وهنا نستنتج أن ممارسة الأنشطة الرياضية هي أخلاق قبل كل شيء ثم تتوالى الفوائد والقيم كالاتجاهية، الصحية والاقتصادية المعرفية وغيرها من القيم. وعليه رغم هذا الترتيب إلا أن القيم قيد البحث جاءت كلها ايجابية ولها مكانة مهمة لدى افراد عينة البحث.

ومن النتائج المتحصل عليها ومن خلال المصادر والمراجع والدراسات السابقة تبين أن لممارسة الأنشطة الرياضية وأنشطة الترويح الرياضي لدى عينة البحث ساهمت بشكل كبير وإيجابي في تنمية القيم قيد البحث (القيم الاجتماعية، القيم الاقتصادية، القيم الأخلاقية، قيم تقدير الذات، القيم المعرفية، القيم الجمالية). وعليه نوصي بأهمية الممارسة الرياضية في وقت الفراغ بمخلف أنواعها لما لها من فوائد ايجابية على صحة الفرد.

الاستنتاجات:



- درجة عالية للقيم قيد البحث لدى الكبار الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي.
- يترتب مستوى القيم لدى الكبار الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي على النحو التالي (القيم الخلقية، الاجتماعية، الجمالية، الاقتصادية، تقدير الذات، المعرفية)
- لممارسة أنشطة الترويح الرياضي إسهامات إيجابية في تنمية القيم لدى عينة البحث

التوصيات:

- تنمية القيم لدى أفراد المجتمع من خلال:
- الارتقاء بالبرامج والأنشطة الرياضية بمختلف أنواعها
- الاهتمام بأنشطة الترويح الرياضي في وقت الفراغ لدى أفراد المجتمع (جميع الفئات العمرية)
- إبراز دور النشاط الرياضي بمختلف أنواعه في غرز الأخلاق الحميدة وتعديل السلوك.
- توعية أفراد المجتمع بأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية بأوقات الفراغ.





المصادر والمراجع:

- هاني محمد حجر، محمود اسماعيل (2014). *الرياضة وصحة المجتمع*. القاهرة: مركز الكتاب الحديث للنشر.
- وسام الدين كيلاني (1995). *القيم الخلقية لدى الرياضيين*. رسالة ماجستير غير منشورة، مصر: كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.
- الفاضل احمد (2002). لا توجد قيادات للبرامج الترويحية. *الرياض: وزارة التربية والتعليم مجلة المعرفة*، ع.27.
- إبراهيم إسماعيل خليل (2014). *التربية الرياضية في فكر الفيلسوف ابن سينا*. العراق: مجلة علوم التربية الرياضية، 7(3)، 57-90.
- احمد محمد مبارك كندي (1992). *علم النفس الاجتماعي والحياة المعاصرة*. الكويت: مكتبة الفلاح.
- بهاء سيد محمد حسانين (1989). *دور ممارسة الأنشطة الرياضية في تنمية بعض القيم الخلقية لدى طلاب جامعة أسيوط*. رسالة ماجستير غير منشورة، مصر: جامعة المنيا، كلية التربية الرياضية.
- تهاني عبد السلام محمد (2001). *الترويح والتربية الترويحية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- جعيم نجيب (2016). *دور برنامج التربية الرياضية المدرسية في تنمية وإكساب القيم الايجابية لدى طالب مرحلة التعليم الثانوي بالجمهورية اليمنية*. مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية) 30(6)، 1191-1216.
- حسن نبيل محمد، إبراهيم عبد ربة خليفة (2002). *بناء مقياس للقيم لممارسة الأنشطة الرياضية المدرسية، دراسة عملية على تلاميذ المرحلة الإعدادية*. مصر: مؤتمر التربية الرياضية، جامعة حلوان.
- حلمي إبراهيم، ليلي السيد فرحات (1998). *التربية الرياضية والترويح للمعاقين*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- طلعت الحوامي (1998). *الاستقلال الإدراكي وعلاقته بالتفكير الناقد والقيم*. مصر: مجلة علم النفس، طبعة مصرية عامة للكتاب، ع42.
- درويش كمال، أمين الخولي (1990). *أصول الترويح وأوقات الفراغ*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- عبد الله بن ناصر بن عبد الله السدحان (1997). *الترويح*. دوافعه، ضوابط و تطبيقاته في العصر النبوي .
- عبداليمين بوداود (2011). *الرياضة والمواطنة*. أم البواقي: معهد علوم وتقنيات النشاط البدني والرياضي
- مجلة التحدي العدد 3(1) 26-37. <https://www.asjp.cerist.dz/en/article/42607>
- كروم بشير (2014). *دور ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية في تنمية بعض القيم الأخلاقية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية*. رسالة ماجستير. جامعة المسيلة: معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
- ماجد عرسان الكيلان (2008). *فلسفة التربية الإسلامية دراسة مقارنة بالفلسفات التربوية المعاصرة*. دار الفتح للنشر والطباعة.



- محمد الحماحي، عايدة عبد العزيز. (1998). *الترويح بين النظرية والتطبيق*، ط 2. القاهرة: مركز الكتاب والنشر.
- محمد الحماحي، عايدة عبد العزيز. (2009). *الترويح بين النظرية والتطبيق*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- محمد شحاتة ربيع. (2011). *علم النفس الاجتماعي*. عمان: دار المسيرة للنشر والطباعة.
- ملحس، إ. د. (2002). *دراسة مقارنة بين القيم المعرفية والاجتماعية والعلمية والأخلاقية لطلبة آل البيت والجامعة الأردنية*. جامعة قطر. مجلة مركز البحوث، ع. 21.
- مها صبري حسن. (2011). *دراسة مقارنة للقيم للممارسات وغير الممارسات للأنشطة الرياضية المدرسية في مركز محافظة ديالى*. العراق: المؤتمر الدوري الثامن عشر لكليات وأقسام التربية الرياضية في العراق.
- Abu Alfotooh Yasser. (2002). *Moral Values for Adolescent Sportive Persons in Aljeeza Province. (Mageter Thesis –unpublished). Alexandria University, Faculty of Physical Education.*
- Adam Ahmed. (2008). *Moral Values of Sportive and Non-Sportive Persons at the Preparatory Stage. (Unpublished Mageter's thesis). Halwan University – Faculty of Physical Education for Boys.*
- Fathi Ebrahim. (1992). *Role of the Sport Activity at the Arabian Academy for Maritime Transportation in effecting on Some Professional Values with its Students. (PHD Dissertation – unpublished). Alzaqazeeq University, Faculty of Physical Education for Boys.*
- Muller, D.J. (1989). *Measuring social values teacher college press*. New York.

المرفق (01) مقياس القيم

الرقم	الفقرات	موجودة بدرجة كبيرة	موجودة بدرجة متوسطة	غير موجودة
01	بذل أقصى جهد داخل الفريق من أجل إسعاد الزملاء			
02	مستعد دائماً لتنظيم وتجهيز الملعب والأدوات استعداداً للحصة النشاط الرياضي			
03	أساعد الزملاء في اكتساب المهارات الرياضية			
04	دعم روح التعاون بين الزملاء خلال اللقاءات الرياضية			
05	المشاركة بحماس في حل المشكلات التي تواجه الزملاء في الفريق			
06	يفرح للتفوق الرياضي لزملائه بالفريق			
07	يبتكر أدوات رياضية بديلة من واقع البيئة والمجتمع			
08	يحافظ على الأدوات والأجهزة الرياضية			
09	يشجع الزملاء على المشاركة في الأنشطة الإنتاجية			
10	يدفع الزملاء للمشاركة في الأنشطة الرياضية من أجل تحسين اللياقة والصحة			
11	يمارس الرياضة الترويحية من أجل الصحة لا من أجل مكاسب مادية			
12	يدخر جزءاً من ماله من أجل وقت الحاجة في المستقبل			



13	يكره التعصب الرياضي		
14	يتقبل الهزيمة بروح رياضية		
15	يقاوم السلوك غير المرغوب فيه أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية		
16	يحرص على أن يكون صادقا مع زملاءه داخل وخارج الفريق		
17	يفضل عدم مجازاة الزميل المنافس في اللعب العنيف		
18	يدعو زملاءه إلى الالتزام بقرارات الحكام دون أي اعتراض		
19	يفتخر بأنه شخص رياضي متفوق		
20	يحب التنافس الرياضي الشريف مع الفرق الرياضية الأخرى للتنافس		
21	يلتزم بسلوكيات الأداء الرياضي مهما كانت ظروف المنافسة		
22	هادئ الطبع ولا يفعل إذا هتف الجمهور ضده		
23	يحرص على أن تكون له منزلة خاصة بين زملائه		
24	يعتز بان لياقته البدنية ذات مستوى عالي		
25	يجتهد في تنفيذ تعليمات قائد الفريق خلال ممارسة الأنشطة الرياضية		
26	يهتم بمعرفة القوانين الخاصة بالألعاب الرياضية		
27	ينظم بدقة أوقات الممارسة الرياضية وأوقات العمل		
28	يتمنى تعلم مهارات رياضية جديدة		
29	يبحث عن جديد المعلومات والمعارف الرياضية		
30	يحضر حصص الأنشطة الرياضية ويواظب عليها		
31	يشارك في المهرجانات والمسابقات الرياضية		
32	يهتم بمنظره الرياضي وملابسه الرياضية خلال حصص الأنشطة الرياضية		
33	يهتم بجمال الأداء الرياضي لمهارته الرياضية		
34	يهتم بنظافته الشخصية وترتيب الأدوات والأجهزة الرياضية وجمال الملاعب		
35	يشجع مشروعات الخدمة العامة للمجتمع		