Scientific Journal of Faculty of Education, Misurata University-Libya, Vol. 1, No. 13, Jun. 2019

Published online in June

المجلة العلمية لكلية التربية، جامعة مصراتة، ليبيا، المجلد الأول ـ العدد الثالث عشر، يونيو 2019م

الانشطة الثقافية والترفيهية والرياضية وعلاقتها بجودة الحياة المدرسية

Cultural, recreational and sports activities and how they affect the quality of school life

عمر مصطفى النعاس
كلية الآداب – جامعة مصراتة
omarelnnas@yahoo.com

السيد مصطفي السنباطي
كلية الآداب – جامعة مصراته
dr_sonbaty2001@yahoo.com

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى وصف العلاقة بين ممارسة الانشطة (الثقافية–الترفيهية–الرياضية) داخل الوسط المدرسي، بجودة الحياة المدرسية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. وتمحورت مشكلة الدراسة حول معرفة مدى فاعلية ممارسة الانشطة (الثقافية–الترفيهية–الرياضية) داخل الوسط المدرسي في تحسين جودة الحياة المدرسية لدى تلاميذ التعليم الثانوي من الجنسين، ولقد اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، تم اختيار عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية، وبلغ حجم العينة (84) طالبا وطالبه، يمثلون الطلاب الممارسين وغير الممارسين للأنشطة المدرسية محل الدراسة الحالية، وبلغ عينة الطلاب الممارسين (42) طالبا وطالبه من غير الممارسين (40) طالبا وطالب وتم تصميم مقياس واقع ممارسة الأنشطة المدرسية ومقياس جودة الحياة المدرسية(إعداد الباحثان) وقام الباحثان بتطبيقهما لمعرفة مدى العلاقة بين ممارسة الأنشطة(الثقافية–الترفيهية–الرياضية)، وتحسين جودة الحياة المدرسية، كما تم عرض ومناقشة وتحليل واقع (ممارسة الأنشطة الثقافية– الترفيهية– الرياضية وعلاقتهما بجودة الحياة المدرسية للطلبة)، ومن ثم قام الباحثان باستخراج قيم الأوساط الحسابية، وقيم الانحرافات المعيارية، وعلاقة الارتباط بين ممارسة الانشطة محل الدراسة بجودة الحياة المدرسية للطلبه، والتعرف على الفروق بين متوسطات الدرجات علي مقياس جودة الحياة المدرسية بين الممارسين، وغير الممارسين للانشطة ثم عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها، والتوصل إلى عدد من الاستنتاجات والتوصيات.

الكلمات المفتاحية:

1- الانشطة الثقافية والترفيهية والرياضية.

2- جودة الحياة المدرسية.

Abstract:

The study aims at identifying how cultural, recreational and sports activities within the school environment can influence the quality of school life for students of secondary education. The research problem is centered on finding out to what extent such activities can improve the quality of school life for secondary school students of both sexes, within the school context. The researchers relied on a descriptive approach. They selected the sample of the study from secondary school students. The sample consisted of 84 male and female students representing the students practicing relative school activities. The number of practicing students was 40, while non-practicing were 44. The researchers designed a measure for the actual practicing of school activities and another for the quality of school life. The researchers then applied the two measures to find out to what extent such activities (cultural, entertainment and sports) relate to improvement of the quality of school life. In addition, the actual practicing of activities and their relation to the quality of school life for students were presented, discussed and analyzed. The researchers then extracted the mathematical values, values of standard deviations, correlations and differences in quality of life measurement between practitioners and non-practitioners of activities. Finally, they presented, analyzed and discussed the results, and provided a number of conclusions and recommendations.

key words:

1-**Cultural, recreational and sports activities.**

2. Quality of school life.

مقدمة الدراسة:

إن من متعة التعلم وفاعلية التعليم اقترانه بنشاط تربوي يخرجه من قاعة الصف إلى رحابة الحياة. والنشاط التربوي مما يضيف إلي التعلم حيوية وحركة وحرية وواقعية مما يكسب المتعلم خبرات وفوائد وآداب وأخلاق تشبع رغباته، وتلبي احتياجاته وتنمي اهتماماته بالإضافة الي التأثيرا غير المباشر في تحسين جودة الحياة للطالب بصفه عامة، وجودة الحياة المدرسية بصفة خاصة، وقد عرفت الانشطة التربوية كجزء من المشاهد المدرسية منذ بداية القرن العشرين المنقضي، وكانت توجه لهذه الانشطة في بعض الحالات انتقادات، لكونها ذات شأن أكبر من البرامج الأكاديمية المدرسية، إلا انه من الأهمية بمكان إدراك أن مثل هذه البرامج تمنح للعديد من الطلاب قدراً كبيراً من المشاركة والاندماج في المدرسة قد لا توفرها البرامج الأكاديمية الأخرى، مما يتيح لهم ممارسة الحياة داخل المدرسة.

وتعد طاقات الطلاب من مقومات الارتقاء بالمجتمع، وأساس تطوره ونموه، وذلك من خلال ما تمتلكه هذه الشريحة من توجهات ودوافع وطموحات وقابليات ومواهب وقدرات سواء كانت (عقلية، مهارية، معرفية، سلوكية، حركية، بدنية، نفسية) وتوجيهها نحو تحقيق الأهداف التي نسعي إليها).

وباعتبار المؤسسات التعلمية هي المكان الثاني من بعد الأسرة في مجال التربية والتعليم، والتهذيب، والتنظيم، وتوجيه الطموحات والرغبات، وما تحتويه من أهداف طويلة وقصيرة الأمد تهدف جميعها في النهاية إلى تربية الطلبة من مختلف الأنشطة الجسمية والخلقية والاجتماعية والثقافية والترفيهية، التي تصب جميعها في تطوير مجالات المجتمع وبنائه، ومثلما كان لعوامل التعليم والتربية الأسرية، والحياة العاطفية والتنشئة الاجتماعية، والحياة الصحية والحياة النفسية، الدور الكبير في تنظيم حياة الطلبة وصقل السلوكيات في مختلف الاختصاصات والمجالات التي تحتويها الحياة المدرسية، كان أيضا للمجال الرياضي والثقافي والترفيهي الدور الكبير في توجيه تلك الطاقات باعتبارها محركات للسلوك والأنشطة في مختلف المجالات وهذا ما تظهره الكثير من الدراسات، إذ إن تأثير الممارسة الرياضية والثقافية، والترفيهية على نمط الحياة بما فيها من قدرات وأفكار وسلوكيات وتوجهات يمكن من خلالها تعزيز الدور في خدمة المجتمع هذا من جانب، ومن جانب آخر فإن ممارسة تلك الأنشطة تترك أثرها في الصحة البدنية والصحة النفسية، وبالتالي تهدف جميعها إلى

التكامل (الجسمي، النفسي، الخلقي، الاجتماعي، المهني) ويكون في النهاية الحصيلة للعطاء والإبداع في المجتمع.

ويعد النشاط المدرسي منهج حياة، والاساس في إصلاح الطالب، وتحسين نوعية الحياة المدرسية، بما يقدمه من مناشط متنوعه تقابل احتياجات الطلاب، ليدعم نمو الطلاب ويؤدي بهم إلي تكوين شخصية سليمة قوية وإيجابية.

فالمدرسة الناجحة هي التي توفر مجموعة أنشطة تربوية متنوعه ومخطط لها لتقابل احتياجات أفرادها. كما أشارت بعض الدراسات إلى أهمية الأنشطة التربوية في تفعيل الحياة المدرسية، والاستقرار النفسي والاجتماعي للطلاب والتحصيل ومن بين هذه الدراسات دراسة ياسر بن عبد الرحمن الدهري (2016) (أثر النشاط المدرسي على الاستقرار النفسي والاجتماعي و التحصيل الدراسي للطلاب)، ودراسة إقبال الجبوري (2006) (تفعيل الحياة المدرسية وتنشيطها في المدرسة المغربية)، دراسة مازن عبد الهادي (2012) دراسة (مقارنة في جودة الحياة بين الممارسين للرياضة وغير الممارسين لطلبة كليات جامعة كربلاء)، ودراسة ريمون معلولي (2010) هدفت الي دراسة جودة البيئة المادية للمدرسة وعلاقتها بالأنشطة البيئية)، ودراسة نغم سلّم جمال (2015) وهدفة الى دراسة جودة الحياة وعلاقتها بالحاجات الإرشادية لدى طلبة المرحلة الثانوية.

مشكلة الدراسة:

تجتهد االسياسة التربوية في ليبيا في الوقت الحالي من أجل مقابلة التطورات، من خلال تركيزها على إعداد المتعلم وتأهيله سواء تعليميا أو تربويا، من خلال المرتكزات التربوية الحديثة. وكذلك من خلال تطوير المناهج التعليمية انطلاقاً من الأهداف ومرورًا بالمحتوى والطرائق والأساليب والمناشط المختلفة أنتهاءاً بالتقويم.

وتفيد الملاحظة المباشرة للباحثان، ونتائج استطلاعاً نفذه االباحثان في عدد من المدارس بمدينة مصراته باستخدام أداة ضمت أسئلة من النوع الإسقاطي مثل! يعجبني في مدرستي أشياء كثيرة مثل في مدرستي أشياء كثيرة منفرة مثل: أن البيئة المادية التعليمية لمدارس التعليم مازالت بمنأى عن التطور الذي

يشهده التجديد في التطوير في برامج الانشطة المدرسية، قدرتها على تلبية المتطلبات المشروعة لاحتياجات الطلاب بإضفاء البعد الإنساني والصحة النفسية داخل المدرسة بينأعضاء المجتمع المدرسي، وخاصة تحسين جودة الحياة المدرسية، وهو بعد أساسي للصحة النفسية المدرسية للتلميذ. مما يجعلنا نتسأل عن التالي:

- ما طبيعة العلاقة بين ممارسة الأنشطة (الأنشطة الثقافية والترفيهية والرياضية) داخل المدرسة، وجودة الحياة المدرسة؟

وتتفرع من مشكلة الدراسة التساؤلات التالية:

أ- هل توجد علاقة بين ممارسة الانشطة (الثقافية والترفيهية والرياضية) وجودة الحياة المدرسة لطلاب المرحلة الثانوية ؟

ب- هل توجد علاقة بين ممارسة الانشطة (الثقافية والترفيهية والرياضية) وجودة الحياة المدرسية لطالبات المرحلة الثانوية؟

ج- هل توجد فروق بين الطلاب (ذكور والاناث) الممارسين للأنشطة المدرسية في جودة الحياة المدرسية؟

د- هل توجد فروق بين الطلاب (ذكور والاناث) غير الممارسين للانشطة المدرسية في جودة الحياة المدرسية؟

فروض الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين ممارسة الانشطة (الثقافية والترفيهية والرياضية) وجودة الحياة المدرسة لطلبة المرحلة الثانوية من الذكور.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية موجبة بين ممارسة الانشطة (الثقافية والترفيهية والرياضية) وجودة الحياة المدرسة لطلبة المرحلة الثانوية من الاناث.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب (ذكور والاناث) الممارسين للانشطة المدرسية في جودة الحياة المدرسية؟

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب (ذكور والاناث) غيرالممارسين للأنشطة المدرسية في جودة الحياة المدرسية؟

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في المحاور التالية:

1- التأكيد على أن ممارسة الأنشطة (الثقافية والترفيهية والرياضية) داخل المؤسسات التعليمية تلعب دوراً في تحسين جودة الحياة المدرسة.

2- استخلاص النتائج المفيدة عن علاقة ممارسة الأنشطة (الثقافية- الترفيهية -الرياضية) في تحسين جودة الحياة المدرسية، وتقديم المقترحات المناسبة للنهوض بالواقع المادي لتلك الأنشطة.

3- بناء أداة لقياس واقع ممارسة الانشطة (الثقافية والترفيهية والرياضية)، وأداة لقياس جودة الحياة المدرسية استناداً لمعايير بناء المقاييس النفسية والتربوية.

4- تقويم ممارسة الأنشطة علي عينة من مدارس مرحلة التعليم الثانوي.

أهداف الدراسة:

1- إبراز الأهمية الكبيرة التي تكسبها ممارسة الانشطة داخل الوسط المدرسي في تحسين جودة الحياة المدرسية.

2- معرفة تأثير ممارسة الأنشطة داخل الوسط المدرسي في جعل المدرسة مصدر جذب لها، وتحسين جودة الحياة فيها.

3- محاولة لفت انتباه المهتمين لأهمية الدور التي تلعبه الأنشطة المدرسية في حياة الدارسين عند التخطيط للعملية التعليمية والتربوية من خلال ادراج برامج مخططة لتلك الأنشطة والعمل على تفعيل ممارستها.

حدود الدراسة:

1- الحدود المكانية: يتم تطبيق الدراسة على عينة من طلاب وطالبات المدارس الثانوية

2- الحدود البشرية: طلاب المدارس الثانوية بمدينة مصراتة.

3- **الحدود الزمنية:** تم تطبيق البحث الحالي في الفصل الدراسي- الثاني2019/2018م.

4- الحدود الموضوعية: اقتصر هذا البحث على رصد واقع ممارسة الانشطة (الثقافية والترفيهية والرياضية) وعلاقتها بجودة الحياة المدرسية باستخدام مقياس (واقع ممارسة الانشطة (الثقافية والترفيهية والرياضية) و مقياس جودة الحياة المدرسية لجمع البيانات.

5- يقتصر البحث على وصف واقع ممارسة الانشطة المدرسية وعلاقتها بجودة الحياة المدرسية للطلاب (ذكور-اناث) .

مصطلحات ومفاهيم الدراسة:

يرتبط تحقيق أهداف التربية والتعليم بالمدرسة إلى حد بعيد بالشروط البيئية والتعليمية التي تحيط بالمتعلم، وتعد المدرسة بكافة مقوماتها من أهم البيئات المؤثرة في شخصية الطالب، وعلية فأن اعداد تلك البيئة بما يتناسب مع احتياجات المتعلم المتعددة من مناهج اكاديمية، انشطة مدرسية لمقابلة احتياجات المتعلم المعرفية والبدنية والنفسية والاجتماعية ليمارس الحياة داخل المدرسة.

يعد البناء المدرسي مجرد مساحة، معدة لإيواء الطلاب، بل هو مجموعة عناصر يؤدي كل منها دوره في تكامل وتنسيق مع العناصرالأخرى من أجل تسهيل النمو العقلي والانفعالي والجسدي للطالب وتحقيق توازنه النفسي وتعزيز مختلف جوانب شخصيته، ومنها الأنشطة المدرسية.

1- الانشطة المدرسية School Activities:

النشاط المدرسي:

يعرف مجمع اللغة العربية (1400هـ) النشاط بأنه "ممارسة صادقة لعمل من الأعمال" (ابن منظور، 1400، 617)

ويعرف شلبي وآخرون (1997م) النشاط اللاصفي بأنه "الجهد الذي يبذله المتعلم بهدف إشباع حاجاته المعرفية، وإكسابه العديد من المهارات التي تؤدي إلى تنمية قدرته على التفكير، وكذلك إكسابه الاتجاهات والقيم. (شلبي،1997، 106)

وتشير وزارة المعارف (1406هـ) للأنشطة المدرسية على أنها "البرامج التي تخطط لها الأجهزة التربوية، وتوفر لها الإمكانات، بحيث تكون متكاملة مع البرامج التعليمية ومتممة لها، بما يتمشى مع خصائص النمو في المرحلة التي يمر فيها الطالب" (وزارة المعارف، 51،406)

ويعرفها آلن وآخرون بأنها "أنشطة إضافية خاصة، تمارس تحت إشراف المدرسة، خارجة عن الأعمال المتعلقة بتدريس المواد.

كما عرفها "مقبل 2001"علي أنه: النشاط المبرمج الأثير الذي تنظمة المدرسة علي نحو يتكامل مع البرنامج التعليمي، والذي يقبل عليه الطالب بنهم، ويمارسه بشوق واقبال تلقائي، وعلي هذا الحال يحقق برنامج النشاط المدرسي الأهداف التربوية التى تؤدي الى نمو واتساع خبرة الطالب، من ثم تنمية هوايتة المحببة وقدراته الموظفة في الاتجاهات المرغوبة، أو بكلمات اخري، يتضمن النشاط المدرسي جوانب متنوعة عديدة اجتماعية، فنية، رياضية، وترفيهية، ومن المؤكد أن جميع جوانب النشاط متداخلة ومتكاملة، ومن الصعب التفريق بينها، لأنها تلتقي جميعا عند هدف واحد غايته تشكيل شخصية الطالب من جميع جوانبها، من منطلق ان شخصية الطالب وحدة متكاملة لا تقبل التجزئة.(مقبل، فهمي،13،2011)

كما يشير الفقيري**2014م**: علي انه البرنامج الذي تنظمه المدرسة متكاملا والذي يقبل عليه الطالب برغبة، ويزاوله بشوق وميل تلقائي بحيث يحقق، سواء ارتبطت هذه الأهداف بتعليم المواد الدراسية أمً مواد معينةً تربويةً بهدف اكتساب خبرة أو مهارة أو اتجاه علمي أو عملي في داخل الفصل أو خارجه، وفي أثناء اليوم الدراسي أو بعد انتهاء الدراسة على أن يؤدي ذلك إلى نمو في خبرة الناشئ، وتنمية مواهبه وقدراته واهتماماته في الاتجاهات المرغوب فيها. (أبوعبدالله،13،2014)

ويعرف الباحثون التربويون أن النشاط المدرسي اللاصفي أنه هو جميع الاعمال التي يقوم تنظمها المدرسة لطلابها في غير الحصص الدراسية، كالرحلات، والحفلات، والألعاب الرياضية، والهويات وما إلى ذلك من الأنشطة. (سليم فؤاد،12،2006)

وتتبني الدراسة الحالية التعريف الإجرائي التالي: واقع الأنشطة المدرسية، هو مجمل الأنشطة التي يمارسها الطلاب داخل المدرسة أو خارجها، وفقا لميولهم واستعدادهم وقدراتهم، والتي تساعد علي بناء شخصية الطالب من جميع جوانبها (الجسمية –العقلية– والاجتماعية – النفسية) وحسب الامكانيات المتاحة لهم وتتم تحت إشراف المدرسة سعيا لتحقيق أهداف العملية التعليمية، وتقاس بالدرجة الكلية علي ابعاد الاستبانة المستخدمة في الدراسة الحالية.

2- أهمية الانشطة المدرسية:

ويمكن تحديد أهمية الأنشطة المدرسية وأهدفها كما حددها **أبو عبدالله** (2014) في العملية التعليمية والتربوية في النقاط التالية:

ا– الأنشطة المدرسية وسيلة مهمة في الكشف عن ميول الطلبة ومواهبهم واستعداداتهم، مما يعين على توجيههم التوجيه التعليمي والمهني الصحيح.

ب– الأنشطة المدرسية بأنواعها المختلفة تدعم الصحة النفسية للطلبة، والاستقرار الانفعالي لديهم، وذلك عن طريق ما تتيحه برامجها من مواقف تربوية مثل، التعاون والمنافسة الكريمة، واحترام النظام، والقيادة، والتبعية، كل هذه القيم الاجتماعية، السلوكية تعزز الثبات الانفعالي، وتؤدي إلى السمو بالغرائز والتكيف مع الآخرين.

جـ– ربط الحياة المدرسية بالحياة الاجتماعية المحيطة. من خلال ما تهيئه للطلبة من مواقف تعليمية شبيهة بمواقف الحياة؛ إن لم تكن مماثلة، مما تترتب عليها سهولة استفادة الطلبة مما تعلموه عن طريق المدارس، وانتقال أثر ما تعلموه إلى حياتهم المقبلة.

د– الأنشطة المدرسية تنمي في الطلبة القدرة على التفكير والتخطيط والتنفيذ من خلال مساهمتهم في تخطيط برامج الأنشطة، وتنفيذها، كما أنها تعودهم على احترام العمل، وبمزاولة ألوان الأنشطة المتنوعة يشغلون بها أوقات فراغهم؛ لأن عدم ممارسة الطالب للنشاط في وقت فراغه يؤدي به إلى الملل والكسل مما يؤثر سلبا على تفكيرهم وقدرتهم مستقبلا.

هـ- الأنشطة المدرسية مجال خصب لتدريب الطلبة على أساليب العمل، الجماعي وأعمال الخدمة العامة في المدارس والبيئة والمجتمع في مناخ تعاوني تشاوري، مع تأكيد الاتجاهات الوطنية وتأهيلها في نفوس الطلبة.

و- الأنشطة المدرسية وسيلة لإيجاد جيل فاعل متفاعل مع البيئة يحترم العمل، ويقدره من خلال ممارسته له فعليا، وأن تكون الأنشطة وسيلة من وسائل الإنتاج والإبداع والابتكار.

ز- الأنشطة المدرسية تنمي أذواق الطلبة ووجدانهم، من خلال ممارسة الأنشطة الفنية المختلفة التي تصقل مواهبهم؛ كالإنشاد، والرسم، والتمثيل.....

ح- الأنشطة المدرسية تساعد المربين على كشف السلوك غير السوي عند الطلبة؛ فيعملوا على توجيههم وتقويمهم. كما أنها وسيلة مهمة في معالجة الخجل والارتباك والعزلة والانحرافات التي قد تظهر على بعض الطلبة في أثناء ممارسة الأنشطة، وتشجيعهم على إظهار شخصياتهم الفردية المتميزة في مجالات عدة منها؛ التمثيل، والإذاعة المدرسية، والكتابة.

ط- تعمل الأنشطة المدرسية والعمل فيها على إذابة الفردية والأنانية، وإيثار الصالح العام على الصالح الخاص قدر الإمكان، على تنمية روح الجماعة.

ك- تسهم الأنشطة المدرسية في تنمية الأخلاق النبيلة، والضبط الاجتماعي من خلال المواقف الحيوية التي تشيعها، وفي ظل جو زاخر بالحرية، والمشاركة الفعالة، وتكوين العلاقة الوثيقة بين الطلاب أنفسهم، وبينهم وبين معلميهم.

ل- الأنشطة المدرسية وسيلة مهمة لبناء أجسام الطلبة، وتقويتها، عن طريق الأنشطة الجسمية المتمثلة في ألوان الأنشطة الرياضية. والوقوف على مشكلاتها، والمساعدة في حلها.

م- تعد الأنشطة المدرسية الترفيهية وما تقوم به من مناسبات، واحتفالات، ومهرجانات، ومعارض، خير وسيلة لاتصال أولياء الأمور بالمدارس.

و- تشجيع الأنشطة التربوية ذات الجو المحبب المريح الذي يتفتح فيه القلب، والعقل للتعلم؛ بحيث ينشط الطلبة من تلقاء أنفسهم، أو التوجيه من رائدهم لإقامة حفل، أو مسرحية، أو المران على أداء نشيد، مما يتيح لهم الكثير من الخبرات، والمهارات، والاتجاهات السلوكية، والقيم الاجتماعية.

ن- نشر الثقافة العامة؛ لأن المناهج الدراسية وحدها لم تعد كافية في عصر تزداد فيه المعرفة العلمية وتتسع لتزويد الطلبة بكل المعارف اللازمة لهم، أو للإجابة عن استفساراتهم، والأنشطة التربوية المتعددة يمكنها أن تعوض النقص الحاصل في المقررات الدراسية.

ش- تنمي العلاقات والقيم الاجتماعية، والخلقية، من خلال الخبرات التعليمية الهادفة لتنمية هذه العلاقات الإنسانية بين الطلبة.

3- ألوان الأنشطة المدرسية:

ذكرنا فيما تقدم بأن الأنشطة المدرسية تتنوع بتنوع الطلاب وميولهم المختلفة، فهناك ألوان من هذه الانشطة المدرسية العديدة والمتنوعة، رياضية، ثقافية، فنية ترويحية، اجتماعية، فيما يلي عرض لبعض هذه الانشطة والجماعات المدرسية موضوع الدراسة الحالية:

- الأنشطة الثقافية:

أحد برامج الانشطة المدرسية التي تتولي تنظيم المحاضرات، والندوات، والصحافة المدرسية، والمناظرات، والاذاعة المدرسية ومسابقات كتابة الشعر والإلقاء من أبرز اهتمامات جماعات النشاط الثقافي.

- الانشطة الترفيهية:

هو أحد برامج النشاط الفني يقع هذا النشاط على مسؤولية جماعات الرحلات، التمثيل، وحفلات السمر والمسرحيات، والموسيقي والغناء الهادف، والغناء والإنشاد الوطني والديني الحماسي الواعي، والرسم والتصوير، والمعارض الفنية، والأشغال الفنية التي تساعد الطلاب علي التعبير عن ميولهم عن طريق البرامج التي تقدمها جماعات النشاط الترويحي، لتنمية المواهب وتوجيهها الوجهة الصحيحة. (مقبل،2011،60)

- الأنشطة الرياضية:

هو لون من النشاط تقوده جماعات فرق الألعاب مثل؛ الحركات على الأجهزة، والكشافة، والجوالة، والتمرينات والفرق الرياضية، التربية الرياضية، عموما هي من أركان النشاط المدرسي، وتهدف الي نموا متوازنا متكاملا والارتقاء على مختلف الأصعدة، وخير دليل علي ذلك ان رفاهية أي مجتمع تتوقف الي حد كبير على مدي ما يتمايز به افراده من روح رياضية عالية كالتسامح، والثقة بالنفس والحرص على تحمل

المسئولية، وأداء الواجبات. هذا بالإضافة الي أن التربية الرياضية تزودنا بخبرات واسعة تنمي في أفراد المجتمع ما يؤهلهم لأن يساعدوا أنفسهم بأنفسهم.(المرجع السابق،62)

4- مفهوم جودة الحياة المدرسيةQuality of school life:

- جودة الحياة:

يهتم علم النفس بكافة الجوانب الإنسانية، سواء أكانت ايجابية أو سلبية، رغم أن علم الايجابي ظهر مؤخرا،كأحد مفاهيم الصحة النفسية إلا انه حظي بإهتمام العلماء والمختصين،كونه أحد العوامل الهادفة لتحقيق الصحة النفسية لدى الأفراد.

ويعتبر مصطلح جودة الحياة من أكثر الموضوعات أهمية في مجالات علم النفس الايجابي. (أبو يونس، إيمان، 64،2013).

يعد وضع تعريف محدد لجودة الحياة من الأمور الصعبة نظرلما يحمله من جوانب متعددة متفاعلة مع بعضها البعض، كما أن مستخدمي هذا المفهوم لم يتفقوا على معنى محدد لهذا المصطلح وقد يرجع هذا إلى حداثة المصطلح، سنحاول استعرض مفهوم جودة الحياة من وجهة نظر بعض العلماء وصولا لتعريف أكثر تحديدا لجودة الحياة المدرسية.

فقد عرف (جود Goode1994) جودة الحياة على أنها الدرجة التي يستمتع بيها الفرد بالإمكانات ذات الأهمية المتاحة له في حياته، ويشير إلى السعادة والرضا عن الذات والحياة الجيدة.(المرجع السابق،65)

كما يشير أحمد وآخرون (2001) لجودة الحياة بأنها درجة الارتقاء والوصول للمثالية في كافة المجالات التي تعبر عنها أو المقاييس التي وضعت من أجل معرفة مدى ما يتمتع به الأفراد (الطلبة) من درجات ومستويات بكافة أبعاد الحياة المتمثلة بـ (التربية والتعليم، الصحة النفسية، الحياة العاطفية، التنشئة الاجتماعية، والصحة العامة،إدارة الوقت) وصولاً إلى تحقيق الأهداف المنشود إليها. (احمد، واخرون،5،2011)

- مفهوم الحياة المدرسية:

يعد مفهوم الجودة مفهوما اقتصاديا بالأساس، وبدخوله الفضاء التربوي تلون بطبيعته فأصبحنا نتحدث عن التربية الجيدة وهي التربية القادرة علي الارتقاء بالفعل التربوي التعليمي الى أعلى درجات النجاح والفاعلية في ضوء ماتقدمه مؤشرات الجودة المعتمدة في هذا المجال. (العيدودي،2009،25)

ومن المعروف أن المدرسة مؤسسة اجتماعية وتربوية صغرى ضمن المجتمع الأكبر، تقوم بتربية المتعلمين تربية شاملة، وتأهيلهم في المجتمع تكييفا واندماجا وتأقلما. أي: إن المدرسة – حسب إميل دوركايم– ذات وظيفة سوسيولوجية وتربوية هامة. بمعنى أنها بمثابة فضاء مؤسسي عام، يقوم بالرعاية والتربية والتهذيب والإصلاح، والسهر على التنشئة الاجتماعية، وتكوين المواطن الصالح. ومن ثم، فالمدرسة "هي المكان أو المؤسسة المخصصة للتعليم، تنهض بدور تربوي لايقل خطورة عن دورها التعليمي، إنها أداة تواصل نشيطة تصل الماضي بالحاضر والمستقبل، فهي التي تنقل للأجيال الجديدة تجارب ومعارف الآخرين والمعايير والقيم التي تبنوها، وكذا مختلف الاختيارات التي ركزوا وحافظوا عليها، بل وأقاموا عليها مجتمعهم الحالي.(حمداوي،2015،5)

– يقصد بالحياة المدرسية (school life) تلك الفترة الزمنية التي يقضيها التلميذ داخل فضاء المدرسة، وهي جزء من الحياة العامة للتلميذ الإنسان. وهذه الحياة مرتبطة بإيقاع تعيلمي وتربوي وتنشيطي متموج حسب ظروف المدرسة وتموجاتها العلائقية والمؤسساتية. وتعكس هذه الحياة المدرسية مايقع في الخارج الاجتماعي من تبادل للمعارف والقيم، وما يتحقق من تواصل سيكواجتماعي وإنساني. وتعتبر"الحياة المدرسية جزءا من الحياة العامة المتميزة بالسرعة والتدفق التي تستدعي التجاوب والتفاعل مع المتغيرات الاقتصادية والقيم الاجتماعية والتطورات المعرفية والتكنولوجية التي يعرفها المجتمع، حيث تصبح المدرسة مجالا خاصا بالتنمية البشرية، والحياة المدرسية، بهذا المعنى، تعد الفرد للتكيف مع التحولات العامة، والتعامل بإيجابية، وتعلمه أساليب الحياة الاجتماعية، وتعمق الوظيفة الاجتماعية للتربية؛ مما يعكس الأهمية القصوى لإعداد النشء، أطفالا وشبابا، لممارسة حياة قائمة على اكتساب مجموعة من القيم داخل فضاءات عامة مشتركة. (حمداوي،10،215).

وعرفها جلال الدين (2004م) على أنها الكل المعاش المدرسي، وتتشكل من مجموعة العوامل الزمانية والمكانية، والتنظيمية والعلائقية، والثقافية، والتنشيطية المؤمنة للخدمات التربوية التي تقدمها المدرسة للطلاب. وهي إطار لتنمية شخصية المتعلم ومواهبه، علاوة على ممارسة الحياة الجماعية.

مجال أنشطة الحياة المدرسية كما حددها العيدودي2009:

- أنشطة المرافقة المدرسية.
- الأنشطة التربوية والمدنية والثقافية والترفيهية والرياضية.
- الرعاية الصحية والنفسية والاجتماعية.

جودة الحياة المدرسية:

عرف **السعيد(2004م)** جودة الحياة المدرسية علي أنها: التربية القادرة على الأرتقاء بالفعل التربوي التعليمي إلي أعلى درجات النجاح التفاعلية، فى ضوء ماتقره مؤشرات الجودة المعتمدة في هذا المجال ومنها:

1- جعل الطلاب يتعلمون المعارف المقررة بالمناهج الدراسية.
2- تأمين بيئة تعلم منظمة تسمح بالمرونة وبعيدا عن الجمود.
3- تجهيز المدرسة بأحدث التقنيات المساعدة للتلاميذ للحصول علي المعلومات وتبادلها.
4- توفير بيئة تعلم على مهارات حل المشكلات في الحياة الواقعية وتطبيق ما تم اكتسابه.
5- زيادة دافعية الطلاب في المشاركة في عملية التعلم الصفي وخارج الصف الدراسي، وتحملهم المسؤولية بشكل كبير.
6- توفر الأنشطة الموازية للمنهج الدراسي من خلال العمل الجماعي داخل وخارج الفصل.
7- تدريب الطلاب على المواطنة.
8- جعل الطلاب قادرين علي التواصل مع الآخرين، مما يساهم في تنشيط الحياة المدرسية ورفع جودة الخدمات التربوية، من خلال توفير مناخ تربوي يساعد المتعلم على استبطان قواعد العيش الجماعي، والتدريب علي الحياة وتأكيد الذات عبر إظهار مواهب شتي في الفنون والرياضية والثقافة.

دور الأنشطة المدرسية في تحسين جودة الحياة المدرسية من واقع الوظائف التي يؤديها:

إن التعرف على الوظائف التى يقدمها النشاط المدرسي للمشاركين فيه تعطي دلالة أكيدة على فاعليته واهميتة ودوره في النمو المتكامل للطالب أو الطالبة، ودورة في التحصيل الدراسي إذا أحسن التخطيط له والاستفادة من معطياتة، وقد أشارت العديد منالدراسات والبحوث في مصادر مختلفة إلي تلك الوظائف، ولكننا نقف عندحدود هذا البحث ونكتفي بالإشارة الي الوظائف التى لها علاقة بجودة الحياة المدرسية:

فقد حدد الطويرقي(2001م) بعض الوظائف للنشاط المدرسي، و التي يمكن اختصارها فيما يلي:

- **وظيفة نفسية:** فعن طريق ممارسة الأنشطة المدرسية يستطيع الطالب أو الطالبة التعرف على ذاته، والتعبير عن ميوله، والتنفيس عن انفعالاته وإشباع حاجاته النفسية المختلفة.
- **وظيفة صحية:** عن طريق النشاط يتم اكتساب العادات والسلوكيات الصحية المختلفة التي تساعد على المحافظة على النمو الصحي الجيد واللياقة البدنية الكاملة.
- **وظيفة علاجية:**حيث تساعد الأنشطة علي تخطي مشكلات الطلاب النفسية والانفعالية والاجتماعية، كما تساعده على التخلص من معوقات نموه، وتعديل سلوكة واتجاهاتة.
- **وظيفة تعليمية:**حيث يسهم النشاط في دعم عملية التعلم، من خلال العملية لبعض ما يكتسبة الطلاب داخل الفصل، وما يتم من مناقشات وقراءة وكتابة وغير ذلك.
- **وظيفة اجتماعية:**من خلال ما يكتسبه الطلاب الممارسين للانشطة من مهارات التعامل والتعاون، والتفاني في خدمة الجماعة.
- **وظيفة تشخيصية:** اكتشاف مواهب التلاميذ والتلميذات والعمل على تنميتها وتوجيهها فى الاتجاه السليم.
- **وظيفة تربوية:** بناء شخصية التلميذ، وقدراته، على الخلق والابتكار والتعبير عن الآراء في حرية كاملة .

- **وظيفة ترويحية:** تعمل علي تخفيف الضغوط النفسية والاجتماعية والدراسية على الطلاب من خلال أنواع النشاط الترويحي. مثل؛ ما أشار إليه الطويرقي بأن للنشاط المدرسي وظيفة "تعليمية، ترويحية، تثقيفية، نفسية، اجتماعية" حيث يسهم فى دعم الصحة النفسية للطلاب من خلال ممارسة الحياة عن طريق تلك الانشطة.

وبعد التأمل في وظائف الانشطة المدرسية المشار لها سابقا نجد أن بعضها يتصل بشكل مباشر بتحسين جودة الحياة للطلاب.

وسواء أكانت تلك الوظائف نفسية أو صحية أو علاجية، أم كانت وظائف اجتماعية أو ترويحية فإنها تسهم في بناء الشخصية الكاملة للطلاب، وتساعده علي تحقيق النمو المتوازن الذي يسهم في تحقيق الأهداف الذاتية ومن بينها رفع مستوي جودة الحياة.

الدراسات السابقة:

1- **دراسة شيرود1974م:** هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين برامج الأنشطة المدرسية ومدى مشاركة الطلاب فيها. وقد أكدت نتائج هذه الدراسة على أن زيادة عدد الطلاب في المدرسة تؤدي إلى زيادة في عدد الطلاب المشاركين في الأنشطة المتوفرة بالمدرسة، كما أن الاتجاه الإيجابي لدى الطلاب نحو المدرسة يساعد على المشاركة في الأنشطة المدرسية، هذا بالإضافة إلى أن تقدير المعلمين للطلاب يساعد على زيادة مشاركة الطلاب في الأنشطة المدرسية.(أبو عبدالله، تيماء مرجع سابق،152)

2- **دراسة هينسلي** 1986م: هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين ممارسة الأنشطة الحرة والنمو الشخصي والاجتماعي والتحصيل الأكاديمي للطلاب، وقد أكدت نتائج الدراسة على أن الطلاب الحاصلين على درجات عالية من أصحاب التحصيل الجيد كانوا من المشاركين في الأنشطة المدرسية الحرة أكثر من غيرهم.(المرجع السابق،153)

3- **دراسة النضار2007م:** هدفت الدراسة الي الكشف عن دور النشاط الدراسي في التحصيل من واقع وظائف النشاط الذي يؤدية، وقد توصلت الدراسة الى أن النشاط المدرسي من خلال وظائفة يودي دوراً قي عملية التحصيل.

4- **دراسة محمد العاصمي2001م**:هدفت الدراسة إلى التعرف علي أسباب عزوف الطلبة عن المشاركة في الأنشطة المدرسية،وتوصل الباحث من خلال الاستبيان أن أبرز الأسباب التي أسهمت في وجود هذه المشكلة هي: عدم تقديم إدارة المدرسة المشرفين المبدعين على الأنشطة والبرامج،عدم توفير حوافز تشجيعية للطلاب، كما توصلت الى ضعف الإعداد التربوي للمشرفين المكلفين بالانشطة، وعدم إلتزامهم بحصص النشاط والتخطيط في تنفيذ برامجها، وعدم وجود دليل مستقل للأنشطة وطرائق تنفيذها يساعد المعلم على الاسترشاد به .

5- **دراسة مُنزل العنزي(2001م)**:هدفت الي تحديد العلاقة بين مدى مشاركة االطلاب في الأنشطة ودرجة شعورهم بالأمن النفسي والاجتماعي المدرسي، و الكشف عن الفروق الموجودة في درجة االشعور بالأمان النفسي والاجتماعي المدرسي بين الطلاب المشاركين في الأنشطة وأقرانهم غير المشاركين في النشاط المدرسي،وتوصلت الدراسة إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب المشاركين فى النشاط الطلابي وغير المشاركين فى مستوى الأمن النفسي والاجتماعى المدرسى لصالح الطلاب المشاركين، توجد فروق ذات دلالة (في النشاط الديني-الثقافي- الاجتماعي-العلمي-الاجتماعي-الرياضي-الكشفي) لصالح المشاركين في مستوى الأمن النفسي والاجتماعي.

6- **دراسة شيرنوف وفليندل**(2008):هدفت الدراسة إلي التعرف علي أثر مشاركة طلبة المرحلة المتوسطة في برامج الأنشطة خارج الفصل، على مستوى خبراتهم الذاتية والأكاديمية في ثلاث مدن متوسطة وصغيرة من االولايات المتحدة الامريكية، وتوصلت الدراسة الي النتائج الاتية: هناك فروق ذات دلالة تشير إلي وجود علاقة إيجابية بين قضاء أوقات أطول في برامج الأنشطة ومستوى خبرات الطلبة، حيث يقضي الطلبة في برامج الأنشطة أوقاتا أطول في الأنشطة، الرياضية والأنشطة االدراسية و الإثرائية والأنشطة الفنية.(قهوجي،2010،38).

7- دراسة القفاص وقمر(2002م) هدفت الدراسة إلى التحقق من تأثير ممارسة الانشطة التربوية الحرة على كل من تقدير الذات والعدوانية والمقارنة بين تأثير ممارسة كل انواع الأنشطة التربوية الحرة، وكذلك درجة ممارستها على كل من تقدير الذات والعدوانية، وإبراز الدور التي تلعبه ممارسة الأنشطة في تحقيق

التنيمة الشاملة في شخصية الطلاب، وتم استخدام استبانة أداة الدراسة (إعداد الباحث) لقياس مشاركة الطلاب فى الأنشطة (الاجتماعية – الثقافية– الرياضية– الفنية). واستبانة لقياس العدوانية، وتقدير الذات، طبقت الدراسة علي طلاب المرحلة الثانوية من الذكور (من الممارسين للأنشطة التربوية– وغير الممارسين للأنشطة التربوية) وكانت أهم النتائج،انخفاض درجة العدوانية لدي الطلاب المشاركيين في الانشطة التربوية، وكانوا أقل عدوانية عن غير الممارسين للانشطة التربوية، وتحسن الحالة المزاجية للطلاب كلما زادت درجة الممارسة للأنشطة التربوية، عدم وجود فروق بين تأثيرات أنواع الأنشطة الأربعة على العدائية، وارتفاع تقدير الذات لدى الطلبة الممارسين للأنشطة.

8– دراسة قمر (2002) هدفت الدراسة إلى التعرف على أنواع ومظاهر المشكلات السلوكية لطلاب المرحل التانوية، والكشف عن أسباب المشكلات السلوكية عند الطلاب، والتعرف على دور الأنشطة التربوية (اجتماعية– ثقافية – مكشفية – الثقاقية – الفنية) في مواجهة هذه المشكلات السلوكية. وتم تطبيق استبانة أداة الدراسة (أنواع المشكلات السلوكية) في المرحلة الثانوية، واهم المظاهر السلوكية، واسباب المشكلات السلوكية، واستبانة عن دور الانشطة التربوية في مواجهة المشكلات السلوكية. وكانت أهم النائج التي توصلت إليها الدراسة، أن الانشطة الاجتماعية تلعب دوراً في العلاقات مع الاخرين، وتنمي روح التعاون بين الطلاب، وتقوي العلاقات بين المدرسين والطلاب، وتكسب الطلاب المعرفة والخبرة.

اما الأنشطة الرياضية فتستثمر اوقات الفراغ، وتزيد وعيهم بالعادات السلوكية الضارة، وأهم ماتؤدية الأنشطة الفنية تجسيد القدوة الحسنة للطلاب، والتذوق الجمالي، والولاء للمدرسة، واتضح من النتائج أيضا أن الأنشطة الفنية تكسبهم حرية التعبير، والتحاور مع القيادات الاجتماعية.

9– دراسة لامبرون (2009) هدفت إلى كشف العلاقة بين النشاطات وقوة الذاكرة عند الطلاب، وتوصلت الدراسة إلى أن الذين مارسوا الانشطة الرياضية بشكل منتظم كانت إدارة الذاكرة عندهم أفضل من الطلاب الذين لم يمارسوا أي نشاط رياضي.(البزم،2010،29)

10–دراسة مزيو، منال (2014م): الدور التربوي للأنشطة الطلابية في تنمية بعض المبادئ التربوية لدى طالبات المرحلة المتوسطة، هدفت إلي التعرف على الدور الذي يمكن أن تحققه الأنشطة الطلابية لدى طالبات المرحلة المتوسطة، والوقوف على حجم المشاركة في الأنشطة، ومعوقات ممارسة الأنشطة، من وجهة نظر الطالبات، اشارت إلى وجود معوقات من وجهة نظر الطالبات، أهمها، الأنشغال بالدراسة وازدحام الجدول الدراسي، عدم توافر الأنشطة التي تناسب الطالبات من قبل القائمين، نقص الامكانيات والتجهيزات المناسبة، نقص الوعي بقيمة النشاط، وأهميتة الحياتية لدى الطالبات، الأنشطة لاتناسب ميول وهوايات الطالبات. كما توصلت الدراسة إلى أن مشاركة الطالبات يسهم قي تنمية العديد من المبادي والقيم، مثل؛"التطوع، التعاون، الأمانة، واتقان العمل، التواضع، المساواة، والحرية، المسئولية، الإنجاز، تنمية الوعي، استثمار وقت الفراغ، إتاحة الفرصة للطالبات للتعبير عن أرائهم بحرية، تقوية الشعور بالارتباط بالمؤسسة التعليمية وتوافقهم، تنمية الميول والهويات، إثراء روح الجماعة.

11–دراسة وردة، بورنان (2018): جاءت هذه الدراسة تحت عنوان ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بتقدير الذات لدى الطالب الجامعي، بالإضافة الى التعرف على مدى تأثير الأنشطة الرياضية على المكشف على طبيعة العلاقة بين ممارسة الأنشطة الرياضية وتقدير الذات، والجانب الصحي، و النفسي، وطبقت هذه الدراسة على العينة (76) المتمثلة في عينة من الطلبة الجامعيين، (39) طالب من غير الممارسين، و (37) من الممارسين للنشاط الرياضي، وذلك لمعرفة الفروق في مستوى تقدير الذات لطلبة كلية العلوم، والاقتصاد، وتم تطبيق مقياس كوبر سميث لتقدير الذات بالإضافة إلى اللقابلة وذلك لمعرفة طبيعة العلاقة، واختيرت العينة بطريقة عشوائية، وتم تطبيق مقياس كوبر سميث لتقدير الذات، وقد استخدمت المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: توجد علاقة ارتباطية بين ممارسة الأنشطة الرياضية وتقدير الذات لدى الطالب الجامعي، ولاتوجد فروق في مستوى تقدير الذات عند مستوى دلالة.(0,05) بين االذكور، والإناثالممارسين للنشاط الرياضي.

موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة ومميزاتها:

استنادا إلي ما سبق يمكن القول إن هذه الدراسة كغيرها من الدراسات التربوية تكمل وتتمم الدراسات التي سبقتها في كثير من الجوانب، كما أنها تختلف عنها في جوانب أخرى من أهمها:

- تناولت الدراسات السابقة الأنشطة المدرسية مجتمعة، فى حين ركزت الدراسة الحالية على الأنشطة الثقافية والترفيهية والرياضية وعلاقتها بجودة الحياة المدرسية.
- طبقت الدراسة الحالية على طلبة المدارس الثانوية.
- لم يعثر الباحثان في حدود علمهما على دراسات محلية تناولت موضوع الدراسة الحالية.

إجراءات الدراسة:

1- منهج الدراسة:

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، فهو عادة يشتمل علي دراسة الظاهرة وجمع المعلومات وتحليلها، واستنباط الاستنتاجات، لتكون أساسا لتفسيرها وتوجيهها،كما أن هذا المنهج يتطلب جمع البيانات حول الظاهرة محل الدراسة وفق الملاحظة والمشاهدة، وإجراء مسوحات ميدانية؛ لذلك استخدمت الدراسة الحالية المنهج الوصفي، وذلك لملائمتة لطبيعة الدراسة الحالية، والذي يعتمد علي جمع المعلومات والبيانات والحقائق، كما أنه يستخدم لوصف الواقع، ويهتم أيضا بتحديد الظروف والعلاقات التي توحد الحقائق.

2- مجتمع وعينة الدراسة:

يشتمل مجتمع الدراسة جميع طلاب المرحلة الثانوية بثانويتي (مصراته الثانوية بنين، اليقظة الثانوية بنات) بمدينة مصراته، واشتملت عينة الدراسة على عينة عشوائية من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية، الصف الأول والثاني بواقع (42)طالباً (40)طالبة، تتراوح أعمارهم بين (18:15) عام بمتوسط عمري 16.6 عاماً، وبلغ إجمالي العينة (82)طالباً.والجدول التالي يوضح توزيع العينة:

جدول رقم(1) يوضح توزيع العينة (ذكور، إناث)

م	اسم المدرسة	طالب		طالبة		النسبة
1		ممارس	غير ممارس	ممارس	غير ممارس	
	مصراته الثانوية بنين	12	10	10	10	%52.22
2	اليقظة الثانوية	10	10	10	10	%47.78
	المجموع	22	20	20	20	%100

3– أدوات الدراسة:

استخدمت الدراسة الأدوات الآتية لتحقيق أهداف الدراسة:

- مقياس واقع ممارسة الأنشطة المدرسية.
- مقياس جودة الحياة المدرسية.

ا – مقياس واقع ممارسة الأنشطة المدرسية:

خطوات بناء المقياس: يمكن بلورة هذه الخطوات فيما يلي:

قام الباحثان بالاطلاع على الإطار النظري المتاح في مجال الأنشطة المدرسية لتحديد مفهوم الأنشطة المدرسية، وكذلك أبعاده ومظاهره والعوامل المؤثرة في ممارستها، وتوصل إلى وضع مجموعة عبارات تعبر عن واقع الممارسة لتلك الانشطة (ثقافية– ترفيهية– رياضية).

تم إعداد المكونات أو الأبعاد وصياغة العبارات، من خلال الاطلاع على الأطر النظرية والمقاييس السابقة، وقد بلغ عدد العبارات في المقياس في صورته الأولية (20) عبارة .

عرض المقياس على المحكمين: –

بعرض العبارات التي تكوّن منها المقياس على مجموعة من المحكمين والتي تضمنت أساتذة علم النفس والصحة النفسية في كليات الآداب، التربية، وقد طلب من السادة المحكمين، الحكم على صياغة العبارات، مدى مناسبتها للبعد الذي تقيسه، إضافة أو حذف العبارات التي من شأنها إثراء المقياس.

وقد رأى المحكمون تعديل بعض العبارات لتكون واضحة من حيث الصياغة والمضمون كما حذفت بعض العبارات التي لم تحظ بنسبة اتفاق أكثر من 85% وقد بلغ عدد العبارات التي حذفت (3)عبارات.

إجراء دراسة استطلاعية للتأكد من الصياغة و تقنين المقياس (الصدق – الثبات).

أجريت دراسة استطلاعية على عينه الطلاب بلغ عددهم (32) طالب وطالبة متشابهين في خصائصهم مع خصائص العينة الأساسية للدراسة بهدف التأكد من صلاحية عبارات المقياس. و يتضمن الجدول الآتي الوصف الإحصائي البسيط للعينة .

جدول (2) يوضح الوصف الإحصائي للعينة الاستطلاعية .

م	المتغير	عـدد	النسبة المئوية
1	طالب	22	%70
2	طالبة	10	%30
3	المجمـــوع	32	%100

تقنين المقياس (الصدق – الثبات):

- الصدق:

حساب قدرة المقياس على التمييز: -

هذه الخطوة تعطينا مؤشراً لصدق المقياس، حيث طبق المقياس على عينة قوامها (32) طالب وطالبة من طلاب الصف الأول والثاني.

صدق المحكمين (المنطقي):

يهدف هذا الصدق إلى الحكم على مدى تمثيل المقياس للميدان الذي يقيسه، أي أن الفكرة من هذا الصدق تقوم في جوهرها على اختيار أسئلة المقياس بالطريقة الطبقية العشوائية التي تمثل مجال المقياس.

وقد تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين، الذي ينتمون للتخصصات (علم النفس والصحة النفسية في كليات الآداب، التربية)، وقد قام الباحث باختيار العبارات التي حظيت بنسبه اتفاق أكثر من 85% من المحكمين على مقياس واقع الأنشطة (الثقافية–الترفيهية– الرياضية).

حساب قدرة المقياس على التمييز:

هذه الخطوة تعطينا مؤشراً لصدق المقياس، حيث طبق المقياس على عينة قوامها (32) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، ثم تم مقارنة (الأرباعي الأعلى، الأرباعى الأدنى) إحصائياً باستخدام اختبار مان ويتني لدلالة الفروق ويمكن توضيح ذلك في الجدول الآتي:

جدول (3) وضح قيمة مان ويتني لدلاله الفروق بين الأرباعي الأعلى والأدنى في الأنشطة

واقع الانشطة	ألأرباعي الأعلى			الأرباعي الأدنى			U	W	Z	الدلالة
	ن1	مج ر1	u 1	ن2	مج ر2	u 2				
الثقافية	6	81	13.5	10	55	5.5	0.00	55	3.4-	0.01
الترفيهية	6	81	13.5	10	55	5.5	0.00	55	3.83-	0.01
الرياضية	6	81	13.5	10	55	5.5	0.00	55	3.59-	0.01
الدرجة الكلية	6	81	13.5	10	55	5.5	0.00	55	3.29-	0.01

القيمة الجدولية عند (8، 12)، 0.05 = 17 ، (8، 12)، 0.01 = 26

يتضح من خلال الجدول السابق أن ثمة فروق بين ذوى الدرجات العالية في مقياس واقع ممارسة الانشطة، والدرجات المنخفضة، وهذا يدل على تمتع المقياس بواحدة من الخصائص السيكومترية للمقياس الجيد،وهى قدرته على التمييز بين الأفراد.

حساب ثبات المقياس:

قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين درجات العبارات الفردية والزوجية، وقد بلغ معامل الثبات بواسطة معادلة سبيرمان، وبراون كانت(0.76) وهو دال عند مستوى (0.01).

طريقة (كروتباخ) طريقة الاتساق الداخلي:

تم حساب معامل الثبات (ألفا) في هذه الدراسة من خلال درجات (32) طالباً وطالبة، من طلاب المرحلة الثانوية "ويعرف معامل (كرونباخ) على أنه مصدر التباين خطأ المحتوى ومدى تجانسه.

وقد بلغ معامل الثبات على المقياس باستخدام ألفا (كرونباخ) = 0.77 وهى نسبة عالية من الثبات.

مما سبق يتضح أن معامل الثبات سواء بطريقة إعادة الاختبار أو معامل (كرونباخ) هي معاملات دالة إحصائية.

ب– جودة الحياة المدرسية:

حساب صدق المقياس:

وقد تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين، الذي ينتمون للتخصصات (علم النفس والصحة النفسية في كليات الآداب، التربية)، وقد قام الباحثان باختيار العبارات التي حظيت بنسبه اتفاق أكثر من 85% من المحكمين على مقياس جودة الحياة المدرسية.

– الثبات عن طريق التجزئة النصفية:

قام الباحثان بحساب معامل الارتباط بين درجات العبارات الفردية والزوجية، وقد بلغ معامل الثبات بواسطة معادلة سبيرمان و براون كانت 0.78 وهو دال عند مستوى 0.01

طريقة (كروتباخ) طريقة الاتساق الداخلي:

تم حساب معامل الثبات (ألفا) في هذه الدراسة من خلال درجات (32) طالب وطالبة بالمرحلة الثانوية" ويعرف معامل (كروتباخ) على أنه مصدر التباين (خطأ المحتوى) ومدى تجانسه.

وقد بلغ معامل الثبات على المقياس باستخدام ألفا (كرونباخ) = 0.82 وهى نسبة عالية من الثبات .

مما سبق يتضح أن معامل الثبات سواء بطريقة إعادة الاختبار (جودة الحياة المدرسية) أو معامل (كرونباخ) هي معاملات دالة إحصائية.

4- أساليب المعالجة الإحصائية:

استخدم الباحث حزمة التحليل الإحصائي(Spss) في اختيار العينة وكذلك في استخلاص النتائج وكانت كالتالي:

- معامل (ارتباط بيرو سون).
- ألفا –كرونباخ لقياس ثبات المقياس.
- المتوسط والانحراف المعياري.
- اختبار (ت) لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي مجموعتين.
- اختبار مان ويتني للمجموعات المستقلة.

5- النتائج والتوصيات:

نتائج البحث ومناقشتها:

- **نتائج الفرض الأول** سعت الدراسة إلى الإجابة عن الفرض الذي ينص على:

توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين ممارسة الانشطة (الثقافية والترفيهية والرياضية) وجودة الحياة المدرسة لطلبة المرحلة الثانوية من الذكور، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الفرض:

الجدول رقم (4) يوضح المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري ومعامل الارتباط بين واقع ممارسة الأنشطة المدرسية وجودة الحياة المدرسية (الطلبة)

الاحصائيات / متغيرات الدراسة	ن	قيمةr	قيمة P	مستوى الدلالة
واقع ممارسة الأنشطة	42	.825	0.000	دالة عند 0.01
جودةالحياة المدرسية				

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (0.000) أقل"من مستوي الدلالة الاحصائية (0.01)، وهي قيمة دالة إحصائيا، وعلى ذلك تحقق صحة الفرض السابق، توجد علاقة ايجابية بين واقع ممارسة الأنشطة (ثقافية– ترفيهية– رياضية) وجودة الحياة المدرسية للطلاب الذكور.

من خلال الإطار النظري ونتائج الدراسات السابقة التي اتفقت نتائجها مع الدراسة الحالية مع نتائج دراسة القفاص وقمر2002 التي تحققت من تأثير ممارسة الانشطة التربوية الحرة على كل من تقدير الذات والعدوانية والمقارنة بين تأثير ممارسة كل أنواع الأنشطة التربوية الحرة، و"**دراسة منزل العنزي(2001م)**: هدفت إلى تحديد العلاقة بين مدي مشاركة الطلاب فى الأنشطة ودرجة شعورهم بالأمن النفسي والاجتماعي المدرسي،و "**دراسة شيرنوف وفليندل**(2008)"وتوصلت الدراسة إلى أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية تشير إلي وجود علاقة إيجابية بين قضاء أوقات أطول في برامج الأنشطة ومستوى خبرات الطلبة، حيث يقضي الطلبة في برامج الأنشطة، أوقاتا أطول في الأنشطة، الرياضية والأنشطة االدراسية، والإثرائية والأنشطة الفتية.ومع ما أشار إليه "**الطويرقي 2001م**"في وظائف الأنشطة المدرسية وجد أنها تؤكد على مؤشرات جودة الصحة النفسية للطلاب، وبالتالي تعمل على تحسين جودة الحياة المدرسية.

فممارسة الأنشطة كانت أحد عوامل في تغير نظرة الطلاب نحو انفسهم ومدرستهم،كما أن المناخ الذي توفره الأنشطة المدرسية عامل هام وفعال فى إشعارهم بأن المدرسة بيئة تمنحة الثقة، والاطمئنان، وبالتبعية القدرة على التوافق، والرضي عنها، وتحسن سلوكهم، وشعورهم بأنها بيئة مشبعة تحقق لهم حياة أفضل.

- **نتائج الفرض الثاني**: سعت الدراسة إلى الإجابة عن الفرض الذي ينص علي: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية موجبة بين ممارسة الانشطة (الثقافية والترفيهية والرياضية) وجودة الحياة المدرسة لطلبة المرحلة الثانوية من الإناث والجدول التالي يوضح نتائج هذا الفرض:

الجدول رقم (5) يوضح المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري ومعامل الارتباط بين واقع ممارسة الانشطة المدرسية وجودة الحياة المدرسية (للطالبات).

الاحصائيات / متغيرات الدراسة	ن	قيمةr	قيمة P	مستوى الدلالة
واقع ممارسة الأنشطة	40	.787	0.000	دالة عند 0.01
جودةالحياة المدرسية				

يتضح من الجدول السابق أن قيمةr (0.000)"اقل"من مستوي الدلالة الاحصائية (0.01) وهي قيمة دالة احصائيا، وعلي ذلك تحقق صحة الفرض السابق، توجد علاقة ايجابية بين واقع ممارسة الأنشطة(ثقافية– ترفيهية– رياضية) وجودة الحياة المدرسية (للطالبات الإتاث).

اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة "القفاص وقمر2002 "التي تحققت من تأثير ممارسة الأنشطة التربوية الحرة على كل من تقدير الذات والعدوانية والمقارنة بين تأثير ممارسة كل أنواع الأنشطة التربوية الحرة، و"**دراسة منزل العنزي(2001م)**": هدفت الى تحديد العلاقة بين مدى مشاركة االطلاب في الأنشطة ودرجة شعورهم بالأمن النفسي والاجتماعي المدرسي، **و"دراسة شيرنوف وفانديل**(2008)"وتوصلت الدراسة الي هناك فروق ذات دلالة احصائية تشير إلي وجود علاقة ايجابية بين قضاء أوقات أطول في برامج الأنشطة ومستوى خبرات الطلبة، حيث يقضي الطلبة في برامج الأنشطة أوقاتا أطول فى الأنشطةالرياضية والأنشطة الدراسية، والإثرائية والأنشطة الفنية، و"**دراسة وردة (2018)**"للتعرف على مدى تأثير الأنشطة الرياضية، وكشف على طبيعة العلاقة الايجابية بين ممارسة

الأنشطة الرياضية وتقدير الذات، الجانب الصحي، والنفسي للطالبات،وكلها مؤشرات لتحسين جودة الحياة المدرسية بأنعكسها على الصحة النفسية لهم.

فممارسة الأنشطة كانت أحد عوامل في تغير نظرة الطلاب نحو أنفسهم ومدرستهم،كما أن المناخ الذي توفره الأنشطة المدرسية عامل هام وفعال في أشعارهم بأن المدرسة بيئة تمنحة الثقة، والاطمئنان، والثقة بالنفس وتحسين الجانب الصحي والنفسي وبالتبعية القدرة علي التوافق، والرضي عنها، تحسن سلوكهم،ووشعورهم بأنها بيئة مشبعة تحقق لهم حياة أفضل.

- **نتائج الفرض الثالث** سعت الدراسة إلى الإجابة عن الفرض الذي نص على: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الطلاب (الذكور والاناث) الممارسين للانشطة المدرسية في درجاتهم على مقياس جودة الحياة المدرسية والجدول التالي يوضح نتائج هذا الفرض:

الجدول رقم (6) الفروق بين متوسطات درجات على مقياس جودة الحياة بين الطلاب (الذكور والإناث) الممارسين الأنشطة

جودة الحياة / الجنس	العينة	قيمة T	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة	الدلالة
جودةالحياة	42	0.54	0.63	0.01	غير دالة

يتضح من الجدول السابق أن قيمة. (T) = 0.54 وهي قيمة غير دالة احصائيا عند قيمة =0.01 مستوى دلالة احصائية حسب متغير الجنس. وتحققت بذلك صحة الفرض، الذي ينص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب (ذكور والاناث) الممارسين للانشطة المدرسية في مستوى دراجاتهم على مقياس جودة الحياة المدرسية.

وتتفق نتيجة الفرض السابق مع الإطار النظري للدراسة، وأهمية ووظيفة الأنشطة في حياة الطلاب في تحقيق مؤشرات الصحة النفسية للطلاب والطالبات، كما تتفق مع دراسة "مزيو 2014"التي اكدت على ان مشاركة الطالبات يسهم قي تنمية العديد من المبادي والقيم مثل"التطوع، التعاون،الأمانة، وأتقان العمل،

التواضع، المساواة، والحرية، المسئولية، الإنجاز، تنمية الوعي،استثمار وقت الفراغ، بإتاحة الفرصة للطالبات للتعبير عن أرائهم بحرية، وتقوية الشعور بالارتباط بالمؤسسة التعليمية وتوافقهم، تنمية الميول والهوايات، واثراء روح الجماعة.

نتائج الفرض الرابع: سعت الدراسة إلى الإجابة عن الفرض الذي نص علي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب (ذكور والاناث) غيرالممارسين للأنشطة المدرسية في جودة الحياة المدرسية، والجدول التالي يوضح نتائج هذا الفرض:

الجدول رقم (7) الفروق بين متوسطات درجات على مقياس جودة الحياة بين الطلاب (الذكور والإناث) غير الممارسين الأنشطة

جودة الحياة / الجنس	العينة	قيمة T	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة	الدلالة
جودة الحياة	40	0.44	0.56	0.01	غير دالة

يتضح من الجدول السابق أن قيمة. (T) = 0.44 وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند قيمة =0.01 مستوى دلالة احصائية حسب متغير الجنس.

وتحققت بذلك صحة الفرض، الذى ينص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب (ذكور والاناث) غير الممارسين للأنشطة المدرسية في مستوي درجاتهم على مقياس جودة الحياة المدرسية.

وتتفق نتيجة الفرض السابق مع ما توصلت إلية دراسة "مزيو 2014"وما أشارت إليه من وجود معوقات من وجهة نظر الطالبات، أهمها الأنشغال بالدراسة، وازدحام الجدول الدراسي، عدم توافر الأنشطة التي تناسب الطالبات من قبل القائمين، نقص الأمكانيات والتجهيزات المناسبة، نقص الوعي بقيمة النشاط، وأهميتة الحياتية لدى الطالبات، و أن الأنشطة لاتناسب ميول وهوايات الطالبات.

كما لاحظ الباحث اثناء التطبيق الميداني عدم التنوع في الأنشطة المتوفرة، والتي تقابل احتياجات الطلاب وميولهم بالإضافة إلى النقص الواضح للمتخصصين المؤهلين لتنفيذ برامج الأنشطة، والمناخ الاجتماعي غير الملائم للممارسة (توافر امكانيات، الحافز علي الممارسة، ثقافة المجتمع تجاه ممارسة الأنشطة).

التوصيات من خلال نتائج الدراسة الحالية يوصي الباحث بالآتي:

- العمل علي تبني النهج المطبق في العديد من الدول، باعتبار الأنشطة اللامنهجية جزءا من العملية ومتطلبا من متطلبات خطة التعليم العام، وأن يوخذ بالاعتبار عند تقييم الطالب.
- تهيئة الجو المناسب لممارسة الأنشطة المدرسية والتربوية.
- توفير الامكانيات المناسبة (المادية والمعنوية).
- وضع برامج لتلك الأنشطة تسهم في تحقيق أهداف إيجابية في صالح الطلاب والعملية التعليمية.
- إعداد الطلاب نفسيا واجتماعا لتقبل ممارسة الأنشطة من خلال الأخصائيين، والمعليمن، والأسرة.
- اعداد متخصصين مؤهلين وتدريبهم، لتنفيذ الأنشطة المدرسية اللاصفية.
- ضرورة إفساح أوقات مناسبة أثناء اليوم الدراسي لممارسة الأنشطة المدرسية.
- ضرورة وجود سياسة محددة الأهداف ذات رؤية مستقبلية واضحة، فيما يتعلق بخلق استراتيجيات جيدة للارتقاء بالمنظومة التعليمية، ومنها الأهتمام بالتخطيط بممارسة الانشطة.
- تحفيز الطلاب بالتخطيط، لاقامة منافسات في كافة الأنشطة لتشجيع الطلاب علي المشاركة.
- ربط متغير الممارسة للانشطة بمتغيرات آخرى، كالأداء الأكاديمي، والدافعية.
- أن تعمل الأسرة والمدرسة ومؤسسات المجتمع على تدعيم تفعيل ممارسة الأنشطة، وتكوين مفهوم إيجابي عنها.

دراسات مقترحة: من خلال النتائج التي توصلت إليها الدراسة، يقترح إجراء الدراسات الآتية:

- دراسة واقع ممارسة الأنشطة المدرسية في مراحل التعليم العام.
- دراسة الصعوبات والمعوقات التي تعوق ممارسة الأنشطة المدرسية في مراحل التعليم العام وسبل علاجها.
- دراسة دور الأنشطة المدرسية في تنمية القيم الاجتماعية والخلقية.

- دراسة فاعلية الأنشطة في تنمية قيم المواطنة والهوية الثقافية.
- دراسة دور الأنشطة المدرسية في علاج المشكلات السلوكية.
- دراسة فاعلية الممارسة للأنشطة في اكتشاف الموهوبين بمراحل التعليم المختلفة

المراجع:

1- أبو عبدالله، تيماء (2014): *ربيع الانشطة المدرسية*، دارالحكمة للطباعة والنشروالتوزيع، مصر.

2- العيدودي، عبد الجواد، واخرون(2009):الحياة المدرسية بالمدارس الابتدائية،وثيقة ارشادية، وزارة التربية والتكوين، تونس.

3- البزم، ماهر(2010م): *دور الأنشطة اللاصفية في تنمية قيم طلبة المرحلة الأساسية من وجهة نظر معلميهم بمحافظة غزة*، جامعة الازهر بغزة،كلية التربية، رسالة ماجستير، غزة.

4- أبو يونس، إيمان (2013): *الذكاء الاجتماعي والتفكير الناقد وجودة الحياة لدي معلمي مرحلة التعليم* الاساسي(رسالة ماجستير)الجامعة الاسلامية، غزة.

5- أبو عبدالله، تيماء (2014): *المتجدد في النشاط المدرسي*، دارالحكمة للطباعة والنشروالتوزيع، مصر.

6- النضار، صالح بن العبد العزيز(2001م): *دور النشاط المدرسي في التحصيل الدراسي*،ورقة عمل منشورة ضمن أعمال اللقاء التربوي ":النشاط تربية وتعليم "الذي نظمته الإدارة العامة لنشاط الطالبات.

7- حمداوي، جميل(2015): تدبير الحياة المدرسة، وزارة التربية والتكوين، تونس.

8- احمد، مازن عبد الهادي، واخرون (2011): *مقارنة في جودة الحياة بين الممارسين للرياضة وغير الممارسين لطلبة كليات جامعة كربلاء*، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد3، المجلد 5،العراق.

9- العنزي، منزل (2001م): *علاقة اشتراك الطالب في جماعات النشاط الطلابي بالأمن النفسي والاجتماعي، لدي طلاب المرحلة الثانوية بمدينة الرياض*، رسالة ماجستير بقسم العلوم الاجتماعية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، السعودية.

10- الفقيري، عبدالعزيز(2014م): *المتجدد في النشاط المدرسي*، دار الحكمة للطباعة والنشر والتوزيع، مصر.

11- شلبي، أحمد وأخرون (1997م)، *تدريس الدراسات الاجتماعية بين النظرية والتطبيق*، المركز المصري للكتاب، الطبعة الأولى

12- سعيد، جلال الدين (2004م): معجم المصطلحات والشواهد الفلسفسة، دار الجنوب للنشر، تونس.

13- قهوجي، سناء فاروق(2001): أثرالانشطة،التعليمية،في،التحصيل،رسالة ماجستير، جامعة دمشق،كلية التربية، سوريا.

14- مقبل، فهمي(2011):النشاطالمدرسي،مفهومة،وتنظيمةوعلاقتة بالمنهج، الطبعة2، جامعة البتراء،كلية الآداب، عمان.

15- القفاص، وليد وقمر، عصام (2002م): تأثير ممارسة الأنشطة التربوية الحرة علي تقدير الذات والعدوانية، مجلة المركز القومي للبحوث التربوية،المجلد (1)،العدد1، القاهرة.

16-قمر، عصام(2002م): دور الأنشطة التربوية في مواجهة المشكلات السلوكية لطلاب المرحلة الثانوية(دراسة ميدانية)،مجلة المستقبل، المجلد(8)،العدد25، المركز العربي للتعليم والتنمية، الإسكندرية.

17-سليم، فؤاد (2006م): النشاطات المدرسية، مكتبة المجتمع العربي للنشروالتوزيع، عمان، الأردن.

18- دراسة مزيو، منال (2014م): الدور التربوي للأنشطة الطلابية في تنمية بعض المبادئ التربوية لدي طالبات المرحلة المتوسطة بتبوك، مجلة العلوم التربوية، العددالرابع، الجزءالاول،كلية التربية جامعة تبوك، الأردن.

19- وزارة المعارف (1406هـ): دليل النشاط المدرسي للمواد الدراسية في المرحلتين المتوسطة والثانوية، الإدارة العامة للنشاط المدرسي، مطابع الفرزدق التجارية، الرياض، المملكة العربية السعودية.

20- وردة، بورنان (2018): ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بتقدير لدي الطالب الجامعي، دراسة ميدانية، رسالة ماجيستير، جامعة 8 ماي، كلية العلوم الانسانية، الجزائر.

21- وزارة الثقافة والتربية (2015): معجم عليم النفس التربوي، تونس.