



نموذج إجابة

العام الجامعي ٢٠١٢ - ٢٠١٣

الفصل الدراسي الثاني

تاريخ الإمتحان :- ٢٠١٣/٥/٣

الزمن :- ساعتان

الدرجة :- ١٠٠ درجة

جامعة بنها

كلية التربية الرياضية للبنين

قسم الإدارة الرياضية والترويج

إمتحان مادة الترويج في المجال الرياضي

الفرقة الرابعة (نظام قديم)

السؤال الأول :- (٢٠ درجة)

" عرف الإنسان منذ القدم القيمة الإيجابية لممارسة الرياضة كعلاج للمرضي والمعاقين ، حيث أن حركة الجسم ذو تأثير فعال في تخفيف الآلام ".
في ضوء هذه العبارة أجب عما يلي :-

- أ) عرف الإعاقة ؟
- ب) أذكر تصنيفات المعاقين ؟
- ج) أذكر أسباب الإعاقة ؟
- د) أذكر فوائد الرياضة والترويج للمعاقين ؟

السؤال الثاني :- (٤٠ درجة)

- أ) عرف وقت الفراغ؟ ثم عرف الترويج ؟
- ب) أذكر أنواع الأنشطة الترويحية ؟
- ج) أذكر خصائص الأنشطة الترويحية ؟
- د) أذكر أهداف الترويج في الخلاء ؟

السؤال الثالث :- (٤٠ درجة)

- من خلال دراستك لمادة الترويج الرياضي أذكر نموذج للمعسكر موضحاً فيه ما يلي :-
(الهدف العام للمعسكر الترويحي- السياسات العامة للبرنامج الترويحي - الإجراءات الإدارية الخاصة بالبرنامج الترويحي - الملامح الرئيسية للبرنامج الترويحي- ونموذج لبرنامج يومي كامل موضحاً ذلك في جدول) ؟

السؤال الرابع :- (٢٠ درجة)

أجب عن مجموعة واحدة فقط من المجموعتين التاليين

المجموعة الأولى :-
" قسم العالم ناش مستويات الإشتراك في الأنشطة الترويحية لأوقات الفراغ لسته مستويات في شكل مثلث قمته المستوي الأول وقاعدته المستوي السادس ".
في ضوء هذه العبارة أجب عما يلي :-

- أ- أذكر مستويات الإشتراك في الأنشطة الترويحية موضحاً ذلك بالرسم ؟
- ب- أذكر مثال لكل مستوى من مستويات الإشتراك في الأنشطة الترويحية ؟

المجموعة الثانية :-
" إن التربية لأوقات الفراغ من الإهتمامات الدولية نظراً لأهمية استثمار أوقات الفراغ استثماراً إيجابياً في تنمية الفرد والمجتمع بدنياً وإجتماعياً وإقتصادياً ".
في ضوء هذه العبارة أجب عما يلي :-

- أ) أذكر مواد الميثاق الدولي للفراغ والترويج ؟
- ب) ناقش مواد الميثاق من حيث مدي تطبيق ذلك داخل جمهورية مصر العربية ؟



نموذج إجابة

العام الجامعي ٢٠١٢ - ٢٠١٣

الفصل الدراسي الثاني

تاريخ الإمتحان :- ٢٠١٣/٥/٣٠

الزمن :- ساعتان

الدرجة :- ١٠٠ درجة

جامعة بنها

كلية التربية الرياضية للبنين

قسم الإدارة الرياضية والترويج

إمتحان مادة الترويج في المجال الرياضي

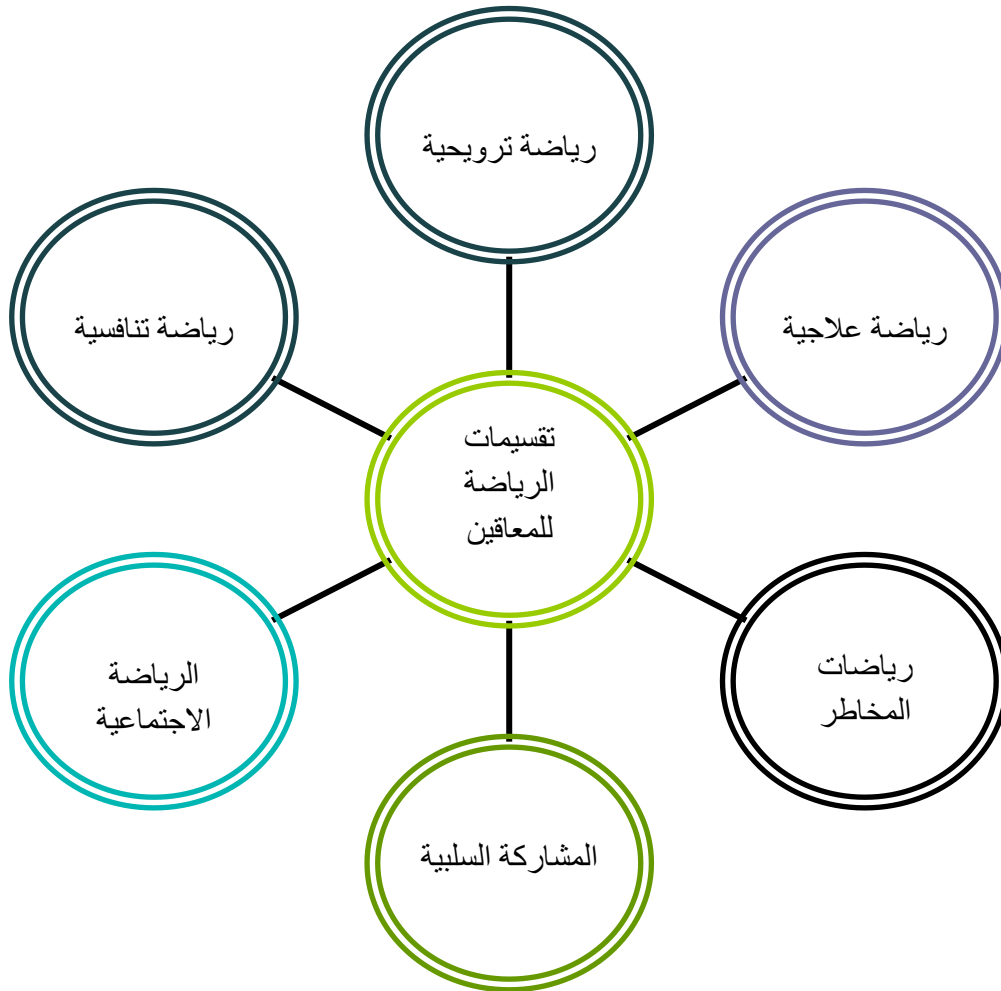
الفرقة الرابعة (نظام قديم)

إجابة السؤال الأول :- (٢٠ درجة)

عرف الإعاقة ؟

هي عدم قدرة الشخص علي تأدية عمل يستطيع غيره من الناس تأديته .

أذكر تصنيفات المعاقين ؟



أذكر أسباب الإعاقة ؟

تنقسم أسباب الإعاقة إلي أسباب مكتسبة وأسباب خلقية والتي تنقسم إلي أسباب تحدث بعد الحمل وقبل الولادة ، وأسباب تحدث أثناء الحمل .



نموذج إجابة

العام الجامعي ٢٠١٢ - ٢٠١٣

الفصل الدراسي الثاني

تاريخ الإمتحان :- ٢٠١٣/٥/٣

الزمن :- ساعتان

الدرجة :- ١٠٠ درجة

جامعة بنها

كلية التربية الرياضية للبنين

قسم الإدارة الرياضية والترويج

إمتحان مادة الترويج في المجال الرياضي

الفرقة الرابعة (نظام قديم)

أذكر فوائد الرياضة والترويج للمعاقين ؟

فوائد الرياضة والترويج للمعاقين :

يمكن القول بأن السطور التالية تلخص ما تم كتابته حتى الآن. فهناك مجموعة من الفوائد التي تعود على الشخص الخاص عند اشتراكه في أنشطة رياضية وترويجية، أول هذه الفوائد تنعكس على القدرة الحركية والفسولوجية. وهذا بالطبع يساعد الشخص على مواجهة ظروف الحياة بأسلوب أسهل. فالإنسان في حياته اليومية يحتاج إلى المشي وقد يضطر إلى حمل بعض الأمتعة وأحياناً أخرى إلى الهرولة والجري - وبرغم أن الحياة الحديثة قللت كثيراً من الاستخدام العضلي للجسم - فلا زالت هناك متطلبات من الإنسان العصري تجعله يحتاج إلى قدرة حركية وفسولوجية.

ومن أهم الفوائد للرياضة والترويج للخواص هو إعطاء المشترك قدراً لا بأس به من الثقة بالنفس - ويتوقف هذا على نوع النشاط وقدرة المشترك على النجاح فيه، لذلك من المهم أن يكون الرائد واعياً لهذه النقطة - فكلما يقال في علم النفس لا شيء ينجح مثل النجاح نفسه - لذلك يجب على الرائد أن يعطي المشترك الخاص قدراً من النشاط الذي يستطيع أن ينجح فيه - سواء أكان النشاط رياضياً - تمثيلاً - موسيقياً أم هواية.

والشخص الذي يثق في نفسه يصبح عضواً فعالاً في الدوائر الاجتماعية المحيطة به - وأول هذا الدوائر عن العائلة وتلميها الجيزة ثم المدرسة ثم الحي ثم المدينة ثم المجتمع بأكمله - لذلك على الرائد أن يرى أن التوسع في هذه الدوائر يكون منظماً وتدريبياً بحيث يسمح للمشارك أن ينجح في كل خطوة يخطوها من دائرة صغيرة إلى دائرة أكبر ثم أكبر وهكذا.

وإذا تمكن الشخص الخاص بمساعدة رائده أن يقوى من جسده ويثق في نفسه ويصبح عضواً فعالاً في مجتمعه فهناك عائد اقتصادي محلي وقومي - فإنه على الأقل يقل اعتماد مثل هذا الشخص على المجتمع اعتماداً كلياً - حيث يمكنه أن يقوم بعمل ما - ويستطيع أن يؤدي مهمته بنفسه وهكذا. ويعد كل هذا كسباً سياسياً محلياً وقومياً ودولياً - وهذا ما تسعى إليه المجتمعات المختلفة على اختلاف مبادئها واتجاهاتها.

تثبيت القيم الاجتماعية Value Inculcation :

يمكن القول بأن هناك نوعين أساسيين من القيم الاجتماعية :

[١] قيم أدائية Instrumental Values :

بمعنى أنها تستخدم للوصول إلى موقف معين. على سبيل المثال الصدق الشجاعة قيم اجتماعية تساعد الفرد على اتخاذ مواقف معينة هامة للتفاعل والتعامل الاجتماعي.



نموذج إجابة

العام الجامعي ٢٠١٢ - ٢٠١٣

الفصل الدراسي الثاني

تاريخ الإمتحان :- ٢٠١٣/٥/٣٠

الزمن :- ساعتان

الدرجة :- ١٠٠ درجة

جامعة بنها

كلية التربية الرياضية للبنين

قسم الإدارة الرياضية والترويج

إمتحان مادة الترويج في المجال الرياضي

الفرقة الرابعة (نظام قديم)

[٢] قيم نهائية Terminal Values :

وهذه قيم لها قيمتها في حد ذاتها مثل الحرية والسلام.

وتساهم الأنشطة الرياضية والترويحية للخواص على تقوية وتثبيت هذين النوعين من القيم. فعلى سبيل المثال تقوى المنافسة الرياضية الشجاعة في الشخص سواء سويًا أو خاصًا. ويقوى النشاط الترويحي التلقائي الحرية في هذا الشخص أيضًا.

◎ العقبات :

العقبة الأولى :

التي يجب أن تفهم هو الفهم الفلسفي لأهمية الرياضة والترويج للخواص. فلا زال الكثير من أعضاء المجتمع بل ورواده الذين ينظرون إلى هذه الأنشطة على أنها مضيعة للوقت - لذلك هناك حاجة كبيرة للدعاة Advocates لهذه الأنشطة عموماً وبالذات للخواص.

العقبة الثانية :

هي التمويل - وكما ذكر سابقاً الرياضة والترويج عموماً مكلفة وليس لها العائد المادي العالي مثل المطارات مثلاً التي تدر دخلاً قومياً وأحياناً محلياً - لذلك توضع هذه الأنشطة في نهاية القائمة بما ينوي تنفيذه - وحتى إن تعداد الخواص قليل إلى جانب "سلبية" بعض أولياء أمورهم فإن الاهتمام بالرياضة والترويج لهم قد تكون معدومة. حيث إنه ليس لها دعاء مثلما هناك دعاء للرياضة والترويج للأسوأ.

العقبة الثالثة :

تشريعية - بمعنى أن معظم المجتمعات ليس لديها تشريعات كافية لتوفير الخدمات للخواص وبالذات الخدمات الرياضية والترويحية، وكما ذكر في الفصل كانت مصر من أوائل المجتمعات التي شرعت قوانين لمساعدة الخواص.

العقبة الرابعة :

تدور حول أنواع التسهيلات والإمكانيات التي تقدم للخواص في حياتهم عموماً وفي الرياضة والترويج بالذات، وقد عولج هذا الموضوع في الفصل السابع من هذا الكتاب.

العقبة الخامسة :

والأخيرة تدور حول القدرات والاتجاهات الشخصية للفرد سواء سوى أو خاص بمعنى أن هناك قيود قد يفرضها الشخص على نفسه تمنعه من الاشتراك في أنشطة معينة - رياضية أو ترويحية أو اجتماعية - ويكون ذلك عائد إلى شعور قد يصعب التغلب عليه - مثلاً هناك بعض الأشخاص الخواص الذي لا يودون الاجتماع بغير أقاربهم وأصدقائهم المقربين - لذلك يصعب اشتراكهم في برامج رياضية وترويحية للخواص



نموذج إجابة

العام الجامعي ٢٠١٢ - ٢٠١٣

الفصل الدراسي الثاني

تاريخ الإمتحان :- ٢٠١٣/٥/٣٠

الزمن :- ساعتان

الدرجة :- ١٠٠ درجة

جامعة بنها

كلية التربية الرياضية للبنين

قسم الإدارة الرياضية والترويج

إمتحان مادة الترويج في المجال الرياضي

الفرقة الرابعة (نظام قديم)

إجابة السؤال الثاني :- (٤٠ درجة)

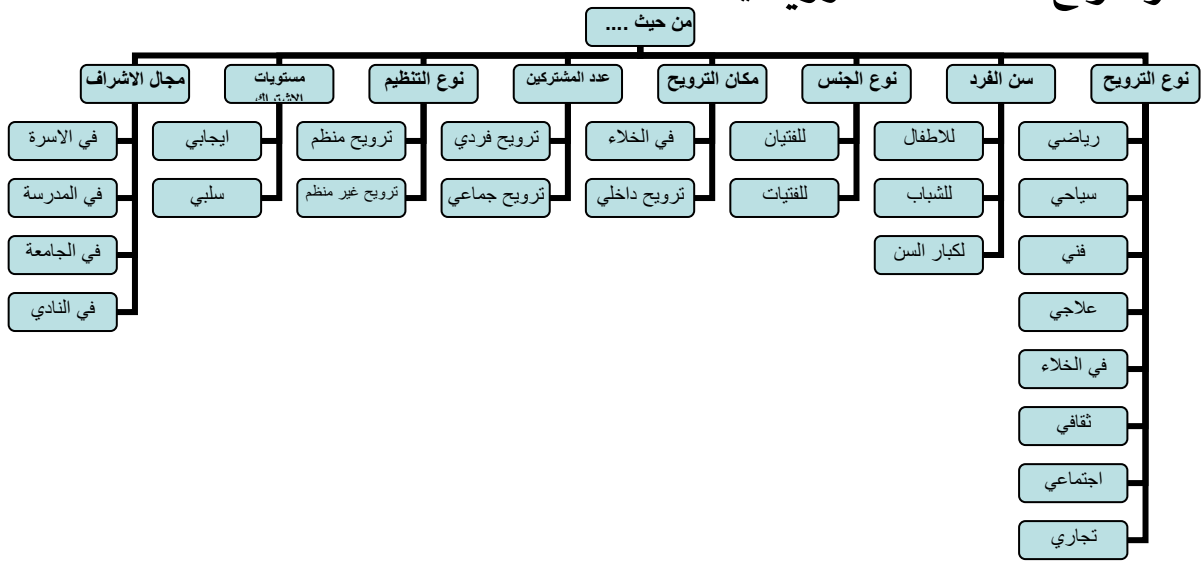
(وقت الفراغ) ... الوقت الغير مشغول بأي نشاط أو عمل أو أداء يتعارض مع نشاط العمل .

(الترويج) هو نشاط إختياري هادف بناء يمارس في وقت الفراغ لذاته ليس لأي غرض مادي ويحقق المتعة والسرور .

أذكر خصائص الأنشطة الترويجية ؟

- نشاط .
- إختياري .
- هادف .
- بناء ،
- يمارس في وقت الفراغ .
- لذاته .
- ليس لأي غرض مادي .
- يحقق المتعة والسرور .

أذكر أنواع الأنشطة الترويجية



؟

- أذكر أهداف الترويج في الخلاء ؟
- أهداف الترويج في الخلاء :-
- تنمية الإحساس وتوطيد الروابط بين الإنسان والطبيعة عن طريق تنمية التذوق الجمالي للطبيعة والمحافظة عليها .
- تنمية الجوانب الصحية والأمن والسلامة للفرد عن طريق ممارسة عادات صحية ايجابية والتخلص من الضغوط العصبية وذلك من خلال حياة الخلاء .
- التربية الترويجية لوقت الفراغ من خلال ممارسة الأنشطة والمهارات الترويجية وتذوقها وتنميتها وابتكار الجديد لممارستها .
- تنمية الميول الشخصية للفرد من خلال الاعتماد علي النفس وتفاعله مع الآخرين وتحقيق الذات في البعد عن الوالدين .



نموذج إجابة

العام الجامعي ٢٠١٢ - ٢٠١٣

الفصل الدراسي الثاني

تاريخ الإمتحان :- ٢٠١٣/٥/٣

الزمن :- ساعتان

الدرجة :- ١٠٠ درجة

جامعة بنها

كلية التربية الرياضية للبنين

قسم الإدارة الرياضية والترويج

إمتحان مادة الترويج في المجال الرياضي

الفرقة الرابعة (نظام قديم)

- ممارسة حياة الديمقراطية من خلال احترام الآخرين وتحمل المسؤولية وممارسة تحليل الأمور والحكم عليها وإصدار القرارات .
- تطبيق جوانب التربية الوجدانية من خلال غرس المعاني والقيم الروحية .
- التعود علي الحياة في الخلاء والاستمتاع بالطبيعة والبعد عن ضوضاء الحياة اليومية .
- إشباع حب المغامرة الكامن في نفوس الشباب .
- التعرف علي أحوال المجتمع وقيمه وتقاليده في كل بيئات الوطن .
- تقوية عناصر الإيمان والقوي الروحية لدي الشباب من خلال تعمقه وتأمله في الطبيعة .

إجابة السؤال الثالث :- (٤٠ درجة)

- من خلال دراستك لمادة الترويج الرياضي أذكر نموذج لمعسكر ترويجي موضحاً فيه ما يلي :-
(الهدف العام للمعسكر الترويجي- السياسات العامة للبرنامج الترويجي - الإجراءات الإدارية الخاصة بالبرنامج الترويجي - الملامح الرئيسية للبرنامج الترويجي- ونموذج لبرنامج يومي كامل موضحاً ذلك في جدول) ؟
نموذج برنامج لمعسكر ترويجي

الهدف العام للبرنامج :-

" التخلص من الضغوط النفسية والعقلية والاجتماعية والبدنية والحصول علي أقصى درجة من السعادة والرضا والنفوس والمرح "

السياسات العامة للبرنامج :-

- ١- الأمن والسلامة في المقام الأول .
- ٢- أن تخضع الأنشطة لرغبات الممارسين .
- ٣- مرونة البرنامج .
- ٤- استخدام وتبادل مهارتي القيادة والتبعية بين الممارسين .

الإجراءات الإدارية الخاصة بالبرنامج :-

- ١- إرسال خطاب رسمي لمدير إدارة النادي للحصول علي الموافقة .
- ٢- استقبال الرد من إدارة النادي بالموافقة .
- ٣- إرسال خطابات لأولياء الأمور للاعبين للحصول علي الموافقة لاشتراك أولادهم في البرنامج .
- ٤- تسجيل أسماء اللاعبين بعد الحصول علي الموافقة من أولياء الأمور .
- ٥- تحديد الميزانية والحصول عليها .
- ٦- تحديد وسيلة النقل المناسبة .
- ٧- إجراء الكشف الطبي علي المستفيدين من البرنامج .
- ٨- الاتفاق مع الجهة المسنولة عن المكان المقام به البرنامج .

اللامح الرئيسية للبرنامج العام :-

يتكون البرنامج من خمسة أيام لكل يوم برنامج خاص ولكل برنامج خاص هدف فرعي للوصول للهدف العام.



نموذج إجابة

العام الجامعي ٢٠١٢ - ٢٠١٣

الفصل الدراسي الثاني

تاريخ الإمتحان :- ٢٠١٣/٥/٣٠

الزمن :- ساعتان

الدرجة :- ١٠٠ درجة

جامعة بنها

كلية التربية الرياضية للبنين

قسم الإدارة الرياضية والترويح

إمتحان مادة الترويح في المجال الرياضي

الفرقة الرابعة (نظام قديم)

اليوم الأول / / ٢٠٠ : الهدف هو التعارف بين الأفراد وتكوين جماعات وفرق وتسميتها والجرأة على تكوين علاقات اجتماعية سريعة كل ذلك عن طريق نشاط ترويحي معين.

اليوم الثاني / / ٢٠٠ : الهدف منه التخلص من الضغط النفسي عن طريق وضع أنشطة بدنية نفسية.

اليوم الثالث / / ٢٠٠ : الهدف التخلص من الضغط الاجتماعي عن طريق وضع أنشطة بدنية اجتماعية.

اليوم الرابع / / ٢٠٠ : التخلص من الضغط البدني خلال الموسم عن طريق أيضاً نشاط بدني وهذا ليس بغريب.

اليوم الخامس / / ٢٠٠ : إتاحة الفرصة للممارسين في ابتكار ووضع ألعاب وأنشطة لممارستها وتقييم البرنامج العام خلال استمارات تعطى للممارسين للإبداء بأرائهم.

ملحوظة :-

علي حسب اليوم الذي يختاره الطالب لوضع البرنامج الترويحي اليومي والوحدة الترويحية يتم تحديد الهدف أو الملامح الرئيسية للبرنامج في تلك اليوم .

نموذج لبرنامج يومي:

النشاط الممارس	التوقيت الزمني
- الاستيقاظ من النوم.	- ٦.٠٠ ص
- طابور الصباح.	- ٦.٣٠ ص - ٧.٠٠ ص
- تناول وجبة الإفطار.	- ٧.٣٠ ص - ٨.٣٠ ص
- ترتيب وتنظيم وتنظيف مكان المعيشة وري الأشجار.	- ٨.٣٠ ص - ١٠.٠٠ ص
- أداء وحدة ترويحية الأولى.	- ١٠.٠٠ ص - ١٢.٠٠ م
- تغيير الملابس وأداء صلاة الظهر.	- ١٢.٠٠ م - ١.٣٠ م
- تناول وجبة الغذاء.	- ١.٣٠ م - ٢.٣٠ م
- أخذ قسط من الراحة "نوم".	- ٢.٣٠ م - ٤.٠٠ م
- خدمة عامة.	- ٤.٠٠ م - ٥.٠٠ م
- أداء وحدة ترويحية الثانية.	- ٥.٠٠ م - ٧.٠٠ م
- تناول وجبة العشاء.	- ٨.٠٠ م - ٩.٠٠ م
- التجمع وعمل حفلات سمر وتعارف لإبداء الرأي في مشكلات الشباب.	- ٩.٠٠ م - ١٠.٣٠ م



نموذج إجابة

العام الجامعي ٢٠١٢ - ٢٠١٣

الفصل الدراسي الثاني

تاريخ الإمتحان :- ٢٠١٣/٥/٣٠

الزمن :- ساعتان

الدرجة :- ١٠٠ درجة

جامعة بنها

كلية التربية الرياضية للبنين

قسم الإدارة الرياضية والترويج

إمتحان مادة الترويج في المجال الرياضي

الفرقة الرابعة (نظام قديم)

- ذهاب إلى النوم وراحة تامة.

- ١١ م

- نموذج للوحدة الترويجية :-

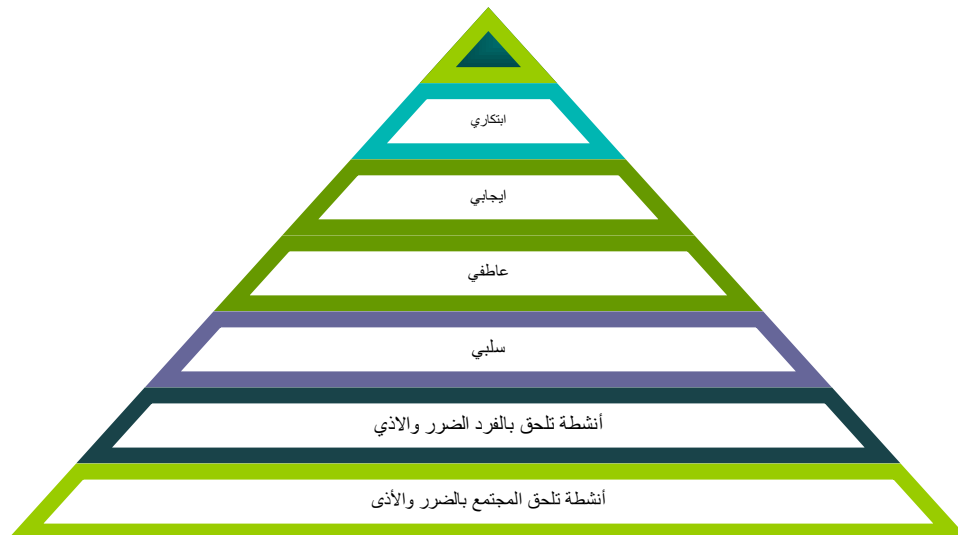
الزمن	المحتوي	الأدوات	الاخراج
١٠ ق	لعبة صغيرة :- " اسم اللعبة " شرح موجز للعبة :	-	الرسم
٤٠ ق	ألعاب كبيرة :- " كرة القدم المشروطة " شرح موجز لشروط اللعبة	-	الرسم
١٠ ق	لعبة صغيرة . التجمع وأداء التحية - جمع الأدوات - الذهاب لمكان المبيت لتغيير الملابس .	-	الرسم

إجابة السؤال الرابع :- (٢٠ درجة)

المجموعة الأولى :-

أذكر مستويات الإشتراك في الأنشطة الترويجية موضحاً ذلك بالرسم ؟

تقسيم " ناش " لمستويات الإشتراك في الأنشطة الترويجية :-





نموذج إجابة

العام الجامعي ٢٠١٢ - ٢٠١٣

الفصل الدراسي الثاني

تاريخ الإمتحان :- ٢٠١٣/٥/٣٠

الزمن :- ساعتان

الدرجة :- ١٠٠ درجة

جامعة بنها

كلية التربية الرياضية للبنين

قسم الإدارة الرياضية والترويج

إمتحان مادة الترويج في المجال الرياضي

الفرقة الرابعة (نظام قديم)

أذكر مثال لكل مستوى من مستويات الإشتراك في الأنشطة الترويحية ؟

أمثلة :-

الإشتراك الابتكاري :- ابتكار وإبداع مهارة جديدة أثناء أداء النشاط .

الإشتراك الإيجابي :- هو الإشتراك بالعقل والجسم والروح في أداء أي نشاط .

الإشتراك العاطفي :- الميل بالعاطفة تجاه الفريق المفضل أو القومي أثناء تشجيع المباراة .

الإشتراك السليبي :- استضافة الأقراب أو تصميم برنامج دون الإشتراك في تنفيذه أو الإشتراك في ممارسته .

أنشطة تلحق بالفرد الضرر والاذي :- إدمان المخدرات وتناول السجائر وغيرها مما يلحق الضرر بالفرد .

أنشطة تلحق بالمجتمع الضرر والاذي :- معاكسة البنات في الشوارع - اللعب بعنف في المباريات مما يلحق بالإصابات للاعبين الفريق الآخر - أعمال الشغب في المدرجات .

المجموعة الثانية :-

مواد الميثاق الدولي للفراغ والترويج :- (عشرة درجات)

- مادة (١) :- لكل انسان الحق في أن يكون له وقت فراغ حر متضمنا :- تحديد عدد ساعات عمله ، منحه أجازات مدفوعة الاجر ، توفير وسائل مواصلات سهلة ، تنظيم برامج لافراغ تتيح فرصة الإشتراك فيه والانتفاع بمعطياته .
- مادة (٢) :- حق الفرد في الاستمتاع بوقت فراغه بحرية تامة ويعتبر حقا مطلقا يجب حمايته ، كما يجب اتاحة الفرصة للنشاط الفردي والجماعي علي السواء .
- مادة (٣) :- لكل فرد الحق في استخدام منشآت أوقات الفراغ المخصصة للناس ، وارتياح الاماكن الطبيعية كالبحيرات والغابات وغيرها ويجب أن نحميها ونحافظ عليها .
- مادة (٤) :- من حق كل فرد ، تهيئ له الأنشطة الترويحية في أوقات فراغه مثل الرياضة وألعاب التنزه في الهواء الطلق وممارسة الفنون والموسيق والاشغال اليومية واليدوية والعلوم ، بصرف النظر عن السن أو الجنس أو درجة الثقافة .
- مادة (٥) :- ان تكون مهمة الهيئات المسؤولة من مخططين ومهندسين وهيئات خاصة للعمل على توفير امكانيات لازمة لممارسة الأنشطة الترويحية في اوقات الفراغ ؛ وان يترك للأفراد اختيار كل هواية ورغبة تحت مسؤوليته .
- مادة (٦) :- لكل فرد الحق في تعلم واكتساب المهارات الترويحية حتى يتمكن من استثمار وقت فراغه . وهذه المسؤولية تقع على المنزل والمدرسة والمجتمع . ويجب ان تنظم الدولة برامج دراسية لتعليم الاطفال والشباب والكبار المهارات الترويحية واكسابهم اتجاهات سليمة فيما يتعلق بممارسة النشاط الترويحي .



نموذج إجابة

العام الجامعي ٢٠١٢ - ٢٠١٣

الفصل الدراسي الثاني

تاريخ الإمتحان :- ٣٠/٥/٢٠١٣

الزمن :- ساعتان

الدرجة :- ١٠٠ درجة

جامعة بنها

كلية التربية الرياضية للبنين

قسم الإدارة الرياضية والترويح

إمتحان مادة الترويح في المجال الرياضي

الفرقة الرابعة (نظام قديم)

- مادة (٧) :- ان مسئولية التربية لآوقات الفراغ لازالت موزعة على مجموعة من المؤسسات والهيئات ورغبة في استثمار جميع الامكانيات المتاحة لجميع الهيئات والمؤسسات المعنية باوقات الفراغ لصالح جميع افراد المجتمع فلا بد ان يكون هناك تنسيق بين جميع الهيئات العامة في مجال اوقات الفراغ.

* مدي تطبيق ذلك داخل جمهورية مصر العربية :- (خمس درجات)

بالنسبة للمواد الاربعة الاولي فهي تعتبر مطبقة في مصر الا انه لابد من الاهتمام بتنظيم برامج لآوقات الفراغ ، أما بالنسبة مادة رقم (٥) (فأني أري أنه لو تم تطبيقها داخل مصر لكان له أثر رجعي علي حجم الانتاج لانه سوف يؤدي الي ازالة الضغط النفسي والعصبي الناتج عن العمل بالاضافة الي انه سوف يعمل علي المحافظة علي اكتساب ابدان قوية قادرة علي العمل .

أما بالنسبة لمادة رقم (٦ ، ٧) فانهم مطبقون ولكن دون تقنين أو ليس الاهتمام بنظام دائم ، ففانه لو تم التنسيق بين جميع الهيئات العاملة في مجال وقت الفراغ لآدي الي ما يسمى الي التخصصية مما يؤدي الي أداء كل ركن من اركان ذلك المهمة بنجاح ومما يخفف العبء علي الهيئات الاخرى.