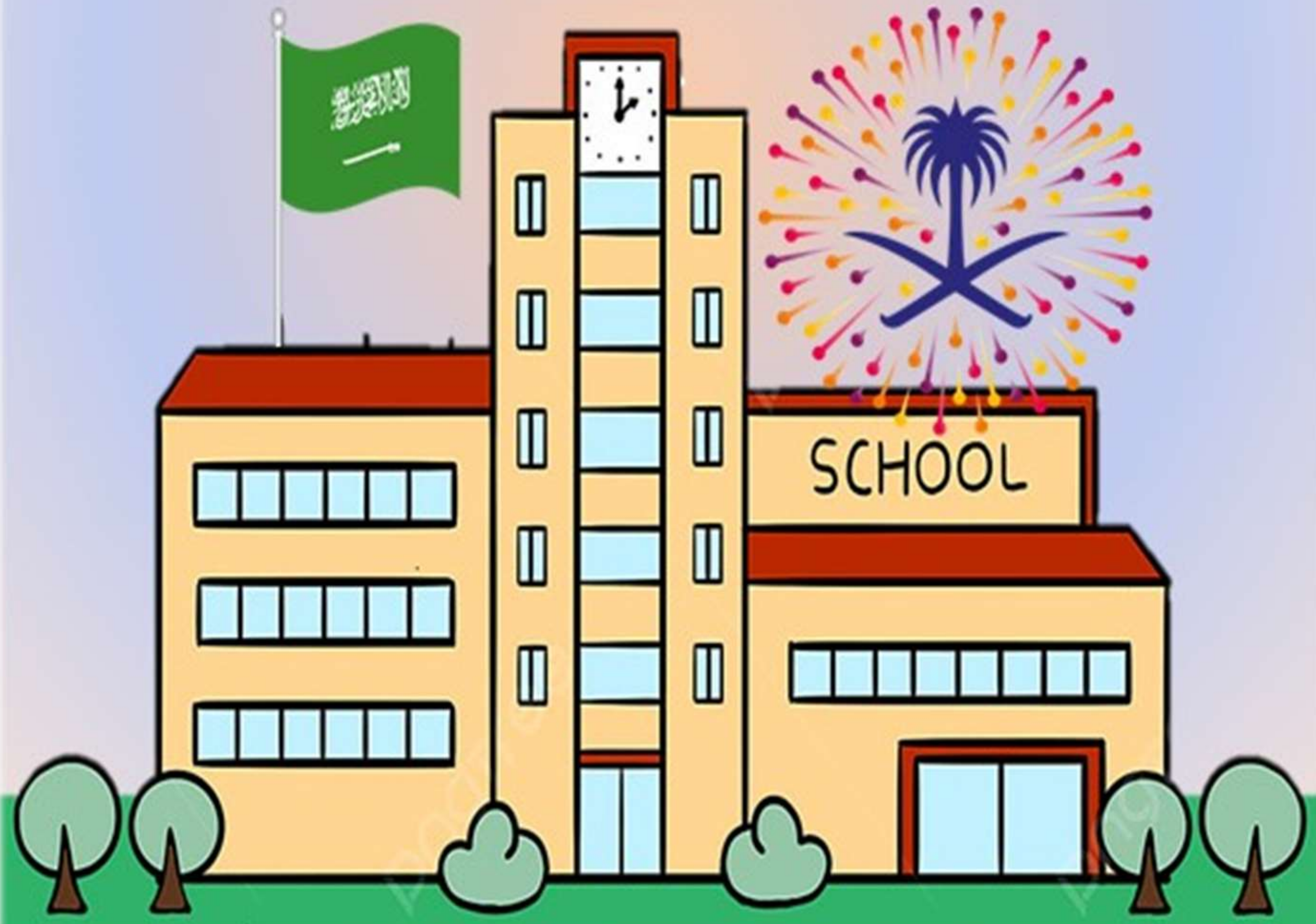


الأنشطة الترفيهية في مدارس المملكة
العربية السعودية
بين الواقع و المأمول

أ/ نسرين علي بخاري

١٤٤٥هـ / ٢٠٢٣م



إهداء

بكل معاني الشكر و الامتنان اهدي
كتابي هذا إلى
مصدر الهامي ومنبع طموحي وسبب نجاحي بعد الله
أبي وامي (رحمهما الله)
إلى أفراد عائلتي
الداعم الدائم لي
إلى كل معلمة زرعت بداخلي
حب التميز والإنجاز
إلى أقرب شخص لنفسي (أنا)

نبذة مختصره عن الكاتبة

نسرین علی بخاری

شهاداتي

بكالوريوس إحصاء علوم حاسبات

ماجستير إدارة اعمال تنفيذي

معلمة سابقا ومشرفة تربوية حاليا

حاصلة على الشهادة المهنية الاحترافية في تصميم خبرات التعليم الإلكتروني ELXD (المستوى المتقدم)

حاصلة على العديد من الدورات في مجال التنمية المهنية والتنمية البشرية والحاسب الآلي.

مقيّم تدريب، مدرب دولي محترف، مدرب دولي متقدم، مستشار تدريب

لايف كوتش في المهارات الحياتية، مدرب معتمد في (الحوار التربوي)، مدرب معتمد في (الحوار في بيئة العمل)،

ومدرب معتمد من مايكروسوفت

عضوياتي

عضوة في اكااديمية المعلم للتدريب، عضوة في المؤسسة العربية لإعداد القادة وتنمية المهارات، عضوة في

اكاديمية الحوار التابعة لمركز الملك عبدالعزيز للحوار الوطني، و عضوة في جمعية ام القرى الخيرية بمكة

المكرمة

قدمت العديد من الدورات التدريبية لمراكز الأحياء والمعاهد التدريبية، ولمعلمات مكة ضمن مبادرة التعليم (

التدريب الصيفي) في مجال التقنية والحاسب واستراتيجيات التعليم والتعليم الإلكتروني والتنمية البشرية بخبرة

تجاوزت الـ 20 عام في التعليم والتدريب.

منشوراتي

- 1- كتاب (تطبيقات تقنية في البيئة الصفية) 2020 م
- 2- المشاركة في كتاب [صرير الريشة] بعدة منشورات نثرية مع مجموعة من المؤلفين 2022م
- 3- بحث منشور بعنوان (اثر التدريب الإلكتروني في تنمية الاتجاه نحو البرامج التقنية لدى معلمات المرحلة الثانوية وتأثيره على نواتج التعلم للطالبات في المملكة العربية السعودية) 2023م
- 4- ورقة عمل منشورة بعنوان (الترفيه بالمجتمع السعودي نظرة تربوية) 2023م
- 5- بحث منشور بعنوان (واقع الترفيه المتوفر من خلال المدارس لطلاب المرحلة الثانوية في المملكة العربية السعودية) 2023م

الأنشطة الترفيهية في مدارس المملكة العربية السعودية

بين الواقع والمأمول

اعداد

أ/ نسرين علي ذاكـر بخاري

2023م/1445هـ

المقدمة

أدى تعاظم الآلية في العصر الحديث إلى المزيد من وقت الفراغ، وأصبح التحدي الذي يواجهه الطلاب هو كيفية استثمار وقت الفراغ ومن ثمّ فإنّ الاستخدام الواعي لوقت الفراغ إنّما يُعدّ حصيلة للتربية والحضارة معاً.

وقد تزايد في الآونة الأخيرة الحديث عن الترفيه وجودة الحياة ، حيث أنّ المجتمع استشعر هذا الشيء في ظلّ تزايد ساعات الدراسة وارتفاع نسبة الاكتئاب لدى الطلاب فنجد أنّ علماء السيكولوجيا دائماً ما يُشيرون إلى ارتفاع نسبة الاكتئاب والاضطرابات النفسية ، ثمّ إنّ المنتبج للمجتمع العالمي منذ الثورة الصناعية يجد أنّ الفرد أصبح محاصراً بهوموم الحياة والعمل بل أنّ الثورة التكنولوجية والاتصالات زادت الأمر تعقيداً حيث أصبح الموظف لا ينجز العمل في بيئة العمل أو المقر بل أمسى يستقطع وقتاً من أسرته أو في بيته، إلى جانب متابعة البريد الإلكتروني وسير العمل الذي يرافق الفرد حتى في منزله بالإضافة إلى الأخبار السياسية والكوارث من جميع مناطق العالم ، وكذلك سرعة الحياة وتعدد الواجبات والأدوار في المجتمع، كل ذلك أفرز ضرورة ملحة ألا وهي الترفيه .

ولا شك أنّ الإنسان يمرّ بمراحل مختلفة في حياته منذ ولادته حتى وفاته. وقد ذكر كورديز (٢٠١٣) Cordes ، أنه من الصعب تعريف الترفيه لأنه شيء يختلف من شخص لآخر، وقد بدأ الباحثون في وضع عدة تعريفات له، ودار جدل حول ذلك منذ حوالي ٣٠٠ سنة قبل الميلاد عن طريق الفيلسوف اليوناني أرسطو، الذي وضع نموذج يمكن من خلاله تصنيف الترفيه إلى ثلاث مستويات وهي: التسلية Amusement الترويح Recreation التأمل Contemplation. وكذلك ومنذ حوالي ٦٠٠ سنة، فقد أوضح رائد علم الاجتماع ابن خلدون، أنّ الترفيه يقع ضمن خمس رغبات أساسية للإنسان، حيث يحتل الترفيه قمة الهرم. أما عالم النفس ماسلو، فقد شدد على أهمية هذه الأنشطة في حياة الإنسان، ووضع نموذج مشابه لذلك الخاص بابن خلدون، حيث أوضح أنّ حاجات الإنسان تبدأ بالاحتياجات الفسيولوجية في قاع الهرم، وترتفع بالذات في قمته (الغنيمي، 2019).

ولقد اعتنت العديد من الدول بالترفيه باعتباره مصدراً للاستثمار في رأس المال البشري من ناحية ومن ناحية أخرى وسيلة لتعزيز الاقتصاد من خلال جذب السياحة من جميع دول العالم (الغنيمي، 2019).

وبالنظر للمدن الحديثة وبعض الشركات الكبرى فإننا نجد أنّ الترفيه ركيزة أساسية وأنّ هناك وقتاً ومساحات مخصصة لذلك حيث نجد انتشار دور السينما والمسارح وصالات الألعاب الإلكترونية والرياضية وحتى في تخطيط الأحياء السكنية للحدائق الاهتمام بها وارتياح الناس لها وقد اضحى السلوك الترفيهي حاضراً في الحياة الاجتماعية وممارساً بصورة سليمة وتسعى الدول كافة لخلق ترفيه لمواطنيها وخاصة الشباب يلائم احتياجاتهم واهتماماتهم كما

أن هنالك العديد من المنافع الصحية للترفيه، وتبعاً لذلك فإن المعالجة بالترفيه قد تطورت للاستفادة من هذا التأثير ويتم تطبيق هذه المعالجة في برامج إعادة التأهيل وفي رعاية كبار السن وذوي الاحتياجات الخاصة والمصابين بأمراض مزمنة.

وقد كثر الحديث في الآونة الأخيرة عن الترفيه وجودة الحياة ومن منطلق رؤية المملكة والتي تضمنت جودة الحياة للمواطن والمقيم جاء الاهتمام بتأسيس الهيئة العامة للترفيه تماشياً مع رؤية المملكة ٢٠٣٠ لتتولى مهمة تطوير وتنظيم قطاع الترفيه وتوفير خيارات ترفيهية نوعية وشاملة تثري تجربة الأفراد وترسم البهجة، وتحسن جودة الحياة، وتتماشى مع المعايير العالمية، وتلائم كل شرائح المجتمع من المواطنين والمقيمين وتتاسب مستويات الدخل المختلفة، إضافة إلى تواجدها في جميع مناطق المملكة.

ومن خلال رؤية ورسالة هيئة الترفيه والتي تهدف لجودة الحياة مازلنا نرى أن فئة الشباب حسب تصنيف منظمة الصحة والتي حددت فئة الشباب من سن (٢٦) (٦٥) سنة لم تلبى لها احتياجاتها الترفيهية بشكل يلائم حاجاتها الثقافية والمهنية والاجتماعية كما أن هناك غياباً لأبرز الفعاليات الترفيهية في أغلب المدن والمحافظات الصغيرة كما أن هناك تكاليف باهظة الثمن للفعاليات الكبرى والتي تؤدي للعزوف عنها أو الاستفادة منها ، ولهذا يجب أن يلائم واقع الترفيه أفراد المجتمع للفئات العمرية المختلفة ويحقق الأهداف المرجوة منه، وفي هذا الإطار يأتي كتابي هذا والذي يتخذ من المجتمع السعودي مجالاً مكانياً.

مصطلحات الكتاب :

الترفيه:

وضح كل من جراي Gray وجريبن Green أن الترويح يعرف بأنه: حالة إنفعالية Condition Emotional نتيجة إحساس الفرد بالوجود الطيب في الحياة Well Being وبالرضا الذاتي Self - Satisfaction ، وان ذلك يرتبط بكل من : الإجابة، الإنجاز، القبول ، النجاح ، القيمة الذاتية ، السرور ، مما يُدعم صورة الذات الإيجابية Positive self-image ، كما أنه يرتبط بالنشاط لوقت الفراغ والقبول الشخصي (عويس، 2006).

الترفيه :جاءَ للترفيه عنه: لإطراب خاطره وَالتَّنْفِيسِ عَنْهُ، تَنَائِيَةً. مِنْ أَهْدَافِ مَشْرُوعِهِ التَّرْفِيهِ عَنِ الْمَكَانِ: جَعَلَهُمْ فِي رِفَاهِيَةٍ، تَرْفِيهِ [ر ف هـ] (مصدر رفة).

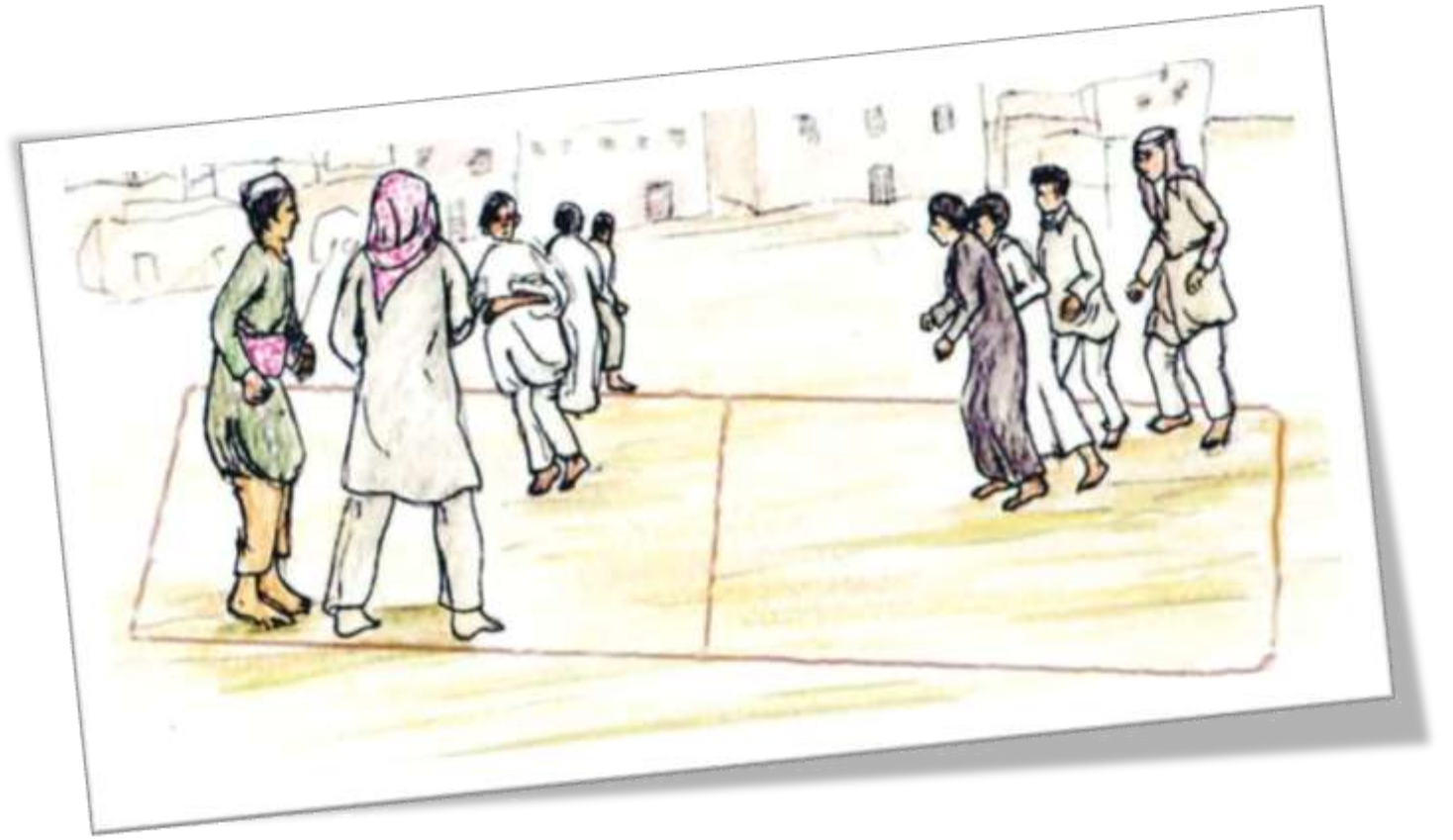
وتعرف الكاتبة الترفيه اجرائياً: بأنه حسن استغلال أوقات الفراغ التي يتمتع بها طلاب المرحلة الثانوية بما يعود بالنفع عليهم وعدم الاقتصار على نوع محدد من أنواع الترفيه.

ملاحظة :

الكتاب مستتب من البحث العلمي للكاتبة (واقع الترفيه المتوفر من خلال المدارس لطلاب المرحلة الثانوية في المملكة العربية السعودية)

الفصل الأول: الترفيه

مر الترفيه بالكثير من التغيرات عبر العصور المختلفة فقد كان الترفيه في المجتمع السعودي يتسم بالبساطة وعدم التعقيد، ومن خلال تصور واقع المجتمع في الماضي يمكننا أن نرسم صورة تقريبية لتلك الممارسات الترفيهية فقد كان الشباب الذكور في الماضي يقضون وقت فراغهم في الصيد وبعض الألعاب التي يستخدمون فيها الحصى والأحجار الصغيرة، أما الفتيات فقد كان حظها في الترفيه قليلا ويقتصر على بعض الألعاب الشعبية، والزيارات العائلية التي كانت تعتبر المتنفس الوحيد في تلك الأيام، ولكن بعد اكتشاف البترول، وازدهار عائداته حدثت تغيرات كثيرة في نمط الحياة الاجتماعية، وأسلوب المعيشة؛ فقد أصبحت وظيفة الترفيه تقوم بها الأندية والمسارح، والمقاهي والأسواق التجارية، والحدائق العامة (السدحان، ١٤٢١هـ).



مفهوم الترفيه لغة واصطلاحاً

جاء في القاموس المحيط: تَرَفَ التَّرْفَةُ بِالضَّمِّ النَّعْمَةُ، وَالطَّعَامُ الطَّيِّبُ وَالشَّيْءُ الظَّرِيفُ تَخَّصُّ بِهِ صَاحِبُكَ (الفيروز، ٢٠٠٨، ص ١٨٩). وفي لسان العرب: ترف: التَّرَفُ: التَّنَعُّمُ، وَالتَّرْفَةُ: النَّعْمَةُ، وَالتَّشْرِيفُ حُسْنُ الْغِذَاءِ. وَصَبِيٌّ مُتْرَفٌ إِذَا كَانَ مُنْعَمَ الْبَدَنِ مُدَلِّلاً. الْمُتْرَفُ: الْمُتَنَعِّمُ الْمُتَوَسِّعُ فِي مَلَاذِ الدُّنْيَا وَشَهَوَاتِهَا، (محمد، ١٩٩١، ص ٤٢٩).

وفي مُعْجَمِ اللُّغَةِ الْعَرَبِيَّةِ الْمُعَاصِرَةِ: تَرَفَ يَتْرَفُ، تَرَفًا، فَهُوَ تَرَفٌ تَرَفَ الشَّخْصُ: تَنَعَّمَ، وَعَاشَ فِي رَفَاهِيَّةٍ تَعَوَّدَ عَيْشَةَ التَّرَفِ. أَتْرَفَ يُتْرَفُ، إِتْرَافًا، فَهُوَ مُتْرَفٌ، وَالْمَفْعُولُ مُتْرَفٌ. أَتْرَفَ أَوْلَادَهُ: جَعَلَهُمْ فِي سَعَةٍ مِنَ الْعَيْشِ وَالْمَالِ وَدَلَّلَهُمْ. تَرَفَهُ الْمَالُ". إشباع حاجة غير ضرورية (عمر، ٢٠٠٨، ص ٢٩٠).

ويشير محمد علي إلى أن بيترسون Peterson يرى أن التربية من أجل الفراغ Leisure Education يجب أن تتخذ شكل استثارة الدافعية والاهتمامات والاستمتاع بالفنون والرياضة. (محمد، 1985).

ويري كل من محمد الحماحي وعائدة عبد العزيز أن الترويح يُعد أحد أوجه الأنشطة التربوية والاجتماعية الذي يتقبله المجتمع ويخضع لعاداته وتقاليده ونوع الثقافة والمعتقدات السائدة فيه ، كما أن الترويح في الوقت المعاصر أصبح يتبوأ مكانة هامة في الحياة المتوازنة ، وذلك إلى جانب العمل والعبادة والراحة والاسترخاء ، ولذا فقد بدأ في نهاية القرن التاسع عشر الإهتمام بالترويح كمظهر سلوكي وحضاري للإنسان و موضوع يستحق الدراسة وذلك مع ظهور العلوم الاجتماعية وتقدم المجال البحثي في العلوم الإنسانية والتربوية وال نفسية ، وذلك باعتباره ظاهرة اجتماعية وظاهرة إنسانية وظاهرة حضارية تعبر عن ثقافة المجتمع . (عويس، 2006).

ويتفق جيمس ميرفي James Murphy في الرأي مع جوفر دومازيدي Joffer Dumazedier في أن

للفراغ ثلاث وظائف Functions ، وهي : (الحماحي، 2019)

- الاسترخاء relaxation : وذلك بغرض التخلص من التعب Fatigue .
- التسلية entertainment : وذلك بغرض التخلص من الملل boredom
- تطوير الشخصية Personal development : وذلك بغرض تحرير الفرد من روتين الحياة ومن الأفكار غير الواعية .

ويوضح كل من كاتلين كوردس Kathleen Cordes وحلمي إبراهيم Hilmi Ibrahim أن خبرة وقت

الفراغ Leisure experience ترتبط بثلاثة عناصر أساسية ، وهي :

- ✓ الإدراك والفهم الواعي لمعنى الحرية
- ✓ النشاط الذاتي
- ✓ تحقيق فوائد من خلال مخرجاته outcomes beneficial (الحماحي، 2019).



حاجة النفس للراحة والاستجمام

"النفس تحتاج إلى شيء من (الترويح) والفسحة في بعض (المباحات) ، وإراحتها من كد الدنيا ومشقة الحياة اليومية ، ومن جد العمل للأخرة ، لئلا تضجر النفوس ، ولتقوى على المسير ، والجد فيما ينفعها من أمر الدنيا والآخرة. "

وقد روى البخاري ، عَنْ عَوْنِ بْنِ أَبِي جُحَيْفَةَ، عَنْ أَبِيهِ، قَالَ:

"أَخَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بَيْنَ سَلْمَانَ ، وَأَبِي الدَّرْدَاءِ ، فَزَارَ سَلْمَانُ أَبَا الدَّرْدَاءِ ، فَرَأَى أُمَّ الدَّرْدَاءِ مُتَبَدِّلَةً ، فَقَالَ لَهَا : مَا شَأْنُكِ ؟ قَالَتْ : أَخُوكَ أَبُو الدَّرْدَاءِ لَيْسَ لَهُ حَاجَةٌ فِي الدُّنْيَا ، فَجَاءَ أَبُو الدَّرْدَاءِ فَصَنَعَ لَهُ طَعَامًا ، فَقَالَ : كُلْ ؟ قَالَ : فَإِنِّي صَائِمٌ ، قَالَ : مَا أَنَا بِأَكِلٍ حَتَّى تَأْكُلَ ، قَالَ : فَأَكَلْ ، فَلَمَّا كَانَ اللَّيْلُ ذَهَبَ أَبُو الدَّرْدَاءِ يَقُومُ ، قَالَ : نَمْ ، فَنَامَ ، ثُمَّ ذَهَبَ يَقُومُ فَقَالَ : نَمْ ، فَلَمَّا كَانَ مِنْ آخِرِ اللَّيْلِ قَالَ : سَلْمَانُ قُمْ الْآنَ ، فَصَلِّ يَا ، فَقَالَ لَهُ سَلْمَانُ:

إِنَّ لِرَبِّكَ عَلَيْكَ حَقًّا ، وَلِنَفْسِكَ عَلَيْكَ حَقًّا ، وَلِأَهْلِكَ عَلَيْكَ حَقًّا ، فَأَعْطِ كُلَّ ذِي حَقٍّ حَقَّهُ.

فَأَتَى النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ، فَذَكَرَ ذَلِكَ لَهُ ، فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ:

صَدَقَ سَلْمَانُ ."

وعن ابن عباس -رضي الله عنهما- قال: قال رسول الله ﷺ: ((نعمتان مغبون فيهما كثير من الناس الصحة والفراغ)) ولذلك فإن الإنسان ينبغي أن يراعي هذا المعنى الكبير، ويراعي كل ما أعطاه الله من النعم وينظر في ماذا تصرف بها، وهل انتفع بها الانتفاع المطلوب

فالفراغ مع الصحة من النعم العظيمة التي يجب أن تصرف في المكان الصحيح وبالوجه الصحيح و إلا فسوف ينجرف الإنسان في أودية الهلاك إذا ما قدر هذه النعم واحسن استغلالها .

ترويح النفس بالمباحات

المباحات في الشريعة كثيرة ، والله الحمد ، ويمكن للإنسان أن يتريخ بهذه المباحات ، ويتعد عن المحرمات .
ومن وسائل الترفيه المباحة : الخروج للصيد ، والسباحة ، والخروج إلى المتنزهات ، والقيام بالرحلات التي تشمل برامجها على الترفيه مع مراعاة الضوابط الشرعية ، ومع الرفقة الصالحة ، والرياضة بأنواعها ، وبرامج الترفيه العقلي بالكمبيوتر ، إلى غير ذلك من الوسائل التي يصعب حصرها ، وتوفرها الدولة لشعبها للاستمتاع بوقت الفراغ



حاجة النفس للترويح

لقد أباح الإسلام الترويح عن النفس كضرورة إنسانية، ومباح في جميع الأديان ما دام وفق الضوابط وبصورة متوازنة دون إفراط ووفق القيم والمبادئ الإسلامية، لما فيه من فائدة للمسلم في تجديد نشاطه العقلي والنفسي والبدني .
والاستجمام هي كلمة تعني الراحة أو الاسترخاء، وإزالة التعب والمشقة، وإضفاء المتعة على النفس، والانتقال من حالة إلى أخرى أكثر إثارة للاهتمام.

أهمية الترويح عن النفس

التخلص من التوتر حيث يُعد التوتر من المشاكل النفسية التي يعاني منها الكثير؛ خاصة نتيجة الإجهاد النفسي والعقلي في التفكير، فلا بد لكل شخص التخلص من التوتر؛ بأن يلجئ للترويح عن نفسه، إذ أنها تجعل العقل يذهب للتفكير في أشياء مريحة نفسية مثل

. الاسترخاء...

. تنمية الطموح...

. مزاوله الأنشطة الترفيهية والثقافية..

. مزاوله الهوايات المختلفة ..





**لا تبحث في الحياة
عن السعادة بنفس
المكان الذي فقدتها
فيه.**

أهداف الترفيه

ويعد المحور الرئيسي للترفيه هو تحقيق السعادة التي يتطلع إليها كل إنسان ، وذلك دون أي تمييز لنوع الجنس أو العنصر البشري أو نوع الديانة أو اختلاف كل من المستوى الثقافي أو الاجتماعي أو الاقتصادي للفرد . كما أن الشعور بالسعادة إنما يتحقق من خلال المشاركة في أوجه نشاط الترفيه ، ومن خلال الابتكار والإبداع ، الانتماء والشعور بالألفة والصدقة ، إشباع الدافع للمخاطرة ، اكتساب خبرات جديدة ، التمتع بالصحة الجيدة ، الاستمتاع بالتذوق الجمالي ، الاسترخاء.(عبد السلام، 2001)

كما أن الهدف الأسمى للترفيه هو تحقيق السعادة والرضا عن النفس ، ويتحقق ذلك من خلال الاستثمار الأفضل لوقت الفراغ، ولذا نؤكد على أن الترفيه يُعد أحد مظاهر النشاط الإنساني الذي يكون الهدف الأسمى منه هو السعادة التي يجب أن تتحقق لكل من يمارس أوجه نشاطه المتنوعة ، وذلك لجميع الأفراد باختلاف أعمارهم وأجناسهم وأديانهم(درويش، الحماحي، 2007)

ويشير خليفة بهبهاني إلى أن تقرير مجلس إدارة وتدريب الترفيه بلندن قد أوضح أن الترفيه يؤدي إلى تحسين نوعية الحياة ، فهو نتاج نشاط تم اختياره بحرية الممارسة، وأن تلك الخبرات تكون مرتبطة بنوع النشاط المختار . (بهبهاني، 2004)

ويرى جون جاك روسو Jean Jacques Rousseau أن اللعب يُعد عاملاً جوهرياً في العملية التربوية والتعليمية ، إذ من خلالها يتم اكتشاف ميول الطفل واستعداداته وقدراته ، كما يتم إشباع حاجاته . ولذا يؤكد روسو على أنه يجب الاهتمام بنشاط الطفل وتزويده بالوسائل التي تمكنه من الاستمتاع بأوقات ممارسته للنشاط، إذ يقول : أحيوا الطفولة ويسروا لها ألعابها وفقاً للميول الفطرية للطفل، فمن منكم لم يأسف في بعض الأحيان على تلك السنوات التي لا تفارق الابتسامة فيها الشفاه، والتي تكون فيها الذات الإنسانية في سلام وهدوء دائمين ؟ فلماذا تريدون أن تحرموا الأطفال الأبرياء من متعة تكاد من قصرها أن تفوتهم؟ (الحماحي، 1999)

اهتمام المملكة العربية السعودية بالترفيه

قامت المملكة العربية السعودية في إلقاء الضوء وفق ما طرحته رؤية ٢٠٣٠ بإطلاقها هيئة عامة للترفيه بقرار ملكي في ٣٠ رجب ١٤٣٧ الموافق ٧ مايو ٢٠١٦م، واستهدفت رؤيتها في تطوير المواقع السياحية، والتاريخية، والتراثية، وعقد اتفاقات مع شركات الترفيه العالمية، وتنظيم قطاع الترفيه في المملكة، وتطويره، والارتقاء بجميع عناصره، ومقوماته وإمكاناته، إلى جانب دعم الموهوبين وتأسيس وتطوير المراكز الترفيهية، كما دعت إلى تطوير المواقع السياحية بحسب أعلى المعايير العالمية وإيجاد خيارات ثقافية وترفيهية متنوعة تتناسب مع كل الأذواق والفئات، إذ يعد محورا مهما من أجل اقتصاد مزهر ومجتمع يجد وسائل ترفيه مناسبة، فبعد إنشاء هيئة الترفيه في المملكة العربية السعودية تعددت اتجاهات الشباب نحو البرامج، والأنشطة، والممارسات الترفيهية؛ ونلاحظ انقسام في الوسط الاجتماعي لهذه الأنشطة، والممارسات الترفيهية فمنهم من يراها دخيلة على مجتمعنا المحافظ، ومنهم من يراها حاجة ماسة وتطور وحضارة، وخطوة اقتصادية، واجتماعية مهمة.

ويمكن القول بأن عملية الترفيه تأثرت بالتغيرات التي بها المجتمع السعودي ومازالت عملية تأثر الترفيه وتأثيره مستمرة إلى حتى الوقت الحالي، وقد نادى بعض الباحثين والمختصين بضرورة أن يكون للمدارس والجامعات دور كبير في توعية الشباب في قضاء وقت فراغهم والاستفادة منه وألا يقتصر دور الجامعات والمدارس على التلقين فقط؛ بل لابد من التطبيق العملي للترفيه فقد أصبح قضاء وقت الترفيه من الموضوعات الهامة وخاصة الشباب التي تعتبر من أهم المراحل التي يمر بها الإنسان طوال حياته (كناني، الخمشي، 2020).



يعد الترفيه ظاهرة اجتماعية تسود المجتمعات الإنسانية، على اختلاف مستوياتها الثقافية، وبأشكال متعددة، ومتباينة يحددها السياق الثقافي والاجتماعي، والاقتصادي، ونظراً لأهمية الترفيه لدى الشباب؛ فإن العديد من الدول المتقدمة؛ كالولايات المتحدة، وانجلترا، وفرنسا، قد قامت بتضمين مقرراتها الدراسية موضوعات عن كيفية قضاء وقت الفراغ والترفيه؛ وذلك في مختلف مؤسساتها التعليمية المدارس والمعاهد والجامعات كما تهتم تلك المؤسسات بتدريب المتعلمين على مناشط الترفيه في مجالاته المختلفة (درويش؛ الحمامي، ١٩٨٦).

ويهتم الشباب السعودي نهاية الأسبوع بالترفيه عن نفسه إذ يبحث عن الأماكن التي تسعده وتتاسب ميوله وتكون متاحة له، ونجد أن لكل جنس منهم ذكوراً وإناثاً أماكن مخصصة لهم. وقد أشارت نتائج دراسة الشثري (1406هـ) والتي أجريت حول أوقات الفراغ، إلى أن نسبة كبيرة من الشباب لديهم أوقات فراغ كبيرة تزداد في أيام نهاية الأسبوع والإجازات الأخرى لتصل إلى أكبر من سبع ساعات في اليوم، لذا اهتمت المملكة العربية السعودية بالشباب وأعطت لهم الكثير من الاهتمام وسعت إلى توفير الأنشطة الترفيهية، وكيفية قضاء وقت فراغهم الذي يساهم بشكل كبير في وقايتهم من الانحراف وتوجيههم التوجيه الصحيح واستغلالها الاستغلال الأكبر، والأمثل لتحقيق نتائج إيجابية وما يعود على الشباب والمجتمع بالنفع.

وقد جاءت فكرة هذا الكتاب لتسليط الضوء على اتجاهات الشباب والفتيات نحو الترفيه في المجتمع السعودي في ضوء رؤية ٢٠٣٠ حيث يعتبر من الموضوعات الحيوية والهامة جداً، نظراً لمعاناة الشباب في كيفية استغلال وقتهم، وتمتعهم بأماكن الترفيه في العديد من الأنشطة والممارسات الترفيهية (الكناني، الخمشي، 2020).

إن مشكلة ممارسة الأنشطة الترفيهية في وقت الفراغ تعد من أهم المشاكل التي تواجه الشباب في عصرنا الحالي، لذلك اهتمت الدولة بمؤسساتها المختلفة بتلك المشكلة ووضع الخطط المناسبة لحلها حتى لا يتعرض الشباب للانحراف ويضل عن الطريق الصحيح لمبادئ المجتمع وأخلاقياته (شبيب، 2015).

ولكي يتم تحقيق الترفيه في صورة متكاملة لا بد من وجود أساسيات للاستثمار الأمثل لوقت الفراغ من خلال التربية الترويحية والحاجة إليها في السعي وراء تحقيق الشخصية السوية وتعتبر التربية لوقت الفراغ وحسن استخدام هامة جداً لتهيئة الفرص لتوفير معامل تعليمية للاستمرار في ممارسة أنشطة ترويحية مختلفة تساعد في تنمية التذوق وتنمية الاهتمامات والمهارات في مجالات متعددة، وأن الوعي الترويحي هو كيفية تعلم الأفراد كيف يستخدمون أوقات فراغهم كعامل على تنظيم وتنسيق حياتهم وليس عاملاً على بث وإشاعة الخلل في حياتهم (حافظ، 2003).

ويعتبر الترفيه من أهم المجالات التي تهتم باستثمار وقت الفراغ وتنمية الشخصية بصورة متكاملة بدنيا واجتماعيا وعقليا، ويساعد الترويح على التخلص من الضغوط الناتجة من أعباء الحياة اليومية ولكي يستثمر وقت الفراغ بصورة نافعة وخاصة للطلاب يفضل ان يستثمر في ممارسة الأنشطة الترفيهية المختلفة (زهران، 2002).

الطالب حين يقضي أوقاته دون هدف ودون أن يشغل نفسه في نشاط يرغب فيه، ويقبل عليه، سواء أكان بقصد الترويح على النفس بواسطة برامج هادفة، أم بقصد أداء أعمال يقتنع بها وتعود عليه بالفائدة، فإن مثل هذا الشباب يشعر بالفراغ النفسي مما ينتج عنه جمود في الشخصية وانحسار في الطاقات فتبقى مكبوتة لا مجال لها للانطلاق في مسارات صحيحة. وفي هذه الحالة يكون وقت الفراغ غير المستثمر بدايات لانحرافات سلوكية عديدة،

وينتج عنه عدة مشكلات للفرد منها مشكلات مع الذات ومشكلات مع الأسرة ومشكلات مع المجتمع (عصمت، حسن، 2001).

وبالتالي أصبح للترفيه أهمية كبيرة للاستثمار في وقت الفراغ فيشعر الفرد من خلال ممارسة الأنشطة الترويحية الاختبارية التي تتميز بسهولة ممارستها بالسعادة الغامرة التي تؤثر ايجابيا على حياة الفرد الشخصية والمهنية (عبد الكريم، 1992).

وقد ذكر على (٢٠٠٧م)، أن الترويح يعد عاملا هاما في تحديد ثقافة الأفراد فلم يعد نشاطاً بل هو عامل مؤثر في إثراء الثقافة، إلا أن الدور الخطير للترويح مشروط بمجموعة من العوامل التي تكفل له النجاح في مهمته.

كما أشار السمنودي (٢٠١٦م)، إلى أن الترفيه نشاط بناء يمارس في وقت الفراغ بالاختيار الحر دون توقع أي عائد مادي بغرض الكسب ويهدف إلى اكتساب الخبرات العقلية والبدنية والصحية والاجتماعية وإحداث التوازن والتكامل لدى الأفراد حتى يتم إعدادهم لحياتهم العامة.

يعد تعاظم الآلية في العصر الحديث قد أقصى الى المزيد من وقت الفراغ ، وأصبح التحدي الذي يواجهه كل مجتمع هو كيفية استثمار وقت الفراغ ومن ثم فإن الاستخدام الواعي لوقت الفراغ إنما يعد حصيلة للتربية والحضارة (شروق، 1996).



**عامل الناس بأخلاقك
لا بأخلاقهم**

أنواع الترفيه

هناك عدد من أنواع الترفيه التي يتمتع بها الفرد، ومنها:

أ- الترفيه الرياضي:



ويعد أهم الأنشطة الترفيهية باعتباره أضحى جزءا من النظام التربوي والاجتماعي في كل المجتمعات لدوره الحيوي في تحقيق العديد من الأعراض البدنية والنفسية والاجتماعية والصحية ، في الأنشطة الرياضية تساهم في تقوية أجسام الأفراد وعقولهم وتبعث عندهم النشاط والحيوية والفاعلية وتجدد طاقاتهم وتزودهم بالأمل والتفاؤل وتصل سمات شخصياتهم السهروردي (نجم الدين ، ١٩٦٨ ، ص ١٢)، ويعرف على انه نوع من الترفيه الذي تتضمن برامجه العديد من الأنشطة البدنية والرياضية وهو أكثر أنواع الترفيه تأثيرا في الجوانب البدنية للفرد (الحماحي ومصطفى ١٩٩٨ ، ص ٨٤) ، على أن هذا النشاط يمكن أن يمارس في إطار فردي أو جماعي ، ويتأثر بالعديد من العناصر المستوى المهاري ، السن الحالة البدنية، الحالة الصحية للفرد.

كما يذكر درويش و الخولي (٢٠٠١م)، أن الترفيه الرياضي يعد من أهم العوامل الهامة في تحديد الثقافة بل أحد التخصصات التي تهتم بقضايا المجتمع والشباب والنهوض بهم إلي أفضل مستوى، والترويج الرياضي لم يعد نشاطا هامشيا بل عامل مؤثر وفعال في إثراء الرياضة الترويحية بطريقة إيجابية وتضيف المعاني والقيم الفنية والجمالية ويجب الإشارة أن يكون ممارس الترويج ملما بالقدر الكافي من الثقافة النوعية المرتبطة بالنشاط الممارس التي تمكنه من الاستمتاع به بشكل كامل.

وترى الكاتبة أن الوعي الترويحي الرياضي: يتضمن كل المعلومات والمعارف المرتبطة بالترويج الرياضي والتي يكتسبها الفرد عن طريق الاستماع أو الممارسة أو القراءة أو المشاهدة، بحيث تعمل هذه المعلومات كموجهات للسلوك، ليتم الانتفاع بوقت الفراغ.

كما يجب الابتعاد عن العصبية والتعصب لفريق أو نادي او منافس ما وان تكون هذه الرياضة راقية فكريا ونفسيا واجتماعيا ، لتحقق الفائدة المرجوة منها وهيا الترفيه المناسب خاصة داخل ساحات المدارس

وكما لهذه الرياضة من فوائد نجد ان لها العديد من الأضرار وخاصة على اللاعبين في ممارسة كرة القدم حيث كشفت دراسة أجرتها جامعة غلاسكو نشرت يوم الاثنين (21 اكتوبر/تشرين الأول) أن لاعبي كرة القدم هم أكثر عرضة للوفاة بالأمراض العصبية التي تصيب الرأس بمقدار ثلاثة أضعاف ونصف من بقية الناس. و صدر التقرير بتكليف من الإتحاد الإنكليزي لكرة القدم ورابطة لاعبي كرة القدم المحترفين لتقييم السجلات الطبية لـ 7676 لاعباً شاركوا احترافياً في اسكتلندا بين عامي 1900 و 1976.

وتمت مطابقة سجلات اللاعبين مع أكثر من 23 ألف فرد من عموم السكان، في الدراسة التي ترأسها استشاري الأمراض العصبية الدكتور ويلي ستيوارت من جامعة غلاسكو.

وأشارت النتائج التي توصل إليها ستيوارت إلى أن "مخاطر الإصابة بمرض الزهايمر ازدادت خمسة أضعاف، وأربعة أضعاف في مرض الخلايا العصبية الحركية، وضعفين في مرض الشلل الرعاشي لدى لاعبي كرة القدم المحترفين السابقين."

وأظهرت الدراسة أنه على رغم أن لاعبي كرة القدم كانوا أكثر عرضة للوفاة بسبب الأمراض العصبية، إلا أنهم أقل عرضة للموت بسبب أمراض شائعة أخرى، مثل أمراض القلب وبعض أنواع السرطان، بما في ذلك سرطان الرئة. ووجدت الدراسة التي تحمل عنوان "تأثير كرة القدم على الصحة طويلة المدى ومخاطر الخرف"، أن معدل الوفيات بين لاعبي كرة القدم السابقين كانت أقل من المتوقع حتى سن 70، وأعلى مما كان متوقفاً في تلك السن.

ولذلك : يجب نشر ثقافة الترفيه بين أبنائنا بدءاً من المدارس أولاً وتعزيز قيم المنافسة الشريفة والصحية والإسلامية بين الطلبة وتعليمهم أسس الترفيه الجيد والصحيح لينشئوا على مبادئ صحيحة وتكون لهم منهج حياة في ممارسة الرياضة سواء داخل المدارس او خارجها في الحياة اليومية

فما نشاهده اليوم من ممارسات خاطئة لبعض اللاعبين وممارسات غير أخلاقية في الملاعب وكذلك للمشجعين للعب فهي ممارسات خاطئة ليست من آدابنا الإسلامية وليست من الرقي والتحضر .

ب - الترفيه الخلوي:

يقصد بالترفيه الخلوي ذلك النوع الذي تشمل برامجه مختلف أوجه الأنشطة التي تتم بعيدا عن الأماكن المغلقة، ويعتبر "كروس" (Kraus, 1973) أن برامج الترفيه الخلوي تتضمن الأنشطة ذات العلاقة المباشرة بالطبيعة وعواملها والتي من خلالها يستمتع الفرد بجمال الطبيعة، وتبعاً لذلك ينطوي هذا النوع على العديد من الأهداف منها ما يتعلق بالتخلص من أعباء ومشكلات الحياة العصرية والبعد عن التلوث البيئي ومنها ما يتعلق بتنمية الذوق الجمالي وتقدير جمال الطبيعة واستكشاف العديد من أسرار الطبيعة وبالتالي إشباع الميل إلى المغامرة (الحماحي و مصطفى ١٩٩٨ ، ص ١١). وتتعدد أنشطة الترفيه الخلوي ويمكن تصنيفها إلى:



- تربية الطيور والحيوانات الأليفة
- تنسيق الزهور.
- الفنون اليدوية.
- النزهات والرحلات.
- الصيد والقنص.
- المخيمات والمعسكرات.
- التنقيب والاستكشاف .

ومثل هذه النوع من الترفيه يجب أن يبدأ من داخل المدرسة ليزرع داخل الطالب حب الاستكشاف وممارسة أنواع

مختلفة من الترفيه غير كرة القدم وتنمية مواهب مختلفة في المجتمع

فهذا النوع من الترفيه يكشف لنا مواهب متنوعة ومتعدد للطلاب ويجعل البيئة المدرسية أكثر جذبا للطالب ، حيث

يجد الطالب ضالته ويجد نفسه ويكتشف مواهبه لينطلق للحياة الخارجية مستثمرا لتلك المواهب التي اكتشفها او

اكتسبها داخل المدرسة .

وسأترك القاريء هنا يطلق عنان خياله لحال المدارس لو توفر بها هذا النوع من الترفيه وفائدته على الطالب ، فالمجتمع الآن بحاجة لاستثمار المواهب المختلفة وفي جميع المجالات .

ج- الترفيه الاجتماعي:



يرتبط الترفيه الاجتماعي عادة بمشاركة أكثر من فرد في نشاط ما ، مما يعني أن الدافع الأساسي من وراء ممارسة هذا النوع هو التواجد ضمن جماعة ، ويشمل العديد من الممارسات الترفيهية كالموسيقى والمسرح والذهاب إلى المقاهي والمشاركة في المسابقات ، غير أن زيارة الأهل والأقارب والأصدقاء تأتي في أعلى هذه الأنشطة الترفيهية ولا سيما صلب المجتمعات العربية الإسلامية التي تربت في معظمها على التضامن والتقارب والألفة حيث من خلال هذه الزيارات يتبادل كل الاطراف الهدايا والأحاديث الشيقة ويقدم كل طرف المساعدات والنصائح والتوجيهات (الحسن ١٩٨٦).

كما يتبادلون الآراء حول تربية الأطفال ومشكلاتهم الاجتماعية، ومثل هذه العلاقة الودية والعائلية تساهم في تمتين أواصر المحبة والتفاهم والتعاون.

كما يشمل الترفيه الاجتماعي تنظيم المآدب هذا النوع الذي ينتشر بكثرة في المجتمع السعودي، وكذلك النزاهات الخلوية سواء عبر السيارات أو الدراجات.

وتوجد العديد من النشاطات الترفيهية الاجتماعية كالقراءة، وعزف الموسيقى أو سماعها، ومشاهدة الأفلام أو التلفاز، والبستنة، والصيد، وسباق الدراجات النارية ، والقفز ، والتزلج ، الرحلات الجماعية ، وغيرها الكثير جداااا

ولجميع هذه النشاطات الترفيهية قواعد خاصة بها كسباق الدرجات مثلا

وبالنظر لكل أنواع الترفيه الاجتماعي يتبادر لأذهاننا سؤال مهم:

هل نحتاج لتفعيل مثل هذه الأنشطة الترفيهية بإشراف مدارسنا الحكومية لتصبح كالمدراس العالمية والأهلية

مما يُرغب الطالب في المدرسة وينمي لديه مواهب عديدة كالاكتشاف والحوار والقيادة وروح المغامرة

وكل ذلك يجب ان يتم بتأسيس الطالب بأساس ديني و أخلاقي ليتسنى له ممارسة هذا الترفيه برقي وانسجام مع اقرانه ومع مجتمعه عندما يخرج للمجتمع.

ويعي أن أي ترفيه يجب ان يكون وفق أسس وأطر دينية واخلاقية ومجتمعية. فالأنشطة الاجتماعية اول ما تزرعه في الفرد هو احترام الآخر واحترام الرأي وأن أي اختلاف لا يفسد للود قضية فاختلاف الرأي وارد بل أمر محتم فكلأ منا له رأيه الخاص وشخصيته المستقلة وصفاته الوراثية والمكتسبة وعلينا جميعا احترام بعضنا البعض وممارسة جميع الأنشطة الاجتماعية سواء كانت جماعية أو فردية بوعي واحترام وتقدير للآخر فالفرد هو جزء من عائلة ينتمي لها ويعكس تربيتها وكذلك هو جزء من قبيلة او جماعة لها قواعدها الاجتماعية وعرفها وعاداتها ، كذلك هو جزء من دولة لها سيادتها وعاداتها وتقاليدها ودينها ، متى ما وعى الفرد او الطالب ذلك وتأصل به استطاع التصرف بما يتوافق مع هذا كله ، ويمارس انشطته الترفيهية في ظل هذا الأطر الهام ، سواء كان داخل مجتمعه او خارجه او اثناء ممارسة الترفيه الرقمي او التقني سيحافظ على هويته الوطنية التي نشأ عليها وتأصلت بداخله وعلى هويته الدينية والإسلامية والسياسية في كل مكان وزمان .


د- الترفيه الثقافي:

يتضمن الترفيه الثقافي كل الممارسات التي تكسب الفرد المعارف والمفاهيم وعادة ما يمارس هذا النوع المتعلمون والمتقنون على اختلاف أعمارهم ومهنتهم على أن ممارستهم تكون بمحض إرادتهم الحرة فهم يريدون الاستزادة من العلوم والمعارف دون ان يكون الهدف من وراء ذلك الحصول على شهادة أو مقابل مادي ،بل إشباع غريزة حب الاستطلاع التي تدفع الأفراد إلى معرفة ما يدور حولهم وتزويدهم بتفسيرات علمية وعقلانية حول التساؤلات التي قد تراودهم بخصوص الكون والحياة والأشياء الجامدة والحية (King 5: 1992) وتتنوع الأنشطة الترفيهية والثقافية على غرار زيارة المكتبات العامة والمؤسسات الثقافية والعلمية والمتاحف وحدائق الحيوانات والنباتات والأسماك والأماكن الدينية والأثرية ، أو المشاركة في الدورات التدريبية والثقافية.

وجميعنا يعي أن هذا النوع من الترفيه يصنع طالباً منافساً عالمياً في جميع الأنشطة العلمية والثقافية والتراثية ويزرع بداخله المعرفة والعلم والبحث والابتكار ، وإذا ما احتضنت المؤسسات التعليمية هذا النوع من الترفيه بشكله الصحيح صنعنا طالب محققاً لرؤية الوطن 2030 ، وقادراً على أن يكون عالماً في المستقبل بإذن الله .

وما تسير عليه برامج موهبه في المدارس الآن خير دليل على ذلك .





**الجمال موجود في
كل شيء، لكن عليك
أن تتعلم كيف تجده**

دور المؤسسات التعليمية في دعم الترفيه للطلاب

أكد محمد الحماحي على أن أهم أدوار المؤسسات التعليمية نحو الاهتمام الجدي بلعب الأطفال يتحدد في العمل على توعية الأطفال بالقيمة التربوية لأوجه نشاط اللعب ووقت الفراغ والترويح عن الذات، تعليم الأطفال أوجه نشاط اللعب وإكسابهم المهارات الحركية والحسية تعريف الأطفال بميولهم واهتماماتهم واستعداداتهم وقدراتهم، تقديم التوجيهات والإرشادات للأطفال في أثناء أداء نشاطهم ، وذلك وقت الحاجة لتقديمها لهم العمل على تكوين اتجاهات إيجابية وتنميتها لدى الأطفال، وذلك نحو كل من: أوجه النشاط الحركي ، أوجه نشاط الخلاء، الهوايات، أوجه النشاط الثقافي والنشاط الفني والنشاط الاجتماعي(الحماحي، 2005)

ولقد نص ميثاق الفراغ والترويح World Leisure and Recreation Association الذي أعدته رابطة العالم للفراغ والترويح في مادته السادسة على : يجب منح كل مواطن الحق في تعلم واكتساب المهارات المرتبطة بأوجه نشاط الترويح المتعددة وفقا لمجالاته، وذلك للاستفادة منها في استثمار أوقات فراغه، كما يجب أن تضطلع بهذه المسؤولية مؤسسات التنشئة الاجتماعية بالدولة، وكذلك يجب أن تنظم الدولة برامج دراسية ليتعلم كل من الأطفال والشباب وكبار السن المهارات والاتجاهات المرتبطة بالترويح ، والعمل على تنميتها. (الحماحي، 2015)

ولأهمية الترويح في حياة الإنسان وحياة المجتمعات ، ينادي جون ديوي John Dewey بضرورة استبدال مصطلح الترويح Recreation بمصطلح التربية الترويحية Recreational Education ، وذلك باعتبار أن الخبرات المتمثلة في أوجه نشاط الترويح المتعددة تعد خبرات تربوية، وأن تلك الأوجه من النشاط تعد أهم مظاهر الحياة الإنسانية في العصر الحديث، كما أن المعلومات والخبرات والمهارات والقيم التي يتعلمها الفرد من خلال التربية الترويحية تعد جزءا من التربية العامة ، وتؤثر إيجابيا على اتجاهات الفرد وسلوكه في أوقات الفراغ (درويش، الحماحي، 2007)

ويشير محمد السمنودي إلى أن رومني Romany يري أنه توجد صلة بين استثمار وقت الفراغ والتعليم ، وذلك من خلال النظر إلى الترويح على أنه في حاجة إلى تعليم الأفراد المهارات وتشكيل اتجاهاتهم نحو أوجه نشاط أوقات الفراغ والترويح(السمنودي، دت)

كما يوضح محمد علي أهمية التربية في التوجيه نحو أساليب استثارة الدافعية والاهتمامات وتنمية القدرة على ترقية التذوق الجمالي والرغبة في التجديد والتطوير، كما أن ذلك. أن يتضمن العديد من قيم الفراغ Education as Leisure، ولذا يجب أن تستفيد العملية التعليمية من مفاهيم كل من المعاني التالية التلقائية اللعب الترويحي، تبادل الأفكار وتقويمها، وهي مفاهيم تستند إليها الأوجه المتعددة لنشاط الفراغ، مما يؤكد العلاقة بين التعليم ووقت الفراغ في

ضوء مبدأ ضرورة استمرار التعليم أو العملية التربوية مدى الحياة ، مع التأكيد على أن كل مرحلة عمرية تتطلب اهتماما خاصا من الجانب التربوي للتوجيه نحو أفضل استثمار ممكن من أوقات الفراغ (محمد، 1985)

ويؤكد كل من هليل روكسين Hillel Ruskin و اتارا سيفان Atara Sivan على أن التربية الفراغ Leisure Education هي عملية التعلم مدى الحياة Lifelong Learning Process، بهدف تنمية الاتجاهات نحو الفراغ، إعلاء القيم ، تنمية المعرفة والمهارات المرتبطة باستثمار وقت الفراغ ، وذلك لأن الفراغ يُعد من حقوق الإنسان Human Right، كحق الإنسان في التربية والصحة والعمل دون تمييز وفقا لنوع الجنس، أو السن، أو الدين، أو العنصر Race أو حالة صحة الفرد أو التأثير بالظروف الاقتصادية Economic Condition أو العقيدة Creed أو الإصابة بإعاقة ، كما أنه يجب على كل من المنظمات الحكومية والتطوعية والمؤسسات التعليمية والتربوية ووسائل الإعلام الجماهيري الاضطلاع بالتربية للفراغ (Ruskin, 1993)

ويري محمود سلطان أن التربية هي عملية تنمية الشخصية الاجتماعية إلى أقصى درجة تسمح بها استعداداتها وإمكاناتها، حتى تصبح شخصية مبدعة وخلاقة وقادرة بكفاءة على الإنتاج، وكذلك قادرة على تطوير ذاتها ومجتمعها والبيئة التي تحيط بها. كما يؤكد على أن موضوع التربية يتضمن كل من الإنسان والمجتمع، وذلك من خلال تنمية الإنسان في مجتمعه يستطيع أن يرتقي بالمجتمع ويحركه إلى مستقبل أفضل (الحماحي، 1996)

ويشير محمد الحماحي إلى أن التربية تعد وليدة ظروف مجتمعاتهم، تُعبر بواقعية عن المجتمع الذي ترتبط به، وتتأثر بكل من ظروفه التاريخية والاجتماعية والثقافية والدينية، وكذلك تتأثر بكل من ظروفه السياسية ومكانته الجغرافية (الحماحي، 1996)

ويري كل من كمال درويش ومحمد الحماحي أن أرسطو Aristotle كان لديه رؤية مستقبلية من العصر القديم، حين رأى أن هدف التربية هو تعليم الأفراد كيفية قضاء أوقات فراغهم ، واستثمار تلك الأوقات بطريقة إيجابية وبناءه (درويش، الحماحي، 2007)

ويوضح ناش Nash أن مفهوم التربية الترويحية يتضمن التعريف بأوجه نشاط الترويح وفقا لمجالاته وتعلم الهوايات hobbies ، وذلك لممارستها في وقت الفراغ بغرض تحقيق السعادة للمشاركين فيها . (عبد السلام، 2001)

ويرى برايتيل Bright Bill أن التربية الترويحية تعمل على إتاحة فرص التعلم والتثقيف والاستمتاع بالصحة والسعادة من خلال المشاركة في أوجه نشاط الترويح بغرض استثمار أوقات الفراغ، كما تعمل على استثارة دافعية الأفراد للمشاركة بإيجابية في تلك الأوجه من النشاط، والتأكيد على أن للترويح دور مهم ومؤثر بوجه عام في حياة كل من الأفراد والأسر والمجتمع. وكذلك تهدف إلى أن يصبح الترويح أسلوبا للحياة lifestyle لدي الأفراد (عبد السلام، 2001).

كما يشير محمد الحماحي إلى أن التربية الترويحية تعد نوعا من التربية التي تهتم بتعريف الفرد أو الجماعات كيفية الاستفادة من وقت الفراغ في الترويح عن الذات، كما أنها تهتم بتنمية المعرفة والخبرات والميول والاتجاهات الإيجابية نحو الترويح لدى الفرد منذ طفولته، وذلك يكون من خلال مؤسساتها التعليمية والإعلامية (الحماحي، سعيد، 2005)

ويوضح جون ديوي John Dewey أن المعلومات والخبرات والمهارات والاتجاهات والقيم التي يتعلمها الفرد في التربية الترويحية تعد جزءا من التربية العامة، وتقيد في التأثير الإيجابي على اتجاهاته وسلوكه في أوقات الفراغ، ومن ثم فإن الخبرات المتمثلة في أوجه نشاط الترويح تعد خبرات تربوية، كما أن تلك الأوجه من النشاط تعد من أهم مظاهر الحياة الإنسانية في العصر الحديث (الحماحي، سعيد، 2005)

ويؤكد محمد السنودي على ضرورة الاهتمام بمساعدة الأفراد في عملية التربية الترويحية على تنمية كل من المهارات والاهتمامات، وتهيئ لهم فرص لممارسة حياة تتسم بالتجديد، وكذلك تعلم ما هو مستحدث من المعلومات وتنمية الاتجاهات، وذلك بغرض جعل الحياة أكثر إشراقا وأكثر بهجة (السنودي، د، ت)

وتوضح تهاني عبد السلام أن التربية الترويحية تمثل العمليات التربوية التي يتعرض فيها الأطفال والكبار في السن إلى العديد من المعلومات، وذلك يكون بهدف التأثير الإيجابي على اتجاهاتهم، ومن ثم إحداث تغيير في أنماط سلوكهم نحو الأفضل (عبد السلام، 2001)

كما تري تهاني عبد السلام أن التربية الترويحية تهدف إلى تغيير سلوك الفرد أثناء وقت فراغه، وذلك من خلال تعلم مهارات متعددة، مما يؤدي إلى التأثير في اتجاهات الفرد بطريقة إيجابية نحو وقت الفراغ، كما ان اللياقة البدنية والصحة الجسمية والنفسية والوجدانية، تكون نواتج تلقائية لممارسة أوجه نشاط الترويح الرياضي (عبد السلام، 2001)

وبذلك أصبحت التربية الترويحية من خلال فلسفتها المعاصرة التي تواكب تطور العلوم والفنون وأوجه نشاطها المتعددة، تتميز بالحركة والفاعلية وأساليبها المتعددة التي توائم مراحل نمو الأفراد ولذا فقد أصبحت من أهم اساليب إعداد النشء والشباب لحياة كريمة، كما أصبحت عنصرا هاما في برامج الإعداد لمجتمع أفضل (سلامة، 1992)




كما يشير توفيق سلامة إلى أنه يجب الاهتمام بالتربية الترويحية للأسرة والشباب وذلك من أجل تحقيق أهم ما يلي (سلامة، 1992)

- الاستمتاع بحياة تتسم بالسرور والسعادة، وذلك لكل أفراد الأسرة الواحدة
- دعم القيم والمثل العليا والأخلاق الإنسانية.
- استثمار أوقات الفراغ وإتاحة الفرص للنشء والشباب في ممارسة أوجه النشاط المتعددة للترويح وفقا لمجالاته الرياضية والاجتماعية والثقافية والفنية.
- إثراء حياة أفراد الأسرة الواحدة، وتنمية قدرتهم على التكيف مع المجتمع والتخلص من آثار الشعور بالتعب والقلق النفسي، وذلك من خلال ممارسة الرياضة من أجل تنمية اللياقة البدنية، وكذلك ممارسة أوجه نشاط الترويح الفني والثقافي والاجتماعي .
- ويؤكد توفيق سلامة على أن التربية الترويحية تعد جزءا أساسيا ومكمل لعملية التربية . ولذلك يجب أن تكون موصولة ومستمرة من الميلاد إلى الممات (سلامة، 1992).

ويمكن توضيح أن أهمية الثقافة المرتبطة بكل من الرياضة والترويح إنما تكمن في أهم الاعتبارات التالية (الخولي، عنان، 1999)

- تنشيط الأطر المعرفية وإثارة الاهتمام بتوسيع دائرة المعرفة الإنسانية المرتبطة بكل من الرياضة والترويح
 - تأصيل المعرفة النظرية للرياضة والترويح وتأسيس بنية معرفية Body of Knowledge للنظام الأكاديمي.
 - تنمية الوعي بأهمية النشاط البدني في كل من الرياضة والترويح على تكامل كل من النمو والشخصية.
- ومن خلال العرض السابق يتضح أن الترفيه إحدى المسؤوليات الرئيسية للمؤسسات التربوية والمؤسسات الاجتماعية والمؤسسات الإعلامية في المجتمع، وبوجه خاص المؤسسات التعليمية التي يجب أن تهتم بالتوعية بمفهوم التربية الترويحية والتربية لوقت الفراغ، وذلك باعتبار أن الترويح أصبح ضرورة في المجتمعات المعاصرة ومن ثم يجب على تلك المؤسسات التعليمية العمل على تعليم النشء المفاهيم والمهارات والاتجاهات المرتبطة بالترويح ، وذلك بأفضل الطرق التربوية بغرض استثمار أوقات الفراغ والاستمتاع به.





**الطريقة الوحيدة
لتجنب التعاسة في
الحياة، هو أن لا يكون
لديك وقت فراغ تسأل
فيه نفسك هل أنت
سعيد أم لا**

الفصل الثاني: خصائص طلاب العمرية

المرحلة الثانوية تمتد من الخامسة عشر حتى الثامنة عشر وهي مرحلة مراهقة متوسطة ، ولها بعض السمات والخصائص التي تظهر على الطلاب في هذه المرحلة تتصل بالقدرات الجسمية والقدرات الذهنية والقدرات العاطفية.

وقد وصف اريكسون Ericsson مرحلة المراهقة بأنها مرحلة التوتر، وهي مرحلة بطبيعتها مواتية للسلوك الجانح؛ لما فيها من فورة الغرائز (من جنس وعدوان)، ولما تبديه من رغبة في التحرر من سلطة الكبار والتمرد عليها، ولما فيها من عدم استقرار عاطفي ومن صعوبة في التكيف مع التغيرات الجسمية والنفسية مع الآخرين (السيسي، 1995).

ورغم ما يتعرض له المراهق من صراعات، أو إحباطات في مسيرة نموه، إلا أنه يشق طريقه في سلسلة من المحاولات على حساب حالته الانفعالية، فهو متهور سريع الإثارة وإن سكن إلى الهدوء فذلك لأنه يخاف من الخطأ وأحياناً أخرى متصلب، لا يعبأ بالآخرين. (خطاب ، 1986)

ومن المؤكد أن طلاب المرحلة الثانوية خاصة أولئك الذين يتأثرون بعوامل تميزهم عن غيرهم من العالم تصبح انفعالاتهم وميولهم تجاه أنماط السلوك السلبي تحمل درجات تختلف عن غيرهم في نفس العمر الواحد، وكل ذلك تحكمه جملة العوامل الشخصية والنفسية والاجتماعية والانفعالية الخ التي يتعرضون لها عبر مرحلة المراهقة كثيرة الانفعالات.

أهمية دراسة النمو عند التربويين

إن معرفة خصائص النمو لدى الطلاب يساعد التربويين على معرفة خصائص المرحلة العمرية الجسدية والنفسية ومكوناتهم الشخصية وكيفية التعامل معها ، ومعرفة احتياجاتهم التي تعد عاملاً مؤثراً في توجيه سلوكياتهم ، كذلك معرفة قدراتهم العقلية المتباينة (الفروق الفردية) وأثر ذلك في التعليم والإرشاد الطلابي والتوجيه الاجتماعي والأنشطة التعليمية والترفيهية المقدمة لهم .

أهم خصائص النمو في المرحلة الثانوية والمتوسطة (تنيره، 2010)

أولاً : النمو الجسمي والحركي:

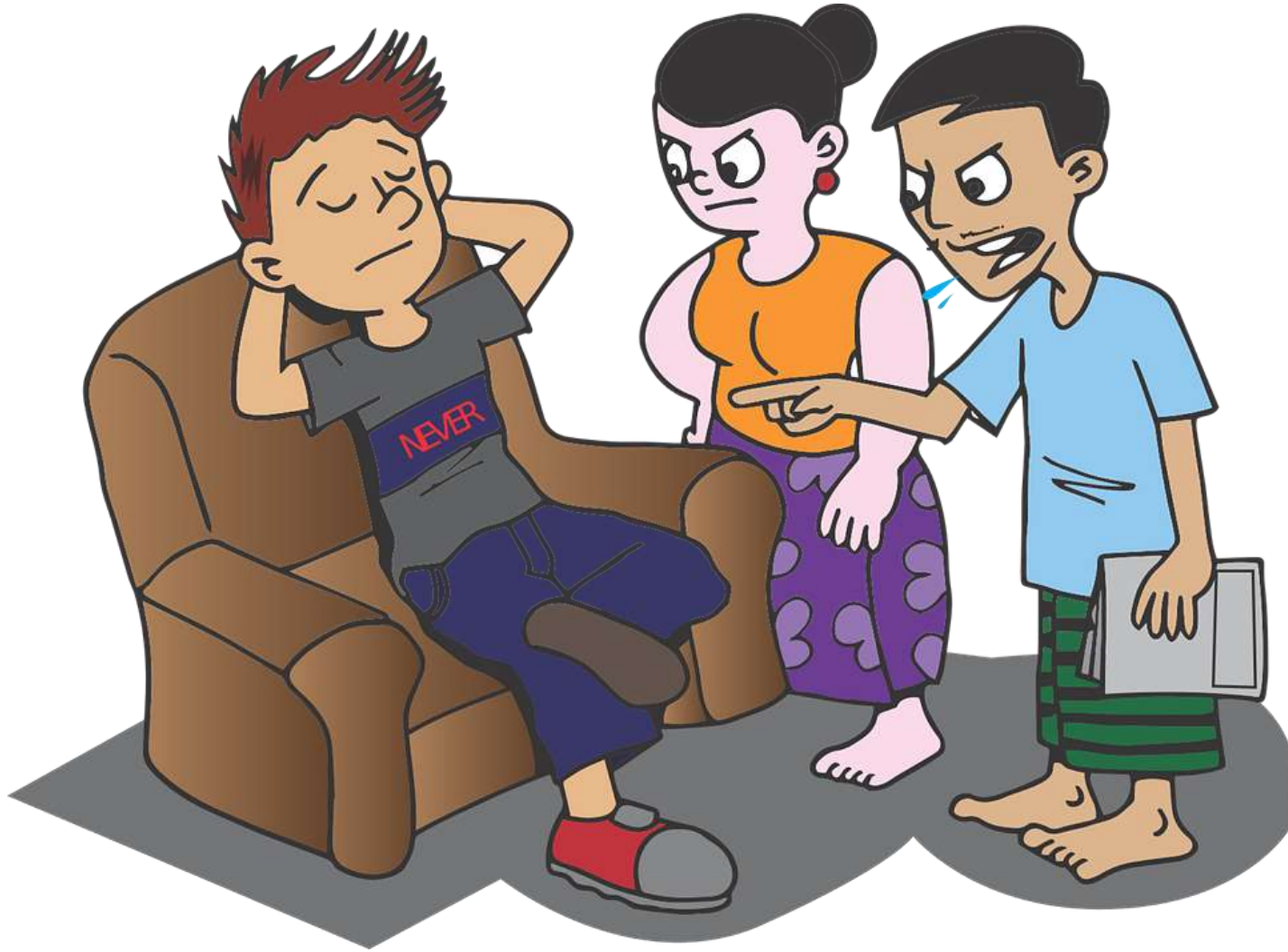
تستمر معدلات الزيادة في النمو الجسمي بصفة عامة ، حيث :

- 1 . يزداد الطول والوزن ، وتحسن المستوى الصحي بصفة عامة ، ويزداد النضج والتحكم في القدرات المختلفة ويبلغ النمو الجسمي أقصاه عند الإناث في سن الرابعة عشرة .
- 2 . قد يظهر عدم التناسق بين أجزاء الجسم المختلفة نتيجة طفرة النمو .
- 3 . يؤثر مفهوم البدن على الصحة النفسية لل طالبة في هذه المرحلة بشكل كبير .
- 4 . قد يحدث إقبالا على تناول الطعام بشراهة في هذه المرحلة .



ثانياً : النمو الانفعالي :

- يظهر على المراهق في هذه السن انفعالات يلونها الحماس.
- تتطور لديه مشاعر الحب، ونلاحظ عليه الحساسية الانفعالية، وهي ردة فعل لا تتناسب مع المثير (في الفرح أو الحزن)، وفي هذه الحالة يراعى عدم المغالاة في التأنيب، ومعالجة المشكلة بأسلوب تربوي
- يميل المراهق إلى التمرد والاستقلالية، ويغضب كثيراً، وتنتابه حالات من الاكتئاب تكون لديه ثنائية في المشاعر نحو نفس الشخص.



ثالثاً : النمو الاجتماعي:

ويمكن تلخيص أهم مظاهر النمو الاجتماعي في هذه المرحلة بما يلي:

- 1 . يتم في هذه المرحلة التطبيع الاجتماعي الفعلي الذي يؤدي إلى تكون المعايير السلوكية.
- 2 . يميل الطالب إلى الاتصال الشخصي ومشاركة الأقران في الأنشطة المختلفة.
- 3 . يميل الطالب إلى الاهتمام والعناية بالمظهر والأناقة.
- 4 . يميل الطالب إلى الاستقلال الاجتماعي وبصفة خاصة داخل الأسرة .
- 5 . مسايرة الجماعة والرغبة في تأكيد الذات.
- 6 . البحث عن القدوة والنموذج .
- 7 . نمو القدرة على فهم ومناقشة الأمور الاجتماعية.
- 8 . الحساسية للنقد والميل إلى الجدل مع الكبار .
- 9 . ظهور الشعور بالمسؤولية الاجتماعية.
- 10 . الميل إلى مساعدة الآخرين .
- 11 . لا يرضى أن توجه له الأوامر أمام الآخرين .



رابعاً : النمو العقلي:

- 1 . ينمو الذكاء العام بسرعة، وتبدأ القدرات العقلية في التمايز، ويصل ذكاء الطالب إلى أقصى حد يمكن أن يصل إليه في نهاية هذه المرحلة.
- 2- تظهر سرعة التحصيل، والميل إلى بعض المواد الدراسية دون الأخرى.
- 3 . تنمو القدرة على تعلم المهارات واكتساب المعلومات.
- 4 . يتطور الإدراك من المستوى الحسي إلى المستوى المجرد.
- 5 . يزداد مدى الانتباه وتطول مدته.
- 6 . يزداد الاعتماد على الفهم والاستدلال بدلاً من المحاولة والخطأ أو الحفظ المجرد
- 7 . ينمو التفكير والقدرة على حل المشكلات واستخدام الاستدلال والاستنتاج، وإصدار الأحكام على الأشياء، وتظهر القدرة على التحليل والتركيب، وتتكون القدرة على التخطيط والتصميم.
- 8 . تزداد القدرة على التعميم والتجريد.
- 9 . تتكون المفاهيم المعنوية عن الخير والشر والصواب والخطأ والعدل والظلم.
10. تظهر القدرة على الابتكار بشكل أكبر.
- 11 . تتضح طرق وعادات الاستذكار، والتحصيل الذاتي والتعبير عن النفس.



□- أهم خصائص النمو في المرحلة الابتدائية

للطفولة المبكرة مجموعة من خصائص النمو تتنوع بين جسمية وحركية وعقلية وانفعالية واجتماعية، وبالتأكيد أن معرفة خصائص النمو تسهم في فهم سلوك الطفل وتصرفاته والأساليب التي يستخدمها من أجل معالجة الأمور والتفاعل مع الآخرين، كما أنها تساعد في عملية التعرف على طريقة التعامل مع الطفل وتوجيهه

أولاً : النمو الجسمي

النمو الجسمي في مرحلة الطفولة مهم من حيث زيادة الطول والوزن؛ حيث أن كل عضو من الجسم ينمو بسرعة وفي وقت معين.

ومثال ذلك أن الطفل في مرحلة معينة يكتمل عدد الأسنان المؤقتة لديه وتنمو رأسه ببطء إلى أن يصبح مثل رأس الراشد من حيث تناسبه مع جسمه، وتنمو أيضًا الأطراف لديه نموًا سريعًا، أما الجذع فينمو بدرجة متوسطة.

ويجب مراعاة ذلك في الأنشطة الترفيهية المقدمة له بحيث تتناسب مع صغر جسمه وقوته الجسدية الضعيفة



ثانياً: النمو الفسيولوجي

تنمو أجهزة الجسم وتؤدي وظائفها بشكل تام في جسم الطفل، فالجهاز العصبي ينمو بشكل مطرد؛ حيث يصل وزن المخ عند الطفل إلى حوالي 90% من وزنه عند الإنسان البالغ. ويزداد ضغط الدم وتبدأ نبضات القلب بالتباطؤ عن قبل ويصبح تنفس الطفل أكثر عمقاً وأبطأ من السابق، أما فيما يتعلق بالجهاز الهضمي فنجد أن المعدة يزيد حجمها وسعتها وتصير قادرة على وهضم الأطعمة الجامدة بعد أن كانت لا تقوى إلا على هضم السوائل في مرحلة الرضاعة.



ثالثاً: النمو الحركي

بالتأكيد مرحلة الطفولة المبكرة تعد مرحلة نشاط الطفل الحركي؛ وعندما يبلغ الطفل عامه الثالث نجد أشكالاً متعددة من النشاط الحركي الذي يتميز بالتنوع والعنف وسرعة الاستجابة.

كما نجد الطفل يستطيع الجري بسرعة ويقفز من أعلى لأسفل مثل القفز من فوق الكرسي على سبيل المثال.

كما نجد ان جسده قابل للحركة والسرعة بشكل اكبر من المراهق فيستطيع الجري والقفز والتنقل بشكل اسهل



رابعاً: النمو الحسي

في مرحلة الطفولة تنضج حواس الطفل تدريجياً فيزداد نموه وتعرفه على العالم المحيط به؛ حيث يساعد ذلك قدرته على الحركة وازدياد إدراكه البصري، ويصبح أكثر قدرة على تفهم ما يسمعه من أصوات فيصبح الطفل دائم التأمل في الأشياء ويتناولها بيده. كما يجد الطفل متعة في استخدام حاسة تذوق الأشياء ووضعها في فمه.

كمسك التراب واللعب به والاستمتاع بالألعاب الحسية أكثر من غيرها .



خامساً: النمو العقلي

مع النمو العقلي للطفل يتعرض إلى عمليات التطور مواكبة للنضج العقلي الذي يمر به بما في ذلك الإدراك والتفكير فضلاً عن الذكاء.

إن الإدراك يبدأ عند الطفل في نهاية عامه الثاني وبالتدريج من خلال إدراك الفروق بين الأشياء المختلفة، وتكوين مفاهيم محددة عن الأشكال والأحجام والألوان والأعداد والمسافات والزمن فيبدأ بملاحظة الفرق بين احجام الاشكال الهندسية ومكوناتها ويستمتع بالألعاب التي تنمي لديه الملاحظة والتفكير و التأمل.

ومن خلال معرفة خصائص النمو للمرحلة الدراسية ينبغي للتربويين الاهتمام بمراعاة التالي:

- إتاحة الفرصة للطلاب لتنمية مواهبهم المختلفة في بيئة تعليمية لها سياساتها وقوانينها

- توفير فرص الاحتكاك والتفاعل الاجتماعي السليم، وتعلم المعايير الاجتماعية السائدة

- استحداث إدارات النشاط في وزارة التعليم لأنشطة ترفيهية مختلفة في المدارس تلائم الطلاب


وتخلق جو من المتعة والفائدة بهدف جذب الطلاب للبيئة المدرسية بشكل أفضل واستثمار

القدرات المختلفة لديهم.

- ضرورة عمل جميع مؤسسات التنشئة التربوية بالمملكة على تبني سياسات واستراتيجيات تدعم من خلالها

الترفيه للطلاب بما يتوافق وأهداف وطبيعة المرحلة العمرية للطلاب.





**لا تجعل هدفك أن تكون
أفضل من شخص ما،
بل أن تكون أفضل من
نفسك في وقت سابق**

الفصل الثالث: دور الأنشطة الترفيهية المدرسية في تنمية الطالب

أظهرت الأنشطة الترفيهية تأثيرات مختلفة على الطلاب منها:

1- الصحة البدنية:

حيث يزيد من قدرة الفرد على التحمل وارتفاع مستوى الطاقة وهذا يؤدي الى زيادة معدلات التركيز وأيضاً على حضور الفصل وهذا يؤدي الى مزيد من التعلم.

2- الصحة العقلية:

حيث يعتمد الطالب على نفسه ويصبح وأكثر انضباطاً وهذا يقلل من التوتر ويساعد في الاستقرار النفسي وزيادة ثقة الطلاب بأنفسهم.

3- الصحة النفسية

فالأنشطة الجماعية داخل المدرسة وخاصة الترفيهية منها تقلل الانعزال وتنمي لدى الطالب شخصية قيادية وتحسن من حالته المزاجية والنفسية



أهمية الأنشطة الترفيهية المدرسية

الأنشطة الترفيهية تساعد الطلاب على استخدام إبداعهم وتطوير خيالهم وقوتهم البدنية والمعرفية من خلال اللعب والمشاركة مع أصدقائهم.

وهذا يسمح لهم باستكشاف عالم يمكنهم السيطرة عليه والتغلب على مخاوفهم. هناك بعض الأسباب التي توضح لنا أهمية الأنشطة الترويحية والمدرسية للطلاب ومنها ما يلي:

- يؤدي إلى زيادة في النشاط البدني للطلاب ، وهذا سيؤدي أيضًا إلى مكافحة وباء السمنة عند الأطفال.
- التواصل بشكل أكثر فاعلية ، حيث أن الطلاب الذين لا يجيدون التواصل مع الآخرين غير قادرين على التعبير عن آرائهم ، وهذا يمنح الآباء فرصة رائعة للتفاعل بشكل كامل مع أطفالهم.

• تساعد هذه الأنشطة الطلاب على التكيف مع البيئة المدرسية وحتى تحسينها استعداد الأطفال للتعلم

وسلوكيات التعلم ومهارات حل المشكلات.



المأمول من الترفيه في مدارس المملكة العربية السعودية

وبما أن الترفيه كما استعرضنا سابقاً مطلباً وحاجه إنسانية ضرورية فلا بأس بتتوع الأنشطة في مدارسنا لتشمل أنواع مختلفة من الأنشطة بما يتوافق مع الجدول المدرسي واليوم الدراسي

لتكن الأنشطة في يومان بمعدل حصتان أو حصتان في يومان خلال الأسبوع يستفيد منها الطالب والمعلم على ان تشمل التالي :

*أنشطة ترفيهية رياضية في ملاعب المدارس سواء مدارس البنات أو البنين مع التركيز على التوسع في إيجاد ملاعب في مدارس البنات اسوة بمدارس البنين

*أنشطة ترفيهية ثقافية كالمسابقات الدينية والثقافية تقام كل أسبوع أو أسبوعين على غرار ما كان في السابق ويشترك في المسابقات الطلاب والمعلمين ، ولا يخفى على الجميع أن السوشيال ميديا صرفت الكثير من الطلاب عن القراءة و الاطلاع في المصادر الثقافية المختلفة

*أنشطة تقنية تماشيا مع العصر الراهن والثورة التقنية تقام فيها مسابقات للبرمجة والتصميم والمونتاج داخل المدرسة او تتنافس فيها مدارس كل مكتب تعليمي أو إدارة تعليمية ليكون التجهيز لها اسهل ونتائجها اسرع بعيدا عن مسابقة مدرستي تبرمج التي تقام كل عام

*أنشطه حياتية أخرى تناسب هذا العصر وتتوافق مع المسارات التعليمية في المرحلة الثانوية مثلاً (مؤتمرات تنظمها إدارات التعليم للطلاب بمشاركة الطلاب انفسهم في تخصصات مختلفة وموضوعات تربوية وتعليمية تحت إشراف إدارة النشاط والموهوبات على مستوى إدارات التعليم ومستوى الوزارة) ، مسابقات لأفضل طالب او طالبة في (الحياكة ، الطهي ، التجميل ، الرسم ، التسويق ، الدعاية والإعلان ، التصوير ، الخ وغيرها من الأنشطة الحياتية التي تناسب الوقت الراهن)

بحيث يشرف على كل هذه المسابقات مشرف النشاط في المدرسة المغرب تماما من أي أعباء تدريسيه أخرى وتكون تحت إشراف إدارة النشاط وإدارة الموهوبات وتنفذ في المدارس حسب إمكانات المدرسة والبيئة المدرسية كل هذا سيجعل توظيفنا للتعليم في الحياة اليومية أسهل وأكثر واقعية وهو ما نسعى له في تحقيق رؤيتنا للتعليم من اجل تجويد نتائج التعلم أولا ، ثم جعل الطالب ينجذب للبيئة المدرسية بشكل اكبر واجمل ويشعر أن المدرسة بيئة تعليمية ترفيهية تحقق له ما يتمناه ،وهذا ما نتطلع له في مدارسنا في الأعوام القادمة بإذن الله ، فأبنائنا يريدون بيئة جاذبه للتعليم ومهيئة لتحقيق رغباتهم .

الخاتمة

موضوع الترفيه موضوع واسع جدا وآفاقه ممتدة لما له من فوائد ذكرت في الكتاب ، فبختام كتابي ارجوا ان أكون وفقت في الطرح والسرد والإيضاح ، هو غيظ من فيض وما نتطلع له في مدارسنا أفضل بكثير برؤية وزارتنا الرائدة وزارة التعليم وتحت ظل قيادتنا الرشيدة وبأدي مربيي ومربيات الأجيال المعلمين والمعلمات ، العنصر الأساسي في التعليم فبجهودهم نصل لكل الغايات المرجوة بإذن الله فأبنائنا بحاجة ماسه للوعي بموضوع الترفيه وممارساته في ظل مجتمع له شريعته الدينيه وقواعده السياسية وعاداته المجتمعية .

ختاماً

اطلب من القارئ الكريم سواء كان طالباً أو طالبة أو أباً أو أمماً أو موظف فاعل في المجتمع الاسترخاء على كرسي التأمل والتفكر واطلاق مخيلته ليصل لمرحلة التحليل والمقارنة لواقع مدارسنا الحالي وماستكون عليه لو طبقنا الترفيه بكل انواعه فيها وما مخرجات التعليم التي سنحظى بها وعوائدها على الطالب والمجتمع .

الفهرس

م	الموضوع	الصفحات
.1	نبذه مختصره عن الكاتبة	5-4
.2	المقدمة	6
.3	مصطلحات الكتاب	8
.4	الفصل الأول : الترفيه	9
.5	مفهوم الترفيه	10
.6	حاجة النفس للراحة والاستجمام	12
.7	ترويح النفس بالمباحات	13
.8	أهمية الترويح عن النفس	14
.9	أهداف الترفيه	16
.10	اهتمام المملكة العربية السعودية بالترفيه	17
.11	أنواع الترفيه	21
.12	دور المؤسسات التعليمية في دعم الترفيه للطلاب	28
.13	الفصل الثاني : خصائص الطلاب العمرية	33
.14	أهم خصائص النمو في المرحلة الثانوية والمتوسطة	34
.15	خصائص النمو في المرحلة الإبتدائية	38
.16	الفصل الثالث : دور الأنشطة الترفيهية المدرسية في تنمية الطالب	43
.17	أهمية الأنشطة الترفيهية المدرسية	44
.18	المأمول من الترفيه في مدارس المملكة العربية السعودية	45
.19	الخاتمة	46
.20	المراجع	48

المراجع

المراجع العربية:

- ابن الهدلق، عبدالله بن عبدالعزيز. (2019). التعليم بالترفيه: تصور مقترح لاستخدام التلعيب Gamification فى التعليم. مجلة القراءة والمعرفة، ع209، 314 - 340.
- بهبهاني، خليفة (2004) : أوقات الفراغ والترويح : مفاهيم وإدارة ، شركة مطبعة الفيصل، الكويت.
- تنيره، كمال حسن مصطفى(2010). اتجاه السلوك السلبي لدى طلبة المرحلة الثانوية وعلاجها في ضوء معايير التربية الإسلامية، رسالة ماجستير، أصول التربية، الجامعة الإسلامية، غزة.
- حافظ، إجلال (2003). مفهوم الثقافة الترويحية لدى المشرفين الرياضيين ببعض مراكز الشباب بمحافظة الإسكندرية مجلة كلية التربية الرياضية بنات العدد (٢٤)، جامعة الإسكندرية.
- حيمر، سعيدة. (2021). أثر الترفيه الافتراضي على المراهقين: دراسة ميدانية على عينة من المراهقين في ولاية المسيلة.
- الحماحي، محمد محمد & مصطفى ، عايدة عبد العزيز (١٩٩٨) : الترويح بين النظرية والتطبيق، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- الحماحي، محمد محمد عبدالله (2016). رؤية فلسفية لرسالة التربية الترويحية في ضوء بعض المتغيرات العالمية المعاصرة. المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، 76 ، 487 - 499.
- الحماحي، محمد (1996) : أصول اللعب والتربية الرياضية والرياضة . الطبعة الثانية ،المركز العربي للنشر والتوزيع ، القاهرة.
- الحماحي، محمد(1998) : إسهامات اللعب التربوي في تنمية الطفل " دراسة تحليلية . سلسلة الثقافة الرياضية ، العدد (١٨) ، إدارة التأهيل الرياضي بالمؤسسة العامة للشباب والرياضة، البحرين.
- الحماحي، محمد(1999) : تطور الفكر التربوي في مجال التربية البدنية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
- الحماحي، محمد(2005) : فلسفة اللعب . الطبعة الثانية ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة .
- الحماحي، محمد ، سعيد، أحمد (2005) : الإعلام التربوي في مجالات الرياضة واستثمار أوقات الفراغ. الطبعة الثانية ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
- الحماحي، محمد ، عبد العزيز، عايدة (2015) : الترويح بين النظرية والتطبيق الطبعة الثامنة ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.

- خطاب ، كريمة (1986). دراسة لأزمة الهوية في المراهقة ، رسالة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة عين شمس.
- الخولي، أمين، وعنان، محمود (1999). المعرفة الرياضية . دار الفكر العربي، القاهرة.
- درويش، كمال، الخولي، أمين (2001): الترويح وأوقات الفراغ . الطبعة الثانية ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- درويش، كمال، و الحماحي، محمد، (2007) : رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ ، الطبعة الثالثة ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
- سلامة، توفيق (1992): التربية الترويحية للشباب والأسرة من وجهة نظر مسيحية ، مكتبة المحبة ، القاهرة.
- السمنودي، محمد كمال (2008): التربية الترويحية . المنصورة ، مطبعة ٦ أكتوبر .
- السمنودي، محمد كمال(د.ت) : الترويح الرياضي وأوقات الفراغ. المنصورة ، مكتبة شجرة الدر.
- السيسي ، محمد ومحمد ، سلامة (1998م). تصور مقترح لدور الخدمة الاجتماعية المدرسية في مواجهة مشكلة العنف لدى طلبة المرحلة الثانوية " ، المؤتمر الدولي للعلوم الاجتماعية ودورها في مكافحة جرائم العنف والتطرف في المجتمعات الإسلامية ، جامعة القاهرة ، القاهرة ، الجزء الثالث.
- شبيب، أيهم (2015)، تقويم الأنشطة الطلابية الرياضية بالمؤسسات التربوية بمحافظة بابل جمهورية العراق رسالة ماجستير , جامعة المنصورة.
- الشقحاء، خالد بن محمد بن حسين . (2003). العوامل المؤدية إلى ارتياد الشباب للمقاهي الشعبية، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية، كلية الدراسات العليا .
- الشثري، عبد العزيز. (١٤٠٦ هـ) . وقت الفراغ وشغله في مدينة الرياض. رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، الرياض.
- صلاح الدين، رباب (2004)، تأثير أسلوب التعلم الذاتي في تنمية الثقافة الرياضية والصحة الإعدادية بمحافظة الشرقية, رسالة ماجستير , كلية التربية الرياضية للبنات, جامعة الزقازيق.
- عصمت، إبراهيم وحسن، أمينة (2001) الأصول الإدارية للتربية، ط ٢، دار المعارف، القاهرة.
- عبد السلام، تهاني (2001): الترويح والتربية الترويحية . دار الفكر العربي ، القاهرة.
- عويس،مسعد (2004) : دور المؤسسات الرياضية والشبابية في مواجهة الإدمان، مؤسسة سيد عويس للدراسات والبحوث الاجتماعية ، مطابع الشرطة للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة.
- عويس، مسعد (2006) : المرصد العلمي للثقافة الرياضية، مؤسسة سيد عويس للدراسات والبحوث الاجتماعية ، القاهرة.
- عبد الكريم، نعمة (1992)، أسس علم النفس دار الفكر العربي، القاهرة.
- عمر، أحمد مختار ، (٢٠٠٨م)، معجم اللغة العربية المعاصرة، أعلام الكتب المجلد الأول.

- الغنيمي، خالد بن فهد. (2019). قضايا الأنشطة الترفيهية بالمملكة العربية السعودية في ضوء رؤية المملكة 2030 (الواقع والتطلعات). مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، 48(2)، 303-348.
- فعالية مصادر التنشئة الاجتماعية في تنمية الوعي الترويحي الرياضي لطلاب جامعة حلوان، مجلة العلوم البدنية والرياضية، العدد ١٣، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان.
- الفيروز، مجد الدين محمد بن يعقوب (١٤٢٩هـ - ٢٠٠٨) تحقيق: أنس محمد الشامي/ زكريا جابر أحمد القاموس المحيط دار الحديث، القاهرة، ت، ط
- القحطاني، إيمان بنت مبارك. (2021). اتجاهات أفراد المجتمع السعودي نحو أهمية الترفيه وعلاقته بالتماسك الاجتماعي: دراسة مطبقة على عينة من المواطنين السعوديين في مدينة جدة. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، مج5، ع7.
- الكناني، إيمان بنت أحمد بن إبراهيم، و الخمشي، جواهر بنت صالح بن عيادة. (2020) اتجاهات الشباب والفتيات نحو الترفيه في المجتمع السعودي في ضوء رؤية . 2030 مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، ع14، ج4، 493 - 549 .
- محمد، علي محمد(1985) : وقت الفراغ في المجتمع الحديث ، دار النهضة العربية ،بيروت، لبنان.
- محمد ، عبد القوي فهمي (١٩٩١م) التعليم والثقافة في الإمارات قبل الاتحاد ، جمعية الاجتماعيين في الشارقة، مج٨، ع٣٠.
- مصطفى علي(2007) : دور الوعي الترويحي في استثمار وقت الفراغ لدى طلاب جامعة أسيوط رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط.
- المالكي، ريم بنت خماش بن أحمد. (2020). أثر الترفيه في منظومة القيم للأسرة السعودية: دراسة ميدانية على بعض أسر مدينة جدة. المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية، ع54 ، 107 - 177.
- نجم الدين، السهروردي (١٩٦٨) : رعاية الشباب بين المبدأ والتطبيق، بغداد.
- زهران، ليلي (2002) الأصول العلمية والفنية لبناء المناهج في التربية الرياضية، دار زهران للنشر والتوزيع، القاهرة .

المراجع الأجنبية:

- Cordes, Kathleen, Hilmi Ibrahim(1999) Applications in Recreation & Leisure for today and the future 2ed edition, United State of America. Mc Graw-Hill.
- Ruskin, Hillel, Sivan, Atara(1993): Leisure Education towards the 21st century, U.S.A, Utah, Alexander's Print stop, 1993.

أسم الكتاب: الأنشطة الترفيهية في مدارس المملكة العربية السعودية بين الواقع والمأمول
تأليف: نسرین علی بخاری
التنسيق و الاخراج الداخلي و الدقيق مؤسسة جلوبال بورد العالمية
رقم تسجيل المؤسسة 1161370-K

(جميع الحقوق محفوظة للمؤلف وأي انتهاك سيعرضك)
للمساءلة القانونية هذه النسخة للقراءة الشخصية فقط ولا يجوز إعادة
إرسالها أو طباعتها أو نشرها إلا بعد الحصول على إذن كتابي من
المؤلف

جميع الحقوق محفوظة لمؤسسة جلوبال بورد
All rights reserved for Global Company

e ISBN 978-967-16868-4-3



الأنشطة الترفيهية في مدارس المملكة العربية السعودية بين الواقع و المأمول

أ/ نسرين علي بخاري

١٤٤٥هـ / ٢٠٢٣م

نأمل جميعاً بأن تكون مدارسنا في المملكة العربية السعودية نموذجاً
يحتذى به عالمياً

ومازلنا نسعى للتحسين والتطوير المستمر ليتعلم أبنائنا وبناتنا في
بيئة تعليمية جاذبة وممتعة ، متوافقة مع ميول ورغبات واهتمامات
ونشاطات طلابنا وطالباتنا.

ولا يخفى علينا جميعاً أن للأنشطة الترفيهية دور بارز في تحسين
نواتج التعلم في جميع المراحل الدراسية .

وتم اعداد هذا الكتاب لتسليط الضوء على أهم الأنشطة الترفيهية
ودورها الفعال وواقعها الحالي وما نامل ان تكون عليه مستقبلاً في
مدارسنا .