

اتجاهات طلاب قسم الحاسوب بكلية التربية العجيلان نحو ممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ

* الشريف الهادي غبرة

المقدمة ومشكلة البحث

تعتبر مرحلة الدراسة الجامعية من المراحل المهمة والتي لا يمكن أن تتكرر في حياة الطالب حيث يجب الإعداد لها ومتابعتها حتى تمكن الطالب من الاستفادة من هذه المرحلة التي يقع عليها دورا مهما في تنمية هذه العقول وتطورها بما يتماشى مع وقتنا وعصرنا الحالي.

ويعد استثمار وقت الفراغ احد المناشط التربوية ، والاجتماعية التي يتقبلها المجتمع، ويخضع لها، ولتقليلها، ولتنوعها الثقافي، كما أن استثمار وقت الفراغ يتبوأ مكانة هامة في الحياة المتوازنة إلى جانب العمل والراحة والاسترخاء، ولم يبرز استثمار وقت الفراغ في الدول الأوروبية والأمريكية كمجالا حيويا هام إلا في عصر التصنيع وذلك في القرن التاسع عشر بعد أن قلت ساعات العمل وزاد وقت الفراغ نتيجة للاعتماد على الآلة الصناعية مما أدى للاهتمام الجاد باستثمار وقت الفراغ المنظم والمخطط له وفقا للأسس العلمية والتربوية ليصبح من سمات القرن العشرين ومن أهم المتغيرات التي أثرت في زيادة الطلب على استثمار وقت الفراغ في عصرنا الحالي، التقدم التقني، تكنولوجيا التصنيع، الزيادة السكانية، ولقد اهتمت الدول المتقدمة باستثمار وقت الفراغ لإدراكها بأنه أفضل استثمار. (7، 19، 18)

ويذكر إسماعيل عبد المجيد وآخرون (2001) أن وقت الفراغ هو الوقت الذي يتحرر منه الفرد من كل ما يشغله في العمل والبيت والمجتمع المحيط به، وخارج وقت النوم والأكل وله حرية استخدامه كما يشاء فيما ينفعه ويعود عليه بالمتعة والسرور. (2، 7)

وتشير نادية أبو دينا (2003) أن التخطيط الجيد للوقت يمكن الفرد من انجاز جميع أعماله ومسئولياته المتعددة في أقصر وقت وبأقل جهد كما يرفع من مستوى كفاءته ويجعله قادرا للتغلب على من مشكلاته الاجتماعية والنفسية. (9، 22)

ويضيف محمد عبد العاطي (2005) أن وقت الفراغ والترويح في مادته السادسة تنص على أن لكل فرد الحق في تعليم واكتساب المهارات الترويحية للاستفادة منها في استثمار أوقات فراغه ولذا يجب على الأسرة، والمجتمع، والمؤسسات التعليمية تحمل تلك المسؤولية ، كما يجب تنظيم برامج لتعلم الأطفال والشباب والكبار المهارات الترويحية خلال وقت الفراغ. (5، 37)

ويؤكد محمد الحماحي وعائدة عبد العزيز (2001) عن رابطة العالم للفراغ والترويح أن الفراغ والترويح يعملان على إثراء حياة الفرد من خلال ممارسته للرياضة والاسترخاء والاستمتاع بالفنون، والعلوم الطبيعية سواء كان ذلك لإثراء حياة الفرد في الريف أو في الحضر (7، 40) ومما سبق اتضح للباحث ومن خلال عمله كعضو هيئة تدريس بكلية انه لا توجد أي برامج لاستثمار وقت الفراغ وحسب علمه انه لم تجرى أي دراسة لطلاب كلية التربية العجيلات بهذا

الشأن مما دعا الباحث إلى دراسة اتجاهات طلاب كلية التربية نحو النشاط الرياضي في وقت الفراغ.

أهمية البحث

تحدد أهمية البحث في ترسيخ المفهوم التربوي لممارسة النشاط الرياضي في وقت الفراغ لدى طلاب كلية التربية، ودفعهم نحو ممارسة هذه الأنشطة ومحو الأمية لمناشط أوقات الفراغ السلبية وبمعرفة اتجاهات طلاب كلية التربية قسم الحاسوب لأنشطة وقت الفراغ سوف يوضح الأهمية العلمية والعملية لوضع المعايير البناءة في كيفية إدارة واستثمار أنشطة أوقات الفراغ بما يعود بالمنفعة للطلاب والمجتمع وتكمن أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية في كيفية استثمار وقت الفراغ بطريقة تربوية ويتأتى ذلك بتحقيق التوازن في حياة الطالب بدنيا ونفسيا وإشباع رغباته واتجاهاته وميوله لكي يحقق حاجته.

- أهداف البحث

يهدف البحث إلى:

- 1- التعرف على مستويات اتجاهات الطلاب نحو الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ لطلاب كلية التربية قسم الحاسوب.
- 2- التعرف على الفروق في الاتجاهات بين الطلبة والطالبات للأنشطة الرياضية في وقت الفراغ لطلاب كلية التربية قسم الحاسوب.
- 3- التعرف على الفروق في الاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ للبعد المعرفي والنفسي الانفعالي والصحة والسلوك لدى طلاب كلية التربية قسم الحاسوب.

- فروض البحث

- 1- توجد فروق في المستويات بين طلاب كلية التربية قسم الحاسوب في الاتجاهات نحو الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ.
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة والطالبات في اتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ بكلية التربية قسم الحاسوب.
- 3- توجد فروق معنوية في الأبعاد الثلاثة (المعرفي والنفسي الانفعالي والسلوكي) في الاتجاه نحو ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ لدى طلاب كلية التربية قسم الحاسوب.

- مصطلحات البحث :

- الاتجاه:

هو تكوين فرضي وانفعالي معتدل الشدة يبرئ الفرد أو يجعله مستعدا للاستجابة المسبقة التي تدل على الموافقة أو عدم الموافقة. (10 ، 12)

- الوقت:

هو كفاءة استغلال كافة الموارد لتحقيق أهداف وتنفيذ الأعمال والمهام في الوقت المحدد من البداية إلى النهاية. (12 . 23)

- أنشطة وقت الفراغ

هو عدد من المناشط التي ينغمس فيها الفرد بمحض إرادته إما للراحة أو التسلية أو زيادة معلوماته أو تحسين مهارته أو زيادة مشاركته في الوسط المحيط به. (22.7)

-الدراسات السابقة:

1-دراسة هديل داهي عبد الله (2012) بعنوان اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة الأنشطة الرياضية خلال وقت الفراغ واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي وكانت عينة الدراسة (252) طالبة وأظهرت النتائج وجود فروق في الاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ بين الطالبات وكذلك فروق في الاتجاهات للمجال المعرفي والنفسي والانفعالي والمجال المعرفي والصحي والسلوكي.

2-دراسة أحمد محمد الفاضل (2004) بعنوان وقت الفراغ الفعلي مقارنة بالمتوقع لطالب كلية التربية البدنية واستخدم الباحث المنهج الوصفي وكانت عينة الدراسة (134) طالب وأشارت النتائج إلى أن الأنشطة الاجتماعية ومشاهدة التلفاز مع الجماعة كانت أكثر الأنشطة ممارسة خلال أوقات الفراغ لدى معظم افراد العينة.

3-دراسة أيمن حسن السخن (2001) بعنوان تأثير بعض المتغيرات على أوقات الفراغ والأنشطة الترويحية للجامعة الهاشمية واستخدم الباحث المنهج الوصفي وكانت عينة الدراسة (400) طالب وطالبة وأظهرت نتائج الدراسة تفوق الطلبة الذكور على الإناث في الأنشطة الرياضية بينما تفوق الإناث في مشاهدة التلفاز واستخدام الانترنت.

4-دراسة تيمور راغب (1999) بعنوان اتجاهات طلاب جامعة حلب نحو وقت الفراغ واستخدم الباحث المنهج الوصفي وأجريت الدراسة على عينة عددها (710) طالب وطالبة، وكانت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في اتجاهات الطلاب نحو وقت الفراغ لصالح طلاب الكليات العملية، كما أوضحت النتائج أن متغير الجنس (ذكر -أنثى) هو المعيار الأساسي في مجالات الرياضة والأنشطة الحرفية، وأن معايير السن، وموقع المدرسة، والحالة الاجتماعية، والاقتصادية الأقل أهمية بالنسبة للمجموعات المشاركة في أنشطة وقت الفراغ.

التعليق على الدراسات السابقة

من خلال العرض للدراسات السابقة لموضع البحث الذي استهدف التعرف على اتجاهات طلاب كلية التربية نحو أنشطة وقت الفراغ بحيث يمكن للباحث إلقاء الضوء على الكثير من النقاط التي أمكن الاستفادة منها وأبرزها من حيث (الأهداف – المنهج المستخدم – العينات المختارة – أدوات جمع البيانات – أهم النتائج).

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة

- 1- حددت نوع العلاقة بين الدراسات السابقة وعلاقتها بالدراسة الحالية.
 - 2- ساعدت في كيفية وضع الفروض.
 - 3- ساهمت في تحديد منهج البحث واختيار العينة، وأدوات جمع البيانات والمعاملات الإحصائية.
- إجراءات البحث: -
- منهج البحث
- استخدم الباحث المنهج الوصفي (الدراسة المسحية) ملائمة طبيعة البحث.
- مجتمع وعينة البحث أشتمل مجتمع وعينة البحث على طلاب قسم الحاسوب كلية التربية العجليات جامعة الزاوية بليبيا للعام (2017 – 2018) وعددهم (95) طالب وطالبة منهم (30) طالب كعينة استطلاعية لتقدير ثبات وصدق أداة الدراسة.
- أدوات جمع البيانات
- أداة البحث: استخدم الباحث مقياس الاتجاه نحو وقت الفراغ (leisure Attitude) صممه كل من منير راغب وجاكوب بيرد Beard من جامعة (تلاهاسي Tallahassee) لقياس الاتجاه نحو وقت الفراغ، وقام باقتباسه محمد حسن علاوى وتم اختصاره إلى 24 عبارة في ضوء بعض الدراسات الأولية على الاختبار في البيئة العربية المصرية، ويقوم الفرد بالإجابة على عبارات الاختبار حسب مقياس خماسي التدرج (أوافق بدرجة كبيرة جدا (5)، بدرجة كبيرة (4)، بدرجة متوسطة (3)، بدرجة قليلة (2)، بدرجة قليلة جدا (1) مرفق رقم ()
- ويتضمن الاختبار ثلاثة أبعاد هي:

- 1- البعد المعرفي للاتجاه: عبارة رقم (1,4,7,10,13,16,19,22)
- 2- البعد الانفعالي للاتجاه: عبارة رقم (2,5,8,11,14,17,20,23)
- 3- البعد السلوكي للاتجاه: عبارة رقم (3,6,9,12,15,18,21,24) (8) (416)

الدراسة الاستطلاعية

لتقدير ثبات أداة الدراسة (مقياس الاتجاه نحو وقت الفراغ في البيئة الليبية) قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية عددها (30) طالب من داخل المجتمع وخارج العينة وبفاصل زمني قدره أسبوعان.

- المعاملات العلمية للمقياس

صدق الأداة:

اختبر الباحث صدق أداة الدراسة من خلال عرض الاستبانة على مجموعة من المحكمين من أصحاب الخبرة في مجال الدراسة وقد أخذ الباحث بغالبية ملاحظات المحكمين لوضعها في صيغتها النهائية.

ثبات الأداة:

من أجل اختبار ثبات أداة الدراسة تم استخدام اختبار التجزئة النصفية لاختبار الاتساق الداخلي للأداة، حيث تشير النتائج الواردة في الجدول (1) إلى درجة ثبات في استجابات عينة الدراسة كانت 81.1% وهي نسبة مقبولة.

جدول (1)
يوضح معامل الفا كرونباخ

معامل كرونباخ	المجال
0.728	البعد المعرفي
0.468	البعد الانفعالي
0.689	البعد السلوكي
0.811	الأداة ككل

جدول (2)
معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لعينة البحث

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الأبعاد
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.001	0.768**	0.629	3.475	0.540	3.450	البعد المعرفي
0.000	0.858**	0.456	3.600	0.484	3.817	البعد الانفعالي
0.011	0.637**	0.525	3.258	0.378	3.233	البعد السلوكي
0.000	0.889**	0.387	3.503	0.397	3.500	الأداة ككل

(**) دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)

(*) دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)

يتضح من الجدول (2) إن قيمة معامل الثبات بطريقة تطبيق الاختبار وإعادة الاختبار بفاصل زمني أسبوعان بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لقياس الاتجاه نحو وقت الفراغ ذات دلالة ومعنوية عالية وهذه النسبة تدل على ثبات أداة البحث وتوفر درجة جيدة من الثبات وهذا ما اعتبره الباحث مستوى ملائماً من الثبات حيث تشير هذه النسبة إلى تطبيق الاستبيان.

- الإجراءات الإحصائية: استخدام الباحث الإجراءات الإحصائية الآتية:

الحقيبة الإحصائية (Spss)

- 1- المتوسط الحسابي.
- 2- الوسيط.
- 3- الانحراف المعياري.

4- معامل الاختلاف.

5- معامل ارتباط بيرسون.

6- تحليل التباين.

مقياس الأهمية النسبية للمتوسط الحسابي

تم وضع مقياس ترتيبي للمتوسط الحسابي وفقا لمستوى أهميته وذلك لاستخدامه في تحليل النتائج وفقا لما يلي:

جدول (3)

المقياس	تنطبق بدرجة كبيرة جدا	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة	تنطبق بدرجة قليلة جدا
الدرجة	4.2-5	3.4-4.2	2.6-3.4	1.8-2.59	1-1.79

جدول (4)

مقياس الأهمية النسبية للمتوسط الحسابي

الأهمية النسبية	المتوسط الحسابي
منعدمة	1-1.79
منخفضة	1.8-2.59
متوسطة	2.6-3.4
عالية	3.4-4.2
عالية جدا	4.2-5

عرض ومناقشة النتائج

عرض الدلالات الإحصائية لاستجابات الطلاب على مقياس الاتجاه نحو وقت الفراغ.

جدول (5)

استجابة مفردات عينة البحث على العبارات المتعلقة: بالاتجاه الأول (البعد المعرفي)

الترتيب	درجة الانطباق	الوزن المئوي	مجموع الإجابات	الانحراف المعياري	المتوسط	الفقرات
1	عالية	%81.45	281	.944	4.072	1-ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ استخدام مفيد للوقت
2	عالية	%80.58	278	31.04	4.029	4-أنشطة وقت الفراغ نافعة للفرد والمجتمع
3	عالية	%76.23	263	1.141	3.812	7-يكتسب الفرد غالباً صداقات من خلال أنشطة وقت الفراغ
8	عالية	%71.01	245	11.49	3.551	10-أنشطة وقت الفراغ تساهم في الارتقاء بصحة الإنسان
6	عالية	%71.88	248	61.27	3.594	13-أنشطة وقت الفراغ هامة جداً للإنسان
7	عالية	%71.30	246	91.28	3.565	16-أنشطة وقت الفراغ تساعد على قدرة الفرد على الإنتاج
5	عالية	%74.20	256	41.21	3.710	19-أنشطة وقت الفراغ تساعد الإنسان على الاسترخاء
4	عالية	%75.36	260	1.017	3.768	22-أنشطة وقت الفراغ تعتبر بمثابة فرص جيدة للتعرف الاجتماعي

يتضح من خلال الجدول (5) أن استجابة مفردات عينة البحث للبعد المعرفي كانت عالية وفقاً للمعيار الذي تم تحديده وكان هناك تفاوتاً في مستويات البعد المعرفي حيث تراوحت متوسطات استجاباتهم ما بين (3.551 – 4.072) وهذه المستويات تقع في المستوى المرتفع حيث جاءت العبارات كالاتي الفقرة رقم (1) ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ استخدام مفيد للوقت في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي (4.072) وبانحراف معياري (0.944) ونسبة مئوية (81.45%) وتأتي بعدها الفقرة رقم (4) في الترتيب الثاني ويأتي ذلك الفقرة رقم (7) في الترتيب الثالث بينما

جاءت الفقرة رقم (22) في الترتيب الرابع وجاءت الفقرة رقم (19) في الترتيب الخامس وجاءت الفقرة رقم (13) في الترتيب السادس وجاءت الفقرة رقم (16) في الترتيب السابع وفي المقابل جاءت الفقرة رقم (10) أنشطة وقت الفراغ تسهم في الارتقاء بصحة الإنسان في الترتيب الثامن بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي (3.551) وانحراف معياري (11.49) ونسبة مئوية (71.01%).

اختبار ما إذا كان مستويات اتجاه الطلاب نحو ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ تنطبق بدرجة عالية أم لا

الفرضية الصفرية: مستويات اتجاه الطلاب نحو ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ منعدمة لطلاب قسم الحاسوب كلية التربية (متوسط الإجابات أقل من أو يساوي 3).

الفرضية البديلة: مستويات اتجاه الطلاب نحو ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ عالية لطلاب قسم الحاسوب كلية التربية (متوسط الإجابات أكبر من 3).

جدول (6)

يوضح نتائج اختبار الفرضية المتعلقة بمستوى اتجاه البعد المعرفي

القرار	مستوى الدلالة	قيمة t	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مستوى الاتجاه
ترفض الفرضية الصفرية	0.000	9.08	0.695	3.760	البعد المعرفي

من خلال الجدول أعلاه ترفض الفرضية الصفرية حيث أن مستوى الدلالة أقل من 0.05 ($0.000 < 0.05$) وأن مستويات اتجاه الطلاب نحو ممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ كان عالياً لطلاب كلية الحاسوب كلية التربية وفي هذا يرى الباحث أن أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ واستثمارها في عصرنا الحالي ومدى أهميتها الصحية والنفسية، وذلك من خلال اطلاعه على الوسائل الإعلامية المختلفة وكذلك الاستخدام الواسع للتقنيات الحديثة وخاصة شبكة المعلومات الدولية.

الاتجاه الثاني: البعد الانفعالي للاتجاه

جدول (7)

يوضح استجابة مفردات عينة البحث على العبارات المتعلقة: بالاتجاه الثاني (البعد الانفعالي)

الترتيب	درجة الانطباق	الوزن المئوي	مجموع الإجابات	الانحراف المعياري	المتوسط	الفقرات
3	عالية	%81.74	282	1.095	4.087	2-عندما أشارك في أنشطة وقت الفراغ فأنا أتمتع بالوقت يمر بسرعة
2	عالية	%82.32	284	1.091	4.116	5-أشتركي في أنشطة وقت الفراغ تمنحني السعادة
5	عالية	%73.62	254	1.091	3.681	8-أتمتع بممارسة أنشطة وقت الفراغ
4	عالية	%74.49	257	1.056	3.725	11-أنشطة وقت الفراغ تمنحني خبرات سارة
3	عالية	%81.74	282	0.919	4.087	14-أنشطة وقت الفراغ تساعد على إحساسي بالانتعاش
1	عالية جدا	%86.09	297	3.667	4.304	17-أشعر بانفعالات سارة أثناء ممارسة وقت الفراغ
7	متوسطة	%64.64	223	1.202	3.232	20-الأنشطة التي أمارسها في وقت الفراغ تستحوذ على كل اهتماماتي
6	عالية	%71.88	248	1.167	3.594	23-أميل إلى الأنشطة التي أمارسها في وقت الفراغ

يتضح من خلال الجدول (7) استجابة افراد عينة البحث للبعد الانفعالي تراوحت قيمة المتوسط الحسابي ما بين (3.323-4.304) كانت الفقرة رقم (17) أشعر بانفعالات سارة أثناء ممارسة وقت الفراغ في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (4.304) وانحراف معياري (3.667) وبنسبة مئوية (86.09%) بينما جاءت الفقرة رقم (5) في الترتيب الثاني وجاءت كلاً من الفقرتين رقم (2)، (14) في الترتيب الثالث وجاءت الفقرة رقم (11) في الترتيب الرابع بينما جاءت الفقرة رقم (8) في الترتيب الخامس وجاءت الفقرة رقم (23) في الترتيب السادس وجاءت الفقرة رقم (20) الأنشطة التي أمارسها في وقت الفراغ تستحوذ على كل اهتماماتي في الترتيب السابع بمتوسط حسابي (3.323) وانحراف معياري (1.202) وبنسبة مئوية (64.6%).

اختباراً ما إذا كان مستويات اتجاه الطلاب نحو ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ تنطبق بدرجة عالية أم لا الفرضية الصفرية: مستويات اتجاه الطلاب نحو ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ للبعد المعرفي منعقدة لطلاب قسم الحاسوب كلية التربية (متوسط الإجابات أقل من أو يساوي 3).

الفرضية البديلة: مستويات اتجاه الطلاب نحو ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ للبعد المعرفي عالية لطلاب قسم الحاسوب كلية التربية (متوسط الإجابات أكبر من 3).

جدول (8)

يوضح نتائج اختبار الفرضية المتعلقة بمستوى اتجاه البعد الانفعالي

القرار	مستوى الدلالة	قيمة t	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مستوى الاتجاه
ترفض الفرضية الصفرية	0.000	9.36	0.760	3.856	البعد الانفعالي

يتضح من الجدول (8) أن مستويات اتجاه الطلاب نحو ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ للبعد المعرفي كانت عالية، وتفسر هذه النتيجة أنه وبتغيير نمط الحياة العصرية وثقافة المجتمع وما يستجد من تغييرات في المحيط الاجتماعي ومن خلال نتائج التحليل الإحصائي أظهر بوضوح أن المستويات في الاتجاه كانت عالية. وفي هذا يشير الباحث إلى أن أنشطة وقت الفراغ لا تهدف إلى الكسب المادي أو المنافسة وإنما أسباب تتعلق بالوعي، والنضج، والثقافة، وإدراك الطلاب في المرحلة الجامعية الأهمية لممارسة الأنشطة عامة والرياضية والترويحية خاصة.

الاتجاه الثالث: البعد السلوكي للاتجاه

جدول (9)

يوضح استجابة مفردات عين البحث على العبارات المتعلقة بالاتجاه الثالث (البعد السلوكي)

الترتيب	درجة الانطباق	الوزن النسبي	مجموع الإجابات	الانحراف المعياري	المتوسط	الفقرات
5	متوسطة	63.19%	218	1.080	3.159	3-أمارس أنشطة وقت الفراغ بصورة مستمرة
3	عالية	73.62%	254	1.118	3.681	6-إذا أتحت لي الفرصة فإنه يمكنني زيادة كمية الوقت الذي أمارس فيه أنشطة وقت الفراغ
7	متوسطة	55.94%	193	1.290	2.797	9-أشتري بعض الأدوات أو الملابس لكي أستخدمها في نشاط وقت الفراغ بما تسمح به قدراتي المالية
2	عالية	73.91%	255	1.204	3.696	12-أستطيع أن أمارس المزيد من الأنشطة الجديدة في وقت الفراغ إذا أتحت لي المزيد من الوقت والإمكانات
1	عالية	82.61%	285	1.149	4.130	15-إذا كان لي أن أختار فأنني أفضل أن أعيش في بيئة أو مدينة بها إمكانيات أفضل لأنشطة وقت الفراغ
4	عالية	72.75%	251	1.057	3.638	18-أوافق على فكرة زيادة وقت فراغي لكي أستطيع ممارسة أنشطة أكثر في وقت الفراغ
8	متوسطة	54.78%	189	1.368	2.739	21-أمارس أنشطة وقت الفراغ حتى ولو كنت مشغولاً في عملي
6	عالية	61.45%	212	1.252	3.073	24-أعطي وقت ممارسة أنشطة وقت الفراغ الأولوية على غيره من الأوقات الأخرى

يتضح من خلال الجدول (9) أن استجابة مفردات عينة البحث للبعد السلوكي وفقا لقيمة المتوسط الحسابي ما بين (4.130-2.739) حيث جاءت الفقرة رقم (15) إذا كان لي أن أختار فأنتي أفضل أن أعيش في بيئة أو مدينة بها إمكانيات أفضل لأنشطة وقت الفراغ في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (4.130) وانحراف معياري (1.149) وبنسبة مئوية (82.61%) بينما جاءت الفقرة رقم (12) في الترتيب الثاني وجاءت الفقرة رقم (6) في الترتيب الثالث وجاءت الفقرة رقم (18) في الترتيب الرابع بينما جاءت الفقرة رقم (3) في الترتيب الخامس وجاءت الفقرة رقم (24) في الترتيب السادس وجاءت الفقرة رقم (9) في الترتيب السابع بينما جاءت الفقرة رقم (21) أمارس أنشطة وقت الفراغ حتى ولو كنت مشغولا في عملي في الترتيب الثامن بمتوسط حسابي (2.739) وانحراف معياري (1.368) وبنسبة مئوية (54.78%).

اختبار ما إذا كان مستويات اتجاه الطلاب نحو ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ تنطبق بدرجة عالية أم لا الفرضية الصفرية: مستويات اتجاه الطلاب نحو ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ للبعد السلوكي منعدمة لطلاب قسم الحاسوب كلية التربية (متوسط الإجابات أقل من أو يساوي 3).

الفرضية البديلة: مستويات اتجاه الطلاب نحو ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ للبعد السلوكي عالية لطلاب قسم الحاسوب كلية التربية (متوسط الإجابات أكبر من 3).

جدول (10)

يوضح نتائج اختبار الفرضية المتعلقة بمستوى اتجاه البعد المعرفي

القرار	مستوى الدلالة	قيمة t	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مستوى الاتجاه
ترفض الفرضية الصفرية	0.000	4.54	0.670	3.366	البعد السلوكي

يتضح من خلال الجدول (10) أن مستويات اتجاه الطلاب نحو ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ للبعد السلوكي كانت عالية لطلاب قسم الحاسوب كلية التربية وهذه النتيجة تبين أن الطلاب في هذه المرحلة يتمتعون بدرجة عالية من المسؤولية والوعي بأهمية استثمار وقت الفراغ.

ويرى الباحث أن الطالب الجامعي يختلف عن الطالب في مرحلة دراسية أخرى حيث يدرك الطالب الجامعي الخصائص والميزات وأهمية استثمار أوقات الفراغ وعلاقته بجوانب الحياة العلمية والعملية في المرحلة العمرية والدراسية عن غيره من المراحل الدراسية الأخرى.

اختبار الفرض الثاني:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة والطالبات لطلبة الحاسوب.

الفرضية الصفرية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة والطالبات في اتجاهات ممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ بكلية التربية قسم الحاسوب.

الفرضية البديلة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة والطالبات في اتجاهات ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ بكلية التربية قسم الحاسوب.

جدول (11)

يوضح نتائج اختبار الفرضية المتعلقة بالفروق بين الطلبة والطالبات

الاتجاه	النوع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة اختبار T	قيمة معنوية T	القرار
البعد المعرفي	طلبة	3.861	.574	0.888	0.378	لا توجد فروق
	طالبات	3.708	3.76			
البعد الانفعالي	طلبة	3.810	3.67	-0.356	0.723	لا توجد فروق
	طالبات	3.878	8.82			
البعد السلوكي	طلبة	43.39	.565	0.291	0.772	لا توجد فروق
	طالبات	53.34	.744			
الاتجاه ككل	طلبة	3.688	0.504	0.283	0.778	لا توجد فروق
	طالبات	3.646	0.641			

يتضح من خلال الجدول (11) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة والطالبات في اتجاهات ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ بكلية التربية قسم الحاسوب ويعلل الباحث هذه النتيجة إلى أن المستوى العلمي والمرحلة العمرية يسيران في خطوط واتجاهات متوازنة، ومقارنة مع نتائج الدراسات السابقة أتضح أنه تختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة كل من أيمن السخن (2001) وتيمور راغب (1999) حيث تفوق الطلبة الذكور عن الإناث في الأنشطة الرياضية بينما تفوقت الإناث في الأنشطة الأخرى وأن متغير الجنس هو المعيار الأساسي في المجالات الرياضية وفي هذا الصدد يرى الباحث أن استثمار وقت الفراغ يجب أن يبنى على الأسس والمبادئ العلمية بحيث يراعى فيه الأنشطة الاختيارية لجميع الفئات العمرية والمراحل السنوية المختلفة وبذلك يكون له الدور الإيجابي في تحسين القدرات والمهارات النفسية للأفراد والجماعات.

اختبار الفرض الثالث:

الفرضية الصفرية: لا توجد فروق معنوية في الأبعاد الثلاثة (المعرفي والانفعالي والسلوكي) في الاتجاه نحو ممارسة أنشطة وقت الفراغ لدى طالبات كلية التربية قسم الحاسوب.

الفرضية البديلة: توجد فروق معنوية في الأبعاد الثلاثة (المعرفي والانفعالي والسلوكي) في الاتجاه نحو ممارسة أنشطة وقت الفراغ لدى طالبات كلية التربية قسم الحاسوب.

جدول (12)

يوضح نتائج اختبار الفرضية المتعلقة بالفروق المعنوية بين الأبعاد الثلاثة

القرار	قيمة معنوية F	قيمة اختبار F	متوسط مجموع المربعات	مجموع المربعات	درجة الحرية	مصدر الاختلاف
ترفض الفرضية الصفريّة	0.000	9.226	4.638	9.277	2	بين الأبعاد
			0.503	102.56	204	الخطأ التجريبي
	-----	-----	-----	111.836	206	المجموع الكلي

ترفض الفرضية الصفريّة، أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأبعاد الثلاثة (المعرفي والانفعالي والسلوكي) في الاتجاه نحو ممارسة أنشطة وقت الفراغ لدى طالبات كلية التربية قسم الحاسوب. ولمعرفة الفروق بين أي من الأبعاد، تم استخدام اختبار أقل فرق معنوي لتحدي الفروق، فكانت النتائج كالتالي:

جدول (13)

يوضح نتائج اختبار أقل فرق معنوي للأبعاد

البعد السلوكي		البعد الانفعالي		
مستوى الدلالة	الفرق بين المتوسطين	مستوى الدلالة	الفرق بين المتوسطين	
0.001	0.3937**	0.430	-0.0955	البعد المعرفي
0.000	0.4891**			البعد الانفعالي

(**) دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)

(*) دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05)

يتضح من خلال الجدول (13) أنه لا توجد فروق معنوية في الاتجاه بين البعد المعرفي والبعد الانفعالي ، وتوجد فروق معنوية في الاتجاه بين البعد المعرفي والبعد السلوكي لصالح البعد المعرفي، وكذلك توجد فروق معنوية في الاتجاه بين البعد الانفعالي والبعد السلوكي، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة هديل دا هي عبد الله (2012) (10) عن وجود فروق في الاتجاهات للمجال المعرفي والنفسي والانفعالي والمجال المعرفي والصحي والسلوكي، وباستثناء الفرق في المجال المعرفي والانفعالي وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة أيمن السخن 2001 (3) عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب في ممارسة الأنشطة الرياضية، وفي هذا الصدد تشير تهاني عبد السلام (1979) أن المؤسسات التعليمية دورا هاما في كيفية استثمار وقت الفراغ لطلابها وذلك من خلال الإسهام في تنميه فلسفة تربوية شاملة، والإشراف التربوي على برامج النشاط وتوفير الإمكانيات حتى يتمكن الطلاب من ممارسة أوجه

النشاط في أوقات فراغهم (183 . 5) ويضيف كل من محمد الحماحي وعائدة عبد العزيز (2001) إن مناشط الترويج بالجامعات إحدى الطرق التربوية الهامة لتربية الطلاب إذ تسهم بدور فعال وإيجابي في تحقيق الرسالة التربوية للجامعات، وذلك من خلال اشتراك المتعلمين في تلك المناشط واستثمار أوقات فراغهم. (189 . 7)

الاستنتاجات:

- 1-بينت درجة الاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ بشكل إيجابي لطلاب الكلية.
- 2-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة في وقت الفراغ بين الطلاب.
- 3-لا توجد فروق معنوية في الاتجاه بين البعد المعرفي والبعد الانفعالي.
- 4-توجد فروق معنوية في الاتجاه بين البعد المعرفي والبعد السلوكي لصالح البعد المعرفي، وكذلك توجد فروق معنوية في الاتجاه بين البعد الانفعالي والبعد السلوكي.

التوصيات:

- 1-الاهتمام بأنواع الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ للطلاب الجامعيين في جميع التخصصات.
- 2-وضع استراتيجية ملائمة تتماشى مع المرحلة الجامعية في كيفية استثمار وقت الفراغ.
- 3-إجراء مزيدا من البحوث والدراسات العلمية لجميع المراحل التعليمية المختلفة بليبيا.
- 4-توزع نتائج هذه الدراسة على الجهات المسئولة بالجامعات لنظر في مدى الاستفادة من هذه الدراسة.

المراجع:

- 1-أحمد محمد الفاضل (2004) وقت الفراغ الفعلي مقارنة بالمتوقع لطلاب كلية التربية البدنية. المؤتمر العلمي للتربية الرياضية.
- 2-إسماعيل عبد المجيد ومروان إبراهيم (2001) التربية الترويحية وأوقات الفراغ، ط1، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، الأردن.
- 3-أيمن حسن السخن (2001) تأثير بعض المتغيرات على أوقات الفراغ والأنشطة الترويحية للجامعة الهاشمية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة الأردن.
- 4-تيمور احمد راغب (1999) اتجاهات طلاب جامعة حلوان نحو وقت الفراغ، إنتاج علمي، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة.
- 5-تهاني عبد السلام (1979) أسس الترويج والتربية الترويحية، القاهرة، دار المعارف.
- 6-محمد عبد المنعم عبد العاطي (2005) قياس اتجاهات تلاميذ المرحلة الثانوية نحو ممارسة الترويج الرياضي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين الهرم، جامعة حلوان، القاهرة.

7-محمد محمد الحماحي وعائدة عبد العزيز مصطفى (2001) التمويه بين النظرية والتطبيق، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

8-محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان (1998) القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.

9-نادية عبده أبو دينا (2003) أثر كل من التحصيل الأكاديمي وبعض خصائص الشخصية على تنظيم الوقت ودقة تقدير الأداء التدريسي لدى الطالبة المعلمة، بحث منشور، العدد 39، مجلد 13، المجلة المصرية للدراسات النفسية.

10-محمد مصطفى آمنه (1984) اتجاهات طلبة وطالبات كلية التربية الرياضية جامعة حلوان نحو النشاط الرياضي، رسالة ماجستير غير منشورة، القاهرة.

11-هديل داهي عبد الله (2012) اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة الأنشطة الرياضية خلال وقت الفراغ، بحث منشور، جامعة الموصل، العراق.

المراجع الأجنبية:

1-Cemaloghu, N and Filiz,S (2010). The Relation between Time Management Skills and Academic Achievement of Potential Teachers Educational Research Quarterly. 33, 4. p 3-23. –