

تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويحي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية  
في ضوء رؤية المملكة ٢٠٣٠

د. حمود بن محمد بن ناوي العنزي

أستاذ الترويحي الرياضي المشارك

قسم المقررات العامة، كلية التربية والآداب، جامعة الحدود الشمالية

البريد الإلكتروني للباحث

halanazi@nbu.edu.sa

تاريخ استلام البحث: ٢٥ / ٠٣ / ٢٠٢٢ م

تاريخ قبول النشر: ٠٩ / ٠٥ / ٢٠٢٢ م

## تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويحي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية في ضوء رؤية المملكة ٢٠٣٠

د. حمود بن محمد بن ناوي العنزي

أستاذ الترويحي الرياضي المشارك

قسم المقررات العامة، كلية التربية والآداب، جامعة الحدود الشمالية

**المستخلص:** هدفت الدراسة إلى التعرف على دور جامعة الحدود الشمالية في تعزيز الوعي بأهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية من وجهة نظر الطلبة، والكشف عن فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابة عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس، و متغير التخصص، بالإضافة إلى تقديم تصور لتفعيل دور الجامعة في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي. واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، حيث طُبقت أداة الاستبانة على عينة عشوائية طبقية بلغت (٣٨٨) طالباً وطالبة، وتوصلت الدراسة إلى أن دور جامعة الحدود الشمالية في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي من وجهة نظر الطلبة جاء بدرجة متوسطة، مما يعطي انطباعاً أن هناك قصوراً لدور الجامعة في تحقيق أهداف الرؤية ٢٠٣٠ فيما يتعلق بدورها لتحسين جودة الحياة. كما أشارت النتائج إلى وجود فروق بين استجابات العينة حول دور الجامعة في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي تعزى لمتغيري الجنس والتخصص (وذلك لصالح الذكور، والتخصصات العلمية)، وفي ضوء النتائج قدمت الدراسة تصوراً مقترحاً لرفع مستوى دور الجامعة في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي.

**الكلمات المفتاحية:** الترويحي الرياضي، عضو هيئة التدريس، المقررات الدراسية، النشاط الطلابي، جامعة الحدود الشمالية.

### A Proposed Visualization for Developing Consciousness Towards Recreation Sport Participation at Northern Border University in the Light of Vision 2030

Dr. Homoud Mohammed Nawi Alanazi

Associate Professor of Sports and Recreation Management

Department of General Courses. Faculty of Education and Arts. Northern Border University

**Abstract:** The vision 2030 emphasizes that youth's abilities and skills are the most important resource for achieving vision 2030's goals. So, the vision 2030 has launched the quality of life program which aim to increase individuals' participation in recreation sport activities. Recreation sport activities are particularly important for vision 2030 because they provide youth with healthy environment to have enough energy and ability to achieve saudi vision 2030 and sustainable development's goals, sine recreation sport activities are proven to improve quality of life, play a functional role in human development, and they have beneficial effects on physical, psychological health. Therefore, the aim of this study was to examine the role level of Northern Border University on consciousness development towards recreation sport participation from students' perspective. T-test was used to compare the differential scores of the role of Northern Border University on consciousness development towards recreation sport participation in order to examine possible gender (male, female) and faculty (science, Art) effects. Significant differences emerged between male and female students in favor of male students. Sciences colleges' students had higher scores than the arts colleges's students. The study presented a proposed visualization for developing consciousness towards recreation sport participation at the Northern Border University.

**Keywords:** Recreation Sport, Faculty Members, Courses.

## المقدمة

تهدف رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ في أن تكون المملكة ناجحة ورائدة على كافة الأصعدة، وذلك لتحقيق معدلات النمو العالية والمساهمة في تنويع مصادر الدخل وبناء اقتصاد قوي وفعال للوصول إلى مستوى الدول الصناعية، وكذلك السعي من أجل بناء جيش قوي قادراً على صناعة سلاحه وحماية حدوده (رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠).

وتشير الرؤية إلى أن ثروة المملكة الحقيقة تكمن في الأفراد والمجتمع، وتؤكد على أن قدراتهم ومهاراتهم أهم مواردها وأكثرها قيمة في تحقيق أهدافها (رؤية المملكة ٢٠٣٠). لذا تسعى المملكة العربية السعودية من خلال إطلاق رؤيتها لاستثمار مكامن قوتها لإحراز تطوراً ملموساً في جميع مؤشرات التنمية البشرية كمستوى المعيشة والخدمات التعليمية، وفي تحقيق بيئة صحية آمنة لأفرادها، وذلك من أجل بناء مجتمع قوي ومنتج تماشياً مع أهداف الرؤية المنشودة في التنمية الاقتصادية والاجتماعية، فضلاً في مساهمتها الفاعلة في تحقيق أهداف التنمية المستدامة (أهداف التنمية المستدامة، ٢٠١٨).

لذا استشر القائمون على تطبيق الرؤية ٢٠٣٠ إلى أن الوصول إلى مجتمع قوي من خلال التنمية البشرية لأفراده يعد ركيزة أساسية لتحقيق أهداف الرؤية، حيث أطلقوا عام ٢٠١٨ م برنامجاً يسمى برنامج جودة الحياة، والذي يسعى إلى الاهتمام بصحة الأفراد وأنماط حياتهم، ونشر ثقافة الترويج الرياضي من أجل زيادة نسب المشاركة في الأنشطة الرياضية، وذلك بغرض تحسين مستوى الصحة العامة، وخلق بيئة صحية قادرة على بناء جيل قوي يساهم بشكل فاعل في تحقيق أهداف الرؤية للوصول إلى التطور الشامل في جميع جوانب التنمية (خطة تنفيذ برنامج جودة الحياة، ٢٠٢٠).

ومن جهة أخرى، بدأت المجتمعات في العصر الحديث -والمجتمع السعودي ليس بمنأى عن تلك المجتمعات- تعاني من أمراض نقص الحركة بسبب التطور التكنولوجي، وهي أمراضاً لم تكن معروفة ومنتشرة بهذا الشكل في العصور السابقة، وذلك نتيجة قلة الحركة والحمول البدني واكتساب الأفراد عادات وسلوكيات خاطئة بسبب الرفاهية وتوفر وسائل المواصلات الحديثة كالسمنة وأمراض القلب والشرايين التاجية وارتفاع ضغط الدم وداء السكري (Al-Hazzaa, 2018; Mielke et al, 2020; Alhusseini et al, 2021)، بالإضافة إلى تأثيرها السلبي على الصحة النفسية (-Rodríguez, 2020; Grasdalsmoen et al, 2020; Harris, 2018; Bravo et al, 2020 ; Alsulaiman and Abu-Saris, 2021).

وفي ذات السياق، يرى الحماحمي (٢٠١٦) أن التطور العلمي والصناعي في عصرنا الحالي أدى إلى قلة ساعات العمل وزيادة عدد ساعات وقت الفراغ نتيجة الاعتماد على الآلة الصناعية. لذا أوصى المختصين بمجال

الترويح وأوقات الفراغ إلى ضرورة استغلال أوقات الفراغ بأنشطة ترويحية بناءة ومفيدة تهدف إلى الحد من سلبيات التطور التكنولوجي الحديث (الحماحي، ٢٠١٧) على الصحة البدنية (Mielke et al, 2020) وكذلك في التغلب على العديد من الضغوط النفسية والعصبية التي تفرضها ظروف الحياة المعاصرة (Belair et al, 2018; Rodriguez et al, 2020; Schmidlechner et al, 2020)

وتعددت تعريفات الترويح، وأجمع المختصين إلى أن الترويح هو تلك الأنشطة التي يمارسها الفرد في وقت فراغه والتي يختارها بدافع شخصي وينتج عنها التنمية الشاملة للشخصية عن طريق اكتسابه العديد من القيم البدنية والنفسية والاجتماعية (Veal, 1992، الحماحي، ٢٠١٦، ٢٠١٨، Meyer & Niezgod،) وفي ذات السياق يشير رونا وإيرول Erol & Rona (٢٠٢٠) على أنه نشاط إنساني human activity ذو فائدة يُمارسه الفرد في وقت فراغه يتصف بالإختيارية Voluntarily، وتحده دوافع الممارسة Motivations.

ويوجد العديد من أنواع الأنشطة الترويحية التي يمكن ممارستها أهمها الترويح الرياضي، الخلوي، الثقافي، الاجتماعي، التجاري، الفني، العلاجي، وخدمات المجتمع (الحماحي، ٢٠١٦). مما يتيح الفرصة للفرد لإختيار ما يجب ممارسته وفقاً لميوله ورغباته (Rona and Erol, 2020).

ويشهد العالم في السنوات الأخيرة زيادة الاهتمام بمجال من أهم مجالات الترويح وهو الترويح الرياضي، حيث يعتبر من أهم الأنشطة الترويحية لما له من نتائج جلية وإيجابية على حياة الفرد (الحماحي، ٢٠١٧). ويؤكد فيريرا وآخرون (Ferreira et al, 2020) أنه يتميز بأنه أكثر أنواع الترويح تأثيراً على الفرد والمجتمع، وذلك لدوره الفاعل في تحقيق العديد من الفوائد الصحية والبدنية والنفسية والاجتماعية، والتي بدورها تؤدي إلى الارتقاء الشامل بالمجتمع وزيادة فاعليته وإنتاجية أفراده (Lipert et al, 2020). حيث تشير الدراسات إلى أن للأنشطة الترويحية الرياضية دور كبير في تطوير الصحة البدنية للفرد (Mielke et al, 2020)، من خلال رفع كفاءة الأجهزة الحيوية والتخلص من الشحوم، وبالتالي الوقاية من الأمراض المزمنة كأمراض الضغط والسكري وتقليل احتمال الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية (Al-Hazzaa, 2018)، كما تعمل على زيادة حجم العظام وتحسين كفاءة ومرونة مفاصل الجسم ومعالجة الآم الظهر والمفاصل (Al-Raddadi et al, 2018).

كما أشارت الدراسات العلمية المتخصصة إلى أن الأنشطة الترويحية الرياضية تلعب دوراً هاماً في تحقيق الأهداف النفسية Psychological well-being، كونها تنمي وتعزز القيم النفسية الإيجابية كتقدير الذات self-esteem، ومفهوم الذات self-concept، والاستقلالية autonomy، وزيادة مستوى الثقة بالنفس Self-confidence (Ferreira et al, 2020; Zulyniaka et al 2020; Temel & Tukul, ) (2021)، كما وتساهم بشكل كبير وملحوظ في التحرر من الضغوط النفسية والتوتر العصبي الناتج عن الحياة

حمود العنزى: تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويجي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية في ضوء ...

العصبية، كالقلق (Belair et al, 2018) anxiety والاكتئاب (Shimamoto et al, 2021) والانطوائية (Aksoy et al, 2017). ويضيف الحماحي (٢٠١٦) الى أن دور الترويج الرياضي يتعدى تأثيره إلى تنمية القيم الاجتماعية المرغوبة كالتعاون وتقبل الآخرين واحترام القانون وخدمة الآخرين، بالإضافة الى أن للترويج الرياضي تأثير إيجابي على زيادة التحصيل الأكاديمي (Wretman, 2017; Montecalbo et al, 2020; Ishihara et al, 2017) وفي تنمية قدرات الفرد وامكانياته الابداعية، وتقوية إرادته واحساسه بالمسؤولية (جمال، ٢٠١٨)، كما ويلعب دوراً هاماً في اكساب الأفراد قيم المواطنة الصالحة (كمال، ٢٠٢١).

لذا يؤكد المختصون في مجال التربية والترويج على أهمية تنمية وتعزيز الوعي الذي يؤدي إلى زيادة إقبال الأفراد على ممارسة الترويج الرياضي، وانفقوا على أنه لا يمكن الاستفادة من الترويج الرياضي وانشطته المختلفة الا من خلال زيادة الوعي بأهمية ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية (Sierra-Díaz et al, 2019; Chein, 2017; Demetriou et al, 2019; Ferreira, et al 2020)، حيث يشير جمال (٢٠١٨) الى أن الوعي الترويجي يعمل كقوة دفع ومحرك للمشاركة المنتظمة في الأنشطة الترويجية الرياضية. وتأكيداً لذلك يضيف المجدلاوي (٢٠٢٠) أن المعلومات والمعارف الترويجية هي أحد الجوانب السلوكية المرتبطة بالترويج، وأن السلوك الترويجي ماهو الا معلومات ومعارف واهتمامات وميول واتجاهات متصلة بنشاط ترويجي معين. بمعنى آخر أن تنمية الوعي وتكوين الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية تلعب دوراً مهماً في تنشيط الفرد نحو ممارسة هذه الأنشطة (Freire, and Teixeira, 2018)، كما وتدفعه إلى الاستمرار في ممارستها (Itoh et al, 2017).

وتجدر الإشارة الى أن الجامعات باعتبارها مؤسسة تعليمية وتربوية تعتبر إحدى الركائز الأساسية التي تساهم في تنمية وعي الطلبة علمياً ومعرفياً في كافة مجالات الحياة لايجاد جيل يساهم في تنمية وطنه وبنائه وتعزيز قوته (جرار، ٢٠١٩)، حيث تعمل الجامعات على اكسابهم المهارات والمفاهيم الأساسية عن طريق توجيههم وتدريبهم بطرق حديثة لتنمية دوافعهم واتجاهاتهم بطرق واعية وموجهة للوصول الى المصلحة العامة والحفاظ عليها (صبطي وغربي، ٢٠٢٠).

ويشير الرويلي (٢٠٢١) بعد تحليله لمحتوى الرؤى التي تبنتها الجامعات في المملكة العربية السعودية على اجماع تلك الجامعات الى أن بناء المجتمع المعرفي هو أحد أهم أهداف خططها الاستراتيجية، بإعتبار أن الجامعات جهات تثقيفية لتعويض النقص في المعارف والمعلومات لدى الأفراد وتعمل على تكوين القناعات والاتجاهات نحو الممارسات السلوكية الإيجابية (الشاماني، ٢٠١٤). مما دفع بالمختصين في مجال الترويج الرياضي الى التأكيد على ضرورة أن يكون للجامعات دوراً هاماً في رفع مستويات الوعي والتثقيف الرياضي وذلك من خلال تكوين العقلية

المدرسة لاهمية ممارسة أنشطة الترويح الرياضي، بإعتبار أن الجامعة جهة تثقيفية تزود أفرادها عن بالمعلومات والمعارف التي تنمي فهم الطلبة بفوائد ممارسة تلك الأنشطة (العززي، ٢٠١٨؛ Rona and Erol, 2020).

وقام الباحث بالرجوع الى العديد من الدراسات السابقة العربية والأجنبية ذات العلاقة بموضوع الدراسة، قام العارضي (٢٠٠٩) بدراسة هدفت الى التعرف على الاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية. تكونت العينة من (١٢٠) طالباً من طلاب المرحلة الثانوية في محافظة مهد الذهب بالمملكة العربية السعودية، تم اختيارهم عشوائياً من ٤ ثانويات. أشارت نتائج الدراسة إلى أن الاتجاهات والدوافع نحو تفضيل الأنشطة الترويحية الرياضية لإكسابهم اللياقة والصحة في المرتبة الأولى، تلاه كقيمة انفعالية، ثم اجتماعية، يليه كقيمة ثقافية، وأخيراً جاء دافع ممارسة النشاط الرياضي كقيمة معرفية.

وفي العراق وتحديداً على طالبات جامعة الموصل قامت عبدالله (٢٠١٢) بدراسة هدفت الى الكشف عن اتجاهات الطالبات نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، تكونت عينة الدراسة من ٢٥٢ طالبة. أظهرت النتائج أن الاتجاهات كانت إيجابية نحو ممارسة النشاط الرياضي لكل من عيني البحث الممارسات وغير الممارسات للنشاط الرياضي. واتضح أن البعد المعرفي نحو الممارسة كان في مقدمة المجالات تلاه الصحي ثم البعد النفسي والانفعالي. وعللت الباحثة ان سبب امتلاك بعض الطالبات اتجاهات ايجابية نحو المشاركة في الأنشطة الرياضية على الرغم من عدم ممارستهن للرياضة كان نتيجة الوضع الأمني في العراق وكثرة آلام ومصائب الشعب العراقي التي حالت دون مشاركة العديد من الطالبات في الأنشطة الرياضية.

أجرت قامت قاصدي (٢٠١٤) دراسة هدفت الى الكشف عن دوافع الطلبة الجامعيين نحو ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في أوقات الفراغ. واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، حيث طبقت استبانة على (١٣٠) طالب وطالبة بجامعة الجزائر، وتوصلت الدراسة إلى أن الدوافع على الترتيب جاءت: اكتساب الحيوية واللياقة البدنية، تلاها الميول الرياضية، ثم قضاء وقت الفراغ، اكتساب نواحي عقلية ونفسية، اكتساب نواحي اجتماعية وخلقية، وأخيراً جاءت المحافظة على المستوى الرياضي، كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والاناث في دوافع المشاركة نحو ممارسة النشاط الرياضي الترويحي لصالح الذكور.

وفي تركيا قام كايا وآخرون Kaya et al (٢٠١٥) بدراسة هدفت الى الكشف عن اتجاهات المراهقين نحو ممارسة الأنشطة الترويحية. تكونت عينة الدراسة من (٣٣٣) طالباً، (٢٧٧) طالبة). توصلت الدراسة الى الممارسين للأنشطة الرياضية كانت لديهم اتجاهات ايجابية بدرجة أكبر من غير الممارسين. بينما وجدت الدراسة أن الإناث اتجاهاتهم الايجابية نحو ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية أقل مقارنة بالذكور.

حمود العنزي: تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويحي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية في ضوء ....

وفي دراسة على المجتمع السعودي قام بها العنزي (٢٠١٨) هدفت الى الكشف عن طبيعة استغلال وقت الفراغ لدى طالبات جامعة الحدود الشمالية واتجاهاتهن نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، أظهرت النتائج إلى وجود وقت فراغ كبير، فالغالبية العظمى من الطالبات (٥٧,٦٤%) لديهن وقت فراغ من (٤-٥) ساعات يومياً في أيام الدراسة، ويزداد وقت الفراغ إلى (٦-٧) ساعات في أيام اجازة نهاية الأسبوع. وكشفت النتائج أن أنشطة وقت الفراغ السلبية تأتي في مقدمة الأنشطة التي تمارسها الطالبة، يليها الاجتماعية، ثم الإيجابية، وأخيراً الأنشطة المتعلقة بالأعمال الجامعية. ، وكشفت الدراسة أن دوافع ممارسة الأنشطة الرياضية كانت للصحة واللياقة البدنية، تلاها كخبرة اجتماعية، ثم للترويح وخفض التوتر، يليها كخبرة جمالية، ثم للمنافسة والتفوق، وأخيراً كخبرة توتر ومخاطرة. وأوصت الدراسة بضرورة تعزيز الاتجاهات الإيجابية وزيادة الوعي الثقافي نحو أهمية ممارسة الترويح الرياضي وذلك لتقليل عدد ساعات ممارسة الأنشطة السلبية التي تتميز بقلّة الحركة والتي كانت في صدارة الأنشطة التي تمارسها الطالبات في أوقات فراغهن.

أجرى جمال دراسة (٢٠١٨) بهدف الكشف على اتجاهات طلاب الجامعات المصرية نحو ممارسة أنشطة الرياضة للجميع الشاطئية. طبقت الدراسة على (٢٠٨) طالباً وطالبة من المشاركين في فعاليات لمهرجان الرياضات الشاطئية لطلبة وطالبات الجامعات المصرية والكليات المتخصصة. وتوصلت الدراسة أن الطلاب والطالبات المتخصصين في التربية الرياضية أكثر وعياً وإدراكاً بفوائد ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية بسبب طبيعة دراستهم الأكاديمية التي تهتم بتعزيز قيم وفوائد الممارسة. وأوصى الباحث بأهمية نشر الوعي في كيفية الاستفادة من وقت الفراغ من خلال ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية ودورها في اشباع الجوانب البدنية والوجدانية والاجتماعية والمهارية للوقاية من أمراض نقص الحركة.

في حين تناولت دراسة فريري وتكسرا Freire, and Teixeira (٢٠١٨) التعرف على دور الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة الأنشطة الترويحية على مدى الرضا جراء ممارستها، وأثر ذلك على تحقيق الأثر الايجابي على تقدير الذات self-esteem ، والرضا عن الحياة life satisfaction، وعلى مقياس الصحة النفسية للمراهقين psychological well-being. طبقت هذه الدراسة على (٦٥٤) مراهقاً adolescents. أوصى الباحث بأهمية تنمية الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة الأنشطة الترويحية في وقت الفراغ كونها تعد مؤشراً احصائياً لتحقيق الرضا جراء ممارستها Leisure Satisfaction ، ومؤشراً احصائياً في تحقيق الفوائد الايجابية المرجوة من ممارسة تلك الأنشطة الترويحية.

قام مجدولاي (٢٠٢٠) بدراسة هدفت الى الكشف عن اتجاهات طلبة جامعة الأقصى نحو ممارسة الأنشطة الترويحية وعلاقتها بالانتران الانفعالي والتمكين النفسي. تم تطبيق الدراسة على ٤٠٨ طالباً وطالبة. بينت النتائج

وجود اتجاهات متوسطة نحو ممارسة الأنشطة الترويجية. وتوصلت الدراسة الى وجود علاقة داله احصائياً بين الاتجاهات وبين وعي الطلبة وادراكهم لمدى تحقيق تلك الأنشطة الترويجية للاتزان الانفعالي (التحكم، التعبير، الارتياح) والتمكين النفسي (المعنى، الاقتدار، الاستقلال، التأثير). أوصت الدراسة على ضرورة أن يكون للجامعة والآباء ووسائل الاعلام دوراً في تكوين اتجاهات إيجابية نحو ممارسة الأنشطة الترويجية.

كما قام رونا وإيرول Erol & Rona (٢٠٢٠) بدراسة هدفت الى التعرف على دور الجنس، والعمر والفصل الدراسي، والكلية على الاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية. وطبقت الدراسة على ٢٦٥ طالباً وطالبة من ست كليات مختلفة في جامعة قبرص The Cyprus University في مدينة نيقوسيا عاصمة قبرص. قسمت الدراسة دوافع واتجاهات المشاركة الى دوافع معرفية cognitive ، وعاطفية affective ، وسلوكية behavioral. توصلت الدراسة الى عدم وجود وفقاً لمتغير الجنس (الذكور والاناث) ونوع الكلية في دوافع المشاركة في الأنشطة الترويجية الرياضية. كما توصلت الدراسة الى أنه كلما تقدم الطلاب في العمر والمستوى الدراسي كلما كانوا أكثر وعياً بأهمية ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية.

وفي دراسة سعودية، قام بها العوهل AL Ohal (٢٠٢٠) للتعرف على اتجاهات الطالبات نحو المشاركة في أنشطة الرياضة للجميع. تم تطبيق الدراسة على (٣٧٥ طالبة) من طالبات جامعة الملك سعود بالرياض، اختيرن بطريقة عشوائية من المسارات الصحية، والعلمية، والانسانية. أشارت النتائج ان الاتجاهات نحو المشاركة في أنشطة الرياضة للجميع كانت لأهداف معرفية، تلاها سلوكية، ثم وجدانية. أوصى الباحث أن تقوم الجامعات بتدريس مقررات تهدف إلى تنمية ثقافة الوعي بأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية، وذلك بغرض تكوين الاتجاهات الايجابية للتخلص من القيود الاجتماعية التي تحد من مشاركة الطالبة السعودية في الأنشطة الرياضية.

وفي دراسة مقارنة حديثة بين أسبانيا والجزائر قام بها زيور وآخرون Zubiaur etal (٢٠٢١) هدفت الى التعرف على الاختلافات في العادات الصحية والاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية بين طلاب معهد التربية البدنية والرياضية (ن= ١٢٥ طالباً وطالبة) بجامعة الجزائر Algerian university وبين طلاب كلية النشاط البدني وعلوم الرياضة (ن= ١٢٢ طالباً وطالبة) بجامعة ليون بأسبانيا University of León. أشارت نتائج الدراسة الاناث أقل ممارسة للأنشطة الرياضية مقارنة بالذكور. كما أشارت النتائج بأن قيم ممارسة العادات الصحية والدوافع نحو ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية لدى الطلاب الاسبانيين أعلى مقارنة الجزائريين. كما أشارت الدراسة بأن جميع الطلبة الأسبانيين والجزائريين يرون بأنه ينبغي أن تلعب الجامعة دوراً أكبر في تنمية القيم نحو العادات الصحية lifestyle habits ، وتعزيز الوعي بأهمية ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية.

حمود العنزي: تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويحي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية في ضوء ....

وللتعرف على دور دراسة بعض المقررات الدراسية على تنمية الاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الرياضية، قام الشعلان وآخرون (٢٠١٤) بدراسة هدفت الى التعرف على أثر تدريس مقرر الصحة واللياقة البدنية على تغيير اتجاهات الطلبة الجامعيين نحو ممارسة الأنشطة الرياضية. تكونت عينة الدراسة من ٢٠٠ طالبًا من طلاب السنة التحضيرية بجامعة الملك فيصل. أشارت نتائج الدراسة الى وجود أثر ايجابي لتدريس مقرر الصحة واللياقة البدنية في تغيير اتجاهات الطلبة نحو ممارسة الأنشطة الرياضية.

وفي دراسة مشابهة على طلبة السنة التحضيرية جامعة حائل قام بها صالح والأحمدي (٢٠١٦) هدفت الى الكشف عن أثر دراسة مقرر الصحة واللياقة على اتجاهات الطلبة نحو العادات الصحية والغذائية وممارسة الأنشطة الرياضية. وتوصلت الدراسة أن تدريس مقرر الصحة واللياقة وما يتضمنه من مفاهيم ومعلومات كان لها تأثير إيجابي في تكوين الاتجاهات الايجابية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية والعادات الصحية والغذائية.

كما قام عامر (٢٠١٦) بدراسة للتعرف على تأثير المسارات الدراسية بكلية التربية الرياضية ببورسعيد على اتجاهات الطلاب نحو أوقات الفراغ والترويح، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي على عينة مكونة من (٤٩٠) طالب وطالبة. وتوصلت الدراسة أن طلاب الفرقة الرابعة تولد لديهم إدراكات إيجابية مقارنة بالفرقة الأولى لأبعاد المقياس المستخدم في الدراسة وهي: الاتجاه نحو مفهوم وقت الفراغ، الاتجاه نحو مفهوم الترويح، الاتجاه نحو العائد من الترويح، الاتجاه نحو التنشئة الاجتماعية للترويح. وعللت الباحثة ذلك نتيجة دراستهم مواد تخصصية أكثر كونهم بالمستوى الرابع. كما وجدت الدراسة فروق دالة احصائياً في الاتجاهات بين طلاب الفرقة الرابعة أنفسهم وذلك لصالح شعبة الادارة مقارنة بشعبتي (التدريس، والتدريب)، أوصى الباحث بضرورة إضافة مقرر كمتطلب جامعة لجميع الكليات يوضح مفهوم الترويح وذلك من أجل نشر الوعي وتحقيق أهداف الترويح.

وفي دراسة مشابهة قام محمود (٢٠٢٠) هدفت إلى التعرف على أثر تدريس مقرر مدخل وفلسفة الترويح الرياضي على اتجاهات طلاب كلية التربية الرياضية للبنين بجامعة حلوان نحو الترويح، استخدم الباحث المنهج التجريبي بطريقة القياس القبلي والبعدي. توصل الباحث إلى أن تدريس المقرر كان له أثر ايجابي على اتجاهات الطلاب نحو الترويح. أوصى الباحث بتدريس المقرر في جميع كليات جامعة حلوان ضمن المنهج الدراسي وذلك لنشر الوعي بين الطلاب بأهميه استثمار أوقات الفراغ بأنشطة ترويحية مفيدة.

ومراجعة الدراسات السابقة يتبين أنها أوصت بضرورة نشر الوعي الترويحي بشكل عام (عامر، ٢٠١٦، Freire, and Teixeira, 2018، مجدلاوي، ٢٠٢٠)، والترويح الرياضي بشكل خاص (جمال، ٢٠١٨، العنزي، ٢٠١٨، Al ohal, 2020, Zubiatur etal, 2021)، وذلك من أجل تكوين الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية، كون امتلاك الفرد تلك الاتجاهات نحو الأنشطة

الترويجية يقود الفرد الى ممارسة تلك الأنشطة (Freire, and Teixeira, 2018)، كما وتقود الفرد للاستمرار في ممارستها في مراحل عمره المختلفة (Itoh et al, 2017).

ويلاحظ أن الدراسات السابقة اقتصرت في دراستها على معرفة اتجاهات ودوافع الطلبة نحو ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية كما في دراسة (العارضي، ٢٠١٢، عبدالله، ٢٠١٢، قاصدي، ٢٠١٤، العنزي، ٢٠١٨، جمال، ٢٠١٨، Al ohal, 2020)، وفي دراسة تأثير بعض المتغيرات على تلك الاتجاهات، كتأثير العمر، والجنس، والكلية (Kaya et al, 2015; Erol & Rona, 2020)، وبعضها قام بالمقارنة بين طلاب المسارات الدراسية للمتخصصين في التربية الرياضية نحو الترويج وأوقات الفراغ (عامر، ٢٠١٦)، وآخر قام بالمقارنة بين طلاب دولتي الجزائر واسبانيا لطلاب كليات التربية الرياضية وذلك في عاداتهم الصحية واتجاهاتهم نحو ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية (Zubiaur et al, 2021).

كما ويلاحظ اقتصارها على دراسة دور بعض المقررات الدراسية في تنمية الاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية، كمقرر الصحة واللياقة كما في دراسة (الشعلان وآخرون، ٢٠١٤)، ودراسة (صالح والأحمدي، ٢٠١٦)، وعلى مقرر مدخل وفلسفة الترويج الرياضي كما في دراسة (محمود، ٢٠٢٠). وما يميز هذه الدراسة أنها كونها تتناول تجربة التعليم الجامعي كاملة في دراسة دور ثلاثة محاور أساسية في تعزيز الوعي الترويجي الرياضي وهي المقررات الدراسية، وعضو هيئة التدريس، وكذلك الأنشطة الطلابية.

كما وتتميز هذه الدراسة بأنها لا تقتصر على معرفة دور الجامعة في تعزيز الوعي الترويجي الرياضي فحسب، بل أنها ستقدم تصوراً مقترحاً لزيادة دور الجامعة في تعزيز الوعي الترويجي الرياضي كأحد أهم مستهدفات تحقيق رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠، حيث لا يوجد أي دراسة -على حد علم الباحث- تناولت تقديم تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويجي الرياضي في الجامعات السعودية.

### مشكلة الدراسة

تشير آخر احصائيات المملكة العربية السعودية إلى أن المجتمع السعودي يعيش مرحلة الشباب كونها تشكل الجزء الأكبر بين فئات المجتمع الأخرى (الكتاب الاحصائي السنوي لعام ٢٠١٩). وبالنظر إلى مضمون رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠، من خلال محاورها الثلاثة، مجتمع حيوي، واقتصاد مزدهر، ووطن طموح (أهداف التنمية المستدامة، ٢٠١٨)، يُلاحظ بأنها ركزت في خطتها على فئة الشباب، وشددت على أهمية رفع نسبة ممارسي الأنشطة الترويجية الرياضية بين أوساط المجتمع عامة وفئة الشباب خاصة من أجل بناء الكوادر البشرية الصحية القادرة على العمل بكفاءة من أجل تحقيق أهداف الرؤية (خطة تنفيذ برنامج جودة الحياة، ٢٠٢٠).

حمود العنزي: تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويحي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية في ضوء ....

وعلى النقيض نستنتج من نتائج الدراسات الحديثة التي أجريت في المجتمع السعودي إلى أن الشباب يشكلون عائقاً أمام تحقيق أهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠، كونهم يتصفون بالحمول البدني وأكثر عرضة للإصابة بأمراض نقص الحركة كالسمنة، والسكري، والضغط، وأمراض القلب والشرايين ( Alneami and Coleman, 2016; )  
Al-Ghamdi etal, 2018; Hamdoon etal, 2019; Al-Hussaini etal, 2019; Alasqah etal, 2021; Al-Hazzaa and Albawardi, 2021)، بالإضافة إلى انتشار العديد من الأمراض النفسية بين الشباب كالقلق والإكتئاب ( Al-Eisa etal, 2014; Alhusseini, 2021; Alsulaiman and Abu-Saris, 2021). وهذا ما أكدته دراسة الهزاع Al-Hazzaa (٢٠١٨) عندما قام بمراجعة الدراسات السابقة التي أجريت مؤخراً في المملكة العربية السعودية (systematic review)، والتي تناولت نمط حياة الأطفال والشباب والبالغين (lifestyle behaviors)، حيث توصلت نتائج دراسته في أن الأطفال والشباب والبالغين في المجتمع السعودي يميلون إلى أسلوب الحياة الخاملة وقلة الحركة، مما يجعلهم أكثر عرضة للإصابة بأمراض نقص الحركة.

عليه وفي إطار تحقيق أهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠، أكدت الرؤية على أهمية استثمار الجامعات في بناء الكفاءات اللازمة لتحقيق أهدافها الطموحة، وهذا ما أكدته دراسته أبو عز وعيسى (٢٠١٨) بأن للجامعات السعودية دور كبير في تفعيل رؤية المملكة ٢٠٣٠، من خلال تأهيل الكوادر البشرية تأهيلاً يتناسب مع احتياجات المرحلة المقبلة، ويضيف صبطي وغربي (٢٠٢٠) أن مرحلة البناء والتكوين الحقيقي لعقلية الشباب تتبلور في المرحلة الجامعية، حيث تلعب الجامعة دوراً أساسياً في تنمية جميع جوانب شخصية الطالب المعرفية والنفسية والاجتماعية.

ويؤكد خبراء التربية والترويح أن مؤسسات التعليم الجامعي من أهم المؤسسات التربوية والتي لا يقتصر دورها على التحصيل الدراسي وإعداد الشباب لسوق العمل فحسب، بل يتعدى ذلك إلى استثمار أوقات فراغهم من خلال اكسابهم الوعي الترويحي الرياضي اللازم للاستثمار الأمثل لأوقات الفراغ (Chein, 2017; Sierra- Díaz etal, 2019; Adeoya etal, 2021)، واستغلال طاقات الشباب بطريقة مفيدة وبناءه لإعداد جيل من الشباب يتمتع بالصحة البدنية والنفسية قادراً على مواجهة الحياة بمختلف تغيراتها الاجتماعية والاقتصادية والسياسية والثقافية (الحماحي، ٢٠١٧، جمال، ٢٠١٨، المجدلاوي، ٢٠٢٠)، لاسيما أن أنشطة وقت الفراغ تمثل من (٤٠٪ إلى ٥٠٪) من حياة الشباب (Wegner, 2011)، وأن سلوك وعادات الممارسات الترويحية الرياضية التي تتشكل في هذه المرحلة تنتقل مع الشاب إلى مرحلة البلوغ وتصبح نمطاً متبعاً في سلوك البالغ (Itoh etal, 2017; Hayes, etal, 2019; )، مما سيكسبهم ذلك السلوك الإيجابي بشكل دائم ومستدام

(Aira et al, 2021)، خصوصاً اذا علمنا بأن الاستدامة وُضعت كأمرأً ضرورياً ومن ضمن أهم جهود رؤية المملكة ٢٠٣٠ منذ إطلاقها وذلك لبناء مستقبل مستدام (أهداف التنمية المستدامة، ٢٠١٨).

لذا ينبغي الاهتمام بالكيفية التي يقضي فيها الشباب الجامعي أوقات فراغهم عن طريق رفع مستوى الوعي وبناء الاتجاهات والدوافع لديهم تجاه ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية كأحد أهم مكنات تحقيق التنمية البشرية والبيئة الصحية القادرة على تحقيق مستهدفات رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠.

وبناء على جميع ماسبق برزت الحاجة لتقديم تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويجي الرياضي في الجامعات السعودية، حيث ركزت هذه الدراسة على جامعة الحدود الشمالية، وبذلك تتحدد مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس التالي: ماالتصور المقترح لتعزيز الوعي الترويجي الرياضي في جامعة الحدود الشمالية؟

### أسئلة الدراسة

سعت الدراسة الحالية إلى الإجابة عن التساؤلات التالية:

١. ما دور جامعة الحدود الشمالية في تعزيز الوعي الترويجي الرياضي من وجهة نظر الطلبة؟
٢. هل هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ( $a= 0.05$ ) تعزى لمتغير الجنس، و متغير التخصص) بين متوسطات استجابة عينة الدراسة حول دور جامعة الحدود الشمالية في تعزيز الوعي الترويجي الرياضي؟
٣. ماالتصور المقترح لتعزيز الوعي الترويجي الرياضي في جامعة الحدود الشمالية؟

### أهداف الدراسة

سعت الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية:

١. التعرف على دور جامعة الحدود الشمالية في تعزيز الوعي الترويجي من وجهة نظر الطلبة.
٢. الكشف عن فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $a=0.05$ ) بين متوسطات استجابة عينة الدراسة حول دور الجامعة في تعزيز الوعي الترويجي الرياضي وفقاً لمتغير الجنس، و متغير التخصص.
٣. تقديم تصور مقترح لتطبيق الوعي الترويجي الرياضي في جامعة الحدود الشمالية.

### أهمية الدراسة

تتلور أهمية الدراسة من جانبين هما:

الأهمية النظرية: تستمد هذه الدراسة أهميتها من مناقشتها لمجال من أهم مجالات الترويج وهو مجال الترويج الرياضي كأحد مستهدفات رؤية ٢٠٣٠، وكذلك أنها أضافت للمكتبة الرياضية تصوراً مقترحاً لتعزيز الوعي الرياضي الترويجي في المرحلة الجامعية.

حمود العنزي: تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويحي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية في ضوء ....

الأهمية التطبيقية: يأمل الباحث أن تسهم نتائج هذه الدراسة في تزويد مكتب تطبيق الرؤية ٢٠٣٠ بجامعة الحدود الشمالية بواقع الوعي الرياضي الترويحي في جامعتهم، كما يأمل استفادتهم من التصور الذي اقترحه هذه الدراسة لتعزيز الوعي الرياضي الترويحي عند إعدادهم للخطط والبرامج والأنشطة الأكاديمية، كما يمكن الاستفادة من هذا التصور وتطبيقه في الجامعات السعودية الأخرى.

### حدود الدراسة

اقتصرت الدراسة الحالية على المحددات الآتية:

**الحدود البشرية:** اقتصرت الدراسة على طلاب وطالبات المستويين الأخيرين لمرحلة البكالوريوس في كليات الفرع الرئيس بجامعة الحدود الشمالية، وذلك نتيجة مرورهم بتجربة التعليم الجامعي كاملة.

**الحدود الزمانية:** طبقت الدراسة في الفصل الدراسي الثاني 1442/1443.

**الحدود المكانية:** اقتصرت الدراسة على كليات الفرع الرئيس بجامعة الحدود الشمالية في مدينة عرعر.

**الحدود الموضوعية:** اقتصرت الدراسة على موضوع الوعي الرياضي الترويحي في التعليم الجامعي.

### مصطلحات الدراسة

**الوعي الترويحي الرياضي:** هو اكساب الوعي لغير المتخصصين في المجال الرياضي بالمعارف والمعلومات والمفاهيم المرتبطة بممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية في وقت الفراغ ودورها الإيجابي على جميع جوانب الفرد المختلفة الصحية والنفسية والاجتماعية (الحماحي، ٢٠١٦).

**ويعرفها الباحث إجرائياً بأنها** إكساب طلبة جامعة الحدود الشمالية بالمعلومات والمعارف التي تعمل على تكوين الوعي بفوائد ممارسة النشاط الترويحي الرياضي بهدف تنمية وتعزيز دوافعهم واتجاهاتهم نحو ممارستها، مما يمكنهم من الاستثمار الأمثل لأوقات فراغهم بأنشطة بناءة ومفيدة.

### منهج الدراسة

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الذي يهتم بوصف الحالة أو الظاهرة المدروسة كما توجد في الواقع، حيث يعد هو الأسلوب الأنسب نظراً لملاءمته لتحقيق أهداف الدراسة في الكشف عن البيانات والمعلومات المتعلقة بدور الجامعة في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي، وتصنيفها، وتنظيمها، والتعبير عنها، للوصول الى استنتاجات تساعد على وضع تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويحي الرياضي.

### مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة المستويين الأخيرين لمرحلة البكالوريوس في كليات الفرع الرئيس (العلمية، والنظرية) بجامعة الحدود الشمالية والبالغ عددهم (٣٢٦١) طالباً وطالبة بناء على إحصائية عمادة القبول

والتسجيل بجامعة الحدود الشمالية عام (٢٠٢٢م)، وقد اقتصرَت الدراسة على هذين المستويين الأخيرين فقط؛ وذلك كون الطلبة مروا بتجربة التعليم الجامعي كاملة.

### عينة الدراسة

أُخْتِيرت عينة عشوائية طبقية (٤٠٠ طالباً وطالبة) من مجتمع الدراسة روعي في اختيارهم النسب التمثيلية لمتغيرات الدراسة (الجنس، والكليات العلمية والنظرية). تم توزيع (٤٠٠) استبانة، وبلغ عدد الاستبانات المسترجعة (٣٩٤) استبانة. وبعد الاطلاع عليها واستبعاد غير الصالح منها أصبح عددها (٣٨٨) استبانة، وبما يعادل (١٢٪) من إجمالي مجتمع الدراسة، وقام الباحث بتطبيق الدراسة في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ١٤٤٣/١٤٤٢ هـ. والجدول (١) يوضح توزيع أفراد العينة وفقاً لمتغيرات الدراسة:

الجدول (١) توزيع العينة وفقاً لمتغيرات الدراسة (الجنس، التخصص)

| المتغير | الفئات  | التكرار | النسبة |
|---------|---------|---------|--------|
| الجنس   | ذكر     | ١٩١     | ٤٩,٢   |
|         | أنثى    | ١٩٧     | ٥٠,٨   |
| التخصص  | نظري    | ١٨٩     | ٤٨,٧   |
|         | علمي    | ١٩٩     | ٥١,٣   |
|         | المجموع | ٣٨٨     | ١٠٠    |

### أداة الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة تم إعداد استبانة لجمع المعلومات بعد أن تم التحقق من صدقها وثباتها، حيث صُمِّمت وفقاً لأهداف الدراسة وتساؤلاتها واستناداً على الإطار النظري والدراسات السابقة، حيث تكونت الاستبانة من قسمين؛ اشتمل القسم الأول على بيانات لوصف العينة وفقاً لمتغير الجنس، والتخصص. وتكون القسم الثاني من عبارات الاستبانة وعددها (٣٨) عبارة، موزعة على ثلاث محاور على النحو الآتي:

١. محور عضو هيئة التدريس، وعدد عباراته (١١) عبارة.
٢. محور المقررات الدراسية: ويقصد بها مقررات الجامعة، وعدد عباراته (١١) عبارات.
٣. محور الأنشطة الطلابية وعدد عباراته (١٦) عبارات.

وتم حساب طول الفئة لتصنيف الاجابات إلى مستويات متساوية المدى باستخدام سلم ليكرت خماسي التدريب (Likert scale) من خلال المعادلة التالية: طول الفئة = (أكبر قيمة - أقل قيمة) ÷ عدد بدائل المقياس = (٥ - ١) ÷ ٠,٨ = ٥.

واعتمد الباحث درجة دور الجامعة في تعزيز الوعي الترويجي الرياضي من خلال الحكم على عبارات الاستبانة ومحاورها، بناء على قيمة المتوسط الحسابي، حيث تُعطى أوافق بشدة عند التصحيح (٥) درجات، أوافق وتعطى

حمود العنزي: تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويجي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية في ضوء ...

(٤) درجات، أوافق بدرجة متوسطة (٣) درجات، لا أوافق وتعطى درجتين، لا أوافق بشدة وتعطى درجة واحدة. وبناء على ذلك تم حساب المتوسط الحسابي لتحديد درجة مساهمة الجامعة في تعزيز الوعي الترويجي الرياضي، كما يلي:

جدول (٢) طريقة تصحيح مقياس ليكرت ذي التدرج الخماسي.

| التدرج             | الدرجة المقابلة | الفئة المقابلة | دورها في تعزيز الوعي الترويجي الرياضي |
|--------------------|-----------------|----------------|---------------------------------------|
| أوافق بشدة         | ٥               | ٥,٠٠ - ٤,٢١    | عالي جداً                             |
| أوافق              | ٤               | ٤,٢٠ - ٣,٤١    | عالي                                  |
| أوافق بدرجة متوسطة | ٣               | ٣,٤٠ - ٢,٦١    | متوسط                                 |
| لا أوافق           | ٢               | ٢,٦٠ - ١,٨١    | ضعيف                                  |
| لا أوافق بشدة      | ١               | ١,٨٠ - ١,٠٠    | ضعيف جداً                             |

وتم التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس كالتالي:

**صدق الأداة:** للتأكد من صدق الأداة تم إخضاعها للإجراءات التالية:

#### أ- الصدق الظاهري (صدق المحكمين **Trustees validity**) :

تم عرض الأداة في صورتها الأولية (مكونة من ٤٦ عبارة) على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص في الترويج الرياضي، وذلك لاستطلاع آرائهم حول مدى وضوح كل عبارة من عبارات المقياس، ومدى أهميتها ومناسبتها للمقياس، كما طُلب منهم إجراء التعديلات بالإضافة أو الحذف أو إعادة الصياغة، حيث بلغ عددهم (١١) محكماً، استجاب منهم ٩ محكمين، وتم إجراء التعديلات بناءً على ملاحظات المحكمين وتصوراتهم والتي أتفق عليها (٨٠٪) منهم، حيث أصبح المقياس في صورته النهائية (٣٨ عبارة).

#### ب- صدق الاتساق الداخلي **Internal Consistency** :

تم حسابه عن طريق حساب معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين عبارات الأداة والدرجة الكلية والمحور الذي تنتمي إليه، وجاءت معاملات الارتباط كما يلي:

جدول (٣) معاملات الارتباط بين العبارات والمحور المنتمى إليه، والدرجة الكلية للمقياس

| محور الأنشطة الطلابية    |                          |             | محور المقررات الدراسية   |                          |             | محور عضو هيئة التدريس    |                          |             |
|--------------------------|--------------------------|-------------|--------------------------|--------------------------|-------------|--------------------------|--------------------------|-------------|
| معامل الارتباط مع الأداة | معامل الارتباط مع المحور | رقم العبارة | معامل الارتباط مع الأداة | معامل الارتباط مع المحور | رقم العبارة | معامل الارتباط مع الأداة | معامل الارتباط مع المحور | رقم العبارة |
| **٠,٦٦١                  | **٠,٧٦٢                  | ٢٣          | **٠,٨٤٨                  | **٠,٩٢٣                  | ١٢          | **٠,٧١٦                  | **٠,٨٨٤                  | ١           |
| **٠,٧٥٨                  | **٠,٨٨٣                  | ٢٤          | **٠,٦٩٦                  | **٠,٧٨٤                  | ١٣          | **٠,٧٧٠                  | **٠,٨٤٣                  | ٢           |
| **٠,٨٣٩                  | **٠,٨٨٠                  | ٢٥          | **٠,٧٥٣                  | **٠,٨٩٥                  | ١٤          | **٠,٦٩٠                  | **٠,٨٥٢                  | ٣           |
| **٠,٨١١                  | **٠,٨٩٢                  | ٢٦          | **٠,٧٦٥                  | **٠,٧٨٠                  | ١٥          | **٠,٦٥٧                  | **٠,٨٣٧                  | ٤           |
| **٠,٨٠٤                  | **٠,٩٤١                  | ٢٧          | **٠,٧٥٠                  | **٠,٨٨٧                  | ١٦          | **٠,٧٨٢                  | **٠,٧٩٧                  | ٥           |

| محور الأنشطة الطلابية    |                          |             | محور المقررات الدراسية   |                          |             | محور عضو هيئة التدريس    |                          |             |
|--------------------------|--------------------------|-------------|--|--------------------------|-------------|--------------------------|--------------------------|-------------|
| معامل الارتباط مع الأداة | معامل الارتباط مع المحور | رقم العبارة | معامل الارتباط مع الأداة   | معامل الارتباط مع المحور | رقم العبارة | معامل الارتباط مع الأداة | معامل الارتباط مع المحور | رقم العبارة |
| **٠,٧٨٣                  | **٠,٩٤٤                  | ٢٨          | **٠,٧٧٨  | **٠,٨٤٣                  | ١٧          | **٠,٦٦٤                  | **٠,٨٨٠                  | ٦           |
| **٠,٧٥٢                  | **٠,٩٣٣                  | ٢٩          | **٠,٦٨٩  | **٠,٧٤١                  | ١٨          | **٠,٦٨٦                  | **٠,٦٩٦                  | ٧           |
| **٠,٧٥٨                  | **٠,٩٠٤                  | ٣٠          | **٠,٧٣٤  | **٠,٨٥٣                  | ١٩          | **٠,٧٩٣                  | **٠,٧٩٢                  | ٨           |
| **٠,٦٨٧                  | **٠,٨٧٠                  | ٣١          | **٠,٦٥٩  | **٠,٧٨٠                  | ٢٠          | **٠,٦٦٧                  | **٠,٨٦٣                  | ٩           |
| **٠,٦٠٢                  | **٠,٧٤٤                  | ٣٢          | **٠,٧٣٤  | **٠,٨١٣                  | ٢١          | **٠,٧١٠                  | **٠,٨٤٧                  | ١٠          |
| **٠,٨٤١                  | **٠,٩١٦                  | ٣٣          | **٠,٦٣٣  | **٠,٨٨٢                  | ٢٢          | **٠,٧٥٢                  | **٠,٨٦٦                  | ١١          |
| **٠,٧٤٧                  | **٠,٨٦٠                  | ٣٤          | <p>*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥).<br/> **دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠١).<br/> تشير نتائج جدول (٣) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي لجميع عبارات الأداة.</p> |                          |             |                          |                          |             |
| **٠,٧١٢                  | **٠,٨٠١                  | ٣٥          |  |                          |             |                          |                          |             |
| **٠,٨٤٠                  | **٠,٩٠٤                  | ٣٦          |  |                          |             |                          |                          |             |
| **٠,٧١٦                  | **٠,٨٤١                  | ٣٧          |  |                          |             |                          |                          |             |
| **٠,٦٦٢                  | **٠,٧١٠                  | ٣٨          |  |                          |             |                          |                          |             |

كما تم حساب معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين المحاور ببعضها والدرجة الكلية، وجاءت على النحو التالي:

جدول (٤) معاملات الارتباط بين المحاور وبعضها والدرجة الكلية للأداة

| الدرجة الكلية | الأنشطة الطلابية | المقررات الدراسية | عضو هيئة التدريس | المحور            |
|---------------|------------------|-------------------|------------------|-------------------|
| -             | -                | -                 | ١                | عضو هيئة التدريس  |
| -             | -                | ١                 | **٠,٦٢٧          | المقررات الدراسية |
| -             | ١                | **٠,٧٣٠           | **٠,٧٣٤          | الأنشطة الطلابية  |
| ١             | **٠,٩٨٠          | **٠,٨٦٣           | **٠,٨٥١          | الدرجة الكلية     |

\*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥).  
\*\*دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠١).

ويتضح من الجدول (٤) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، وهذا يشير إلى صدق الاتساق الداخلي لمحاور الأداة.

ثبات الأداة **Reliability**: للتأكد من ثبات هذا المقياس، قام الباحث باستخدام اختبار ألفا كرونباخ، كما يلي:

جدول (٥) معاملات ثبات ألفا كرونباخ

| معامل ثبات ألفا كرونباخ | المحور            |
|-------------------------|-------------------|
| ٠,٩٤                    | عضو هيئة التدريس  |
| ٠,٩٢                    | المقررات الدراسية |
| ٠,٩٥                    | الأنشطة الطلابية  |
| ٠,٩٦                    | الدرجة الكلية     |

حمود العنزي: تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويحي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية في ضوء ...

يتضح من الجدول السابق (٥) معامل ثبات الأداة بلغ (٠,٩٦)، وهي قيمة مرتفعة، مما يدل أن الاستبانة تتمتع بدرجة عالية من الثبات.

### المعالجة الاحصائية

استخدمت الدراسة الأساليب الإحصائية ذات الصلة بالتساؤلات الرئيسية للدراسة، وهي:  
للإجابة عن السؤال الأول استخدمت المتوسطات الحسابية Mean ، والانحرافات المعيارية Standard Deviation std، لمعرفة دور جامعة الحدود الشمالية في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي.  
للإجابة عن السؤال الثاني أستخدم اختبار ت (t-test) لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسطات وفقاً لمتغير للجنس (ذكر، أنثى)، والتخصص (علمي، نظري).

### نتائج الدراسة ومناقشتها

فيما يلي عرض لنتائج الدراسة ومناقشتها وفقاً لتسلسل أسئلة الدراسة :  
أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما دور جامعة الحدود الشمالية في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي من وجهة نظر الطلبة؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، والجدول التالي يوضح ذلك:  
جدول (٦) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدور جامعة الحدود الشمالية في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي

من وجهة نظر الطلبة مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية (ن=٣٨٨)

| الرتبة   | الرقم | المجال            | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | دور المحور |
|--|-------|-------------------|-----------------|-------------------|------------|
| ٣  | ١     | عضو هيئة التدريس  | ٢,٥٧            | ٠,٨٦٥             | ضعيف       |
| ٢  | ٢     | المقررات الدراسية | ٢,٧٥            | ٠,٧٤٦             | متوسط      |
| ١  | ٣     | الأنشطة الطلابية  | ٣,٢٢            | ٠,٨٥٧             | متوسط      |
| الدرجة الكلية لدور الجامعة في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي |       |                   |                 |                   |            |
|  |       |                   | ٢,٨٤٩           | ٠,٧١٥             | متوسط      |

يتضح من الجدول (٦) أن المتوسط الحسابي لدور جامعة الحدود الشمالية في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي من وجهة نظر الطلبة بلغ (٢,٨٤٩)، وبمستوى متوسط. في حين تراوحت المتوسطات الحسابية للمحاور ما بين (٢,٥٧-٣,٢٢)، حيث جاء محور الأنشطة الطلابية في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي (٣,٢٢٤). ويعزو الباحث ذلك كون برامج الأنشطة الطلابية في الجامعة تحتوي على أنشطة رياضية تتيح للطلاب ممارستها، مما ساهم برفع مستوى دورها في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي لدى الطلاب. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة بن سميشه (٢٠١٩) والتي أشارت نتائجها إلى أن ممارسة الأنشطة الرياضية أدت إلى رفع مستوى الوعي الترويحي الثقافي الرياضي، وذلك نظراً لما تحققه تلك الممارسة من الفهم وسلامة الادراك وتزويد الطالب بالوعي الكافي

بفوائد ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية، وذلك من خلال التجربة الفعلية أثناء ممارستها ومعايشة انعكاساتها الإيجابية على صحتهم البدنية والنفسية والاجتماعية. ويؤكد ذلك ماتوصلت إليه دراسة كايا وآخرون ( Kaya etal، 2015) الى الممارسين للأنشطة الرياضية كانت لديهم اتجاهات ايجابية نحو ممارسة الأنشطة الرياضية بدرجة أكبر من غير الممارسين.

بينما جاء محور دور المقررات الدراسية في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (٢,٧٥١) وبمستوى ضعيف، وقد يعود ذلك إلى أن جامعة الحدود الشمالية ركزت عند توصيف مقرراتها الدراسية المتعلقة بأهداف ومخرجات التعلم للمقرر الدراسي على معايير الجودة لغرض الحصول على الاعتماد الأكاديمي لبرامجها الدراسية، ولكنها لم تركز على أهمية تعزيز الوعي الترويحي الرياضي لتلبية لأهداف رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ في رفع نسب المشاركين في الأنشطة الترويحية الرياضية والوصول بالأفراد الى مستوى عالي من جودة الحياة. وتختلف هذه النتيجة مع ما أشارت اليه توصيات (الشهري والجعد، ٢٠٢٠) في ضرورة أن يكون لمناهج التعليم دور في تنمية وعي الطلاب برؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠. كما تختلف هذه النتيجة مع ما توصلت له دراسة (أبو عز وعيسى، ٢٠١٨) والتي أكدت على ضرورة التطوير المستمر لأهداف ومخرجات المقررات الدراسية في المرحلة الجامعية بما يتناسب مع تعزيز القيم والاتجاهات المرتبطة بتحقيق مستهدفات رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠.

وجاء محور دور عضو هيئة التدريس في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي في المرتبة الثالثة وبدرجة ضعيفة (٢,٥٧٣)، مما يعني أن هناك قصور في دور عضو هيئة التدريس بالجامعة في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي، وقد يعود ذلك إلى حرص عضو هيئة التدريس على التحصيل الأكاديمي والمذاكرة، وقناعاته بعدم اضاءة أوقات الطلاب في اي نشاط آخر غير الأنشطة المرتبطة بالتحصيل العلمي. هذه النتيجة تتفق مع ما جاء في دراسة (الريس، ٢٠١٩) والتي رأى فيها أعضاء هيئة التدريس بالجامعة بأن من أهم أسباب التعثر الأكاديمي للطلاب الجامعي هو عدم استغلاله لوقت الفراغ في عملية الاستذكار.

ولتفسير النتائج المتعلقة بمدى تعزيز الوعي الترويحي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية، قام الباحث بإعداد الجداول التالية الموضحة لمحاور الاستبانة وعباراتها مفصلة تحت محاورها على النحو التالي:

حمود العنزي: تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويحي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية في ضوء ...

## المحور الأول: عضو هيئة التدريس

جدول (٧) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة البحث على محور عضو هيئة التدريس

مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية (ن = ٣٨٨)

| الرقم            | العبارة   | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الترتيب | المستوى |
|------------------|---|-----------------|-------------------|---------|---------|
| ٩                | يبين عضو هيئة التدريس دور الأنشطة الترويحية الرياضية في وقت الفراغ للوقاية من الانحراف السلوكي.         | ٣,١١            | ٠,٩٧٤             | ١       | متوسط   |
| ١١               | يتناقش عضو هيئة التدريس مع الطلبة عن هواياتهم الترويحية الرياضية المختلفة التي يمارسونها في وقت الفراغ. | ٣,٠٢            | ٠,٨٤٣             | ٢       | متوسط   |
| ٤                | يبرز عضو هيئة التدريس خطورة قلة الحركة والحمول البدني على الصحة.  | ٢,٨٤            | ٠,٨٩٨             | ٣       | متوسط   |
| ٥                | يتحدث عضو هيئة التدريس عن هواياته الترويحية الرياضية.   | ٢,٦٤            | ٠,٩٦١             | ٤       | متوسط   |
| ١                | يبين عضو هيئة التدريس أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية على زيادة التحصيل الأكاديمي.              | ٢,٦             | ٠,٩٧٧             | ٥       | ضعيف    |
| ٧                | يحث عضو هيئة التدريس الطلاب البدناء على ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية للتخلص من الشحوم.             | ٢,٥٩            | ١,٠١١             | ٦       | ضعيف    |
| ٢                | يشجع عضو هيئة التدريس نمط الحياة الصحية من خلال ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.                      | ٢,٤٨            | ٠,٨٦٧             | ٧       | ضعيف    |
| ٣                | يحث عضو هيئة التدريس طلابه على أهمية الاشتراك بالأنشطة الطلابية الرياضية التي تنظمها الجامعة.           | ٢,٣٣            | ٠,٨٧٧             | ٨       | ضعيف    |
| ٦                | يعد عضو هيئة التدريس في الجامعة قدوة لطلابيه في ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.                      | ٢,٣٢            | ٠,٨١٦             | ٩       | ضعيف    |
| ٧                | يركز عضو هيئة التدريس على فوائد الترويح الرياضي في تكوين شخصية الطالب.                                  | ٢,٢١            | ٠,٩٤٨             | ١٠      | ضعيف    |
| ١٠               | يشجع عضو هيئة التدريس على ارتياد الأندية الرياضية في وقت الفراغ.  | ٢,١٧            | ٠,٨٢٢             | ١١      | ضعيف    |
| متوسط دور المحور |   | ٢,٥٧٣           | ٠,٨٥٦             |         | ضعيف    |

يتضح من الجدول (٧) أن استجابات العينة على عبارات محور عضو هيئة التدريس تراوحت ما بين (٢,١٧) - (٣,١١)، جاءت العبارة رقم (٩) ونصها " يبين عضو هيئة التدريس دور الأنشطة الترويحية الرياضية في وقت الفراغ للوقاية من الانحراف السلوكي"، في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (٣,١١)، وقد تعزى هذه النتيجة الى المام عضو هيئة التدريس بطبيعة هذه المرحلة العمرية وحاجاتها، وحجم وقت الفراغ الكبير الذين تمتلكه هذه العمرية ومخاطر الانحراف التي تواجههم بسبب وقت الفراغ، لذا حرصوا على توجيه وارشاد الطلاب الى إشغال أوقات فراغهم بأنشطة رياضية بغرض تحصيلهم من الممارسات السلوكية المنحرفة التي تخالف قيم وثقافة المجتمع السعودي. وتتفق هذه النتيجة إلى ما توصلت إليه نتائج دراسة (عبدالله، ٢٠١٧) إلى الدور الهام والكبير لعضو هيئة التدريس في الجامعة في رصد مظاهر الانحراف لدى الطلاب، والمساهمة في تصحيحها، وتوجيههم إلى استثمار أوقات الفراغ فيما هو نافع بالنسبة لهم ولمجتمعهم.

## المحور الثاني: المقررات الدراسية

جدول (٨) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة البحث على محور المقررات الدراسية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات

الحسابية (ن=٣٨٨)

| الرقم                | العبارة  | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الترتيب | المستوى |
|----------------------|--|-----------------|-------------------|---------|---------|
| ٢                    | تبرز المقررات الدراسية مضار الحمول وقلة الحركة على الصحة.  | ٣,٣١            | ٠,٧٣١             | ١       | متوسط   |
| ١١                   | تبين المقررات الدراسية التأثير الإيجابي لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية على الصحة النفسية كالثقة بالنفس وتقدير الذات. | ٣,١٧            | ٠,٧٤٨             | ٢       | متوسط   |
| ٤                    | تبين المقررات الدراسية أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية على الصحة ومقاومة المرض.                                  | ٢,٩٤            | ٠,٧٧٩             | ٣       | متوسط   |
| ١٠                   | توضح المقررات الدراسية أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية في التخلص من أعباء المذاكرة وتجديد النشاط الذهني.         | ٢,٨٧            | ٠,٨١٠             | ٤       | متوسط   |
| ٩                    | تؤكد مخرجات التعلم للمقرر الدراسي على ارتباط الأنشطة الترويحية الرياضية بالتحصيل العلمي للمقرر.                          | ٢,٧٦            | ٠,٩١٢             | ٥       | متوسط   |
| ٦                    | تشجع المقررات الدراسية أهمية استثمار الطلاب لأوقات فراغهم بأنشطة ترويحية رياضية مفيدة.                                   | ٢,٧١            | ١,١٠٢             | ٦       | متوسط   |
| ١                    | تنمي المقررات الدراسية الاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية والإقبال عليها.                                   | ٢,٦٨            | ٠,٧٤٨             | ٧       | متوسط   |
| ٧                    | تؤكد مخرجات التعلم للمقرر الدراسي على تنمية الوعي الترويحي الرياضي   | ٢,٦٨            | ٠,٧٧٩             | ٧       | متوسط   |
| ٥                    | تسهم المقررات الدراسية في توضيح دور الترويح الرياضي في التخلص من الضغوط النفسية كالقلق والاكتئاب.                        | ٢,٥١            | ٠,٧١٠             | ٩       | ضعيف    |
| ٣                    | تتضمن مفردات المقررات الدراسية مفاهيم ترتبط بتعزيز ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية                                     | ٢,٣٦            | ٠,٧٦٦             | ١٠      | ضعيف    |
| ٨                    | تنمي مخرجات التعلم للمقرر الدراسي القيم المرتبطة بالترويح الرياضي.   | ٢,٢٧            | ٠,٨١٩             | ١١      | ضعيف    |
| متوسط دور المحور ككل |  | ٢,٧٥١           | ٠,٧٤٦             | ضعيف    |         |

يتضح من الجدول (٨) أن استجابات العينة على عبارات محور المقررات الدراسية تراوحت ما بين (٢,٢٧) - (٣,٣١)، جاءت العبارة رقم (٢) ونصها " تبرز المقررات الدراسية مضار الحمول وقلة الحركة على الصحة."، في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (٣,٣١)، في حين جاءت العبارة رقم (٨) ونصها " تنمي مخرجات التعلم للمقرر الدراسي القيم المرتبطة بالترويح الرياضي" في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي (٢,٢٧) وبمستوى ضعيف. وقد يعود ذلك الى ضعف ادراك واضعي مفردات المقررات الدراسية بالجامعة بأهمية تنمية القيم الترويحية الرياضية لزيادة نسب ممارسة الأنشطة وتحقيق الفوائد البدنية والنفسية والاجتماعية المرجوه منها. وتتفق هذه النتيجة جزئياً مع دراسة (عامر، ٢٠١٦) والتي توصلت نتائجها الى انخفاض مستوى الاهتمام بالثقافة الترويحية الرياضية التي تنمي القيم نحو ممارستها في بعض مخرجات التعلم للمقررات الدراسية عند مقارنته بين المسارات المختلفة للتربية الرياضية بالجامعة.

حمود العنزي: تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويجي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية في ضوء ...

### المحور الثالث: الأنشطة الطلابية

جدول (٩) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة البحث على محور الأنشطة الطلابية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات

الحسابية (ن=٣٨٨)

| الرقم                | العبارة   | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الترتيب | المستوى |
|----------------------|---|-----------------|-------------------|---------|---------|
| ٤                    | ساهمت الفوائد الصحية المكتسبة من ممارسة الأنشطة الطلابية الرياضية إلى الاستمرار بممارستها أثناء وقت فراغي.  | ٣,٧٨            | ٠,٩١٠             | ١       | عالي    |
| ٥                    | تشابه أنشطة الترويج الرياضي في وقت فراغي إلى حد كبير مع الأنشطة الطلابية في الجامعة.                        | ٣,٦٩            | ٠,٨١٢             | ٢       | عالي    |
| ٦                    | تكسب الأنشطة الطلابية مهارات رياضية تحقق لي الاستفادة من وقت فراغي.   | ٣,٦٣            | ١,١٠٤             | ٣       | عالي    |
| ٣                    | تحفز إدارة الأنشطة الطلابية المشاركة بالأنشطة الرياضية عن طريق إقامة المنافسات وتقديم الجوائز.              | ٣,٥٦            | ٠,٨٤١             | ٤       | عالي    |
| ١                    | ساعدني تنوع الأنشطة الطلابية بالجامعة على اختيار النشاط الترويجي الرياضي المناسب لي وقت فراغي.              | ٣,٥             | ٠,٨٥٢             | ٥       | عالي    |
| ١٤                   | ساعدني الأنشطة الطلابية على اكتشاف مواهبي الرياضية.   | ٣,٣٢            | ٠,٩٣٢             | ٦       | متوسط   |
| ١٢                   | القائمين على الأنشطة الطلابية لديهم الكفاءة في تعزيز الوعي الترويجي الرياضي.                                | ٣,٢٨            | ٠,٨١٤             | ٧       | متوسط   |
| ١٥                   | تتيح إدارة الأنشطة الطلابية في الجامعة ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية في الفترة المسائية.                | ٣,٢١            | ٠,٧٤٦             | ٨       | متوسط   |
| ٨                    | ينظم النشاط الطلابي لقاءات مع متخصصين صحيين حول القيمة الصحية لممارسة الأنشطة الرياضية.                     | ٣,١٤            | ٠,٨٠٣             | ٩       | متوسط   |
| ١٦                   | توفر الجامعة ميزانية كافية لإقامة الأنشطة الطلابية الرياضية.  | ٣,١١            | ٠,٨٦٦             | ١٠      | متوسط   |
| ١٠                   | يوفر النشاط الطلابي برامج ونشاطات رياضية متنوعة تناسب جميع الاهتمامات.                                      | ٣,٠٣            | ٠,٨٤٧             | ١١      | متوسط   |
| ٧                    | يقوم النشاط الطلابي بإصدار نشرات ومطويات حول فوائد ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية.                       | ٢,٩٦            | ٠,٩١٥             | ١٢      | متوسط   |
| ٢                    | ساعدني الأنشطة الطلابية الرياضية على الاستمرار الأمثل لوقت فراغي  | ٢,٩٢            | ٠,٩٣٤             | ١٣      | متوسط   |
| ٩                    | ينظم النشاط الطلابي زيارات طلابية لمراكز صحية للتعرف على أثر الخمول وقلة الحركة كمسببات لمرض الضغط والسكري. | ٢,٨٧            | ٠,٩٤٧             | ١٤      | متوسط   |
| ١٣                   | أتاح تنوع برامج الأنشطة الطلابية تعلم خبرات ومهارات رياضية جديدة.   | ٢,٨٣            | ٠,٨٧٥             | ١٥      | متوسط   |
| ١١                   | يقيم النشاط الطلابي محاضرات توعوية عن فوائد الترويج الرياضي على الصحة النفسية.                              | ٢,٧٦            | ٠,٨٨٦             | ١٦      | متوسط   |
| متوسط دور المحور ككل |   | ٣,٢٢٤           | ٠,٨٥٧             |         | متوسط   |

يتضح من الجدول (٩) أن استجابات العينة على عبارات محور الأنشطة الطلابية تراوحت ما بين (٢,٧٦) - (٣,٧٨)، وبلغ متوسط محور الأنشطة الطلابية ككل (٣,٢٢٤)، وعلى الرغم من احتلال دور محور الأنشطة الطلابية المرتبة الأولى في تعزيز الوعي الترويجي الرياضية مقارنة ببقية المحاور (عضو هيئة التدريس، المقررات الدراسية) إلا أن دورها جاء بدرجة متوسطة، وهذا يعطي انطباعاً بأن هناك قصور أيضاً في دور الأنشطة الطلابية في تعزيز الوعي الترويجي الرياضي، ويختلف ذلك مع ما أشارت إليه دراسة الأحمر (٢٠٢٠) على أهمية أن يكون للأنشطة الطلابية بالجامعات السعودية دور كبير في تحقيق أهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠. وقد تعزى النتيجة إلى ضعف اقبال طلاب جامعة الحدود الشمالية على الاشتراك في الأنشطة الطلابية. ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه دراسة

الهويش (٢٠١٨) على طلبة وطالبات جامعة الدمام الى أن مستوى اشتراك بالأنشطة الطلابية جاء بدرجة منخفضة. لذا تؤكد دراسة الغفيصان (٢٠٢٠) الى ضرورة اشراك الطلاب بالأنشطة الطلابية الجامعية التي تناسب ميولهم وقدراتهم وحسب الامكانيات المتاحة لهم لتحقيق الأهداف التربوية واكسابهم الخبرات والمهارات التي تؤدي الى تنمية شخصيتهم واتجاهاتهم بطريقة مباشرة.

جاءت العبارة رقم (٤) ونصها " ساهمت الفوائد الصحية المكتسبة من ممارسة الأنشطة الطلابية الرياضية إلى الاستمرار بممارستها أثناء وقت فراغي." في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٣,٧٨) وبمستوى عالي، ويُعزى ذلك إلى إدراك الطلاب بفوائد ممارسة الأنشطة الطلابية الرياضية على الصحة مما دفعهم للاستمرار في ممارستها بأوقات فراغهم. وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه جمال (٢٠١٨) في أن الوعي الترويحي يعمل كقوة دفع ومحرك للفرد للانتظام في ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.

وجاءت العبارة (٥) ونصها " تتشابه أنشطة الترويح الرياضي في وقت فراغي إلى حد كبير مع الأنشطة الطلابية في الجامعة" في المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (٣,٦٩) وبمستوى عالي. وقد يعود ذلك الى أن ممارسة الأنشطة الطلابية الرياضية أكسبت الطالب السلوك الترويحي لأنشطة رياضية معينة من خلال تنمية المهارات والمعارف والاهتمامات المرتبطة بتلك النشاطات الطلابية الرياضية، مما أدى إلى زيادة اتجاهاته ورغبته لممارسة تلك الأنشطة الرياضية في وقت فراغه. كما وتضيف الدراسات الى أن ذلك السلوك الترويحي الرياضي الذي يكتسبه الفرد لا تقتصر ممارسة على وقت الفراغ فحسب، بل يتعدى ذلك الى استمرارية ممارسته خلال مراحل عمره المختلفة (Hayes, etal, 2019; Aira etal, 2021).

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة (مرعي والبطراوي، ٢٠٢١) على طلاب جامعة الملك فيصل الى ضرورة تفعيل المشاركة في الأنشطة الطلابية لدورها في اكتشاف الهوايات الرياضية من خلال صقل مهارات وإمكانيات الطلاب بهدف تكوين الميول الاتجاهات نحو ممارسة أنشطة ترويحية رياضية مناسبة لقدراتهم تمكنهم من ملء أوقات فراغهم بأنشطة مفيدة كونها تعد استراتيجيات وقائية لانحراف سلوك طلاب الجامعة في تعاطي المخدرات.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية ( $a=0.05$ ) بين متوسطات استجابات أفراد العينة حول مدى تعزيز الوعي الترويحي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية تعزى لمتغيرات الجنس، والتخصص ؟

## ١. متغير الجنس

للإجابة عن السؤال تم استخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (١٠) اختبار "ت" لدلالة الفروق وفقاً لمتغير الجنس حول دور جامعة الحدود الشمالية

### في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي

| الجنس | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة "ت" | درجات الحرية | الدلالة الإحصائية |
|-------|-------|-----------------|-------------------|----------|--------------|-------------------|
| ذكر   | ١٩١   | ٢,٩٥            | ٠,٧٣٧             | ٢,١٣٨    | ٣٨٦          | ٠,٠٣٣             |
| أنثى  | ١٩٧   | ٢,٧٣            | ٠,٦٩٣             |          |              |                   |

يتبين من الجدول رقم (١٠) وجود فروق ذات دلالة إحصائية ( $0.05=a$ ) تعزى لأثر الجنس لصالح الذكور، مما يعني أن الذكور سجلوا دوراً أكبر للجامعة في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي مقارنة بالإناث، وقد يعود ذلك إلى عدم توفر فرص ممارسة الأنشطة الرياضية للإناث بالجامعة، وضعف دور الجامعة في أكسابهن معلومات ومفاهيم مرتبطة بفوائد ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية في وقت الفراغ نظراً لعلم الجامعة بطبيعة المجتمع السعودي بشكل عام ومجتمع الشمال بشكل خاص، كونه مجتمع قبلي يرفض غالبية خروج الفتاة في الأماكن العامة لممارسة أي نوع من أنواع الرياضة، مما أدى إلى تجاهل الجامعة لدورها في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي للإناث مقارنة بالذكور. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة العنزي (٢٠١٨) والتي أجريت على الإناث وعلى نفس مجتمع الدراسة الحالية (جامعة الحدود الشمالية)، بأن الأنشطة السلبية التي تتميز بقلّة الحركة كانت في مقدمة الأنشطة التي تمارسها الطالبة في وقت فراغها. كما تتفق هذه الدراسة مع ماتوصلت إليه دراسة الهويش (٢٠١٨) إلى وجود فروق داله لمتغير الجنس في درجة الاشتراك في الأنشطة الطلابية بالجامعة وذلك لصالح الذكور، وبالتالي ساهم محور الأنشطة الطلابية مع بقية المحاور الأخرى في إيجاد الفروق بين الذكور والإناث ولصالح الذكور نحو دور الجامعة ككل في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي. في حين تختلف هذه النتيجة جزئياً مع ماتوصلت إليه دراسة (الأحمري، ٢٠٢٠) في عدم وجود فروق بين الإناث والذكور عند تقييم دور التي تلعبه الأنشطة الطلابية في الجامعات السعودية في تحقيق أهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠ وذلك من وجهة نظر الطلاب أنفسهم.

## ٢. متغير التخصص

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمعرفة دور التخصص تعزيز الوعي الترويحي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية من وجهة نظر الطلبة حسب متغير التخصص، ولبيان الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام اختبار "ت"، والجدول أدناه يوضح ذلك.

في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي

| التخصص    | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة "ت" | درجات الحرية | الدلالة الإحصائية |
|-----------|-------|-----------------|-------------------|----------|--------------|-------------------|
| تخصص نظري | ١٨٩   | ٢,٧١            | ٠,٦٨٨             | ٢,١١٥    | ٣٨٦          | ٠,٠٣٦             |
| تخصص علمي | ١٩٩   | ٢,٩٨            | ٠,٧٤٢             |          |              |                   |

يلاحظ من الجدول (١١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $a=0.05$ ) حول دور الجامعة في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي تعزى لمتغير التخصص، وذلك لصالح التخصصات العلمية، وقد يعود ذلك نظراً لطبيعة التخصصات العلمية وكون محاور الدراسة الحالية (عضو هيئة التدريس، والمقررات الدراسية) في التخصصات العلمية أكثر ارتباطاً بمواضيع فوائد ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية مقارنة بالتخصصات النظرية، حيث يدرك طالب التخصصات العلمية فوائد وتأثير ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية على صحة الفرد كدراسة أثرها على أجهزة الجسم المختلفة كالجهاز القلبي الوعائي والجهاز التنفسي والعضلي. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الشعلان وآخرون، ٢٠١٤، صالح والأحمدي، ٢٠١٦، محمود، ٢٠٢٠)، في أن دراسة المقررات التي تحتوي على المعلومات والمفاهيم المرتبطة بالأنشطة الترويحية الرياضية وفوائد ممارستها تعزز وعي الطلاب بأهمية ممارستها. ويتفق ذلك جزئياً مع ماتوصلت إليه الهويش (٢٠١٨) إلى أن طلبة التخصصات العلمية كانوا أكثر مشاركة في الأنشطة الطلابية مقارنة بطلاب التخصصات النظرية. حيث ساهمت طبيعة التخصصات العلمية الى زيادة وعي الطلبة بأهمية الاشتراك في الأنشطة الطلابية، وبالتالي ساهم هذا المحور مع بقية المحاور الأخرى الى أن طلاب العلمي سجلوا دور أكبر للجامعة في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي مقارنة بطلاب النظري.

**ثالثاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: ما التصور المقترح لتعزيز الوعي الترويحي الرياضي في جامعة الحدود الشمالية؟**

يسعى الباحث من خلال الإجابة عن هذا السؤال إلى تحقيق الهدف الرئيس من الدراسة، وهو الوصول إلى تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويحي الرياضي في جامعة الحدود الشمالية، كما يلي:

**أولاً: خطوات بناء التصور**

١. دراسة نتائج بعض الدراسات العربية والأجنبية، وما توصلت له من توصيات ومقترحات، بالإضافة إلى الأطر النظرية ذات العلاقة.
٢. دراسة نتائج الدراسة الميدانية في الدراسة الحالية لواقع دور جامعة الحدود الشمالية (عضو هيئة التدريس، المقررات الدراسية، الأنشطة الطلابية) في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي.

حمود العنزي: تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويجي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية في ضوء ...

٣. بناء التصور المقترح في صورته المبدئية لتعزيز الوعي الترويجي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية مع مراعاة المنطلقات التي بُنيَ عليها.

٤. تحكيم التصور المبدئي المقترح من قبل تسعة محكمين متخصصين بمجال الترويج الرياضي.

٥. اعتماد التصور المقترح في صورته النهائية لتعزيز الوعي الترويجي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية.

### ثانياً: أهداف التصور المقترح

يهدف التصور المقترح إلى زيادة دور جامعة الحدود الشمالية في تعزيز الوعي الترويجي لدى طلبتها من خلال إكسابه المعارف والقيم والمهارات الترويجية الرياضية.

### ثالثاً: منطلقات التصور

اعتمد التصور على مجموعة من المنطلقات، تتمثل فيما يلي:

١. وثيقة برنامج جودة الحياة كأحد أهم برامج رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠، والتي يُعنى بتحسين جودة حياة الفرد وتهيئة البيئة اللازمة لرفع نسب مشاركتهم في الأنشطة الترويجية الرياضية لاعدادهم وتأهيلهم للمشاركة في تحقيق أهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠، وهذا بدوره يضع على عاتق المتخصصين في المجال الترويجي ضرورة المشاركة تنمية الوعي الترويجي الرياضي للمساهمة في تحقيق أهداف الرؤية.

٢. وثيقة سياسة التعليم في المملكة العربية السعودية، حيث أكدت على أهمية التعليم العالي في إعداد جيل يساعد على دعم كافة المجالات في المملكة العربية السعودية، وهذا بدوره يضع على عاتق الجامعات توعية طلابها فكرياً وخاصة فيما يتعلق بتعزيز وعيهم نحو ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية.

٣. الخطة الاستراتيجية لجامعة الحدود الشمالية، حيث أكدت على مبادئ وأهداف أساسية من ضمنها بناء الكفاءات البشرية لاعدادهم لسوق العمل ليصبحوا مواطنين منتجين صالحين مستقبلاً، وهذا يتطلب إعداد برامج تعزز الوعي الترويجي الرياضي لدى الطلبة لتحقيق أهداف الممارسة الترويجية الرياضية في بناء الشخصية وإعداد كوادر بشرية قادرة صحياً ونفسياً وعقلياً واجتماعياً على تلبية متطلبات سوق العمل في ظل المتغيرات المعاصرة والتقدم التكنولوجي الذي أدى الى انتشار الأمراض البدنية والنفسية المرتبطة بالحمول البدني ونقص الحركة.

٤. مكتب تحقيق الرؤية في جامعة الحدود الشمالية، حيث أكد على دور الكليات و العمادات المساندة ومختلف قطاعات الجامعة لإنشاء وتطوير مبادرات وبرامج بمختلف أنواعها تساهم في تحقيق رؤية المملكة ٢٠٣٠ .

٥. نتائج بعض الدراسات العربية والأجنبية، ونتائج الدراسة الميدانية في الدراسة الحالية، والتي أكدت على أهمية تعزيز الاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية، وأوصت أن يكون للجامعات دور في تعزيز الوعي

الترويحي الرياضي لاكساب طلبتها السلوك الترويحي الرياضي الذي يستمر معهم حتى بعد تخرجهم وخلال مراحل اعمارهم المختلفة.

#### رابعاً: مبررات التصور المقترح

دعت مجموعة من المبررات إلى تقديم هذا التصور، وتتلخص في النقاط التالية:

١. الحاجة إلى زيادة نسب مشاركة الأفراد للأنشطة الترويحية الرياضية من خلال رفع الوعي الترويحي الرياضي لدى الطالب الجامعي لإكسابه المعارف والمعلومات والمفاهيم المرتبطة بممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية التي تنمي الاتجاهات نحو ممارستها، ليستطيع أن يؤدي دوره في تحقيق أهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠ بفاعلية.
٢. توجيه مهام مكتب تحقيق الرؤية ٢٠٣٠ في جامعة الحدود الشمالية وراسمي السياسات التعليمية بالجامعة إلى الاهتمام بتعزيز الوعي الترويحي الرياضي، للتأكيد عليه عند بناء الخطط والبرامج والأنشطة.
٣. انتشار أمراض نقص الحركة في المجتمع السعودي، وتبني أفرادها نمط الحياة الخاملة، والتي استوجبت تشجيع المجتمع وتنمية اتجاهاتهم نحو ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية، حيث يلزم نشر ثقافة الترويح الرياضي والوعي بفوائدها.
٤. الأهمية المحلية والإقليمية والدولية بمجال الترويح الرياضي وأوقات الفراغ، فجميع الدول تلتزم بميثاق الترويح وأوقات الفراغ الذي يؤكد على أن لكل فرد الحق في تعلم واكتساب المهارات الترويحية للاستفادة منها في الاستثمار الأمثل لوقت فراغه، ولا سيما أن تلك الدول تعيش عصر الموازنة بين تطلعاتها في تحقيق التقدم التكنولوجي والصناعي، وما يسببه هذا التقدم الصناعي من الاعتماد الآلة الصناعية في الحد من نشاط الإنسان البدني والحركي والذي أدى بدوره إلى انتشار أمراض نقص الحركة، مما يؤكد على أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية لتلافي تلك الأمراض.
٥. ضرورة تنمية شخصية الطالب الجامعي قبل تخرجه وانخراطه بالعمل والمجتمع الخارجي، حيث تساهم الأنشطة الترويحية الرياضية في تحقيق النمو الشامل والمتزن للفرد ليكون مواطناً صالحاً في مجتمعه منتجاً في وطنه.

#### خامساً: ملامح التصور المقترح

يمكن تقسيم هذه الملامح إلى ثلاثة محاور والتي تمثل العناصر الرئيسة في الجامعات، وذلك على النحو التالي:

#### المحور الأول: عضو هيئة التدريس

ينبغي على عضو هيئة التدريس القيام بمجموعة من الأدوار والتي تعمل على تعزيز الوعي الترويحي الرياضي،

وذلك على النحو التالي:

حمود العنزي: تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويجي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية في ضوء ....

١. أن ينمي عضو هيئة التدريس وعيه بأهمية ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية وفائدتها على الفرد والمجتمع من خلال الاطلاع والقراءة وحضور المحاضرات التوعوية.
٢. أن يبين للطلبة الأضرار المترتبة عن الحمول وقلة الحركة.
٣. تشجيع الطلبة على الإشتراك في الأنشطة الطلابية الرياضية التي تنظمها الجامعة حتي يكونوا قادرين على اكتشاف ميولهم ومواهبهم الرياضية وتطوير مهاراتها بهدف تنمية الاتجاهات واكسابهم ذلك السلوك الترويجي الرياضي بهدف ممارسته في وقت الفراغ.
٤. توجيه الطلبة إلى كيفية استثمار أوقاتهم بأنشطة ترويجية رياضية مختلفة في إطار الامكانيات المتاحة لديهم.
٥. مناقشة الطلبة في هواياتهم الرياضية وتعزيز استمرارية ممارستهم لها في وقت الفراغ.
٦. تكليف الطلبة بجمع تقارير ونشرات تعزز الوعي بأهمية ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية .
٧. المساهمة في رفع وعي الطلبة بدور ممارسة الترويجية الرياضية في زيادة تحصيلهم الأكاديمي.
٨. ربط مفاهيم الترويج الرياضي بالقيم الإسلامية وإبراز دورها في اعداد المسلم القوي والقادر على عمارة الأرض التي كلفه بها الله عز وجل..
٩. الإمام بأهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠ ، والسعي على تحقيق اهدافها وتطبيق برامجها من خلال ربط أهمية ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية بدورها في رفع مستوى جودة الحياة للأفراد.
١٠. التواصل مع إدارة الأنشطة الطلابية بهدف تزويد الطلاب بنشرة عن البرامج الأنشطة الطلابية الرياضية التي تنظمها الجامعة.

#### المحور الثاني: المقررات الدراسية

يقترح هذا التصور تعزيز الوعي الترويجي الرياضي من خلال استهداف مقررات الجامعة بمختلف التخصصات، وتضمينها قيماً ترتبط بتحقيق أهداف رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠. حيث يجب مراعاة النقاط التالية:

١. أن ترتبط أهدافها بأهداف تحقيق رؤية المملكة ٢٠٣٠ ومشروعها النهضوي بأبعاده الاقتصادية والتعليمية والصناعية، والذي يركز على أن العنصر البشري هو سر نجاحها وتحقيق اهدافها.
٢. أن ترتبط مفردات بعض موضوعاتها سواء في التخصصات العلمية أو النظرية بتعزيز الوعي الترويجي الرياضي، من خلال مناقشة أثر ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية على الجوانب الصحية عند دراسة المواضيع العلمية المتعلقة بدراسة جسم الانسان (العظام، العضلات، الجهاز الدوري، التنفسي..الخ)، والنظرية عند دراسة المواضيع المتعلقة بتنمية الشخصية والجوانب النفسية والاجتماعية للفرد وسبل تطويرها.

٣. أن تعزز مخرجات التعلم فوائد ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية في إعداد الفرد صحياً ونفسياً واجتماعياً لتلبية احتياجات سوق العمل ومتطلبات التنمية.
٤. أن تتيح مخرجاتها الفرصة في استخلاص ماتحتويه أهداف الرؤية المرتبطة بالترويج الرياضي وسبل تحقيقها والتعرف على القيمة العائدة من ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية في رفع مستوى جودة حياة الأفراد.
٥. أن تنمي مخرجاتها وعي الطلبة بدور ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية في زيادة التحصيل العلمي للمقرر.
٦. أن تُبرز القيم والتوجهات الاسلامية المتعلقة بأهمية الاستثمار الأمثل لوقت الفراغ في تجنب الانحراف والسلوكيات الخاطئة .
٧. أن تُكسب مهارة التخلص من الضغوط المرتبة على أعباء المذاكرة وتجديد النشاط الذهني من خلال التوظيف الفاعل لممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.
٨. أن تُحدّث المقررات بإضافة ما يستجد من مبادرات لتقليل الفجوة بين مخرجات التعلم ومتطلبات تحقيق أهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠ المتعلقة بسبل رفع جودة الحياة من خلال زيادة الوعي الترويحي الرياضي.

### المحور الثالث: النشاط الطلابي

- تمثل الأنشطة الطلابية جانباً مهماً في تحقيق أهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠، نظراً لأهميتها في تعزيز الوعي الترويحي الرياضي واكساب الطلبة القيم والمهارات والاتجاهات نحو ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية في وقت الفراغ، الأمر الذي يتطلب تفعيل دورها من خلال ما يلي:
١. أن تسهم في الكشف عن قدرات الطلاب وميولهم الرياضية وتعمل على تطويرها.
  ٢. إقامة محاضرات وندوات حول تعزيز الوعي الترويحي الرياضي للطلبة.
  ٣. تنظيم زيارات طلابية لمراكز صحية للتعرف على المضار الصحية الناتجة عن الخمول وقلة الحركة، ودور الأنشطة الترويحية الرياضية في الوقاية منها.
  ٤. إصدار نشرات ومطويات حول تعزيز الوعي الترويحي الرياضي للطلبة.
  ٥. تنظيم لقاءات بمتخصصين صحيين ونفسيين واجتماعيين حول تعزيز الوعي بالقيمة الصحية والنفسية والاجتماعية الناتجة عن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية.
  ٦. إنشاء أندية رياضية في الجامعة يشرف عليها مدرّبين أكفاء، وتسهيل ارتياد الطلبة لها في أوقات فراغهم.
  ٧. تقديم برامج رياضية متنوعة تناسب جميع الاهتمامات.
  ٨. تنظيم منافسات رياضية على مستوى الجامعة، ومع الجامعات الأخرى لتبادل الخبرات في المجال الرياضي وتعزيز روح المنافسة.

## سادساً: متطلبات تطبيق التصور المقترح

ينبغي عند تطبيق هذا التصور مراعاة الاعتبارات التالية:

١. توعية الطلاب وأعضاء هيئة التدريس حول دور الجامعة في تحقيق أهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠.
٢. نشر ثقافة ممارسة الأنشطة الرياضية في البيئة الجامعية، وأهميتها لرفع مستوى جودة الحياة.
٣. إقامة محاضر توعوية برامج تدريبية حول آلية تعزيز الوعي الترويجي الرياضي للطلبة موجهة لأعضاء هيئة التدريس.
٤. تزويد أعضاء هيئة التدريس بالكتب والدراسات العلمية المتعلقة بفوائد ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية.
٥. العمل على إبراز الأنشطة المتعلقة بتعزيز الوعي الترويجي الرياضي عن طريق الإعلانات.
٦. الاستفادة من خدمات أعضاء هيئة التدريس المتخصصين بالتربية البدنية في مجالات تعزيز الوعي الترويجي الرياضي بالجامعة.
٧. تفعيل الشراكة بين الجامعة ومؤسسات المجتمع الرياضية لتبادل الخبرات والخطط والبرامج المتعلقة بزيادة الوعي الترويجي الرياضي.
٨. مراجعة وتحديث مقررات الجامعة الدراسية لتضمينها موضوعات تتعلق بتحقيق أهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠.
٩. أهمية أن توفر الجامعة الدعم المالي، لتنفيذ الأنشطة والبرامج التي تعزز الوعي الترويجي الرياضي.
١٠. ضرورة توفير البنية التحتية في الجامعة لإقامة الأنشطة والفعاليات المتعلقة بتعزيز الوعي الترويجي الرياضي.

## سابعاً: معوقات تطبيق التصور المقترح

يوجد عدداً من المعوقات التي قد تواجه تطبيق هذا التصور، يمكن الإشارة إلى أبرزها فيما يلي:

١. ضعف اهتمام بعض المسؤولين وأصحاب القرار وأعضاء هيئة التدريس بالجامعة بتفعيل دور الجامعة في تحقيق أهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠، أو عدم قناعتهم بجدوى أهمية تعزيز الوعي الترويجي الرياضي على رفع مستوى جودة الحياة.
٢. الاعتقاد الخاطئ عند بعض أعضاء هيئة التدريس أن ممارسة الأنشطة الترويجية الرياضية في وقت الفراغ فيه مضیعة للوقت باعتبارها أنشطة غير مفيدة ولها تأثير سلبي على التحصيل الأكاديمي للطلاب الجامعي .
٣. ضعف المخصصات المالية اللازمة لإقامة البرامج والفعاليات والأنشطة (الأنشطة الرياضية المتنوعة، الجوائز، الندوات، النشرات، الاعلانات، الزيارات الطلابية) المتعلقة بتعزيز الوعي الترويجي الرياضي.
٤. ضعف البنية التحتية في الجامعة، حيث ضعف التجهيزات والإمكانيات يعيق إقامة الأنشطة والبرامج (الأنشطة الرياضية المتنوعة، الندوات، النشرات، الاعلانات) المتعلقة بتعزيز الوعي الترويجي الرياضي.

٥. عدم تحديث مقررات الجامعة الدراسية، بشكل يتوافق مع تفعيل دور الجامعة في تحقيق أهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠ من خلال تعزيز الوعي الترويجي الرياضي لمساهمته الفاعلة تنمية العنصر البشري القادر على تحقيق أهداف الرؤية بإبعادها الاقتصادية والتعليمية والصناعية.
٦. عزوف الطلبة عن الاشتراك بالأنشطة الطلابية التي تعمل على تعزيز الوعي الترويجي الرياضي.
٧. عدم وجود وقت كافٍ لدى أعضاء هيئة التدريس لتعزيز وعيهم الترويجي الرياضي أو تعزيز وعي طلابهم بسبب انشغالهم بالعبء التدريسي والاختبارات واللجان وغيرها.

## التوصيات

- في ضوء النتائج التي كشفت عنها الدراسة ومناقشتها، فإن الباحث يوصي بما يلي:
١. الأخذ بالتصور الذي اقترحه هذه الدراسة، لتعزيز الوعي الترويجي الرياضي في جامعة الحدود الشمالية سعياً لتفعيل دورها في تلبية متطلبات تحقيق أهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠.
  ٢. إقامة دورات تدريبية لأعضاء هيئة التدريس بالجامعة حول أساليب وطرق تعزيز الوعي الترويجي الرياضي للطلبة.
  ٣. تحديث أهداف مقررات الجامعة الدراسية وربط مخرجاتها التعليمية مع تحقيق أهداف الرؤية في رفع مستوى جودة الحياة، من خلال تنمية القيم المرتبطة بتعزيز الوعي الترويجي الرياضي بهدف زيادة نسب المشاركين في الأنشطة الترويجية الرياضية.
  ٤. تفعيل الأنشطة الطلابية الجامعية من خلال إقامة فعاليتها المتنوعة (أنشطة رياضية متنوعة، زيارات ميدانية، محاضرات توعوية، نشرات) المرتبطة بتعزيز الوعي الترويجي الرياضي.
  ٥. إجراء دراسات تجريبية تهدف إلى تصميم برامج تُعنى برفع مستوى دور الجامعة في تعزيز الوعي الترويجي الرياضي.

## المراجع

- أبو عز، عيد وعيسى، سامي (٢٠١٨). استراتيجية مقترحة للمشاركة المجتمعية في تحقيق رؤية ٢٠٣٠ بالجامعات السعودية "جامعة الأمير سطام بن عبدالعزيز نموذجاً"، مجلة العلوم التربوية، ٤(٣)، ٢٧-٥٢.
- أهداف التنمية المستدامة (٢٠١٨). نحو تنمية مستدامة للمملكة العربية السعودية. الاستعراض الطوعي الوطني الأول للمملكة العربية السعودية، المنتدى السياسي الرفيع للتحوّل نحو مجتمعات مستدامة ومرنة ٩ يوليو ٢٠١٨ إلى ١٨ يوليو ٢٠١٨، نيويورك،

[https://sustainabledevelopment.un.org/content/documents/2023SDGs\\_Ara\\_bic\\_Report\\_972018\\_FINAL.pdf](https://sustainabledevelopment.un.org/content/documents/2023SDGs_Ara_bic_Report_972018_FINAL.pdf)

حمود العنزي: تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويحي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية في ضوء ....

- الحماحي، محمد (٢٠١٦). رؤية فلسفية لرسالة التربية الترويحية في ضوء بعض المتغيرات العالمية المعاصرة، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة حلوان، ٧٦(٣)، ٤٨٧-٤٩٩.
- الحماحي، محمد (٢٠١٧). الرياضة للجميع أمن قومي عربي، تحديات الواقع وابداعات المستقبل، المؤتمر العلمي الدولي المقام في الفترة ١٩ - ٢٢ إبريل ٢٠١٧، الاتحاد العربي للرياضة للجميع. شرم الشيخ.
- الريس، ياسر أحمد. (٢٠١٩) التعثر في التحصيل الأكاديمي للطلاب الجامعي: الأسباب والحلول، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، ٣٤(٣)، ٦٦٠-٦٩٥.
- الرويلي، سعود رغيان (٢٠٢١). التوجهات المستقبلية للجامعات السعودية في ضوء رؤيتها وتحديات تحقيقها، مجلة دراسات: العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، ٤٨(٢)، ٧٣-٨٨.
- الغفيسان، خالد ابراهيم (٢٠٢٠) واقع الأنشطة الطلابية بجامعة المجمعة ودورها في بناء الشخصية المتوازنة للطلاب الجامعي في أهداف التربية الاسلامية، مجلة التربية، جامعة الأزهر، ١٨٧(٤)/٨٤-١٢٩.
- الشهري، عائشة، والجعد، نوال (٢٠٢٠) دور التعليم الثانوي في تنمية وعي الطالبات برؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠، مجلة العلوم التربوية، جامعة الملك سعود، ٣٢(٢)، ٣٤٥-٣٦٥.
- الهويش، فاطمة خلف (٢٠١٨) دراسة تقويمية لأنشطة الطالبية في جامعة الدمام من وجهة نظر طلبة الجامعة، دراسات، العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، ٤٥(٤)، ٣٣١-٣٥٠.
- الأحمري، إلهام محمد (٢٠٢٠). دور الأنشطة الطلابية بالجامعات السعودية في تحقيق أهداف رؤية المملكة ٢٠٣٠ من وجهة نظر الطلاب، مجلة البحث العلمي في التربية، جامعة عين شمس، ٢١(٦)، ٤٦-١٠٩.
- الشاماني، سند (٢٠١٤). دور الجامعة في بناء شخصية الطالب: جامعة طيبة أمودجاً، مجلة جامعة طيبة للعلوم التربوية، ٩(٢)، 247-264.
- الشعلان، معن، الجزازي، سليم، وطه، منال (٢٠١٤). أثر مقرر الصحة واللياقة بجامعة الملك فيصل على اتجاهات طلبة السنة التحضيرية نحو ممارسة الأنشطة البدنية، مجلة التربية، جامعة الأزهر، كلية التربية، ١٦٠(١)، ٣٣٠-٣٤٨.
- العارضى، حمود بدير(٢٠٠٩). اتجاهات طلاب المرحلة الثانوية نحو ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة طيبة، المملكة العربية السعودية.
- بن سمشه، العيد (٢٠١٩). ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وعلاقتها بتحقيق الوعي الثقافي الترويحي الرياضي والرفاهية النفسية لدى طلبة الجامعة، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر، ١١(٤)، ١٢٥-١٣٤.
- العنزي، حمود محمد (٢٠١٨). طبيعة استغلال وقت الفراغ لدى طالبات جامعة الحدود الشمالية واتجاهاتهن نحو ممارسة الأنشطة الرياضية: دراسة ميدانية، مجلة جامعة الجوف للعلوم التربوية، ٤ (١)، ٨٩ - ١٢٦.
- الكتاب الاحصائي السنوي لعام ٢٠١٩. الهيئة العامة للإحصاء، المملكة العربية السعودية،

<https://www.stats.gov.sa/ar/1006>

- جرار، أماني (٢٠١٩). الدور التفاعلي في بناء شخصية الطالب القيادية من وجهة نظر أعضاء الهيئات التدريسية للجامعات الأردنية، مجلة دراسات، جامعة عمار ثلجي بالأغواط، الجزائر، ٨٠، ٩١-١٠٥.
- جمال، طه (٢٠١٨). اتجاهات طلاب الجامعات المصرية نحو ممارسة أنشطة الرياضة للجميع الشاطئية، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعه حلوان، ٨٤، ١-٤٩.
- حمدان، أحمد (٢٠٠٩). تقويم دور كلية التربية البدنية و الرياضية بجامعة الاقصى في بناء شخصية الطالب من منظور قيمي، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعه حلوان، ٣٢، ٢٠٥-٢٢٨.
- خطة تنفيذ برنامج جودة الحياة (٢٠٢٠). رؤية المملكة العربية السعودية 2030، الرياض، <https://www.vision2030.gov.sa/ar/v2030/vrps/qol>
- رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ : [/https://www.vision2030.gov.sa/ar](https://www.vision2030.gov.sa/ar)
- رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠. وثيقة برنامج جودة الحياة على الرابط: [/https://www.vision2030.gov.sa/ar/v2030/vrps/qol](https://www.vision2030.gov.sa/ar/v2030/vrps/qol)
- صالح، سامح والأحمدي، سحر(٢٠١٦). تأثير تدريس برنامج الصحة واللياقة على بعض اتجاهات طلاب السنة التحضيرية بجامعة حائل، مجلة جامعة الأزهر، ١٧٠(٢)، ١٣٣-١٦٩.
- صبطي، عبدة وغربي، صباح (٢٠٢٠). دور الجامعة في بناء شخصية الطالب وفق متطلبات المستقبل: دراسة ميدانية بجامعة بسكرة بالجزائر، المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية، ٢(٢)، ٤٥-٦٤.
- عامر، رضا (٢٠١٦). اتجاهات طلاب كلية التربية الرياضية ببورسعيد نحو أوقات الفراغ والترويح، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين، ٧٧(٤)، ٢٠١-٢٢٥.
- عبدالله، أحمد فوزي. (٢٠١٧) دور الجامعات المصرية في تحقيق الأمن الفكري لطلابها، مجلة كلية التربية جامعة الأزهر، ١٧٥(٣)، ١٦٧-٢٢٥.
- عبدالله، هديل داهي (٢٠١٢). اتجاهات طالبات جامعة الموصل نحو ممارسة الأنشطة الرياضية خلال وقت الفراغ، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، جامعة الموصل، ١٨(٥٨)، ٥٠-٦٤.
- قاصدي، حميدة (٢٠١٤). دوافع الطلبة الجامعيين نحو ممارسة النشاط الرياضي الترويحي في أوقات الفراغ، مجلة علوم وممارسات الأنشطة البدنية الرياضية والفنية، ١(٥)، ١٨-٢٤.
- كمال، يحيى مصطفى (٢٠٢١). دور المعسكرات الترويحية في ترسيخ قيم المواطنة لدى طالب الجامعة، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، ٤٣(٤٣)، ١١-٤٤.
- المجدلاوي، ماهر(٢٠٢٠). اتجاهات طلبة جامعة الأقصى نحو ممارسة الأنشطة الترويحية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي والتمكين النفسي، مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ٢٨(٦)، ٢٥٥-٢٨٨.

حمود العنزي: تصور مقترح لتعزيز الوعي الترويحي الرياضي بجامعة الحدود الشمالية في ضوء ....

مجلس الشؤون الاقتصادية والتنمية (2016). رؤية المملكة العربية السعودية 2030، الرياض، مجلس الشؤون الاقتصادية والتنمية.

محمود، أحمد طه (٢٠٢٠). أثر تدريس مقرر "مدخل وفلسفة الترويحي الرياضي" على اتجاهات طلاب كلية التربية الرياضية للبنين بجامعة حلوان نحو الترويحي، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين، ٨٨، ١-١٣.

مرعي، محمود ابراهيم، والبطراوي، أماني متولي (٢٠٢١). علاقة معوقات أنشطة ممارسة أنشطة أوقات الفراغ الترويحية في الحياة الأكاديمية بمشكلة تعاطي المخدرات لطلبة الجامعة: دراسة تحليلية من واقع الآراء الطلابية بجامعة الملك فيصل، مجلة بني سويف لعلوم التربية البدنية والرياضية، ٨(٤)، ٢٤١-٣١٧.

Adeoya, A. A., Adeleye, A. O., and Egawa, S. (2021). Psychological Factors as Predictor of Sport Participation among Japanese and Foreign Students in Sendai, Japan. *Sport Psychology in Sports, Exercise and Physical Activity*.

Aira, T., Vasankari, T., Heinonen, O.J., Korpelainen, R., Kotkajuuri, J., Parkkari, J., Savonen, K., Uusitalo, A., Valtonen, M., Villberg, J., Vähä-Ypyä, H., & Kokko, S. P. (2021) Physical activity from adolescence to young adulthood: patterns of change, and their associations with activity domains and sedentary time. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, ) 18(85), 1-11.

Aksoy, Y., Çankaya, S., and Taşmektepligil, Y. (2017). The Effects of Recreational and Sports Activities on Psychological Status in Young People Aged 11-13 Years. *Universal Journal of Public Health* 5(5): 217-221.

Alasqah, I., Mahmud, I., East, L., Alqarawi, N., and Usher, K (2021) Physical inactivity and its predictors among adolescents in Saudi Arabia: A cross-sectional comparison between cities with and without a Healthy Cities Program, *Saudi Medical Journal*, 42 (8) 886-894.

AL Ohal, H. H. (2020). The Attitude of University Students to Participating in Sports for All in Saudi Arabia. *Journal of Educational and Social Research*, 10(6), 202-213.

Al-Eisa, E., Buragadda, S., and Melam, G. R. (2014) Association between physical activity and psychological status among Saudi female students, 14(1), 238

Al-Ghamdi, S., Shubair, M., Aldiab, A., Al-Zahrani, M., Aldossari, K., Househ, M., Nooruddin, S., , Abdul Razzak, H., and El-Metwally, A. (2018). Prevalence of overweight and obesity based on the body mass

- index; a crosssectional study in Alkharj, Saudi Arabia. *Lipids in Health and Disease* 17(1), 1-8, <https://europepmc.org/article/med/29871648>
- Al-Hazzaa, H, M. (2018). Physical inactivity in Saudi Arabia revisited: A systematic review of inactivity prevalence and perceived barriers to active living. *International Journal of Health Sciences*. 12(6), 50-64.
- Al-Hazzaa, H. M., and Albawardi, N. M. (2021) Obesity, Lifestyle Behaviors, and Dietary Habits of Saudi Adolescents Living in Riyadh (ATLS-2 Project): Revisited after a Ten-Year Period, *Multidisciplinary Digital Publishing Institute* 11(10), 1078; <https://www.mdpi.com/2075-1729/11/10/1078/htm>.
- Al-Hussaini, A., Bashir, M. S., Khormi, M., AlTuraiki, M., Alkhamis, W., Mona Alrajhi, M., and Halal, T. (2019) Overweight and obesity among Saudi children and adolescents: Where do we stand today?. *Saudi Journal of Gastroenterology*, 25(4), 229-235.
- Alhusseini, N., Elaasser, B., Alshaar, B., Alyousof, S., Boukhet, S., and Omair, A. (2021) Obesity, Quality of Sleep and Anxiety in Saudi Arabia. *Journal of Contemporary Medical Sciences*, 7(4), 235–241.
- Alneami, Y. M., and Coleman, C. L. (2016) Risk Factors for and Barriers to Control Type-2 Diabetes among Saudi Population. *Global Journal of Health Science*, 8(9), 10-19.
- Al-Raddadi, Rajaa, et al. (2018). Prevalence of lifestyle practices that might affect bone health in relation to vitamin D status among female Saudi adolescents. *Nutrition*, Vol. 45, 108-113.
- Alsulaiman, S. H., and Abu-Saris, R. (2021). The Association Between Psychological Disorders and Physical Activity Among Saudi Women at Princess Nourah Bint Abdulrahman University. *Cureus*, 13(11), 1-12.
- Bélair, M., Kohen, D. E., Kingsbury, M., and Colman, I.1 (2018). Relationship between leisure time physical activity, sedentary behaviour and symptoms of depression and anxiety: evidence from a populationbased sample of Canadian adolescents. *BMJ Open* , 8(10), 1-8, <https://bmjopen.bmj.com/content/8/10/e021119>
- Chein , M. K. (2017) Relationship between Leisure Constraints, Leisure Motivation, and Leisure Satisfaction: A Case Study of Junior Colleges in Southern Taiwan. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*. 6(5): 29-34.
- Demetriou, y., Reimers, A. K., , Marianna Alesi, M. , Scifo, L , Borrego, C. C. , Diogo Monteiro, D and Kelso, A. (2019) Effects of school-based interventions on motivation towards physical activity in children and

- adolescents: protocol for a systematic review. *Systematic Review*, <https://doi.org/10.1186/s13643-019-1029-1>
- Ferreira, V, R., Jardim, T, V., Póvoa, T,I,R., Viana. R.B., Sousa. A,L, and Jardim P,C,V. (2020) Physical inactivity during leisure and school time is associated with the presence of common mental disorders in adolescence. *Rev Saúde Pública*, 4,1-10.
- Freire, T., and Teixeira, A. (2018). The Influence of Leisure Attitudes and Leisure Satisfaction on Adolescents' Positive Functioning: The Role of Emotion Regulation. *Frontiers in Psychology*,9 <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.01349/full>
- Grasdalsmoen, M., Heriksen, H.R., Lønning, K.J., and Sivertsen, B.(2020) Physical exercise, mental health problems, and suicide attempts in university students. *BMC Psychiatry*. 20(1),175-
- Hamdoon, A. A., Almutairi, N. S., , Alfahmi, A. H., 1 , Fahad Abdalla Ahmed Albarakti, F. A., , Alfaqih, A, S., , Mohammed Atiyah Mohammed Al Rahmani, M. A., Zafar, T. A., , Binmahfoz, A. S., Modawy Elnour Modawy, M. E., and Abdallah, O. I. (2019) Prevalence of the Obesity among Intermediary School Students in Al Leith Saudi Arabia, 2018. *Journal of Research in Humanities and Social Science*.7 (10), 17-22.
- Harris, M.A. (2018) 'The relationship between physical inactivity and mental wellbeing: Findings from a gamification-based community-wide physical activity intervention', *Health Psychology Open*, (5)1, 1-8.
- Hayes, G.; Dowd, K.P.; MacDonncha, C.; and Donnelly, A.E. (2019) Tracking of Physical Activity and Sedentary Behavior From Adolescence to Young Adulthood: A Systematic Literature Review. *Journal of Adolescent Health Journal of Adolescent Health*, 65(4), 446-454.
- Itoh, H., Kitamura, F., Hagi, N., Mashiko, T., Matsukawa, T., and Yokoyama, K. (2017) Leisure-time physical activity in youth as a predictor of adult leisure physical activity among Japanese workers: a cross-sectional study.” *Environmental Health and Preventive Medicine*, 22(1), 1-8.
- Ishihara, T., Nakajima, T., Yamatsu, K., Okita, K., Sagawa, M., and Morita, N. (2020). Relationship of participation in specific sports to academic performance in adolescents: A 2-year longitudinal study, *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 30(8), 1471-1482.
- Kaya, S., Isidori, E., and Sarol, H. (2015) An examination of adolescents' attitudes towards leisure activities. *Journal of Human Sciences*, 12(2), 485-501.

- Lapa, T.Y. (2013) Life satisfaction, leisure satisfaction and perceived freedom of park recreation participants. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, Vol. 93, :1985-1993.
- Lipert, A. , Matusiak-Wieczorek, E. , Kochan, E. , Piotr Szymczyk, P. , Wrzesińska, M., and Jegier, A.(2020). Physical activity of future health care professionals: adherence to current recommendations. *Medycyna Pracy*, 71(5),539–549.
- Meyer, B., and Niezgoda, A. (2018). The Impact of the Perception of Leisure on Recreational and Tourism Spaces in an Urban Area. *Turyzm/Tourism*, 28(1), 47-52.
- Mielke. G.I., Bailey. T.G., Burton N,W., and Brown, W.J. (2020). Participation in sports/recreational activities and incidence of hypertension, diabetes, and obesity in adults. *Scandinavian. Journal of Medicine & Science in Sports*, 30(12):2390–2398.
- Rodríguez-Bravo, A. E., De-Juanas, Á., & García-Castilla, F. J. (2020). Effect of physical-sports leisure activities on young people's psychological wellbeing. *Frontiers in Psychology*, 11, 1- 9.
- Rona, M. S. and Erol, A. E. (2020) Investigation of Leisure Time Attitude of University Students According to Some Parameters (Example of Northern Cyprus). *Asian Journal of Education and Training*. 6(3), 479-484
- Schmidlechner, K, A., Vaara, J.P., Vasankari, T., Häkkinen, A., Mäntysaari, M., Kyröläinen, H. (2020). Relationship between different domains of physical activity and positive mental health among young adult men. *BMC Public Health*, 20(1):1116.
- Shimamoto, H., Suwa, M., and Mizuno, K. (2021) Relationships between Depression, Daily Physical Activity, Physical Fitness, and Daytime Sleepiness among Japanese University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 1-9.
- Sierra-Díaz, M. J., González-Víllora, S., Juan Carlos Pastor-Vicedo, J. C., and López-Sánchez, G. F. (2019). Can We Motivate Students to Practice Physical Activities and Sports Through Models-Based Practice? A Systematic Review and Meta-Analysis of Psychosocial Factors Related to Physical Education. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-24.
- Temel, A. S. & Tukul, Y. (2021). Examining the health outcomes and happiness levels that result from engaging in physical recreation: A study on university students. *International Journal of Research in Education and Science (IJRES)*, 7(2), 545-561.
- Veal , A. J. ( 1992 ) Definitions of Leisure and Recreation. *Australian Journal of Leisure and Recreation*, 2(4), 44-48.

- Wegner L. (2011) Through the lens of a peer: Understanding leisure boredom and risk behavior in adolescence. *Journal of Occupational Therapy*. 41(1):18–24.
- Wretman, C. J. (2017) School Sports Participation and Academic Achievement in Middle and High School, *Journal of the Society for Social Work & Research*, 8(3), 399-420.
- Zubiaur, M., Zitouni, A., and Del Horno, S. (2021). Comparison of Sports Habits and Attitudes in University Students of Physical and Sports Education of Mostaganem (Algeria) and Physical Activity and Sport Sciences of León (Spain). *Frontiers in Psychology*, *Frontiers in Psychology* 11, 3483. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.593322/full>.
- Zulyniaka , S., Williams , J. V., Bullochb, A. G , Lukmanji , A., and Patten, S. B. (2020) The association of recreational and non-recreational physical activity with mental health: A Canadian cross-sectional analysis. *Journal of Affective Disorders Reports*. 1, <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2666915320300214?via%3Dihb>.