

تنظيم ممارسة الأنشطة الرياضية ذاتياً لدى طلاب المرحلة الإعدادية في محافظة كركوك

م.م. احمد علي عبدالله احمد

ah24medali@gmail.com

مديرة تربية كركوك

الكلمات المفتاحية: تنظيم _ الأنشطة الرياضية _ المرحلة الإعدادية.
المستخلص باللغة العربية

يهدف البحث إلى دراسة التنظيم الذاتي الأنشطة الرياضية لطلبة المرحلة الإعدادية في محافظة كركوك، استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، تم اختيار العينة من طلبة المرحلة الإعدادية بلغت قوامها (٦٠٠)، طالباً، استخدم الباحث استبيان الأنشطة الرياضية كأداة لجمع البيانات، تم التوصل إلى النتائج أهمها: يعتبر نشاط كرة قدم النشاط الرياضي المفضل لدى طلبة، ممارسة كرة القدم الخماسي أكثر ما يستمتع بها طلبة المرحلة الإعدادية، يمارس طلبة المرحلة الإعدادية الأنشطة الرياضية بدافع تجديد نشاط وحيوية الجسم، يعد ضعف الامكانيات من أهم العقبات التي تواجه طلبة المرحلة الإعدادية وكانت من أهم التوصيات، ضرورة اهتمام المؤسسات التعليمية بالتغلب على معوقات مشاركة في الأنشطة الرياضية، اهتمام المسؤولين في وزارة التربية والتعليم بالنشاط المدرسي والنشاط، ضرورة توفير الامكانيات المادية والبشرية اللازمة لممارسة الأنشطة الرياضية.

Self-regulation of sports activities for middle school students in Kirkuk Governorate

M.M. Ahmed Ali Abdullah Ahmed

Key words: organization, sports activities, middle school

The research aims to study the self-organization of sports activities for middle school students in the governorate of Kirkuk. The researcher used the descriptive approach using the survey method. The sample was selected from middle school students, whose strength was (600) students. The researcher used the sports activities questionnaire as a tool to collect data, the results were reached. The most important of them: Football activity is the favorite sport activity for students, practicing five-a-side football is what middle school students enjoy most, middle school students practice sports activities motivated by the renewal of activity and vitality of the body, the weakness of capabilities is one of the most important obstacles facing middle school students and it was one of the most important Recommendations, the need for educational institutions to pay attention to overcoming obstacles to participation in sports activities, the interest of officials in the Ministry of Education in school activity and activity, the need to provide the material and human resources

مقدمة ومشكلة البحث:

ترجع أهمية وقت الفراغ إلى أنه يعد وقت اكتساب المهارات، القيم والخبرات التربوية والاجتماعية. وانه يتم من خلاله إشباع الهوايات، الميول، الحاجات، الترويج عن الذات، وكذلك تنمية الموهبة والابتكار والإبداع، تحقيق التوازن النفسي وتنمية الشخصية الإنسانية بوجه عام. ونظراً لان ممارسة الأنشطة الرياضية تمثل اهتمامات جميع الطلاب خاصة بعد تزايد وقت الفراغ وتعدد الحاجات والرغبات والتي لا تشبعها البرامج التقليدية للأنشطة الترويحية داخل المدارس الإعدادية وكذلك المغالاة في الرسوم والاشتراك في عضوية المؤسسات والهيئات التي تقدم الخدمات الترويحية الفعالة

والمؤثرة التي تلبي احتياجات ورغبات الطلاب وبناء عليه كان الدافع للطلاب نحو تنظيم الأنشطة الترويحية وممارستها بشكل ذاتي سواء كان هذا التنظيم على المستوى الشخصي (فردي) أو الجماعي بين الطلاب دون وجود أي قيود خارجية تفرض عليهم في اختيار الزمان أو المكان وبذلك يتحقق خصائص الترويج نتيجة اختيار الطلاب للنشاط واشتراكهم في تحمل المسؤولية بكامل إرادتهم سواء على المستوى الشخصي أو الجماعي. حيث يتم تنظيم الطلاب للأنشطة الترويحية واختيارها بشكل ذاتي دون وجود أي ضغوط خارجية.

ويشير محمد الحماحي وعابدة عبد العزيز (٢٠٠٦م)، محمد كمال السمنودي (٢٠٠٣م) إلى أن الأنشطة الرياضية داخل المدرسة جزء من العملية التربوية، وإحدى الطرق التربوية الهامة لتربية الطلاب، إذ تساهم بدور فعال وإيجابي في تحقيق الرسالة التربوية داخل المدارس، وذلك من خلال اشتراكهم في البرامج المتعددة والمتنوعة واستثمار وقت فراغهم بطريق إبداعية يكتسب العديد من المهارات سواء الحركية، العقلية والاجتماعية اللازمة لاستثمار وقت الفراغ بصورة سليمة ويساعد ذلك على تحقيق التوازن البدني والنفسي والعقلي والاجتماعي لدى الطلاب كما أن المناشط اللاصفية تمارس وفقاً لأسس اختيارية تخضع لرغبة الطلاب ولاحتياجاتهم الشخصية أو لظروف المدرسة أو للوقت الميسر للطلاب لممارسة أوجه النشاط الترويحي.

وأن الأنشطة الرياضية التي يمارسها طلاب المرحلة الإعدادية تنقسم إلى: النشاط الرياضي ، النشاط الفني ، النشاط الثقافي ، النشاط الاجتماعي ، نشاط الجواله والخدمة العامة ، فالأنشطة الرياضية تجعل المدرسة مجتمعاً متكاملأ يتدرب فيه الطلاب على القيادة والتعاون والتفاهم المتبادل. (١١: ١٨٢، ١٩٨) (١٠: ٩٠) ونظراً لأن ممارسة الأنشطة الرياضية تمثل اهتمامات جميع الطلاب خاصة بعد تزايد وقت الفراغ وتعدد الحاجات والرغبات والتي لا تشبعها البرامج التقليدية للأنشطة الرياضية داخل المدارس الإعدادية التي تلبي احتياجات ورغبات الطلاب وبناء عليه كان الدافع للطلاب نحو تنظيم الأنشطة الرياضية وممارستها بشكل ذاتي سواء كان هذا التنظيم على المستوى الشخصي (فردي) أو الجماعي بين الطلاب دون وجود أي قيود خارجية تفرض عليهم في اختيار الزمان أو المكان وبذلك يتحقق خصائص الترويج نتيجة اختيار الطلاب للنشاط واشتراكهم في تحمل المسؤولية بكامل إرادتهم سواء على المستوى الشخصي أو الجماعي. حيث يتم تنظيم الطلاب للأنشطة الرياضية واختيارها بشكل ذاتي دون وجود أي ضغوط خارجية.

يتضح مما سبق وبعد إطلاع الباحث على البحوث والدراسات المرجعية التي أتاحت بعد المسح المرجعي للدراسات السابقة والمراجع وجد قلة الأبحاث والدراسات التي تناولت التنظيم الذاتي للأنشطة الترويحية في وقت الفراغ . وأنه مازال هناك بعض الغموض والتداخل في كيفية تحسين وإكساب الطلاب القدرة على التنظيم الذاتي واستخدامهم للإستراتيجيات التنظيمية التي تساعدهم على اكتساب المهارات والخبرات اللازمة لممارسة الأنشطة الرياضية بشكل ذاتي . مما دفع الباحث إلى ضرورة البحث ودراسة التنظيم الذاتي للأنشطة الرياضية لدى طلاب المرحلة الإعدادية في محافظة كركوك ومدى تحقيقه لاحتياجات الطلاب وأهدافهم ، وأهميته في اكتساب الطلاب متطلبات الحياة المستقبلية.

هدف البحث

يهدف البحث إلى تحليل الأنشطة الرياضية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بمحافظة كركوك من خلال الاجابة على التساؤلات التالية:

- تحديد الأنشطة الترويحية ذاتية التنظيم لدى طلاب المرحلة الإعدادية في محافظة كركوك.
- الأهداف التي يسعى طلاب المرحلة الإعدادية في محافظة كركوك إلى تحقيقها من وراء التنظيم الذاتي للأنشطة الترويحية.

مجالات البحث:

- المجال المكاني: تم اجراء البحث في المدارس الإعدادية بمحافظة كركوك .
- المجال الزمني: تم اجراء البحث على طلاب المرحلة الإعدادية بمحافظة كركوك بتاريخ ٢٠١٩/١١/١ إلى ٢٠٢٠/١/١٥
- المجال البشري : طلبة المرحلة الإعدادية في مدينة كركوك .

التعريف بالمصطلحات:

الأنشطة الرياضية:

هي مجموعة المناشط والخبرات والمهارات تعمل على تنمية اتجاهات الطالب نحو استثمار اوقات الفراغ بصورة ايجابية وهادفة تعمل على النمو الشامل لشخصية الفرد واعداده لحياته المستقبلية (١٠ : ١٠٥).

التنظيم الذاتي :

هو معرفة كيفية أداء وممارسة الأنشطة في وقت الفراغ والتي لا تنتظم لأية لوائح أو أنظمة أساسية أو اتفاقيات ضرورية إلا فقط عملية تفاهم بين الأفراد من حيث ضرورة وجود الإمكانية الزمنية والمكانية للنشاط (١٠ : ١٧٥).

المنهج المستخدم

استخدم الباحث المنهج الوصفي - دراسة التحليلية - بخطواته وإجراءاته

مجتمع البحث : يتحدد مجتمع البحث الحالي في المرحلة الإحصائية في محافظة كركوك المقيدين بالعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠).

عينة البحث :

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من الطلبة الممارسين في عملية التنظيم الذاتي للأنشطة الرياضية والبالغ عددهم (٦٠٠) طالباً، بواقع (٥٥٠) طالب للدراسة الأساسية ، (٥٠) طالب للدراسة الإستطلاعية .

أدوات جمع البيانات

استعان الباحث في جمع بيانات الدراسة بالأدوات التالية :-

- استمارة استقصاء: اشتملت على (الاسم ، المدرسة ، وقت المشاركة ، عدد مرات المشاركة)
- استبيان الأنشطة الرياضية

جدول (١)

النسبة المئوية لآراء الخبراء حول مدى مناسبة العبارات لاستبيان الأنشطة الرياضية لطلبة المرحلة الإعدادية ن = (٩)

ت	العبارات	مناسب	غير مناسب	النسبة
المحور الأول : الأنشطة الرياضية للالعاب الجماعية :				
١	كرة القدم	٩	٠	%١٠٠
٢	كرة السلة	٩	٠	%١٠٠
٣	كرة الطائرة	٩	٠	%١٠٠
٤	كرة اليد	٩	٠	%١٠٠
٥	كرة قدم خماسي	٩	٠	%١٠٠
المحور الثاني : الأنشطة الرياضية للالعاب الفردية:				
٦	تنس الطاولة	٩	٠	%١٠٠
٧	تنس الأرضي	٩	٠	%١٠٠
٨	ركوب الدراجات	٩	٠	%١٠٠
٩	المشي	٩	٠	%١٠٠
١٠	الجودو	٧	٢	%٧٧,٧٨
١١	سباحة	٧	٢	%٧٧,٧٨
١٢	الشطرنج	٩	٠	%١٠٠
١٣	الوثب الطويل	٨	١	%٨٨,٨٩
١٤	رمي القرص	٩	٠	%١٠٠
١٥	البلياردو	٨	١	%٨٨,٨٩
١٦	الريشة الطائرة	٩	٠	%١٠٠

وضع الباحث ميزان تقدير للاستجابات على عبارات الاستبيان على النحو التالي:
العبارات الإيجابية: (موافق) وتقدر بثلاث درجات. (إلى حد ما) وتقدر بدرجتان. (غير موافق) وتقدر بدرجة واحدة.

العبارات السلبية: (موافق) وتقدر بدرجة واحدة. (إلى حد ما) وتقدر بدرجتان. (غير موافق) وتقدر بثلاث درجات.

خطوات البحث

بعد تحديد عينة البحث وإعداد أداة جمع البيانات، قام الباحث بوضع برنامج زمني لإجراءات البحث:

جدول (٢)

البرنامج الزمني لإجراءات البحث

ت	الإجراء	التاريخ	الهدف	العينة	مكان التطبيق
١	الدراسة الاستطلاعية	من ٢٠١٩/١١/٣ إلى ٢٠١٩/١١/١٣	التأكد من مناسبة صياغة العبارات، حساب الصدق والثبات	٥٠	محافظة كركوك
٢	الدراسة الميدانية	من ٢٠١٩/١٢/١ إلى ٢٠١٩/١٢/٥	جمع البيانات الخاصة بالطلاب	٥٥٠	محافظة كركوك
٣	جمع البيانات	من ٢٠١٩/١٢/٩ إلى ٢٠١٩/١٢/٢٩	تصنيف البيانات وتفرغها وجدولتها	٥٥٠	محافظة كركوك
٤	تصنيف البيانات وتفرغها وجدولتها	٢٠٢٠/١/٢ إلى ٢٠٢٠/١/١٠	القيام بالمعالجات الإحصائية	٥٥٠	محافظة كركوك
٥	المعالجات الإحصائية	٢٠٢٠/١/١٢ إلى ٢٠٢٠/١/٣٠	عرض وتفسير ومناقشة النتائج	٥٥٠	محافظة كركوك

الدراسة الاستطلاعية

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية على عينة قوامها (٥٠) طالب من خارج عينة البحث الأساسية ومن داخل مجتمع البحث في الفترة من ٢٠١٩/١/٣ وحتى ٢٠١٩/١/١٣ وإستخدمت الدراسة الاستطلاعية للتعرف على مدى وضوح ومناسبة صياغة العبارات لفهم الطلبة، وإجراء المعاملات الإحصائية وقد أسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية عن وضوح التعليمات الخاصة بأداة جمع البيانات، ومناسبة صياغة العبارات لمستوى فهم الطلبة، تم إجراء المعاملات العلمية الخاصة بإيجاد صدق وثبات إستمارة الإستبيان.

المعاملات الإحصائية للإستبيان

حساب معامل الصدق: أستعان الباحث بأسلوب صدق الاتساق الداخلي من خلال إيجاد معامل الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية لكل محور و الكلية للإستبيان

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين العبارات ومحاور الاستبيان (ن = ٥٠)

ت	المحور الثاني : الأنشطة الرياضية : الرياضية للاعب الفردية:		ت	المحور الأول : الأنشطة الرياضية للاعب الجماعية :	
	المحور	الاستبيان		المحور	الاستبيان
٦	*٠,٣٠٥	*٠,٤٠٨	١	*٠,٤٠٢	*٠,٤١٩
٧	*٠,٣٠٧	*٠,٢٦٦	٢	*٠,٢٤٤	*٠,٢٦٨
٨	*٠,٤٤٧	*٠,٤٤٧	٣	*٠,٣٢٤	*٠,٣٦٩
٩	*٠,٤٧٠	*٠,٣٨٢	٤	*٠,٢٣٩	*٠,٣٧٥
١٠	*٠,٣٢٨	*٠,٢٩٠	٥	*٠,٣٠١	*٠,٢٩٤
١١	*٠,٢٨٦	*٠,٣٠٧			
١٢	*٠,٣٠١	*٠,٢٩٤			
١٣	*٠,٣٣٩	*٠,٢٨٠			
١٤	*٠,٣٦٩	*٠,٣٠٦			
١٥	*٠,٣٢٩	*٠,٢٩٤			
١٦	*٠,٢٩٢	*٠,٢٣٧			

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (٠,٠٥) = ٠,٢٣٥

يتضح من جدول (٣) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين العبارات والمحور وبين العبارات والاستبيان حيث كانت قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) مما يدل على صدق الاتساق الداخلي لعبارات المحور الأول.

١ - حساب معامل الثبات : قام الباحث باستخدام طريقة تطبيق الاختبار ثم إعادة تطبيقه، حيث قام الباحث بتطبيق استمارة البحث على عينة من الطلبة قوامها (٥٠) طالب في ٣ / ١١ / ٢٠١٩م، ثم إعادة تطبيق الاستمارة على نفس العينة تحت نفس الظروف في ١٣ / ١١ / ٢٠١٩م، وبذلك توصل عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني ، كما قام الباحث أيضاً باستخدام معامل ألفا كرونباخ على نفس العينة السابقة للتحقق من معامل ثبات الإستبيان جدول (٤).

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني ومعامل ألفا للاستبيان قيد البحث ن = ٥٠

ت	المحور	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة (ر)	معامل (ألفا كرونباخ)
		س	± ع	س	± ع		
١	الأول	2.1	0.372	2.12	0.364	*٠,٣٩٤	*٠,٣٨٦
٢	الثاني	2.32	0.179	2.39	0.282	*٠,٣٥٩	*٠,٢٤٣

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٢٣٥ * دال

يتضح من جدول (٤): وجود علاقة ارتباطية بين التطبيق الأول وإعادة التطبيق لعينة الدراسة الإستطلاعية حيث أن قيمة ر الجدولية أقل من قيمة ر المحسوبة حيث حققت معامل ارتباط عال تراوح قيمته بين (٠,٥٦٢)، (٠,٣٠٥) وجميعها دال إحصائياً ، كما بلغت معاملات ألفا ما بين (٠,٣٩٠ ، ٠,٢٤٣) وهي معاملات دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات محاور الاستبيان .
المعالجات الإحصائية

تمت المعالجات الإحصائية لبيانات البحث باستخدام البرنامج الإحصائي Spss، وقد استخدمت المعالجات الإحصائية التالية : (التكرارات، النسبة المئوية، الفاكرونباخ، الوسط الحسابي)

عرض ومناقشة وتفسير النتائج
أولاً : الأنشطة الرياضية المفضلة لدى طلبة المرحلة الإعدادية

جدول (٥)

الأنشطة الرياضية وفقاً لرأى طلبة المرحلة الإعدادية (ن = ٥٥٠)

الترتيب	النسبة %	لا	إلى حد ما	نعم	العبارات	ت
١	٩٦	١١	١١	٥٢٨	كرة القدم	١
١١	٤٤,١٨	١٤٠	١٣٧	٢٤٣	كرة السلة	٢
٥	٦٣,٦٣	٩٠	١١٠	٣٥٠	كرة الطائرة	٣
١٦	٢٥,٨١	٢٠٣	٢٠٥	١٤٢	كرة اليد	٤
١٣	٣٦,٣٦	١٨٤	١٦٦	٢٠٠	تنس الطاولة	٥
١٥	٣١,٨١	٢٢٥	١٥٠	١٧٥	تنس الارضي	٦
٢	٩٢,١٨	٢٠	٢٣	٥٠٧	كرة قدم خماسي	٧
٣	٧٢,٧٢	٤٥	١٠٥	٤٠٠	ركوب الدراجات	٨
٤	٧١,٨١	٥٠	١٠٥	٣٩٥	المشي	٩
١٤	٣٢,١٨	١٢٥	٢٩٨	١٧٧	الجودو	١٠
٧	٥٥,٢٧	١٣٨	١٠٨	٣٠٤	سباحة	١١
٩	٥١,٨١	١٥٠	١١٥	٢٨٥	الشطرنج	١٢
١٢	٤٠	١٨٨	١٤٢	٢٢٠	الوثب الطويل	١٣
١٠	٤٦,٣٦	١٥٠	١٤٥	٢٥٥	رمي القرص	١٤
٦	٥٥,٤٥	١٤٨	٩٧	٣٠٥	البلياردو	١٥
٨	٥٤,٩٠	١٣٣	١١٥	٣٠٢	الريشة الطائرة	١٦

يتضح من جدول (٥)، ترتيب الأنشطة الرياضية المفضلة لطلبة المرحلة الإعدادية لعينة البحث ، حيث جاءت رياضة كرة القدم في المركز الأول، وقد يرجع ذلك إلى سهولة اللعبة وانتشارها في مراكز الشباب والأندية الرياضية وأيضا يمكن ممارستها في الشوارع والساحات (كرة الشوارع)، الحدائق العامة والمتنزهات بالإضافة إلى عدم ارتفاع أسعار الأدوات الخاصة بهذه اللعبة، ويتفق ذلك مع نتائج دراسة محمود صديق (٢٠٠٥م) ، التي أسفرت أن رياضة كرة القدم تحظى باهتمام كبير لدى الطلبة و في مقدمة الرياضات التي يمارسونها . وذلك ما يختلف مع نتائج دراسة سمث (٢٠٠٣ م) والتي أسفرت عن ممارسة نشاط كرة القدم المرتبة الأخيرة في الأنشطة الرياضية، بينما جاء نشاط التنس الأرضي في المرتبة الأخيرة ، وقد يرجع ذلك إلى إحتياج رياضة التنس الى قدر عالي من المهارات وأيضاً إلى إعتمادات مالية كبيرة من أجل شراء الأدوات الخاصة بها وعدم توافر الأماكن التي يمكن ممارسة هذا النوع من النشاط فيها من ملاعب خاصة باللعبة .

التساؤل الثاني : ما هي أماكن ممارسة الأنشطة الرياضية وفقاً لرأى طلبة المرحلة الإعدادية

جدول (٦)

اماكن ممارسة الانشطة الرياضية وفقاً لرأي طلبة المرحلة الاعدادية (عينة البحث) (ن = ٥٥٠)

ت	العبارات	نعم	إلى حد ما	لا	النسبة %	الترتيبي
١	المدرسة	٣٩٥	١٧٥	٨٠	٧١,٨١	٣
٢	مركز شباب	٤٠٥	١١٥	٣٠	٧٣,٦٣	١
٣	الأندية الرياضية	٣٩٠	١١٠	٥٠	٧٠,٩٠	٤
٤	الحدائق العامة والمتنزهات	٣٥٥	١١٥	٨٠	٦٤,٥٤	٥
٥	المنزل	٣٢٠	١٣٥	٩٥	٥٨,١٨	٦
٦	الساحات الشعبية	٤٠٢	١٠٨	٤٠	٧٣,٠٩	٢
٧	الأندية الاجتماعية	٣٠٠	١١٠	١٤٠	٥٤,٥٤	٧

يتضح من الجدول (٦) ترتيب أماكن ممارسة الأنشطة الرياضية لدى طلبة المرحلة الاعدادية حيث جاء مركز الشباب في المركز الأول بنسبة (٧٣,٦٣%)، وقد يرجع ذلك إلى أن الترويج يعتبر من الأنشطة الهامة في حياة الأسرة إذ يساعد على تماسكها وتحقيق التكامل بين أفرادها ويربط بينهم برباط مشترك من الاهتمامات والميول، ويتفق ذلك مع دراسة محمد مطر (٢٠٠٨م) ودراسة سالم إبراهيم (٢٠١٥م)، أن ممارسة الأنشطة الرياضية في مراكز الشباب تزيد من الشعور بالسعادة والمتعة ونحفيز جانب المنافسة الشريفة، بينما جاءت الاندية الاجتماعية في المرتبة الأخيرة بنسبة (٥٤,٥٤%)، وقد يرجع ذلك إلى عدم موافقة أولياء الأمور من ذهاب اولادهم إلى الاندية الاجتماعية وذلك بسبب الاوضاع الامنية الراهنة في محافظة كركوك وقلة الاندية الاجتماعية في المحافظة.

استخلاصات وتوصيات البحث: انطلاقاً من نتائج هذا البحث وفي ضوء المنهج المستخدم وفي حدود العينة وأداة جمع البيانات؛ يستخلص الباحث ما يلي:

- ١- يعتبر نشاط كرة قدم النشاط الرياضي المفضل لدى طلبة المرحلة الاعدادية.
- ٢- يعتبر ممارسة كرة القدم الخماسي من الأنشطة المفضلة التي يستمتع بها طلبة المرحلة الاعدادية.
- ٣- يمارس طلبة المرحلة الاعدادية الأنشطة الرياضية بدافع تجديد نشاط وحيوية الجسم.
- ٤- يعد ضعف الامكانيات من أهم العقبات التي تواجه طلبة المرحلة الاعدادية.

توصيات البحث:

١- ضرورة اهتمام المؤسسات التعليمية بالتغلب على معوقات مشاركة في الأنشطة الرياضية وذلك من خلال:

- توفير الامكانيات اللازمة لممارسة الأنشطة الرياضية.
- زيادة الفترة الزمنية المخصصة لممارسة الأنشطة الرياضية في اليوم الدراسي.
- توعية وتنقيف أولياء أمور الطلبة بأهمية الأنشطة الرياضية لأبنائهم.
- ٢- اهتمام وزارة التربية بالنشاط المدرسي عامة والنشاط اللاصفي خاصة وذلك من خلال:
- تقويم الأنشطة الرياضية المقدمة للطلبة في المدارس الاعدادية.
- ضرورة تمييز الطلبة المشاركين في الأنشطة الرياضية لاستثارة الطلبة نحو المشاركة.

قائمة المصادر

أولاً: المصادر باللغة العربية:

- ١- أحمد متولى : مشكلات الطلاب الجدد في بعض كليات التربية الرياضية بجمهورية مصر العربية ، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة بنها ، ٢٠٠٦ م .
- ٢- أشرف عبد الرازق: دراسة تقويمية لأنشطة الجواله لطلاب جامعة طنطا، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا، ٢٠٠٦م.

- ٣- أشرف عفيفي: مؤشر مقترح لإمكانات الترويج الرياضي لمؤسسات التعليم الجامعي بالمجتمعات العمرانية، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، ٢٠٠٣م.
 - ٤- أكرم عثمان: ثقافة الترويج الخلوي لدى طلاب المرحلة الإعدادية وعلاقتها بالنشاط الممارس، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، ٢٠٠٣م.
 - ٥- أماني البطراوي ومحمد سلامه: مقدمة في الترويج وأوقات الفراغ، الإسكندرية، ماهي للنشر والتوزيع، ٢٠١٣م.
 - ٦- تهناني عبد السلام: الترويج والتربية الترويحية، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠١م.
 - ٧- سالم إبراهيم علي: دراسة تحليلية للأنشطة الترويحية لدى طلاب المرحلة الإعدادية في جمهورية العراق، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، المنصورة، ٢٠١٥م.
 - ٨- كمال درويش، أمين الخولي: الترويج وأوقات الفراغ، التاريخ والفلسفة، الاجتماعيات، البرامج والأنشطة، ط٢، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠١م.
 - ٩- ماهر محمد: دراسة تقييمية لإدارة النشاط الرياضي بوزارة التعليم العالي، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان، ٢٠٠٣م.
 - ١٠- محمد السمودي وآخرون: الترويج الرياضي وأوقات الفراغ، المنصورة، شجرة الدر، ٢٠١٤م.
 - ١١- محمد الحماحي وعائدة عبد العزيز: الترويج بين النظرية والتطبيق، ط٤، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٦م.
 - ١٢- محمد قطب: دور الاسرة في تكوين الوعي الثقافي الترويحي على استثمار أوقات الفراغ، رسالة ماجستير، طنطا، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٦م.
 - ١٣- محمد مطر: التنظيم الذاتي للأنشطة الترويحية لدى طلاب جامعة المنصورة (دراسة تحليلية)، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠٠٨م.
 - ١٤- محمد كشك: الممارسة الرياضية في الجامعات المصرية، المؤتمر العلمي الأول، الرياضة الجامعية في الدول العربية، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠٠٦م.
 - ١٥- محمود صديق: تقويم الأنشطة الطلابية بجامعة أسيوط، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠٠٥م.
 - ١٦- وليد عبد الرزاق: الوعي الترويحي الرياضي لدى معلمي التربية البدنية وطلاب المرحلة الإعدادية بمحافظة القاهرة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ٢٠٠١م.
- ثانياً: المصادر باللغة الاجنبية:

- 17- Smith Garrett Michael: Perceptions of an intramural. Extracurricular sports program in an urban middle school Dissertation Abstracts International. Vo164-05A. page 1590-2003
- 18- Richard Kraus: Recreation and leisure in modern Society, Temple University, Jones and Bartlett Publishers. 2001