

ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بمستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة

د. حسام الدين السيد المرسي مبارك

أستاذ مساعد بكلية علوم الرياضة والنشاط البدني، جامعة الملك سعود

أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة

(قدم للنشر في 2021/8/30م؛ وقبل للنشر في 2021/10/31م)

الملخص:

يسعى هذا البحث الى التعرف على مستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة وعلاقته بممارسة الأنشطة الرياضية لهم، استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته لأهداف البحث، حيث تم استخدام استبيان ممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة وكذلك مقياس مستوى الثقافة الرياضية كأدوات لجمع البيانات بعد عمل اجراءات الصدق والثبات لهم وذلك من عينة عشوائية من طلاب الجامعة بلغت 266 طالب وطالبة من كليات متعددة (عملية و نظرية) بجامعة المنصورة، أشارت أهم النتائج الى أن معظم طلاب الجامعة (محل البحث) يتمتعون بمستوى جيد من الثقافة الرياضية، وجود ارتباط طردى بين مستوى الثقافة الرياضية وممارسة الأنشطة الرياضية ومستوى الثقافة الرياضية لصالح الطلاب .

الكلمات المفتاحية: الأنشطة الرياضية- الثقافة الرياضية- طلاب الجامعة

Practicing sports activities and their relationship to the level of sports culture of university students

PhD. Hosam Eldin Elsayed Mubarak

Assistant Professor at college of sport science and Physical activity, King Saud University, and Assistant Professor at Faculty of sport Education, Mansoura University

(Received 30/8/2021; Accepted for publication 31/10/2021)

Summary:

This research seeks to identify the level of sports culture for university students and its relationship to practicing sports activities for them; the researcher used the descriptive method in the survey because of its suitability for the research objectives, A questionnaire of practicing sports activities for university students was used as well as a Scale of the level of sports culture as tools for data collection after making the reliability and stability for them. The sample of research includes 266 students from different faculties in King Saud University. The most important results indicated that most of university students have a good level of sports culture, there is a direct correlation between the level of sports culture and the practice of sports activities for university students and finally there are significant differences between male and female students regarding to the practice of sport activities and the level of sports culture in favor of male students.

Keywords: sports activities- sports culture- university students

مقدمة ومشكلة البحث:

تجنب 60% من حالات الإصابة بمرض السكر، كما أشار التقرير بأن عدم ممارسة النشاط الرياضى مع التدخين يتسبب في 80% من حالات أمراض القلب، أما على الجانب الاقتصادي فممارسة الأنشطة الرياضية لها أهمية اقتصادية كبيرة لكل دول العالم لأنها تؤدي الى تحسن الصحة العامة في المجتمع وما يترتب عليه من تقليل الإنفاق على النواحي الصحية، وزيادة الإنتاجية وخلق بيئة اجتماعية صحية سليمة. (منظمة الصحة العالمية، 2003)

هناك كثير من الأدلة والإثباتات العلمية التي تؤكد على ضرورة احتفاظ الفرد بمستوى معين من اللياقة البدنية حتى يكون بصحة جيدة، فتمت الحياة النشيطة والإيجابية دائماً ما تقترن بالعادات الحياتية الصحية، فهناك العديد من العادات والسلوكيات التي يقع بها الإنسان ولها تأثير سلبي على صحته مثل العادات الغذائية الخاطئة، تناول المنشطات والأدوية بشكل عشوائي، التدخين، السهر ليلاً وقلة ساعات النوم، فثقافة الإنسان ووعيه بهذه الأمور الصحية وخاصة في سن الشباب هو السبيل لحياة صحية وبناء مجتمع صحي قوى. (Konczos, C & etal...، 2012)

تعتبر الثقافة الرياضية هي مجموعة المعارف الرياضية المتاحة للفرد والتي تكون اتجاهه الإيجابي نحو ممارسة الرياضة والتي ترتبط بصحة الفرد وتساهم في تعديل اتجاهاته نحو ممارسة الرياضة، ويشير محمد شحاته (2004م) أن الثقافة الرياضية هي حصيلة الإرث الرياضي والحركي للإنسانية الذي تناقلته الأجيال من جيل إلى آخر بعد تهذيبه وتحديده وتطويره، فهي شاملة تحتوي على كل ألوان النشاط الرياضي والحركي والبدني مهما تعددت أشكاله واختلفت أساليبه وتباينت أهدافه وسواء كان هذا النشاط ظاهراً أو ضمناً، بدائياً أو متطوراً. (شحاته، 2004) فعلاقة الثقافة بالرياضة تكمن في أن الثقافة في المجتمع عبارة عن جزء من التراث الذي تتوارثه الأجيال المتعاقبة وتتفاعل تلك الثقافة مع المتغيرات الأخرى في المجتمع فالثقافة تشتمل على الاتجاهات والعادات والتقاليد

يمثل طلاب الجامعة أهمية كبيرة فهم صفوة الشباب في كل المجتمعات وتتميز شخصية الشباب في هذه المرحلة بعدة خصائص فغالبا ما يكونوا أكثر طاقة وحركة وفاعلية في المجتمع نظرا لما تحمله هذه الفئة من مميزات تجعلها بمثابة سند ودعامة لمجتمعهم فهم من سيتحملون مسئولية مستقبل مجتمعهم. (حسين، 2019)

تعتبر ممارسة النشاط الرياضى أمراً ضروريا وهاما للشباب لبناء جسم صحي قوى وكذلك لتقليل حدة التوترات والضغط التي يعاني منها الشباب، فممارسة الرياضة تعتبر وسيلة فعالة لتحقيق التوازن النفسى والاجتماعى للفرد حيث يعمل ذلك على التنمية الشاملة للشباب بدنيا، عقليا، اجتماعيا ونفسيا. (خليفة، 2017) وذلك بمشاركة الشباب في الأنشطة الرياضية الترويحية بمختلف أنواعها وتنظيماتها المتعددة أو من خلال المشاركة في النشاط الرياضى التنافسى عبر الهيئات الرياضية المختلفة سواء كانت تلك الممارسة لرياضة فردية أو جماعية.

فممارسة الأنشطة الرياضية من الحلول النموذجية التي تهتم بصحة الفرد وحالته البدنية، حيث أن المدنية الحديثة والاستخدام المتزايد للتكنولوجيا والألات في كل الأعمال الحياتية فرض على الإنسان في العصر الحديث بعض العادات والسلوكيات السلبية والتي تسببت في قلة حركة الانسان وعدم بذله لأى مجهود في الكثير من أعماله اليومية هو ما قد يترتب عليه إصابة الانسان بالعديد من الأمراض مثل السكرى وأمراض القلب والشرابين، بالإضافة الى أمراض العصر الحديث المتمثلة في القلق والتوتر والضغط العصبى، لذا فممارسة الأنشطة الرياضية تعتبر من الأشياء الحيوية والهامة جدا للإنسان في العصر الحديث لتجنب مثل هذه الأمراض والاستمتاع بحياة صحية. (الجماحى، 2006)

حيث أشارت منظمة الصحة العالمية بأن ممارسة الرياضة بشكل منتظم مع تغير نمط الحياة قد يساعد في

حسب متغيرات الدراسة، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي حيث تم استخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات على عينة من طالبات الجامعة بلغت 250 طالبة، وأشارت أهم النتائج إلى 42.8% من أفراد عينة البحث يمارسون الرياضة أحيانا، كما تبين أيضا أنه كلما زادت ممارسة الأنشطة الرياضية للطالبات كلما زادت جودة الصحة النفسية و جودة شغل الوقت وإدارته.

- دراسة (شمس و زكريا، 2019) واستهدفت هذه الدراسة التعرف على دور الثقافة الرياضية في تحقيق الأمن الفكري، والتنمية البشرية المستدامة من خلال معرفة مستوى كل من (المعرفة، الأمن الفكري، التنمية البشرية المستدامة) لدى الشباب الممارس للأنشطة الرياضية المختلفة، استخدم الباحثان المنهج الوصفي واستخدما مقياس تم تصميمه للأجابة على تساؤلات وأهداف البحث حيث تم تطبيقه على عينة بلغت 300 شاب (150 ممارس للأنشطة الرياضية و150 غير ممارس للأنشطة الرياضية) وأشارت أهم النتائج إلى أن الثقافة الرياضية (للسباب الممارس للأنشطة) تؤثر إيجابيا في التعامل مع الآخرين في المجتمع، كما أن ممارسة الأنشطة الرياضية تعمل على مكافحة الفكر المتطرف.

- دراسة (القدومي، 2017) استهدفت التعرف على مستوى الثقافة الرياضية وعلاقتها بالهوية الرياضية لدى طلبة تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، إضافة إلى تحديد الفروق في مستوى الثقافة الرياضية والهوية الرياضية تبعا للنوع والسنة الدراسية. ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة عشوائية قوامها 152 طالبا وطالبة من قسم التربية الرياضية، واستخدم الباحث مقياس (Shahda, 2009) للثقافة الرياضية كأداة لجمع البيانات وأظهرت النتائج أن مستوى الثقافة الرياضية كان عاليا جدا لدى طلبة تخصص التربية الرياضية وأن مستوى الهوية الرياضية لديهم كان عاليا، بالإضافة إلى وجود علاقة إيجابية دالة إحصائية بين مستوى الثقافة الرياضية والهوية الرياضية، وأشارت النتائج أيضا إلى وجود فروق

والعقائد ومصادر المعرفة التي يتناولها أفراد المجتمع عبر الأجيال والرياضة هي إحدى هذه المكونات الثقافية، فالنظر إلى الرياضة والاتجاه نحوها قد يختلف من مجتمع لآخر كل حسب إرثه الثقافي. (خيرالله، 2017)

إن زيادة الوعي بأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية والبدنية للإنسان والتأكيد على تأثيرها الإيجابي عليه لن يتحقق الا بتأصيل المعرفة النظرية للرياضة والترويج وإثارة اهتمام الناس لمعرفة المزيد عنهم دائما ولتوسيع دائرة المعارف الإنسانية المرتبطة بالرياضة، وذلك باستخدام جميع مصادر وأساليب نقل المعلومات في توجيه أفراد المجتمع نحو ممارسة الأنشطة الرياضية بمختلف مستوياتها. (مطروزة، 2016)

يعتقد البعض عند قيامهم بتشجيع فريق معين ومعرفة بعض الأخبار والمعلومات عن كرة القدم بأنهم مثقفون رياضيا، ولكن الثقافة الرياضية لا تقتصر على مجرد المعرفة، فهذه المعارف يجب أن تشمل معلومات عن الرياضة وأهمية ممارستها للإنسان، كما يجب أن تترجم هذه المعارف والمعلومات إلى الممارسة الفعلية للأنشطة الرياضية بمختلف مستوياتها.

لذا يسعى هذا البحث إلى التعرف على أشكال ممارسة الأنشطة الرياضية على كافة المستويات وعلاقتها بمستوى الثقافة الرياضية (مرتفع - متوسط - منخفض) لطلاب الجامعة فهم يمثلون رأس المال البشري لأي مجتمع فمنهم العقول المفكرة والطاقات المبدعة والأدوات الفعالة نحو مستقبل أفضل لمجتمعهم، لذا يجب الاهتمام بإعداد هذه الفئة من الشباب (طلاب الجامعة) ومعرفة مستوى ثقافتهم الرياضية ومدى ممارستهم للأنشطة الرياضية والتي تهدف إلى التنمية المتكاملة لهؤلاء الطلاب.

الدراسات السابقة:

- دراسة (آل عقران، 2020) تهدف هذه الدراسة إلى معرفة ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات جامعة الملك عبدالعزيز بمدينة جدة والتعرف على الفروق في ممارسة الأنشطة الرياضية

المسحي، وأشارت أهم النتائج الى وجود مستويات للثقافة الرياضية لدى عينة الدراسة مع عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات الثقافة الرياضية لدى طلبة السنة أولى جذع مشترك علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية تعزى لعامل النوع.

- دراسة (Romaguera وآخرون، 2012) تهدف الى معرفة العوامل الديموجرافية ومحددات أسلوب الحياة والدوافع التي تتسبب في ممارسة أو عدم ممارسة الأنشطة الرياضية بالنسبة لشباب الجامعة في أسبانيا، استخدم الباحثون المنهج الوصفي وتم استخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات من عينة عشوائية من شباب الجامعة بلغت 2051 طالب وطالبة، وأشارت أهم النتائج الى أن 68.4% من الطلاب و 48.4% من الطالبات يمارسون الأنشطة الرياضية، كما أشارت النتائج الى أن كل من الطلاب والطالبات الممارسين للأنشطة الرياضية يتمتعون بعادات صحية أفضل من نظرائهم الغير ممارسين للرياضة.

- دراسة (Liang وآخرون، 2011) استهدفت معرفة دور السلوك والوعي الرياضي في تحسين ثقافة وسلوك ممارسة الأنشطة الرياضية لدى طلاب الجامعة، استخدم الباحثون المنهج الوصفي حيث تم استخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات من عينة عشوائية بلغت 1001 طالب وطالبة، وأشارت أهم النتائج أنه لا يوجد اختلاف بين الطلاب والطالبات بالنسبة للاتجاه نحو ممارسة الرياضة ولكن يوجد اختلاف بينهم بالنسبة لتكرار ممارسة الرياضة، كما أوضحت الدراسة أنه لدى كل من الطلاب والطالبات هدف مرتفع لممارسة الرياضة وتم هذا السلوك الايجابي لممارسة الرياضة بسبب وعي الطلاب والطالبات بأهمية الرياضة.

هدف البحث: يهدف هذا البحث الى التعرف على ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بمستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة.

ذات دلالة إحصائية في مستوى الهوية الرياضية تعزى إلى متغير النوع ولصالح الطلاب الذكور.

- دراسة (رمضان، 2017) واستهدفت التعرف على مستوى الثقافة الترويحية وعلاقتها بسلوك وقت الفراغ لطالبات كلية التربية الرياضية بنات جامعة الإسكندرية، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، كما استخدمت الاستبيان كأداة لجمع البيانات من عينة عشوائية بلغت 25% من كل شعبة من شعب الطالبات في الفرقة الثالثة والرابعة وأشارت أهم النتائج الى ارتفاع نسبة الثقافة الترويحية لطالبات جميع الشعب وبالرغم من ذلك اتضح أن مستوى المشاركة السلبية في سلوك وقت الفراغ احتل أعلى نسبة استجابة لجميع الشعب ما عدا طالبات شعبة التدريب، حيث وضح أن مستوى الثقافة الترويحية أعلى من مستوى المشاركة الفعلية الايجابية للطالبات.

- دراسة (بورداس، 2016) وكان يهدف الى معرفة دور الاعلام الرياضي من خلال برامج الرياضية المقدمة في نشر وتنمية الثقافة الرياضية لدى الشباب الجامعي، والتعرف كذلك على تقييم دور ومستوى الاعلام الرياضي في الرفع من مستوى الثقافة الرياضية لدى هؤلاء الشباب، استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، كما تم استخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات من عينة بلغت 100 طالب وطالبة من طلبة شعبة الاعلام والاتصال في مرحلتى الليسانس والماستر بجامعة العربي بن مهيدي، وأشارت أهم النتائج الى ان استخدام الشباب الجامعي لمضامين وسائل الاعلام الرياضي تحقق له إشباعاته من حيث معرفة آخر الاخبار الرياضية، التسلية والترفيه وتنمية الثقافة الرياضية.

- دراسة (على، 2015) تهدف تلك الدراسة الميدانية إلى معرفة مستويات الثقافة الرياضية لطلبة السنة الأولى جذع مشترك بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. وقد أقيمت هذه الدراسة التطبيقية على عينة قوامها 24 طالب وطالبة بالسنة أولى جذع مشترك اختبروا بالطريقة العشوائية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب

8- ما هي دلالة الفروق بالنسبة لممارسة الأنشطة الرياضية ومستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة حسب (النوع ونوع الكلية)؟

الإجراءات:

منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لمناسبته لطبيعة وهدف البحث. مجتمع البحث: تمثل مجتمع البحث في فئة طلاب جامعة المنصورة، بجمهورية مصر العربية. عينة البحث: تم تطبيق البحث على عينة عشوائية من طلاب كليات جامعة المنصورة في جمهورية مصر العربية، حيث بلغ العدد الإجمالي للعينة 326 بواقع 60 طالب وطالبة للعينة الاستطلاعية و266 طالب وطالبة للعينة الأساسية التي شملت 164 طالب وطالبة من الكليات النظرية (الأدب، الحقوق، التربية) و102 طالب وطالبة من الكليات العلمية (الصيدلة، الطب، الهندسة).

أدوات جمع البيانات:

أولاً: مقياس مستوى الثقافة الرياضية (على، 2015) حيث تم إعادة صياغة بعض العبارات وكذلك إعادة تقنينه وفق عينة البحث. عدد عبارات مقياس الثقافة الرياضية (27) عبارة مرفق رقم (2)، مقسمة إلى ثلاث مكونات رئيسية هي: - أولاً: المدخلات المادية والعامة للثقافة الرياضية وتشمل: (1، 4، 7، 12، 13، 15، 16، 24) - ثانياً: المدخلات الفنية والعلمية للثقافة الرياضية وتشمل: (2، 3، 8، 15، 18، 19، 21، 23، 25، 27) - ثالثاً: مخرجات الثقافة الرياضية وتشمل: (5، 6، 9، 11، 14، 17، 20، 22، 26) ميزان التقدير للمقياس ثلاثي نعم (3)، أحياناً (2)، لا (1)، لذا فالدرجة الكلية للمقياس تكون بين (27-81).

يهدف البحث من خلال الأهداف الفرعية التالية إلى التعرف على:

- 1- كيفية ممارسة طلاب الجامعة للأنشطة الرياضية.
- 2- الأماكن التي يمارس فيها طلاب الجامعة الأنشطة الرياضية.
- 3- أسباب ممارسة طلاب الجامعة للأنشطة الرياضية.
- 4- نوع وجهة تنظيم الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة.
- 5- معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة.
- 6- مستوى لثقافة الرياضية لطلاب الجامعة.
- 7- علاقة ممارسة الأنشطة الرياضية بمستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة.
- 8- دلالة الفروق بالنسبة لممارسة الأنشطة الرياضية ومستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة حسب (نوع الجنس ونوع الكلية)؟

تساؤلات البحث:

- 1- كيف يمارس طلاب الجامعة الأنشطة الرياضية؟
- 2- ما الأماكن التي يمارس فيها طلاب الجامعة الأنشطة الرياضية؟
- 3- ما أسباب ممارسة طلاب الجامعة للأنشطة الرياضية؟
- 4- ما نوع وجهة تنظيم الأنشطة الرياضية التي يشترك بها طلاب الجامعة؟
- 5- ما هي معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة؟
- 6- ما مستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة؟
- 7- ما علاقة ممارسة الأنشطة الرياضية بمستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة؟

جدول رقم (1). الدرجات المحددة لمستويات الثقافة الرياضية

الدرجة	مستوى ثقافة رياضية
45 - 27	ثقافة رياضية ضعيفة
63 - 46	ثقافة رياضية متوسطة
81 - 64	ثقافة رياضية عالية

ممارسة الأنشطة الرياضية، جهة ونوع التنظيم، معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية).

المعاملات العلمية للاستبيان:

أولاً: صدق الاتساق الداخلي لاستبيان ممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة:

للتحقق من مدى ملائمة عبارات استبيان ممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة، قام الباحث بتطبيق الاستبيان على (عينة استطلاعية) من داخل مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وبلغ قوامها (60) طالب وطالبة من طلاب جامعة المنصورة.

وقد استخدم الباحث صدق الاتساق الداخلي لحساب صدق عبارات ومحاو الاستبيان من خلال إيجاد معامل الارتباط فيما بين كل من:

– بين العبارات والدرجة الكلية للمحور الذي تمثله والدرجة الكلية للاستبيان.

– وبين محاور الاستبيان وبعضها وبين الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية للاستبيان كما هو موضح بالجدول الآتية:

ثانياً: استبيان (ممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة) من تصميم الباحث حيث تم اتخاذ عدة خطوات لتصميم الاستبيان وهي:

- تم عمل عدة مقابلات شخصية مع عدد من طلاب الجامعة وكذلك المسؤولين عن النشاط الرياضي بجامعة المنصورة للتعرف على الأبعاد المرتبطة بممارسة الشباب الجامعي للأنشطة الرياضية ومنها أنواع الأنشطة وأسباب ومعوقات ممارسة الأنشطة الرياضية للطلاب.

- كما قام الباحث بعمل بحث مرجعي للكاتب والمراجع والأبحاث التي تناولت ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بالثقافة الرياضية مثل (آل عقران، 2020)، (شمس وزكريا، 2019)، (القدومي، 2017)، (رمضان، 2017) و (علي، 2015)، (Romaguera وآخرون، 2012)، وذلك للتعرف على الأبعاد المرتبطة بممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة.

- نتيجة لما سبق توفر للباحث بنية معرفية مناسبة لتكوين المحاور الخاصة بالاستبيان حيث تم التوصل إلى خمسة محاور لاستبيان ممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة وتشمل (كيفية ممارسة الأنشطة الطلابية، مكان ممارسة الأنشطة الرياضية، أسباب

جدول (2). صدق الاتساق الداخلي لاستبيان ممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة (ن=60)

الارتباط مع المحور	الارتباط مع المحور	العبرة	الارتباط مع العبرة		الارتباط مع المحور	الارتباط مع المحور	العبرة	الارتباط مع المحور		العبرة	
			الارتباط مع المحور	الارتباط مع المحور				الارتباط مع المحور	الارتباط مع المحور		
جهة ونوع التنظيم		أسباب ممارسة الأنشطة الرياضية	مكان ممارسة الأنشطة الرياضية		كيفية ممارسة الأنشطة الطلابية						
*0.695	*0.577	21	*0.547	*0.786	14	*0.730	*0.754	8	*0.719	*0.629	1
*0.702	*0.779	22	*0.520	*0.552	15	*0.463	*0.479	9	*0.685	*0.712	2
*0.692	*0.715	23	*0.524	*0.608	16	*0.620	*0.654	10	*0.724	*0.778	3

تابع جدول (2).

الارتباط مع		العبارة	الارتباط مع		العبارة	الارتباط مع		العبارة	الارتباط مع		العبارة
الاستبيان	المحور		الاستبيان	المحور		الاستبيان	المحور		الاستبيان	المحور	
جهة ونوع التنظيم			أسباب ممارسة الأنشطة الرياضية			مكان ممارسة الأنشطة الرياضية			كيفية ممارسة الأنشطة الطلابية		
*0.626	*0.663	24	*0.560	*0.632	17	*0.702	*0.670	11	*0.681	*0.719	4
*0.669	*0.734	25	*0.567	*0.524	18	*0.747	*0.772	12	*0.686	*0.746	5
*0.539	*0.506	26	*0.639	*0.694	19	*0.685	*0.741	13	*0.633	*0.589	6
			0.141	0.160	20				0.108	0.123	7
معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية											
*0.686	*0.659	33	*0.696	*0.690	31	*0.442	*0.595	29	*0.695	*0.753	27
0.087	0.098	34	*0.574	*0.614	32	*0.467	*0.437	30	*0.716	*0.672	28

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.245

الدرجة الكلية للمحور المنتمى اليه والدرجة الكلية للاستبيان، حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) مما يدل على عدم صدق هذه العبارات، لذا قد تم حذف هذه العبارات من الاستبيان في صورته النهائية مرفق رقم (2).

يتضح من جدول (2)، وجود ارتباط دال إحصائياً بين عبارات الاستبيان في صورته المبدئية مرفق رقم (1) ومع الدرجة الكلية للمحور المنتمى اليه والدرجة الكلية للاستبيان، حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) مما يدل على صدق العبارات، كما يتضح أنه لا توجد علاقة بين العبارات (7 -

جدول (3). معاملات الارتباط بين محاور وبعضها والدرجة الكلية للاستبيان ممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة (ن=60)

الدرجة الكلية للاستبيان	معوقات الممارسة	جهة ونوع التنظيم	أسباب الممارسة	مكان الممارسة	كيفية الممارسة	المحاور
*0.608	*0.662	*0.587	*0.684	*0.606		كيفية ممارسة الأنشطة الطلابية
*0.407	*0.574	*0.789	*0.531			مكان ممارسة الأنشطة الرياضية
*0.629	*0.765	*0.560				أسباب ممارسة الأنشطة الرياضية
*0.445	*0.652					جهة ونوع التنظيم
*0.515						معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية
						الدرجة الكلية للاستبيان

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.245

يتضح من الجدول (3)، وجود ارتباط دال إحصائياً بين محاور الاستبيان مع بعضها والدرجة الكلية للاستبيان، حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (0.05).

وخارج العينة الأساسية وبلغ قوامها (60) طالب وطالبة وقد استعان معامل ألفا كرونباخ ومعامل جتمان وسيبرمان برون لحساب معامل ثبات الاستبيان.

ثانياً: حساب ثبات الاستبيان ممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة: للتحقق من ثبات الاستبيان، قام الباحث بتطبيق الاستبيان على عينة استطلاعية من داخل مجتمع البحث

جدول (4). ثبات استبيان ممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة (ن=60)

معامل الثبات			المحاور
معامل ألفا كرونباخ	سيبرمان براون	معامل جتمان	
0.798	0.829	0.774	كيفية ممارسة الأنشطة الطلابية
0.832	0.845	0.818	مكان ممارسة الأنشطة الرياضية
0.817	0.839	0.793	أسباب ممارسة الأنشطة الرياضية
0.754	0.866	0.858	جهة ونوع التنظيم
0.800	0.845	0.811	معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية
0.885	0.828	0.778	الدرجة الكلية للاستبيان

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.245

الأساسية وبلغ قوامها (60) طالب وطالبة من طلاب جامعة المنصورة.

وقد استخدم الباحث صدق الاتساق الداخلي لحساب صدق عبارات ومحاور المقياس من خلال إيجاد معامل الارتباط فيما بين كل من:

– بين العبارات والدرجة الكلية للمحور الذي تمثله والدرجة الكلية للمقياس.

– وبين محاور المقياس وبعضها وبين الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية للمقياس، كما هو موضح بالجدول الآتية:

يتضح من الجدول (4)، ان معامل ثبات الاستبيان بطريقة ألفا كرونباخ بلغ (0.885)، وقد بلغ معامل ثبات الاستبيان بطريقة جتمان (0.776) وبطريقة سيبرمان برون (0.828)، وكان معامل الاتساق الداخلي لكل المحاور دال مما يشير لارتفاع معامل ثبات الاستبيان قيد البحث.

ثالثاً: صدق الاتساق الداخلي لمقياس مستوى الثقافة الرياضية:

للتحقق من مدى ملائمة عبارات لمقياس مستوى الثقافة الرياضية، قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية من داخل مجتمع البحث وخارج العينة

جدول (5). صدق الاتساق الداخلي لمقياس مستوى الثقافة الرياضية (ن=60)

الارتباط مع		العبرة	الارتباط مع		العبرة	الارتباط مع		العبرة
الاستبيان	المحور		الاستبيان	المحور		الاستبيان	المحور	
مخرجات الثقافة الرياضية			المدخلات الفنية والعلمية للثقافة الرياضية			المدخلات المادية والعامة للثقافة الرياضية		
*0.556	*0.623	5	*0.578	*0.645	2	*0.551	*0.618	1
*0.548	*0.615	6	*0.600	*0.667	3	*0.615	*0.682	4
*0.496	*0.563	9	*0.584	*0.651	8	*0.607	*0.674	7

تابع جدول (5).

الارتباط مع		العبرة	الارتباط مع		العبرة	الارتباط مع		العبرة
الاستبيان	المحور		الاستبيان	المحور		الاستبيان	المحور	
مخرجات الثقافة الرياضية			المدخلات الفنية والعلمية للثقافة الرياضية			المدخلات المادية والعامة للثقافة الرياضية		
*0.567	*0.634	11	*0.518	*0.585	10	*0.355	*0.422	12
*0.339	*0.406	14	*0.561	*0.628	18	*0.626	*0.693	13
*0.459	*0.526	17	*0.431	*0.498	19	*0.398	*0.465	15
*0.502	*0.569	20	*0.633	*0.700	21	*0.652	*0.719	16
*0.372	*0.439	22	*0.519	*0.586	23	*0.492	*0.559	24
*0.549	*0.516	26	*0.541	*0.608	25			
			*0.525	*0.592	27			

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.245

أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) مما يدل على صدق العبارات.

يتضح من جدول (5)، وجود ارتباط دال إحصائياً بين عبارات المقياس ومع الدرجة الكلية للمحور المنتمية الية والدرجة الكلية للمقياس، حيث أن قيمة (ر) المحسوبة

جدول (6). معاملات الارتباط بين محاور وبعضها والدرجة الكلية لمقياس مستوى الثقافة الرياضية (ن = 60)

الدرجة الكلية للمقياس	مخرجات الثقافة الرياضية	المدخلات الفنية والعلمية	المدخلات المادية والعامة	المحاور
*0.568	*0.588	*0.629		المدخلات المادية والعامة للثقافة الرياضية
*0.422	*0.498			المدخلات الفنية والعلمية للثقافة الرياضية
*0.467				مخرجات الثقافة الرياضية
				الدرجة الكلية للاستبيان

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.245

ثانياً: حساب ثبات مقياس مستوى الثقافة الرياضية: للتحقق من ثبات المقياس، قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية من داخل مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية وبلغ قوامها (60) طالب وطالبة وقد استعان معامل ألفا كرونباخ ومعامل جتمان وسبيرمان برون لحساب معامل ثبات الاستبيان.

يتضح من الجدول رقم (6)، وجود ارتباط دال إحصائياً بين محاور المقياس مع بعضها والدرجة الكلية للمقياس، حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (0.05).

جدول (7). ثبات مقياس مستوى الثقافة الرياضية (ن=60)

معامل الثبات			المحاور
معامل ألفا كرونباخ	سييرمان براون	معامل جتمان	
0.882	0.782	0.716	المدخلات المادية والعامة للثقافة الرياضية
0.901	0.802	0.764	المدخلات الفنية والعلمية للثقافة الرياضية
0.843	0.634	0.625	مخرجات الثقافة الرياضية
0.913	0.816	0.812	الدرجة الكلية للاستبيان

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.245

يتضح من جدول (7)، ان معامل ثبات الاستبيان (0.816)، وكان معامل الاتساق الداخلي لكل المحاور دال مما يشير لارتفاع معامل ثبات الاستبيان قيد البحث. بطريقة ألفا كرونباخ بلغ (0.913)، وقد بلغ معامل ثبات الاستبيان بطريقة جتمان (0.812) وبطريقة سييرمان براون

عرض ومناقشة النتائج:

عرض ومناقشة التساؤل الأول: كيف يمارس طلاب الجامعة الأنشطة الرياضية؟

جدول (8). التكرار والنسب المئوية وكا² لكيفية ممارسة طلاب الجامعة الأنشطة الرياضية (ن = 266)

م	العبارة	نعم		أحياناً		لا		النسبة الترجحية	كا ²
		تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %		
1	أمارس بعض الأنشطة الرياضية بشكل منتظم	28	10.53	9	3.38	229	86.09	41.48%	*335.20
2	أمارس بالفعل احدى الرياضات الفردية	15	5.64	13	4.89	238	89.47	38.72%	*377.29
3	أحب ممارسة رياضة كرة القدم فقط	87	32.71	80	30.08	99	37.22	65.16%	2.08
4	أمارس بعض الأنشطة الرياضية بشكل متقطع	151	56.77	41	15.41	74	27.82	76.32%	*71.87
5	أمارس احدى الرياضات الجماعية	26	9.77	77	28.95	163	61.28	49.50%	*108.14
6	أهتم بممارسة التدريبات البدنية	23	8.65	89	33.46	154	57.89	50.25%	*96.77

* قيمة (كا²) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 5.99

العبارات أرقام (3) احصائياً حيث قيمة كا² المحسوبة اقل من قيمتها المعنوية. كما يشير الجدول الى أن أعلى عبارة في الجدول هي العبارة رقم (4) والتي تنص على (أمارس بعض الأنشطة الرياضية بشكل متقطع) بنسبة 76% ويتكرر مقداره 151

يتضح من جدول (8) أن قيم كا² المحسوبة للفروق بين استجابات العينة على عبارات التساؤل الاول "كيف يمارس طلاب الجامعة الأنشطة الرياضية؟" أكبر من القيمة الجدولية لكا² عند مستوى دلالة (0.05) ماعدا

وبشكل عام يشير الجدول الى أن غالبية الطلاب يمارسون الأنشطة الرياضية لكن بشكل متقطع وليس بشكل دائم أو منتظم وهو ما تسعى إلى تحقيقه كل المؤسسات الشبابية والتعليمية وخاصة الجامعية والتي تسعى الى نشر ثقافة ممارسة الرياضة للجميع والاستثمار الأمثل لوقت الفراغ لما لممارسة الأنشطة الرياضية من تأثير إيجابي على هؤلاء الطلاب صحيا وعقليا واجتماعيا، وهو ما يتفق مع دراسة (رمضان، 2017) و دراسة (Romaguera وآخرون، 2012) حيث قد أكدوا على أهمية نشر ثقافة الترويج الرياضي بين طلاب الجامعة وكذلك أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية لهم.

فرد للاستجابة نعم و41 فرد للاستجابة أحيانا وهو ما يدل على أن الغالبية من طلاب الجامعة (عينة البحث) يمارسون الأشكال المختلفة للأنشطة الرياضية لكن بشكل متقطع وليس بشكل منتظم، أما ثاني أعلى عبارة في الجدول كانت رقم (3) والتي تنص على (أحب ممارسة رياضة كرة القدم فقط) بنسبة 65% وبتكرار مقدارة 87 فرد للاستجابة نعم و80 فرد للاستجابة أحيانا وهو ما يدل على أن أكثر من نصف الطلاب (عينة البحث) يحبون ممارسة كرة القدم بمختلف مستوياتها، وهو ما يفسره الباحث بأنه شيء طبيعي نظرا لأن كرة القدم هي الرياضة الشعبية الأولى في مصر والوطن العربي فهي تحظى بمتابعة واهتمام الصغار والكبار في المجتمع وهو ما ينعكس على ممارسة كرة القدم لمختلف الأعمار .

عرض ومناقشة التساؤل الثاني: ما الأماكن التي يمارس فيها طلاب الجامعة الأنشطة الرياضية؟

جدول (9). التكرار والنسب المئوية وكا² للأماكن التي يمارس فيها طلاب الجامعة الأنشطة الرياضية (ن=266)

م	العبارة	نعم		أحيانا		لا		النسبة الترجيحية	كا ²
		تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %		
1	أمارس الأنشطة الرياضية في أحد الأندية الرياضية	41	15.41	36	13.53	189	71.05	48.12%	*170.44
2	أمارس الأنشطة الرياضية من خلال احدى الأكاديميات الرياضية	24	9.02	96	36.09	146	54.89	51.38%	*84.84
3	أمارس الأنشطة الرياضية في احدى مراكز اللياقة البدنية (جيم)	32	12.03	58	21.80	176	66.17	48.62%	*132.84
4	أفضل ممارسة الرياضة في أماكن مفتوحة (الحدائق والمتنزهات الكبيرة)	4	1.50	32	12.03	230	86.47	38.35%	*342.35
5	أمارس الأنشطة الرياضية في الملاعب أو الصالات الرياضية بالجامعة	26	9.77	167	62.78	73	27.44	60.78%	*116.26
6	أفضل ممارسة الأنشطة الرياضية بالمنزل	6	2.26	25	9.40	235	88.35	37.97%	*364.29

* قيمة (كا²) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 5.99

لذا يتضح أن المكان المفضل لممارسة الأنشطة الرياضية لغالبية طلاب الجامعة في الصالات والملاعب الرياضية بالجامعة ويفسر الباحث ذلك لحسن تنظيم الأنشطة الرياضية والاهتمام من المشرفين على إدارة هذه الملاعب خاصة أنها تحت إشراف الجامعة، كما أن معظم هذه الأنشطة مجانية ومنها ما يتطلب اشتراك مخفض من الطلاب للاستفادة من هذه الإمكانيات الرياضية مع مراعاة أنها تتواجد في نفس أماكن الدراسة وهو ما يوفر على الطلاب الكثير من الوقت. لذا تسعى الجامعات لتوفير الخدمات الرياضية المختلفة لاتاحة فرص ممارسة الأنشطة الرياضية للطلاب وهو ما تؤكد عليه الكثير من الدراسات مثل (حسين، 2017) و (محمود، 2015) حيث أكدوا على أهمية الأنشطة الرياضية الجامعية.

يتضح من الجدول رقم (9) أن قيم χ^2 المحسوبة للفروق بين استجابات العينة بالنسبة لجميع عبارات التساؤل الثاني " ما الأماكن التي يمارس فيها طلاب الجامعة الأنشطة الرياضية؟" أكبر من القيمة الجدولية لـ χ^2 عند مستوى دلالة (0.05).

يشير الجدول السابق الى أن أعلى عبارة بالنسبة لاستجابات عينة البحث كانت العبارة رقم (11) وتنص على (أمارس الأنشطة الرياضية في الملاعب أو الصالات الرياضية بالجامعة) بنسبة 60% وتكرار بلغ 26 فرد للاستجابة نعم و167 فرد للاستجابة أحيانا، وكانت ثاني أعلى عبارة في الجدول كانت العبارة رقم (8) وتنص على (أمارس الأنشطة الرياضية من خلال إحدى الأكاديميات الرياضية) بنسبة 51% وتكرار بلغ 24 فرد للاستجابة نعم و96 فرد للاستجابة أحيانا.

عرض ومناقشة التساؤل الثالث: ما أسباب ممارسة طلاب الجامعة للأنشطة الرياضية؟

جدول (10). التكرار والنسب المئوية و χ^2 لأسباب ممارسة الأنشطة الرياضية (ن=266)

م	العبارة	نعم		أحيانا		لا		النسبة الترجيحية	كا ²
		نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار		
1	أمارس الأنشطة الرياضية كهواية أستمتع بها	75.94	202	12.78	34	11.28	30	88.22%	217.38*
2	أمارس الأنشطة الرياضية للحفاظ على صحتي جيدة	80.83	215	13.53	36	5.64	15	91.73%	272.49*
3	أمارس الأنشطة الرياضية للحصول على جسم رياضي رشيق	79.32	211	13.53	36	7.14	19	90.73%	254.80*
4	أمارس الأنشطة الرياضية للوصول لدرجة عالية من اللياقة البدنية	11.65	31	13.16	35	75.19	200	45.49%	209.78*
5	أمارس الأنشطة الرياضية حتى أستطيع الاشتراك في المسابقات الرياضية	3.76	10	7.52	20	88.72	236	38.35%	367.79*
6	أمارس الأنشطة الرياضية للتعرف على أصدقاء جدد	1.13	3	13.91	37	84.96	226	38.72%	325.59*

* قيمة (كا²) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 5.99

لذا يتضح من الجدول أن أهم الأسباب التي تدفع الطلاب لممارسة الأنشطة الرياضية هي الحفاظ على صحة جيدة والحصول على جسم رياضي رشيق وهو ما يدل على معرفة الطلاب بأهمية ممارسة الرياضة للحصول على صحة جيدة وجسم رشيق حيث يتفق ذلك مع نتائج دراسة كل من (زايد و فريز، 2015) ودراسة (Vartanian، 2012) حيث أكدوا على أن أهم دوافع طلاب الجامعة لممارسة الأنشطة الرياضية هي الحفاظ على صحة جيدة ومظهر رشيق ووزن مثالي، ويفسر الباحث ذلك بأن تلك النتائج تتماشى مع مرحلة الشباب التي ينتهي إليها طلاب الجامعة والتي غالباً ما تهتم بالمظهر الجيد والجسم الرياضي.

يتضح من جدول (10) أن قيم χ^2 المحسوبة للفروق بين استجابات العينة على عبارات التساؤل الثالث " ما أسباب ممارسة طلاب الجامعة للأنشطة الرياضية؟" أكبر من القيمة الجدولية لـ χ^2 عند مستوى دلالة (0.05). يشير الجدول الى أن أعلى عبارة في استجابات عينة البحث كانت العبارة رقم (14) وتنص على (أمارس الأنشطة الرياضية للحفاظ على صحي جيدة) بنسبة 91% وتكرر بلغ 215 للاستجابة نعم و36 للاستجابة أحياناً، أما ثاني أعلى عبارة كانت العبارة رقم (15) وتنص على (أمارس الأنشطة الرياضية للحصول على جسم رياضي رشيق) بنسبة 90% وتكرر بلغ 211 للاستجابة نعم و36 للاستجابة أحياناً.

عرض ومناقشة التساؤل الرابع: ما نوع وجهة تنظيم الأنشطة الرياضية التي يشترك بها طلاب الجامعة؟

جدول (11). التكرار والنسب المئوية و χ^2 لجهة ونوع التنظيم (ن=266)

م	العبارة	نعم		أحياناً		لا		النسبة الترجيحية	كا ²
		تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %		
1	أنظم بنفسى الأنشطة الرياضية التي أمارسها	37	13.91	66	24.81	163	61.28	50.88%	*98.22
2	أشارك في الأنشطة الرياضية التي تنظم بالكلية	73	27.44	146	54.89	47	17.67	69.92%	*59.42
3	أشارك في التدريبات التابعة لأحد الأندية الرياضية	30	11.28	19	7.14	217	81.58	43.23%	*279.30
4	أعتمد على الأصدقاء في تنظيم الأنشطة الرياضية التي أمارسها	76	28.57	62	23.31	128	48.12	60.15%	*27.28
5	أشارك في المسابقات الرياضية التي تتم على مستوى الجامعة	8	3.01	26	9.77	230	86.47	38.64%	*345.55
6	سبق لى المشاركة في احدى المسابقات الرياضية على المستوى الدولى	0	-	0	-	264	99.25	33.33%	*528.00

* قيمة (χ^2) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 5.99

بها طلاب الجامعة؟" أكبر من القيمة الجدولية لـ χ^2 عند مستوى دلالة (0.05).

يتضح من الجدول رقم (11) أن قيم χ^2 المحسوبة للفروق بين استجابات العينة على جميع عبارات التساؤل الرابع " ما نوع وجهة تنظيم الأنشطة الرياضية التي يشترك

فالجبهة المنظمة للأنشطة الرياضية هي الكلية وقسم رعاية الطلاب بها ويتم ذلك تحت اشراف الجامعة وهو (تنظيم رسي)، أما الجزء الثانى من الطلاب فيعتمد على الأصدقاء في تنظيمهم للأنشطة الرياضية وهو ما يفسره الباحث بأن معظم الأنشطة الرياضية ذات التنظيم غير الرسي تتمثل في مباريات لكرة القدم بين الطلاب وأصدقائهم وهو ما يتسق مع نتائج المحور الأول في البحث جدول رقم (8)، ويدل ذلك على أهمية ودور التنظيم للأنشطة الرياضية الجامعية وهو ما يتفق مع دراسة (غري، 2016).

يوضح الجدول أن أعلى عبارة بالنسبة لاستجابات عينة البحث بشأن محور جهة ونوع التنظيم للأنشطة الرياضية كانت العبارة رقم (20) وتنص على (أشارك في الأنشطة الرياضية التي تنظم بالكلية) وبنسبة 69% وتكرار مقداره 73 فرد للاستجابة نعم و146 فرد للاستجابة أحيانا وأن ثانياً أعلى عبارة كانت رقم (22) وتنص على (أعتمد على الأصدقاء في تنظيم الأنشطة الرياضية التي أمارسها) وبنسبة 60% وتكرار بلغ 76 فرد للاستجابة نعم و62 فرد للاستجابة أحيانا.

يتضح من نتائج هذا الجدول أن معظم الطلاب يفضلون الإشتراك في الأنشطة الرياضية التي تنظم بكلياتهم لذا

عرض ومناقشة التساؤل الخامس: ما هي معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة؟

جدول (12). التكرار والنسب المئوية وكا² لمعوقات ممارسة الأنشطة الرياضية (ن = 266)

م	العبارة	نعم		أحيانا		لا	
		تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %	تكرار	نسبة %
1	لا أجد وقت كافي لممارسة أى نشاط رياضي	45	16.92	48	18.05	173	65.04
2	أسرتي ترفض ممارستي لأنشطة الرياضية	2	0.75	22	8.27	242	90.98
3	أجد صعوبة في ممارسة الأنشطة الرياضية بسبب عادات وتقاليد المجتمع	21	7.89	39	14.66	206	77.44
4	التزامات وضغوط الدراسة تمنعني من ممارسة أى نشاط رياضي	48	18.05	58	21.80	160	60.15
5	أعاني من ظروف اقتصادية صعبة تمنعني من ممارسة الأنشطة الرياضية	6	2.26	45	16.92	215	80.83
6	أعتبر ممارسة الأنشطة الرياضية شئ مجهد بالنسبة لى	29	10.90	40	15.04	197	74.06
7	أعتقد بأن ممارسة الأنشطة الرياضية شئ غير هام	8	3.01	17	6.39	241	90.60

* قيمة (كا²) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 5.99

الأول خاص بالتزامات وضغوط الدراسة وخاصة بالنسبة لطلاب الكليات العملية، أما الشق الثاني فهو خاص بعدم وجود وقت كافي لممارسة الأنشطة الرياضية للطلاب وذلك بسبب ضغوط الدراسة كما سبق ذكره أو بسبب انشغال الطلاب بعد الدراسة بأشياء أخرى مثل العمل مع الدراسة وخاصة لطلاب الكليات النظرية، وهو ما يتفق مع نتائج دراسة (حسين و سليمان، 2014) والتي أشارت الى أن ازدحام الجدول الدراسي للطلاب من أهم معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة، ويختلف مع نتائج دراسة (صباح وبعوش، 2018) والتي أشارت نتائجها الى أن أهم معوقات ممارسة الطالبات للأنشطة الرياضية يرجع الى معارضة الأسرة وعادات المجتمع وهو السبب الذي جاء في المرتبة الأخيرة بالنسبة للمعوقات التي تمت دراستها في هذا المحور وقد يرجع ذلك الى الاختلاف من مجتمع لآخر.

يتضح من جدول (12) أن قيم χ^2 المحسوبة للفروق بين استجابات العينة بالنسبة لجميع عبارات التساؤل الخامس "ما هي معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة؟" أكبر من القيمة الجدولية ل χ^2 عند مستوى دلالة (0.05).

يتضح من خلال الجدول السابق أن أعلى عبارة حصلت على استجابات من عينة البحث بالنسبة لمحور معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية كانت العبارة رقم (28) وتنص على (التزامات وضغوط الدراسة تمنعني من ممارسة أي نشاط رياضي) بنسبة 52% وتكرر مقدارة 48 فرد للاستجابة نعم و58 فرد بالنسبة للاستجابة أحيانا، أما ثاني أعلى عبارة كانت العبارة رقم (25) وتنص على (لا أجد وقت كافي لممارسة أي نشاط رياضي) بنسبة 50% وتكرر بلغ 45 للاستجابة نعم و48 فرد للاستجابة أحيانا.

تشير هذه النتائج الى أن أهم المعوقات التي تمنع طلاب الجامعة من ممارسة الأنشطة الرياضية تنقسم الى شقين

عرض ومناقشة التساؤل السادس: ما مستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة؟

جدول (13). التكرار والنسب المئوية و χ^2 مستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة (ن = 266)

م	العبارة	متوسط الدرجات	عدد الطلاب	
			تكرار	نسبة %
1	ثقافة رياضية عالية	70.061	132	49.624%
2	ثقافة رياضية متوسطة	55.196	107	40.226%
3	ثقافة رياضية ضعيفة	39.741	27	10.150%

*قيمة χ^2 الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 5.99

الطلاب يتمتعون بثقافة رياضية متوسطة، كما أن 10.1% من الطلاب لديهم ثقافة رياضية منخفضة. ويتضح من تلك النتائج أن 90% من الطلاب عينة البحث لديهم ثقافة مرتفعة أو متوسطة مما يدل على تمتعهم بمستوى جيد من الثقافة الرياضية.

يشير الجدول رقم (13) إلى أن قيم χ^2 المحسوبة للفروق بين استجابات العينة على عبارات التساؤل السادس "ما مستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة؟" لمحور للمدخلات المادية والعامة للثقافة الرياضية " أكبر من القيمة الجدولية ل χ^2 عند مستوى دلالة (0.05).

يتضح من الجدول أن 49.6% من طلاب الجامعة يتمتعون بثقافة رياضية عالية أي أن نصف طلاب الجامعة يتمتعون بثقافة رياضية مرتفعة و40.2% من

عرض ومناقشة التساؤل السابع: ما علاقة ممارسة الأنشطة الرياضية ومستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة؟

جدول (14). معاملات الارتباط ممارسة الأنشطة الرياضية ومستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة (ن=266).

مستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة			المحاور
ثقافة رياضية ضعيفة	ثقافة رياضية متوسطة	ثقافة رياضية عالية	
*0.281	*0.579	*0.791	كيفية ممارسة الأنشطة الطلابية
*0.161	*0.334	*0.842	مكان ممارسة الأنشطة الرياضية
*0.170	*0.437	*0.659	أسباب ممارسة الأنشطة الرياضية
*0.232	*0.480	*0.622	جهة ونوع التنظيم
*-0.458	*-0.207	*-0.274	معوقات ممارسة الأنشطة الرياضية
*0.263	*0.425	*0.642	الدرجة الكلية للاستبيان

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.124

أفضل للأنشطة الرياضية، أما الطلاب ذوي الثقافة الرياضية (المنخفضة) ليس لديهم ممارسة للأنشطة الرياضية، وهذه النتيجة توضح أهمية الثقافة الرياضية التي تبني على المعرفة والفهم ثم يتم ترجمة ذلك لسلوك رياضي (ممارسة الأنشطة الرياضية) على كافة المستويات، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (القدمي، 2017) و(علي، 2015) حيث أكدت نتائجهم على مدى ارتباط الثقافة الرياضية بممارسة طلاب الجامعة للأنشطة الرياضية.

يشير الجدول رقم (14) إلى وجود علاقة ارتباطية طردية قوية داله إحصائياً بين محاور والدرجة الكلية لاستبيان ممارسة الأنشطة الرياضية ومستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة العالية والمتوسطة، كما يوجد علاقة ارتباطية ضعيفة بين محاور والدرجة الكلية لاستبيان ممارسة الأنشطة الرياضية ومستوى الثقافة الرياضية لطلاب الجامعة العالية والمتوسطة، حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (0.05).

يتضح من هذه النتيجة أن الطلاب ذوي المستوى (العالي والمتوسط) للثقافة الرياضية لديهم ممارسة

عرض ومناقشة التساؤل الثامن: ما هي دلالة الفروق بالنسبة لممارسة الأنشطة الرياضية ومستوى الثقافة الرياضية

لطلاب الجامعة حسب (النوع ونوع الكلية)؟

جدول (15). دلالة الفروق بين الطلاب الذكور والاناث في ممارسة الأنشطة الرياضية ومستوى الثقافة الرياضية (ن=266)

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الاناث (ن=92)		الذكور (ن=174)		المتغيرات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.000	*8.579	5.722	44.783	3.784	49.810	ممارسة الأنشطة الرياضية
0.000	*9.604	11.000	53.359	8.506	65.046	مستوى الثقافة الرياضية

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 1.645

أنه بالرغم من الانفتاح الكبير والتطور الذي حدث بالمجتمع إلا أنه يظل اقبال الاناث بشكل عام على الرياضة وممارستها أقل من الذكور، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة (القدومي، 2017) وذلك لوجود بعض الموروثات والعادات الثقافية التي ماتزال موجودة في مجتمعنا العربي حيث أن النتائج أوضحت في جدول (12) أن الأسرة لا تقوم بمنع الطلاب من ممارسة الأنشطة الرياضية.

يشير جدول (15)، انه توجد فروق دالة إحصائياً بين الطلاب الذكور والانات في ممارسة الأنشطة الرياضية ومستوي الثقافة الرياضية لصالح الطلاب الذكور حيث إن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (0.05).

يتضح من الجدول أن طلاب الجامعة (الذكور) لديهم ثقافة رياضية أفضل وبالتالي ممارسة للأنشطة الرياضية المختلفة أفضل من الطلاب (الإناث)، وهذه النتيجة توضح

جدول (16). دلالة الفروق بين طلاب الكليات العملية والنظرية في ممارسة الأنشطة الرياضية ومستوي الثقافة الرياضية (ن=266)

مستوي الدلالة	قيمة "ت"	الكليات النظرية (ن=164)		الكليات العملية (ن=102)		المتغيرات
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
0.163	1.398	4.677	47.537	6.170	48.471	ممارسة الأنشطة الرياضية
0.960	0.050	10.798	61.030	11.233	60.961	مستوى الثقافة الرياضية

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 1.645

الاستخلاصات:

- يمارس معظم طلاب الجامعة الأنشطة الرياضية لكن بشكل غير منتظم.
- الحفاظ على صحة جيدة وجسم رياضي كانت أهم أسباب ممارسة الطلاب للأنشطة الرياضية.
- يفضل طلاب الجامعة ممارسة الأنشطة الرياضية في الملاعب والصالات الرياضية بالجامعة.
- غالبية طلاب الجامعة يشتركون في الأنشطة الرياضية التي تنظم بالكليات.
- تعتبر ضغوط الدراسة وضيق الوقت أكثر ما يعوق الطلاب من ممارسة الأنشطة الرياضية.
- معظم طلاب الجامعة (عينه البحث) يتمتعون بمستوى جيد من الثقافة الرياضية.

يشير جدول (16)، انه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين طلاب الكليات العملية والنظرية في ممارسة الأنشطة الرياضية ومستوي الثقافة الرياضية حيث إن قيمة(ت) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (0.05).

كما يتضح من نتائج الجدول أن مستوى الثقافة الرياضية وكذلك ممارسة الأنشطة الرياضية متقارب بين طلاب الكليات العملية والنظرية بالجامعة، ويرجع الباحث ذلك الى أن المعوقات التي تمنع طلاب الجامعة من ممارسة الأنشطة الرياضية متقاربة بالرغم من اختلاف أسلوب وطريقة الدراسة إلا أن كل كلية لها متطلباتها، ويتضح ذلك من النتائج السابقة جدول رقم (12) حيث تكمن في ضغوط الدراسة وضيق الوقت وذلك لأسباب مختلفة وهذه النتائج تتفق مع نتائج بحث (Deliens, T) وآخرون، (2015).

2- القدومي، محمد. (2017). مستوى الثقافة الرياضية وعلاقتها بالهوية الرياضية لدى طلبة تخصص التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، المجلد. (31)، عدد (1).

3- آل عقران، أريج. (2020). ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طالبات الجامعة، المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية، عدد. (12)، ص. 137-163.

4- بومرداس، عماد الدين. (2016). تنمية الثقافة الرياضية لدى الشباب الجامعي من خلال الإعلام الرياضي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة بن مهيدي، الجزائر.

5- حسين، إيمان وسليمان، هدى. (2014). دراسة معوقات الأنشطة الرياضية للجامعات الحكومية في بغداد، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، المجلد 24، العدد (4)، ص. 207-226.

6- حسين، سليمان. (2019). دور الأنشطة الطلابية في البناء التربوي لدى الطلاب الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي بجامعة أسيوط، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.

7- خليفة، بودبوز. (2017). دور مواقع التواصل الاجتماعي في تشجيع الشباب على ممارسة النشاط الرياضي (الفييس بوك نموذجاً)، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة العبي بن مهيدي، الجزائر.

8- خيرالله، مفتاح. (2017). دور الإعلام الرياضي المسموع في نشر الثقافة الرياضية المرتبطة بالصحة، رسالة ماجستير، كلية علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة، جامعة محمد بوضياف المسيلة.

9- شحاته، محمد. (2004). الثقافة الرياضية "سلسلة الوعي الرياضي"، المكتبة المصرية، الإسكندرية.

10- شمس، أمل وزكريا هاني. (2014). دور الثقافة الرياضية في تحقيق (الأمن الفكري، التنمية البشرية المستدامة) بحث مقارن بين عينة من الشباب، مجلة كلية

- يوجد ارتباط طردى بين مستوى الثقافة الرياضية وممارسة الأنشطة الرياضية لطلاب الجامعة.

- هناك فروق دالة احصائياً بين الطلاب (ذكور- إناث) بالنسبة لممارسة الأنشطة الرياضية ومستوى الثقافة الرياضية لصالح الطلاب الذكور.

- لم توجد فروق دالة احصائية بين طلاب الجامعة من الكليات (عملية - نظرية) بالنسبة لممارسة الأنشطة الرياضية ومستوى الثقافة الرياضية.

التوصيات:

في ضوء النتائج التي تم التوصل اليها من خلال هذا البحث يوجه الباحث للجامعات بعض التوصيات والتي يجب مراعاتها لمساعدة الطلاب ليتمكنوا من ممارسة الأنشطة الرياضية، فيجب على الجامعات:

- الاهتمام بالملاعب والصالات الرياضية وتطويرها داخل الجامعة.

- تنظيم أحداث رياضية متنوعة على مدار العام الدراسي ليتمكن الطلاب من الاشتراك بها.

- تخصيص جزء من وقت الجدول الدراسي لإتاحة الفرص للطلاب لممارسة الأنشطة الرياضية.

- محاولة تحسين الثقافة الرياضية لطلابها عن طريق الندوات واللقاءات المباشرة وغير مباشرة مع الطلاب.

- نشر ثقافة ممارسة الرياضة للجميع والرياضة من أجل الصحة بين الطلاب.

- توجيه الطلاب بأن الثقافة الرياضية لا تقتصر على مشاهدة كرة القدم ولكنها تستهدف ممارسة الرياضة.

- توعية الطلاب بأهمية ممارسة الأنشطة الرياضية من خلال وسائل الإعلام ووسائل التواصل الاجتماعي.

المراجع:

1- الحماحي، محمد. (2006). الرياضة للجميع (الفلسفة والتطبيق)، مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة.

المراجع الأجنبية:

- 18- Deliens Tom, Benedicte Deforche, Ilse De Bourdeaudhuij and Peter Clarys. (2015). Determinants of physical activity and sedentary behaviour in university students: a qualitative study using focus group discussions. BMC Public Health (15), Nr. 201.
- 19- konczos Csaba, Josef Bogнар, Zsolt Szakaly, Istvan Simon & Zsolt Olah. (2012). Health awareness, motor performance and physical activity of female university student, Biomedical Human Kinetics Journal, Vol. (4), P.12 - 17.
- 20- Liang si, Yang Guang & Bai Jin. (2011). Role of sports behavior in improving university students sports practice attitude. Journal of sports adult education, china.
- 21- Romaguera Dora, Pedro Tauler, Miquel Bannasar, Jordi Pericas, Carlos Moreno, Sonia Martinez & Antonio Aguilo. (2011). Determinantes and patternes of physical activity practice among Spanish university students. Journal of sports sciences, V. (29). Issue. (9), P. (989 – 997).
- 22- Vartanian, L. R., Wharton, C. M., & Green, E. B. (2012). Appearance vs. health motives for exercise and for weight loss. Psychology of Sport & Exercise, 13, 251-256.
- 23- World Health Organization report. (2003). Health and development through physical activity and sport.

- التربية، جامعة عين شمس، مصر، العدد. (25)، الجزء الرابع، ص. 143-228.
- 11- صباح، عايش وبعوش، خالد. (2018). معوقات ممارسة النشاط الرياضي لدى طالبات الجامعة، ورقة بحثية بمؤتمر الممارسة الرياضية وثقافة التغذية الصحية لدى المرأة، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة البويرة، الجزائر، مارس.
- 12- على، جرمون. (2015). مستويات الثقافة الرياضية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية جامعة ورقلة، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد. 20، ص. 257-268.
- 13- غربي، أحمد. (2016). دور وظيفة التنظيم في تطوير الرياضة الجامعية، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة المسيلة، الجزائر.
- 14- محمود، خالد. (2015). تقويم النشاط الرياضي في بعض الجامعات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة السادات.
- 15- مطروزة، إيمان. (2016). دور القنوات الرياضية في نشر الثقافة الرياضية لدى المرأة، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة محمد بوضياف المسيلة.
- 16- رمضان، نورهان. (2017). الثقافة الترويحية وعلاقتها بسلوك وقت الفراغ لدى طالبات كلية التربية الرياضية بنات جامعة الإسكندرية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الإسكندرية.
- 17- زايد، كاشف وفريز، ايرين (2015). دوافع ممارسة طلاب الجامعة للأنشطة الرياضية وفقا لنظرية التقرير الذاتي، مجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة السلطان قابوس، المجلد 9 (2)، 340-350.