

دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19

د. محمد السيد إسماعيل

المقدمة ومشكلة البحث:

يشهد العالم الآن ظروف إستثنائية أدت إلي حالة إغلاق تام، فالأماكن التي كانت تعج بصخب الحياة اليومية وضجيجها أصبحت مدن أشباح بعد فرض قيود هائلة - من عمليات الحجر المنزلي وإغلاق المدارس والجامعات والأندية، والمنشآت الترويحيه كافه ووضع قيود للسفر وحظر التجمعات العامة بسبب إنتشار فيروس كورونا Covid-19، وصنف هذا الفيروس من الفيروسات التاجيه، لأن غلاف شكله محاط بمسامير بروتينية صغيرة تسمى peplomers هذه المسامير البروتينية الصغيرة تسبب الخراب عندما تلتصق بأنسجة الرئة، ووفقاً للموقع الطبي الأمريكي "HealthDayNews"، يستقر الفيروس في المقام الأول علي الجهاز التنفسي - الأنف والفم والرئتين - فهو شديد العدوى عندما يعطس الناس أو يسعلون أو يتبادلون هواء الجهاز التنفسي مع الآخرين.(٢١)

وبسبب جائحه فيروس كورونا فرضت الحكومات الحجر الصحي المنزلي علي أكثر من مليار شخص حول العالم، وهذا ليس أمراً سهلاً ولا موضوع يستهان به، إذ انه إجراء إستثنائي وغير مسبوق يقيد الحريات، وهذا الوضع يتسبب بمشاكل نفسيه وإجتماعيه عديده لغالبية الأفراد حول العالم.

ولطريقه تدبير وقت الحجر الصحي في المنازل أهميتها في تجنب الوقوع في المشاكل النفسيه والإجتماعيه والأسريه، ولا بد من الاستفاده من وقت الحجر الصحي بطريقه إيجابيه إذا تمكنا من استغلاله في أمور تعود علينا وعلي اسرنا بالنفع، وليست هناك حلول سحريه لتجاوز الوقوع في مشاكل نفسيه أو التصادم مع المحيط العائلي سوي إيجاد أنشطة ترويحيه يمكن أن تشغل جزء من وقت الفراغ الطويل خلال الحجر الصحي.

وأوضحت تهاني عبد السلام (١٩٩٣م) ان للنشاط الترويحي أهميته البالغه فمن خلاله يعبر الفرد عن مشاعره وينمي ملكاته ويبتكر ويتفهم وينتج وتنطلق طاقاته وتظهر مواهبه وتتمو معلوماته ويتغير ويتطور سلوكه إلي السلوك الأمثل ويعتبر الترويح عامل مساعد علي تغيير حاله الإنفعاليه والعاطفيه مع الإحساس بالسعاده التي تعمل علي شحن الطاقه البشريه لمواجهة الحياه بما فيها من تعقيدات وضغوط. (٤ : ١٢٠).

وتتنوع الأنشطة الترويحيه التي يمكن ممارستها في المنزل، حيث تمتد لتشتمل مجموعه من الأنشطة الرياضيه والاجتماعيه والثقافيه والفنيه، ولكي تؤدي الأسرة واجبها في إستغلال وقت الفراغ في المنزل نحو رعاية أعضاء الأسره عن طريق اللعب والترويح ينبغي أن تراعي العوامل الثلاثة الآتية: ١- طريقة الزيادة في اللعب والترويح. ٢- إعداد البيئه لهما.

٣- اختيار الأدوات المناسبه لهما، فالأسرة يجب أن توفر لأبنائها جواً مشبعاً بالعطف والحرية وأن تتيح تتيح لهم فرص الممارسه الترويحيه داخل المنزل بشرط أن تنظم هذه الفرص وتهيئ لها الوسائل

الصحيحة، ورعاية الاب والام للأبناء خلال ممارسه الأنشطة الترويحيه أو اشتراكهم فيها شرط واجب لنجاح فكرة ممارسه الأنشطة الترويحيه في المنزل ولا يقصد بذلك التدخل في نوع الانشطه التي يختارونها يختارونها أو الأداة التي يستخدمونها أو التشكيلات التي يرتضونها وإنما الغرض من الرعاية توجيه أفراد أفراد الاسره نحو سلوك أفضل.(٢٠)

ودراسه الدافعيه Motivation تعني دراسه الحاجات، والسلوك الذي يقوم به الكائن الحي لإشباع هذه الحاجات، أو هي كما تعرفه الموسوعه البريطانيه بأنها دراسه العوامل التي تؤدي إلي إستثاره سلوك الكائن الحي وتوجيهه نحو هدف محدد.(٦: ٢١)

ويشير مصطلح الدافعيه إلي مجموعه من الظروف الداخليه والخارجيه التي تحرك الفرد من أجل إعاده التوازن الذي اختل، فالدافع بهذا المفهوم يشير إلي نزعه للوصول إلي هدف معين، وهذا الهدف قد يكون لإرضاء حاجات داخلية أو رغبات داخلية، أما الحاجه (Need) فهي حاله تنشأ لدي الفرد لتحقيق الشروط البيولوجيه أو السيكولوجيه اللازمه المؤديه لحفظ بقا الفرد، أما الهدف (Goal) فهو مايرغب الفرد في الحصول عليه، ويؤدي في الوقت نفسه إلي إشباع الدافع.(١٤: ١٩٥)

وقد حدد (ميهر Maehher) علاقته الدافعيه بالسلوك من خلال أحد الخصائص الأتية أو مجملها وهي إتجاه السلوك (Behavior direction) ويعني تفضيل الفرد لسلوك معين من بين مجموعه من البدائل السلوكيه، المثابره (persistence) وتعني المده الزمنيه التي يمنحها الفرد لأداء عمل معين، الإستمراريه (Continuation) ويعني عدم إكتفاء الفرد بما حصل عليه من معلومات وخبرات في حدود ما رسم له فقط بل يبادر في الإستزاده من مصادر أخري إضافيه في العمل محاوله من الوصول إلي مستويات أفضل مما رسم له في الأصل، الأداء (Performance) الذي يعد المحصله النهائيه للسلوك، حيث ترتبط الدافعيه بأداء أعلى ونتائج أفضل، ويفترض معظم منظري الدافعيه بأن الدافعيه تشترك بصوره أساسيه في أداء الإستجابات المتعلمه جميعها، أي أن السلوك المتعلم لم يحدث مالم يمد هذا السلوك بالطاقه، بإعتبار ان الدافعيه هي الطاقه.(١٥: ٥)

ولمعرفة ودراسه دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه أهميه بالغه في مجالين علم النفس الرياضي، وعلم الترويح الرياضي، لأن من خلالها يمكن معرفه مختلف سلوك الأفراد، وتساعد علي توجيه وتعديل السلوك وفقاً للمواقف والظروف المناسبه.

ويشير (أسامه راتب ١٩٩٨م) إلي أن معرفه المربي الرياضي لحاجات ودوافع الممارسين ثم مساعدتهم علي تحقيقها، إنما يشير أنه يمتلك حقا قدره علي فهم سلوك الممارسين، ومن ثم التعامل مع العديد من مشكلات الدافعيه بفاعليه وكفاءه، فالدوافع هي الطاقات الكامنه في الكائن الحي التي تدفعه لسلوك معين في العالم الخارجي، وهذه الطاقات هي التي ترسم للكائن الحي أهدافه وغياته.(٣: ٨٣)

ويؤكد كلا من (كمال درويش ومحمد الحماحمي ٢٠٠٤م) إلي أن الترويح يعد نوعاً من أوجه النشاط

التي يختارها الفرد بدافع شخصي لممارستها ويكون من نواتجها إكتسابه العديد من القيم والمهارات البدنية البدنية والصحية والإجتماعية والنفسية. (٨ : ٢٧)

وفي الوضع الطبيعي إعتاد المواطنون من مختلف الأعمار ومن كلا الجنسين، علي التردد علي المنشآت الترويحية من أنديه ومراكز شباب ومنتزهات ومسارح ودور السينما والشواطئ، وفجأه وفي هذا الظرف الإستثنائي وفي ظل الحجر المنزلي التي فرضته الحكومه المصريه علي المواطنين وغلق كافه المنشآت الترويحية للحد من إنتشار فيروس كورونا وتجنب تداعياته، إستثير الباحث لمعرفة دوافع ممارسه الأنشطة الترويحية في المنزل في ظل هذه الجائحه التي لم يحدث مثلها من قبل.

وتكمن مشكله البحث في معرفه دوافع ممارسه الأنشطة الترويحية في المنزل في ظل زياده وقت الفراغ المتاح بسبب الحظر المنزلي، علي الرغم من إمكانيه إستغلال هذا الوقت في النوم أو علي وسائل التواصل الإجتماعي بدون فائده تذكر، ويرى الباحث أن التعرف علي دوافع ممارسه الأنشطة الترويحية للأفراد في المنزل يحقق فهم أفضل لسلوك وقت الفراغ ومن ثم تلبيه رغبات وإحتياجات الأسره المصريه من خلال برامج ترويحية تحقق لهم توازنا إنفعالي وصحي وبدني ونفسي وإجتماعي عن طريق الهيئات المسئوله.

أهمية البحث والحاجة إليه :-

تأتى أهمية هذا البحث في محاوله لمعرفة دوافع ممارسه الأنشطة الترويحية في المنزل في ظل جائحه فيروس كورونا Covid-19 حيث أن العالم باجمعه يعيش الآن ظروف إستثنائيه بسبب جائحه فيروس كورونا ومن ثم فهناك دوافع إستثنائيه أيضا غير متعارف عليها من قبل الافراد علي مستوي دول العالم بصفه عامه وعلي مستوي مصر بصفه خاصه، وفي ظل تزايد وقت الفراغ، وتزايد وقت الجلوس في المنزل، وفي ظل الخوف والقلق من الإصابه بهذا الوباء، فمعرفة دوافع ممارسه الأنشطة الترويحية للأفراد في المنزل يحقق لهم فهم أفضل لسلوك وقت الفراغ ومن ثم تلبيه رغبات وإحتياجات الأسره المصريه من خلال برامج ترويحية تحقق لهم توازنا إنفعالي وصحي وبدني ونفسي وإجتماعي والتعايش مع هذه الظروف الإستثنائيه عن طريق الجهات والهيئات المسئوله في جمهوريه مصر العربيه، ومحاوله من الباحث بإلقاء الضوء للأشخاص الذين لا يتمتعون بثقافه ممارسه الأنشطة الترويحية في المنزل عند قراءه استبيان دوافع ممارسه الأنشطة الترويحية الإلكتروني بفوائد ومردود ممارسه الأنشطة الترويحية علي الصحه البدنيه والنفسيه والإجتماعيه وقدرتها علي المساعده في تخطي هذه الأزمه بسلام بدني ونفسي وإجتماعي.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى دراسة وتحليل دوافع ممارسه الأنشطة الترويحية في المنزل في ظل جائحه فيروس كورونا Covid-19 وذلك من خلال التعرف علي :

١. واقع دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه فيروس كورونا Covid-19 ؟
 ٢. ترتيب دوافع المشاركه في الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه فيروس كورونا Covid-19
لدي عينه البحث ؟
 ٣. الفروق في دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه فيروس كورونا Covid-19 وفقاً للمتغيرات التاليه (النوع- الممارسه للأنشطه الترويحيه قبل الجائحه- مستوى التعليم- البيئه الجغرافيه- المستوى الإقتصادي- السن- نوع الأنشطة الترويحيه الممارسه بالمنزل) ؟
- مصطلحات البحث:

فيروس كورونا (Covid -19) :

هو سلالة واسعة من الفيروسات التي قد تسبب المرض للحيوان والإنسان، ومن المعروف أن عدداً من فيروسات كورونا تسبب لدى البشر أمراض تنفسية تتراوح حدتها من نزلات البرد الشائعة إلى الأمراض الأشد وخامة مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرس) والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس)، وقد تسبب الوفاة، ويحدث هذا النوع من الفيروسات أمراض معديه تنتقل من الإنسان المصاب إلي الإنسان السليم.(٢٢)

الأنشطة الترويحيه:

هي مجموعه متنوعه من الأنشطة البناءه التي تمارس في وقت الفراغ يتم إختيارها وفقاً لإرادته الفرد بهدف تحقيق المتعه والسرور، والإرتقاء بالمستوي الصحي والبدني، وتسهم في إكتساب الفرد عده قيم شخصيه وإجتماعيه، وإكساب الفرد النمو الشامل المتزن.(٩: ٢٦)

الدافعيه:

هي قوه تثير الفرد وتوجهه نحو تحقيق هدف معين كما تتضمن الدوافع والحوافز والإتجاهات والميول.(١٠: ٤٢)

الدراسات المرتبطة:

١. قام محمود سيد هاشم (٢٠٢٠م) بدراسة بعنوان " دوافع النشاط البدني لدي كبار السن في ظل جائحه فيروس كورونا المستجد Covid-19"، بهدف التعرف علي الدوافع التي من شأنها أن تزيد من طلب كبار السن علي ممارسه النشاط البدني في ظل جائحه فيروس كورونا المستجد، وأستخدم الباحث المنهج الوصفي علي عينه قوامها (٤٧٨) من كبار السن، وأستخدم الباحث قائمه دوافع ممارسه النشاط البدني كأداه لجمع البيانات، وكان من أهم نتائجها أن أولويات عينه البحث فيما يخص دوافع ممارسه النشاط البدني بالترتيب(دوافع مرتبطه بالحاله الصحيه ومناعه الجسم-دوافع مرتبطه بالحاله البدنيه- دوافع مرتبطه بالحاله النفسيه والإجتماعيه)(١١).

٢. قام أحمد ماجد عبد الحميد (٢٠١٩م) بدراسة بعنوان " دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه لدي

طلاب مدارس محافظة القاهرة في ضوء بعض المتغيرات"، بهدف التعرف علي دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه لدي طلاب مدارس محافظة القاهرة، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وكان من أهم نتائجها تحديد دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه لدي تلاميذ المرحلة الإعداديه، ومساعدته المتخصصين في وضع البرامج الترويحيه لهذه المرحلة السنيه (٢).

٣. قامت هناء عبدالله مرزوق وآخرون (٢٠١٩م) بدراسة بعنوان " دوافع ممارسه النشاط البدني علي الحاله الصحيه والنفسيه في مراكز اللياقه البدنيه النسائيه بدوله الكويت"، بهدف التعرف الدوافع الصحيه والنفسيه التي تدفع النساء الكويتيات الي الإلتحاق بمراكز اللياقه البدنيه بالكويت، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي، واستخدم الباحثون الإستبيان كأداة من أدوات جمع البيانات، علي عينه قوامها (٦٥٧) مشتركه ذوات دوافع صحيه وبدنيه، و(٧١٤) مشتركه ذوات دوافع نفسيه، وكان من أهم نتائجها وجود علاقه إيجابيه بين ممارسه الرياضه والدوافع الصحيه والبدنيه والنفسيه لدي السيدات، ووجود علاقه إيجابيه بين الدوافع الصحيه والبدنيه والمؤهل العلمي (١٣).

٤. قامت نور الهدي مصطفى (٢٠١٨م) بدراسة بعنوان " دوافع ممارسه أوجه النشاط الترويح الرياضي لدي طلاب المرحلة الثانويه بمحافظه المنيا"، بهدف التعرف علي دوافع ممارسه أوجه النشاط الترويحي الرياضي لدي طلاب المرحلة الثانويه بمحافظه المنيا، واستخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي، واستخدمت الباحثة قائمه للدوافع كأداة من أدوات جمع البيانات، علي عينه قوامها (٤٥٠) طالب وطالبه، وكان من أهم نتائجها ان الدوافع النفسيه جائت في المرتبه الأولى من دوافع الطلاب، وان دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه لطلاب شعبه الأدبي أكثر من زملائهم في شعبه العلمي (١٢).

٥. قام أحمد حلمي قوره (٢٠١٦م) بدراسة بعنوان " تقنين مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه"، بهدف تقنين مقياس لدوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، واستخدم الباحث مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه لجي بيليتير وآخرون على عينة قوامها (٢٢٤) طالب بجامعة حلوان من الممارسين للأنشطة الترويحيه، وكان من أهم نتائجها التوصل إلي مقياس باللغه العربيه يمكن تطبيقه علي البيئه المصريه لقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه (١).

٦. قام كونراد وكاتريزيان Katarzyna Awruk & Konrad (٢٠١٦م) بدراسة بعنوان " دوافع النشاط البدني ومؤشرات الصحه العقليه لدي متردي الأنديه الرياضيه من الذكور"، بهدف إختبار علاقه بين أنواع الدوافع للنشاط البدني ومؤشرات المختاره للصحه العقليه، واستخدم الباحثين المنهج الوصفي، وطبقت الدراسه على عينة قوامها (٩٩) من الذكور تتراوح أعمارهم بين ١٨-٦٠ سنه من اللذين كان لهم حضور منتظم في الصالات الرياضيه، وكان من

أهم نتائجها وجود علاقه سلبيه كبيره بين الدافع لتحسين الأداء البدني وأعراض الإكتئاب، ولم تكن هناك إختلافات كبيره في الدافع للممارسه بين الرجال الذين يعانون من مستويات منخفضه وعاليه من أعراض الصحه العقلية(١٨).

٧. قام موريس ومولانوروزي Molanorozi & Morris (٢٠١٥م) بدراسة بعنوان " دوافع البالغين للمشاركة في النشاط البدني طبقا للعمر، ونوع الجنس " ، بهدف التعرف علي دوافع المشاركه في الأنشطة الرياضيه لدي البالغين وفقا لمتغيري الجنس والعمر، واستخدم الباحثين المنهج الوصفي، ، وطُبقت الدراسه على عينة قوامها (١٣٦٠) مشارك مقسمين إلي (٧٠٣) من الذكور، (٦٥٧) من الإناث، وكان من أهم نتائجها أن أهم دوافع النساء لممارسه الأنشطة الرياضيه مقارنة مع الذكور كانت الإهتمام بالمظهر الخارجي، وبالنسبه للظروف النفسيه والحاله البدنيه فيما يتعلق بمتغير العمر أظهرت الدراسه أن دوافع ممارسه الرياضه للأفراد الأكبر سنا تعود إلي الظروف النفسيه والمظهر الخارجي فقط(١٩).

٨. قام قاصدي حميده (٢٠١٤م) بدراسة بعنوان " دوافع الطلبة الجامعيين نحو ممارسه النشاط الرياضي الترويحي في أوقات الفراغ " ، بهدف تحديد الدوافع الهامه التي من أجلها يمارس الطلبة والطالبات في جامعه الجزائر للأنشطة الرياضيه الترويحيه، واستخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي، واستخدم الباحث إستبيان دوافع ممارسه الأنشطة الرياضيه الترويحيه على عينة قوامها (١٣٠) طالب وطالبه بجامعة الجزائر، وكان من أهم نتائجها معرفه دوافع ممارسه النشاط الرياضي الترويحي لطلاب الجامعه والصعوبات التي تحول دون ممارستهم للنشاط الرياضي الترويحي(٧).

٩. قام صياد الحاج (٢٠١٣م) بدراسة بعنوان " دوافع ممارسه النشاط الرياضي الترويحي عند المواطن الجزائري علي ضوء متغير الجنس، العمر، والمؤهل العلمي " ، بهدف معرفه مستوي دوافع ممارسه النشاط الرياضي الترويحي لدي المواطن الجزائري الممارس علي مستوي المركبات الرياضيه لبعض ولايات الغرب الجزائري، واستخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي، واستخدم الباحث إستبيان دوافع ممارسه الأنشطة الرياضيه الترويحيه على عينة قوامها (٤٢٠) ممارس وممارسه بالجزائر، وكان من أهم نتائجها وجود فروق داله إحصائيا في الدرجه الكليه للدوافع لصالح الذكور ورتبت الدوافع حسب أهميتها عند المواطنين الجزائريين(٥).

١٠. قام ليم كونج شيو Lim Kong Chio (٢٠٠٩م) بدراسة بعنوان " دوافع ومحددات المشاركه في النشاط البدني بأوقات الفراغ لدي طلاب الجامعات الحكوميه في ماليزيا " ، بهدف التعرف علي دوافع المشاركه في النشاط البدني بوقت الفراغ لدي طلاب المرحلة الجامعيه في الجامعات الجامعات المحليه ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي، واستخدم الباحث إستبيان،

وطبقت الدراسة على عينة قوامها (١٣٥٢) طالبا، وكان من أهم نتائجها أن الدوافع البدنية هي أفضل العوامل للتبوء بالمشاركة في النشاط البدني (١٦).

١١. قام مين هانج شو Min Haeng CHO (٢٠٠٧م) بدراسة بعنوان "دوافع المشاركة في النشاط البدني خلال وقت الفراغ لدى الشباب بكمبوديا الجنوبية"، بهدف التعرف القوة المدركة للحافز ومستوى النشاط البدني خلال أوقات فراغ الشباب، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، واستخدم الباحث مقياس دوافع المشاركة في النشاط البدني، وطبقت الدراسة على عينة قوامها (١٣٠٠) شاب، وكان من أهم نتائجها أن قوة الدافع وراء المشاركة بالنشاط البدني كان فعلا ويرتبط بشكل إيجابي نحو المشاركة النشطة (١٧).

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالإسلوب المسحي، وذلك لملائمته لطبيعة هذا البحث والأهداف التي يسعى إلى تحقيقها، ويعتمد هذا المنهج على دراسة الظاهرة كما هي عليه في الواقع ويهتم بوصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها كيفاً وكماً ولا يقف عند مجرد جمع المعلومات والحقائق بل يهتم بتصنيفها وتحليلها ثم استخلاص النتائج.

مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع الدراسة الحالية في جميع أفراد الأسره المصريه في بعض المحافظات بجمهورية مصر العربية (الدقهلية - الغربية - دمياط - كفر الشيخ - المنوفية - بورسعيد - الجيزه - الشرقية).

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة الصدفيه (المتوفره) Haphazard Sampling من أفراد الأسره المصريه ببعض محافظات جمهورية مصر العربية، وقد بلغ حجم عينة البحث (٦١٢) فرد، بالإضافة إلى (٥٠) فرد للدراسة الاستطلاعية للتحقق من الخصائص السيكومترية لأداة القياس (مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19).

شروط اختيار عينة البحث:

- ان يكون المفحوص ممارس للأنشطه الترويحيه بالمنزل.
 - أن تكون المرطله العمريه للمفحوص من ١٧ سنة حتى أكثر من ٤٥ سنة.
- جدول (١) بيان عددي للمستجيبين على (مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19) وفقا لبعض المتغيرات (ن=٦١٢)

النسبة	العدد	المتغيرات	
٥١,٨٠	٣١٧	ذكر	النوع
٤٨,٢٠	٢٩٥	أنثي	

٣٢,٣٥	١٩٨	ممارس	الممارسة للأنشطة الترويجية قبل الجائحه
٦٧,٦٥	٤١٤	غير ممارس	
٩,٤٨	٥٨	متوسط	مستوى التعليم
٩٠,٥٢	٥٥٤	عالي	
٣٤,٤٨	٢١١	ريف	البيئه الجغرافيه
٦٥,٥٢	٤٠١	حضر	
٢,٦١	١٦	ضعيف	المستوي الإقتصادي
٥٤,٢٥	٣٣٢	متوسط	
٤٣,١٤	٢٦٤	جيد	
٤٤,٧٧	٢٧٤	١٧ إلى أقل من ٢٥	السن
٢٧,٤٥	١٦٨	٢٥ إلى أقل من ٣٥	
١٨,٧٩	١١٥	٣٥ إلى أقل من ٤٥	
٨,٩٩	٥٥	٤٥ فأكثر	
١٩,١٢	١١٧	إجتماعي	نوع الأنشطة الترويجيه الممارسه في المنزل
١٣,٥٦	٨٣	فني	
١٦,٣٤	١٠٠	ثقافي	
٥٠,٩٨	٣١٢	رياضي	
١٦,٧	١٠٢	الدقهليه	المحافظات التي تم تطبيق الإستبيان الإلكتروني بها
١٢,٦	٧٧	دمياط	
١٠,١	٦٢	كفر الشيخ	
٨,٧	٥٣	الغريبه	
١٨,٨	١١٥	الجيزه	
١٠,٩	٦٧	بورسعيد	
١٠,١	٦٢	الشرقيه	
١٢,١	٧٤	المنوفيه	

أداة جمع البيانات

استعان الباحث في جمع بيانات هذه الدراسة بمقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويجيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا من تصميم الباحث وصمم كالتالي:

- تم تحديد خمسه أبعاد توصل إليها الباحث من خلال ما جمعه من معلومات وما اطلع عليه من دراسات ومراجع متخصصة مرفق (ب).
- تم عرض الأبعاد المقترحة على (٧) من الخبراء مرفق (أ) لإبداء الرأي عن مدى مناسبتها ومدى كفايتها لتصميم المقياس، وارتضى الباحث البقاء على الأبعاد التي تحوز على نسبة ٧٥٪ فأكثر جدول (٢).

جدول (٢) النسبة المئوية لأراء الخبراء نحو الصورة الأولى لأبعاد المقياس (ن=٧)

م	البعد	موافق	غير موافق	النسبة المئوية
١	الدوافع البدنية والصحية	٧	٠	%١٠٠
٢	الدوافع الإجتماعية	٧	٠	%١٠٠
٣	الدوافع النفسية	٧	٠	%١٠٠
٤	الدوافع العقلية	٦	١	%٨٥,٧
٥	الدوافع المتعلقة بأذمه فيروس كورونا	٧	٠	%١٠٠

- تم وضع المفردات الخاصة لكل بعد من الأبعاد، وتم عرضها على الخبراء لاستطلاع رأيهم في مدى مناسبة العبارات وملاءمتها لكل بعد من الأبعاد وتحديد الأهمية النسبية بينهما مرفق (ج) كما هو موضح بجدول (٣).

جدول (٣) النسبة المئوية لأراء الخبراء نحو الصورة الأولية لمفردات المقياس (ن = ٧)

البعد الأول: الدوافع البدنية والصحية				
م	المفردات	موافق	غير موافق	النسبة المئوية
١	إكتساب اللياقة البدنية العامة.	٧	٠	%١٠٠
٢	إكتساب قوام جسدي منشوق.	٧	٠	%١٠٠
٣	تجديد نشاط وحيوية الجسم.	٦	١	%٨٥,٧
٤	إكتساب الرشاقة والمرونة.	٧	٠	%١٠٠
٥	المحافظة علي الوزن المثالي والتخلص من الوزن الزائد.	٧	٠	%١٠٠
٦	الوقاية من بعض إنحرافات القوام .	٧	٠	%١٠٠
٧	التخلص من أمراض نقص الحركة.	٦	١	%٨٥,٧
٨	المحافظة علي سلامة القلب والرئتين والأجهزة الحيوية الأخرى.	٧	٠	%١٠٠
٩	زياده قدره الجسم علي مقاومه التعب والإجهاد.	٧	٠	%١٠٠
١٠	زياده مناعه الجسم.	٧	٠	%١٠٠
١١	الحفاظ علي الصحة العامة للجسم.	٦	١	%٨٥,٧
١٢	التقليل من الخمول والكسل.	٦	١	%٨٥,٧

البعد الثاني: الدوافع الإجتماعية.

م	المفردات	موافق	غير موافق	النسبة المئوية
١	خلق روح الألفه وزياده الترابط بين أفراد الأسرة.	٧	٠	%١٠٠
٢	الإتجاه الإيجابي للأسره نحو ممارسه الأنشطة الترويحيه.	٣	٤	%٤٢,٨
٣	عدم الشعور بالعزله الإجتماعيه.	٧	٠	%١٠٠
٤	مشاركه أفراد الأسرة اهتمامات وافكار بعضهم البعض.	٦	١	%٨٥,٧
٥	تشكيل السلوك الإجتماعي السوي لأفراد الأسرة.	٧	٠	%١٠٠

٦	تعزيز قيم التعاون والديمقراطية بين أفراد الأسرة.	٧	٠	%١٠٠
٧	المساهمة في زياده الأستقرار الإسري.	٧	٠	%١٠٠
٨	تكوين علاقات جيدة وتحقيق التوافق الإجتماعي بين أفراد الأسرة.	٦	١	%٨٥,٧

البعد الثالث : الدوافع النفسية.

م	المفردات	موافق	غير موافق	النسبة المئوية
١	التخلص من التوتر والضغط النفسي .	٧	٠	%١٠٠
٢	زياده الثقة بالنفس.	٦	١	%٨٥,٧
٣	الإسترخاء والتخلص من الطاقه الزائده.	٧	٠	%١٠٠
٤	تقوية الإراده والإعتماد علي الذات.	٧	٠	%١٠٠
٥	المتعه والسرور والترفيه عن النفس.	٧	٠	%١٠٠
٦	الإحساس بالأمن النفسي.	٦	١	%٨٥,٧
٧	تفريغ الإنفعالات المكبوتة.	٧	٠	%١٠٠
٨	زياده القدره علي ضبط النفس.	٦	١	%٨٥,٧
٩	مواجهه الشعور بالملل في أوقات الحظر .	٧	٠	%١٠٠
١٠	التخلص من الشعور بالخوف والقلق من الإصابة بوباء كورونا.	٣	٤	%٤٢,٨
١١	تحقيق الصبر والمتأبره .	٧	٠	%١٠٠
١٢	إكتساب التوازن الإنفعالي.	٧	٠	%١٠٠

البعد الرابع : الدوافع العقلية .

م	المفردات	موافق	غير موافق	النسبة المئوية
١	قناعتي بالأثار الإيجابية لممارسه الأنشطة الترويحيه علي النشاط العقلي.	٦	١	%٨٥,٧
٢	الإتجاه الإيجابي للأسره نحو ممارسه الأنشطة الترويحيه.	٦	١	%٨٥,٧
٣	تنمية الإنتباه ودقه الملاحظه.	٧	٠	%١٠٠
٤	تنمية التأمل العقلي والذهني.	٧	٠	%١٠٠
٥	زياده معلوماتي عن الأنشطة الترويحيه وفوائدها.	٧	٠	%١٠٠
٦	تحسين قدراتي العقلية من التفكير والتذكر.	٦	١	%٨٥,٧
٧	تنمية الميول الفكرية والأدبيه من خلال مناشط الترويح الثقافي.	٧	٠	%١٠٠
٨	تجديد حيويتي ونشاطي الذهني.	٦	١	%٨٥,٧

البعد الخامس : الدوافع المتعلقة بأذمه فيروس كورونا .

م	المفردات	موافق	غير موافق	النسبة المئوية
١	غلق المنشآت الترويحيه يدفعني لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل.	٧	٠	%١٠٠
٢	تجنب التفكير الكثير في وباء كورونا وتداعياته يدفعني لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل.	٦	١	%٨٥,٧

٣	مشاركتي في تخطيط وتنفيذ البرامج الترويحية في المنزل تجعلني امارسها.	٧	٠	%١٠٠
٤	زياده وقت الفراغ نتيجة البقاء في المنزل نظراً لحظر التجوال يدفعني لممارسه الأنشطة الترويحية بالمنزل.	٧	٠	%١٠٠
٥	التخلص من الشعور بالخوف والقلق من الإصابة بوباء كورونا يدفعني لممارسه الأنشطة الترويحية بالمنزل.	٧	٠	%١٠٠
٦	الخوف من الإحتكاك بالآخرين خارج المنزل لتجنب العدوي بفيروس كورونا يدفعني لممارسه الأنشطة الترويحية بالمنزل.	٧	٠	%١٠٠

- بناء على آراء الخبراء تم قبول المفردات الحاصلة على نسبة موافقة (٧٥%) فأكثر وبذلك فقد بلغ عدد المفردات الخاصة بالمقياس (٤٤) مفردة موزعة على كل بعد من الأبعاد مرفق (د).

خطوات البحث:

بعد تحديد عينة البحث وإعداد أداة جمع البيانات، قام الباحث بالخطوات التالية:

المعاملات العلمية للمقياس:

١- حساب معامل الصدق

الاستعان الباحث بالطرق الآتية لحساب معامل صدق المقياس وهي:

أ- صدق المحتوى:

توصل الباحث من خلال تحليل المراجع والوثائق إلى تحديد أبعاد المقياس واقتراح مفردات لكل بعد وفقاً لتكرار ورودها في المراجع المتخصصة.

ب- صدق المحكمين:

قام الباحث بعرض أبعاد المقياس المقترحة مرفق (ب)، وكذلك عبارات كل بعد من الأبعاد مرفق (ج)، على (٧) خبراء مرفق (أ) وذلك في الفترة من (٢٠٢٠-٤) إلى (٢٠٢٠-٤-٣٠)، لإبداء الرأي حول مناسبة وكفاية الأبعاد والمفردات ومناسبة صياغتها لعينة البحث، وبعد العرض على الخبراء تم حذف بعض المفردات وتعديل البعض الآخر، وبمراعاة التعديلات التي أوصي بها الخبراء تم التوصل إلى الصورة التجريبية للمقياس، وبذلك أصبح المقياس صادقاً وصالحاً للتطبيق على المجموعة الاستطلاعية.

ج- صدق الاتساق الداخلي:

للتحقق من مدى ملاءمة مفردات المقياس، قام الباحث بتطبيق المقياس مرفق (د) إلكترونياً عن طريق وسائل التواصل الاجتماعي على عينة استطلاعية قوامها (٥٠) فرد من خارج العينة الأساسية للدراسة وذلك في الفترة من (٢٠٢٠-٥-٤) إلى (٢٠٢٠-٥-١٣)، واستخدم الباحث صدق الاتساق الداخلي بحساب دلالة معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية لأبعاد المقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون، جدول (٤).

جدول (٤) معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19 (ن=٥٠)

البعد	البعد الأول	البعد الثاني	البعد الثالث	البعد الرابع	البعد الخامس	(الدرجة الكلية)
البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه	٠,٥٩٧	٠,٦٢١	٠,٥٢٨	٠,٥٧٣	٠,٦٨٨	
البعد الثاني: دوافع إجتماعيه		٠,٦٥٩	٠,٥٠٤	٠,٦٥٧	٠,٧٦٤	
البعد الثالث : دوافع نفسيه			٠,٤٦١	٠,٦٤٣	٠,٧٢١	
البعد الرابع : دوافع عقليه				٠,٤٤٦	٠,٦٨١	
البعد الخامس : دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا					٠,٨٢٧	
مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19 (الدرجة الكلية)						

ر ج (٤٨، ٠٥) = ٠,٢٧٣

يوضح جدول (٤) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين درجة كل بعد وبين درجة المقياس مما يدل على صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

جدول (٥) الاتساق الداخلي لمفردات مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19 (معاملات الإرتباط بين المفردات والأبعاد التابعة لها، وبين المفردات والدرجة الكلية للمقياس) (ن=٥٠)

معامل ارتباط مفردات البعد الثالث			معامل ارتباط مفردات البعد الأول		
مع الدرجة الكلية	مع البعد	المفردات	مع الدرجة الكلية	مع البعد	المفردات
٠,٥٤١	٠,٤١٣	١	٠,٣١٠	٠,٤٣٧	١
٠,٤٤٧	٠,٣٩٦	٢	٠,٥٧٠	٠,٦٩١	٢
٠,٦٦٣	٠,٥٧١	٣	٠,٢٦١	٠,٤٣٧	٣
٠,٤٨٠	٠,٤١٠	٤	٠,٣٦٤	٠,٥٦٥	٤
٠,٥٣٥	٠,٥٧٤	٥	٠,٥٠٣	٠,٧٠٨	٥
٠,٥٦١	٠,٤٦٥	٦	٠,٥٩٢	٠,٥٥٩	٦
٠,٦٨٢	٠,٦٠٤	٧	٠,٣٦٧	٠,٥٥٩	٧
٠,٦٣٤	٠,٦١١	٨	٠,٣٥٣	٠,٥٦٦	٨
٠,٥٦٣	٠,٤٣٠	٩	٠,٣٠٧	٠,٥٣٩	٩
٠,٥٦١	٠,٤٣٧	١٠	٠,٤٢٦	٠,٦٩٥	١٠
٠,٤٤١	٠,٤٣٣	١١	٠,٣٤٥	٠,٥٧١	١١
			٠,١٠٨	٠,١٦٥	١٢
معامل ارتباط مفردات البعد الرابع			معامل ارتباط مفردات البعد الثاني		
مع الدرجة الكلية	مع البعد	المفردات	مع الدرجة الكلية	مع البعد	المفردات
٠,١٧٢	٠,١٧٠	١	٠,٤٣٩	٠,٣٨٥	١
٠,٥٣٤	٠,٦٩٦	٢	٠,٤٣٧	٠,٤١٧	٢

٠,٧٥٢	٠,٧٢٢	٣	٠,٣٥٩	٠,٧٩١	٣
٠,٦٤٤	٠,٧٤٧	٤	٠,٥٣٤	٠,٤٣٤	٤
٠,٤٢٤	٠,٤٣٢	٥	٠,٦٠٩	٠,٣٧٠	٥
٠,٤٧٩	٠,٤٦٥	٦	٠,٣٧٧	٠,٥٠١	٦
٠,٦٢٩	٠,٥٣٥	٧	٠,٥٧٢	٠,٥٧٠	٧
٠,٠٢٧	٠,٠٦٧	٨			

معامل ارتباط مفردات البعد الخامس

مع الدرجة الكلية	مع البعد	المفردات	مع الدرجة الكلية	مع البعد	المفردات
٠,٥٢٥	٠,٤٠٧	٤	٠,٤٢٨	٠,٤٥٨	١
٠,٥٢٨	٠,٤٠٥	٥	٠,٧٥٤	٠,٥٢٧	٢
٠,٤٥٦	٠,٤٦٤	٦	٠,٣٤٥	٠,٥٣٢	٣

رج (٤٨، ٠، ٠٥) = ٠,٢٧٣

يوضح جدول (٥) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين درجة كل مفردة ودرجة البعد، ثم الدرجة الكلية. وهذا يدعم الاتساق الداخلي كمؤشر لصدق التكوين حيث يعتبر محك التقويم هو الدرجة الكلية على المقياس، مما يدل على صدق المقياس، فيما عدا المفردة (١٢) في البعد الأول، والمفردات (١-٨) في البعد الرابع فكانت غيردالة إحصائياً.

جدول (٦) يوضح أبعاد مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحية بالمنزل في ظل جائحه كورونا

والمفردات الخاصة بكل بعد

م	البعد	عدد المفردات قبل العرض علي الخبراء	عدد المفردات المحزوفه	عدد المفردات قبل الصدق والثبات	عدد المفردات المحزوفه	عدد المفردات النهائية
١	دوافع بدنيه وصحيه	١٢	-	١٢	١	١١
٢	دوافع إجتماعيه	٨	١	٧	-	٧
٣	دوافع نفسيه	١٢	١	١١	-	١١
٤	دوافع عقليه	٨	-	٨	٢	٦
٥	دوافع متعلقه بأزمه فيروس كورونا	٦	-	٦	-	٦
	المجموع	٤٦	٢	٤٤	٣	٤١

ثانياً: معاملات الثبات:

قام الباحث باستخدام معامل ألفا كرونباخ (*Cronbach's Alpha*) التي تستخدم في تقدير معامل الثبات الكلي للمقياس، وتعطي معامل اتساق داخلي لبنية المقياس ويسمى أيضاً معامل التجانس، بالإضافة إلى التعرف على المفردات التي تؤدي إلى خفض أو رفع معامل الثبات الكلي لأداة القياس عند حذفها، ويوضح جدول (٧) حساب معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية (سبيرمان براون، ومعادلة جتمان) و معامل ثبات ألفا كرونباخ.

جدول (٧) ثبات مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19 بطريقة التجزئة النصفية (سبيرمان براون، ومعادلة جتمان) ومعامل ثبات ألفا كرونباخ (ن=٥٠)

م	البعد	التجزئة النصفية		ألفا كرونباخ
		سبيرمان براون	جتمان	
١	البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه	٠,٧٣٤	٠,٧٥٦	٠,٧٩٤
٢	البعد الثاني: دوافع إجتماعيه	٠,٧٨٥	٠,٨١٢	٠,٨٤٥
٣	البعد الثالث: دوافع نفسيه	٠,٧٢٦	٠,٧٤١	٠,٨٨٦
٤	البعد الرابع: دوافع عقليه	٠,٧٨٠	٠,٧٤١	٠,٨٤٠
٥	البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا	٠,٨٠٥	٠,٧٩٥	٠,٧٦٥
	مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19 (الدرجة الكلية)	٠,٧٥٢	٠,٨٢٢	٠,٨١٢

يتضح من جدول (٧) أن قيم معاملات الارتباط بطريقة التجزئة النصفية لأبعاد المقياس قد تراوحت بين (٠,٧٢٦) و (٠,٨٢٢)، وأن معامل ثبات ألفا كرونباخ تراوح ما بين (٠,٧٦٥) و (٠,٨٨٦)، مما يدل على أن المقياس قيد البحث ذو معامل ثبات عال. الدراسة الميدانية:

بعد الاطمئنان لمعاملات الصدق والثبات قام الباحث بتطبيق المقياس مرفق(و) إلكترونيا عن طريق وسائل التواصل الإجتماعي على عينة البحث من الأسر المصريه المتوافقه مع الشروط الموضوعه لإختيار العينه وذلك في الفترة من (١٩-٥-٢٠٢٠م) إلى (١٨-٦-٢٠٢٠م)، وبعد الانتهاء من تطبيق المقياس علي عينه البحث تم جمعه وتنظيمه وتفرغ البيانات لإجراء المعالجات الإحصائية المناسبة وبلغ قوام العينه التي إستوفت الشروط (٦١٢) فرد موزعه علي (٨) محافظات. المعالجات الإحصائية:

١. تمت المعالجات الإحصائية لبيانات البحث باستخدام البرنامج الإحصائي **Spss**، وقد استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية: المتوسطات الحسابية - الإنحراف المعياري - معامل ارتباط بيرسون - التجزئة النصفية (*Split-Half Method*) - "سبيرمان براون" و"جتمان" - معامل ألفا كرونباخ *Cornbach* - التكرارات والنسب المئوية - كا^٢ - تحليل التباين - النسبة الترجيحية - أقل فرق معنوي (*LSD*) - اختبار (ت) لعينتين مستقلتين من البيانات - تحليل التباين الأحادي في اتجاه واحد (*One-Way ANOVA*) - حجم التأثير (*Effect Size*) باستخدام:

* مربع ايتا (η^2) في حالة اختبار (ت) واختبار (ف).
* (d) في حالة اختبار (ت) واختبار (ف).

* (ES) في حالة (كا^٢).

عرض وتفسير ومناقشة النتائج:

جدول (٨) نتائج التكرارات والنسب المئوية والنسبة الترجيحية والمتوسط والاتجاه السائد وقيمة (كا) وحجم التأثير باستخدام (ES) للاستجابات على البعد الأول: دوافع بدنيه وصحية (ن=٦١٢)

م	المفردات	موافق	إلى حد ما	غير موافق	النسبة الترجيحية	المتوسط	الاتجاه السائد	قيمة (كا)	(ES)
١	إكتساب اللياقة البدنية العامة.	٤٣٧	١٣٨	٣٧	٨٨,٤٥	٢,٦٥	موافق	٤٢٤,١٩	٦,٩
٢	إكتساب قوام جسدي منشوق.	٣٥٩	٢٢٢	٣١	٨٤,٥٣	٢,٥٤	موافق	٢٦٦,٠٧	٥,٤
٣	تجديد نشاط وحيوية الجسم.	٣٤٥	١٩٠	٧٧	٨١,٢٦	٢,٤٤	موافق	١٧٧,٤٨	٤,٤
٤	إكتساب الرشاقة والمرونة.	٣٧٦	٢٠٣	٣٣	٨٥,٣٥	٢,٥٦	موافق	٢٨٨,٣٦	٥,٧
٥	المحافظة علي الوزن المثالي والتخلص من الوزن الزائد.	٤٢٨	١٤٦	٣٨	٨٧,٩١	٢,٦٤	موافق	٣٩٧,٥٣	٦,٦
٦	الوقايه من بعض إنحرافات القوام .	٣٦٣	٢١٣	٣٦	٨٤,٤٨	٢,٥٣	موافق	٢٦٢,٦٨	٥,٤
٧	التخلص من أمراض نقص الحركة.	٣٧٨	١٧٧	٥٧	٨٤,١٥	٢,٥٢	موافق	٢٥٧,٩١	٥,٤
٨	المحافظة علي سلامة القلب والرئتين والأجهزة الحيوية الأخرى.	٤٣٩	١٤٧	٢٦	٨٩,١٦	٢,٦٧	موافق	٤٤١,٩٥	٧,٠
٩	زياده قدره الجسم علي مقاومه التعب والإجهاد.	٣٩٤	١٩٢	٢٦	٨٦,٧١	٢,٦٠	موافق	٣٣٢,٩٨	٦,١
١٠	زياده مناعه الجسم.	٤٥٣	١٣٤	٢٥	٨٩,٩٨	٢,٧٠	موافق	٤٨٥,٠١	٧,٣
١١	الحفاظ علي الصحه العامه للجسم.	٥٠٦	٧٨	٢٨	٩٢,٧٠	٢,٧٨	موافق	٦٧٦,٧٥	٨,٧

قيمة كا ج(٢، ٠،٠٥) = ٥,٩٩١

المتوسط الحسابي المرجح بالأوزان: غير موافق(١ : ١,٦٦)، إلى حد ما(١,٦٧ : ٢,٣٣)، موافق(٢,٣٤ : ٣)

من جدول (٨) يتضح أن: الدوافع البدنيه والصحيه لأفراد عينة الدراسة متجهه إلى الإيجابية، وقد تراوح المتوسط الحسابي لمفردات هذا البعد ما بين (٢,٤٤ - ٢,٧٨) بنسب مئوية قدرها (٨١,٢٦% إلى ٩٢,٧٠%) لمجموع درجات كل هذه المفردات التي تعبر عن الدوافع البدنيه والصحيه لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا، وكان من أبرز الدوافع البدنيه والصحيه لعينه الدراسه المفرده رقم (١١) بنسب مئوية قدرها (٩٢,٧٠%) والمفرده رقم (١٠) بنسب مئوية قدرها (٨٩,٩٨%) ويرجع الباحث ذلك إلى: حرص الأفراد (عينه الدراسه) علي الحفاظ علي الصحه العامه للجسم من خلال ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل وخاصه الترويح الرياضي في ظل زياده وقت الجلوس في المنزل، وتقويه مناعه الجسم لتكون حائط صد قادر علي مواجهه هذا الفيروس المنتشر.

ويتفق ذلك مع ما توصل إليه دراسة كلا من صياد الحاج (٢٠١٣م) (٥)، ودراسة هناء عبدالله مرزوق مرزوق واخرون (٢٠١٩م) (١٣)، ودراسه ليم كونج شيو Lim Kong Chio (٢٠٠٩م) (١٦)، التي تؤكد علي إدراك الأفراد لفوائد ممارسه الأنشطة الترويحيه علي المستوي البدني والصحي يعد من الدوافع الدوافع الغير مباشره لممارسه الأنشطة الترويحيه وان الحفاظ علي حاله الصحيه والبدنيه من الدوافع

الأساسية لممارسه الأفراد للأنشطة الترويحية.

جدول (٩) نتائج التكرارات والنسب المئوية والنسبة الترجيحية والمتوسط والاتجاه السائد وقيمة (٢كا) وحجم التأثير باستخدام

(ES) للاستجابات علي البعد الثاني: دوافع إجتماعيه (ن=٦١٢)

م	المفردات	موافق	إلى حد ما	غير موافق	النسبة الترجيحية	المتوسط	الاتجاه السائد	قيمة (٢كا)	(ES)
١	خلق روح الألفة وزيادة الترابط بين أفراد الأسرة.	٤٣٤	١٤٤	٣٤	٨٨,٤٥	٢,٦٥	موافق	٤١٨,٦٣	٦,٨
٢	عدم الشعور بالعزلة الإجتماعيه.	٣٢٧	٢٤٢	٤٣	٨٢,١٤	٢,٤٦	موافق	٢٠٨,٣٠	٤,٨
٣	مشاركه افراد الأسرة اهتمامات وافكار بعضهم البعض.	٣٥٥	٢٣١	٢٦	٨٤,٥٩	٢,٥٤	موافق	٢٧٠,٦٦	٥,٥
٤	تشكيل السلوك الإجتماعي السوي لأفراد الأسرة.	٣٧٥	٢٠٧	٣٠	٨٥,٤٦	٢,٥٦	موافق	٢٩١,٧٩	٥,٧
٥	تعزيز قيم التعاون والديمقراطيه بين أفراد الأسرة.	٣٦٤	٢١١	٣٧	٨٤,٤٨	٢,٥٣	موافق	٢٦٢,٤٤	٥,٤
٦	المساهمه في زياده الاستقرار الإسري.	٤٢٤	١٤٤	٤٤	٨٧,٣٦	٢,٦٢	موافق	٣٨٠,٣٩	٦,٥
٧	تكوين علاقات جيده وتحقيق التوافق الإجتماعي بين أفراد الأسرة.	٤٤٣	١٤١	٢٨	٨٩,٢٧	٢,٦٨	موافق	٤٥١,٣٠	٧,١

قيمة ٢كا ج(٢,٠٥) = ٥,٩٩١

المتوسط الحسابي المرجح بالأوزان: غير موافق (١ : ١,٦٦)، إلى حد ما (١,٦٧ : ٢,٣٣)، موافق (٢,٣٤ : ٣)

من جدول (٩) يتضح أن: الدوافع الإجتماعيه لأفراد عينة الدراسة متجهة إلى الإيجابية، وقد تراوح المتوسط الحسابي لمفردات هذا البعد ما بين (٢,٤٦ - ٢,٦٨) بنسب مئوية قدرها (٨٢,١٤% إلى ٨٩,٢٧%) لمجموع درجات كل هذه المفردات التي تعبر عن الدوافع الإجتماعيه لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا، وكان من أبرز الدوافع الإجتماعيه لعينه الدراسه المفرده رقم (٧) بنسب مئوية قدرها (٨٩,٢٧%) والمفرده رقم (١) بنسب مئوية قدرها (٨٨,٤٥%) ويرجع الباحث ذلك إلى: حرص الأفراد (عينه الدراسه) علي إستغلال فتره الجلوس الطويل بالمنزل لجميع أفراد الأسرة في توطيد العلاقات بين أفراد الأسرة وتحقيق التوافق الإجتماعي وخلق روح الألفة بينهم من خلال ممارسه الأنشطة الترويحيه المختلفه للتغلب علي العزله الإجتماعيه في ظل الحجر المنزلي.

ويتفق ذلك مع ما توصل إليه دراسة كلا من قاصدي حميده (٢٠١٤م) (٧)، ودراسة أحمد ماجد (٢٠١٩م) (٢)، التي تؤكد علي ان دوافع الأفراد للتعاون مع الآخرين وتكوين صداقات جديده وتحقيق التوافق الإجتماعي من الدوافع التي توجه الأفراد إلي ممارسه الأنشطة الترويحيه.

جدول (١٠) نتائج التكرارات والنسب المئوية والنسبة الترجيحية والمتوسط والاتجاه السائد وقيمة (٢كا) وحجم التأثير باستخدام

(ES) للاستجابات على البعد الثالث: دوافع نفسيه (ن=٦١٢)

م	المفردات	موافق	إلى حد ما	غير موافق	النسبة الترجيحية	المتوسط	الاتجاه السائد	قيمة (٢كا)	(ES)
---	----------	-------	-----------	-----------	------------------	---------	----------------	------------	------

٨,٢	٦٠٩,٧٢	موافق	٢,٧٨	٩٢,٥٩	٩	١١٨	٤٨٥	التخلص من التوتر والضغط النفسي	١
٧,٦	٥١٣,٣٦	موافق	٢,٧٣	٩١,٠٧	٧	١٥٠	٤٥٥	زياده الثقة بالنفس.	٢
٧,٥	٥١٠,٨٦	موافق	٢,٧٢	٩٠,٧٤	١٦	١٣٨	٤٥٨	الإسترخاء والتخلص من الطاقه الزائده.	٣
٧,٢	٤٦١,٧٨	موافق	٢,٧٠	٨٩,٩٢	١٣	١٥٩	٤٤٠	تقويه الإراده والإعتماد علي الذات.	٤
٧,٨	٥٤٨,٧٥	موافق	٢,٧٥	٩١,٧٢	٦	١٤٠	٤٦٦	المتعه والسرور والترفيه عن النفس.	٥
٧,٦	٥٢٤,٥٤	موافق	٢,٧٣	٩٠,٩٠	١٨	١٣١	٤٦٣	الإحساس بالأمن النفسي.	٦
٦,٧	٤٠٢,٧١	موافق	٢,٦٦	٨٨,٥٦	١٨	١٧٤	٤٢٠	تفريغ الإنفعالات المكبوتة.	٧
٦,٧	٤٠٥,٩١	موافق	٢,٦٦	٨٨,٧٣	١٣	١٨١	٤١٨	زياده القدره علي ضبط النفس.	٨
٦,٧	٤٠٨,٢١	موافق	٢,٦٦	٨٨,٧٣	١٦	١٧٥	٤٢١	مواجهه الشعور بالملل في أوقات الحظر .	٩
٦,٢	٣٤٦,٥٤	موافق	٢,٦١	٨٧,١٥	١٧	٢٠٢	٣٩٣	تحقيق الصبر والمثابره .	١٠
٧,٥	٥١١,٥٤	موافق	٢,٧٢	٩٠,٥٨	٢١	١٣١	٤٦٠	إكتساب التوازن الإنفعالي.	١١

قيمة كاج ٢ (٢,٠٥) = ٥,٩٩١

المتوسط الحسابي المرجح بالأوزان: غير موافق (١ : ١,٦٦)، إلى حد ما (١,٦٧ : ٢,٣٣)، موافق (٢,٣٤ : ٣)

من جدول (١٠) يتضح أن: الدوافع النفسيه لأفراد عينة الدراسة متجهة إلى الإيجابية، وقد تراوح المتوسط الحسابي لمفردات هذا البعد ما بين (٢,٦١ - ٢,٧٨) بنسب مئوية قدرها (١٥,٨٧% إلى ٩٢,٥٩%) لمجموع درجات كل هذه المفردات التي تعبر عن الدوافع النفسيه لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا، وكان من أبرز الدوافع النفسيه لعينه الدراسة المفردة رقم (١) بنسب مئوية قدرها (٩٢,٥٩%) والمفردة رقم (٥) بنسب مئوية قدرها (٩١,٧٢%) ويرجع الباحث ذلك إلى: لجوء الأفراد (عينه الدراسة) إلي ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل للتخلص من التوتر والضغط النفسيه الناتجه عن الحجر المنزلي والخوف والقلق من الإصابه بفيروس كورونا والهروب من تلك المشاعر السلبيه بالترفيه عن النفس من خلال ممارسه الأنشطة الترويحيه التي تحقق السعاده والسرور وتستطيع التغلب علي الشعور بالملل في الحجر المنزلي.

ويتفق ذلك مع ما توصل إليه دراسة كلا من محمود هاشم (٢٠٢٠م) (١١)، ودراسة نور الهدي مصطفى أحمد (٢٠١٨م) (١٢)، ودراسه موريس ومولانوروزي Molanorozi & Morris (٢٠١٥م) (١٩) التي تؤكد علي الدوافع النفسيه عامل أساسي تقوم عليه ممارسه الأفراد للأنشطة الترويحيه، فممارسه الأنشطة الترويحيه تعمل علي خفض نسبه القلق وتمنح الفرد الشعور بالسعاده والتغلب علي روتين الحياه اليوميه.

جدول (١١) نتائج التكرارات والنسب المئوية والنسبة الترجيحية والمتوسط والاتجاه السائد وقيمة (٢٤) وحجم التأثير باستخدام (ES) للاستجابات على البعد الرابع: دوافع عقلية (ن=٦١٢)

م	المفردات	موافق	إلى حد ما	غير موافق	النسبة الترجيحية	المتوسط	الاتجاه السائد	قيمة (٢٤)	(ES)
١	الإتجاه الإيجابي للأسره نحو ممارسه الأنشطة الترويحيه.	٣٩٨	١٨١	٣٣	٨٦,٥٥	٢,٦٠	موافق	٣٣٠,٤٢	٦,١
٢	تنميه الإنتباه ودقه الملاحظه.	٣٦٧	٢١٤	٣١	٨٤,٩٧	٢,٥٥	موافق	٢٧٧,٤٤	٥,٦
٣	تنميه التأمل العقلي والذهني.	٣٧٠	١٩٨	٤٤	٨٤,٤٢	٢,٥٣	موافق	٢٦٠,٧٥	٥,٤
٤	زياده معلوماتي عن الأنشطة الترويحيه وفوائدها.	٣٤٧	٢٢٩	٣٦	٨٣,٦١	٢,٥١	موافق	٢٤١,٦٦	٥,٢
٥	تحسين قدراتي العقليه من التفكير والتذكر.	٣٧٩	٢١٦	١٧	٨٦,٣٨	٢,٥٩	موافق	٣٢٢,٢٥	٦,٠
٦	تنميه الميول الفكرية والأدبيه من خلال مناشط الترويج الثقافي.	٣٧١	٢١٥	٢٦	٨٥,٤٦	٢,٥٦	موافق	٢٩٢,٦٢	٥,٧

قيمة كا٢ ج(٢,٠٠٥) = ٥,٩٩١

المتوسط الحسابي المرجح بالأوزان: غير موافق (١ : ١,٦٦)، إلى حد ما (١,٦٧ : ٢,٣٣)، موافق (٢,٣٤ : ٣)

من جدول (١١) يتضح أن: الدوافع العقلية لأفراد عينة الدراسة متجهة إلى الإيجابية، وقد تراوح المتوسط الحسابي لمفردات هذا البعد ما بين (٢,٥١ - ٢,٦٠) بنسب مئوية قدرها (٨٤,٩٧% إلى ٨٦,٥٥%) لمجموع درجات كل هذه المفردات التي تعبر عن الدوافع العقلية لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا، وكان من أبرز الدوافع العقلية لعينه الدراسه المفرده رقم (١) بنسب مئوية قدرها (٨٦,٥٥%) والمفرده رقم (٥) بنسب مئوية قدرها (٨٦,٣٨%) ويرجع الباحث ذلك إلى: ان الإتجاه الإيجابي لأفراد الأسره نحو ممارسه الأنشطة الترويحيه يدفع الأفراد إلي ممارسه المناشط الترويحيه بالحجر المنزلي، ولا سيما بإيمان الأفراد (عينه الدراسه) من مردود تلك المناشط علي تحسين القدرات العقلية من التفكير والتذكر مما يدفعهم للممارسه الانشطه الترويحيه بالمنزل.

ويتفق ذلك مع ما توصل إليه دراسة كلا من قاصدي حميده (٢٠١٤م) (٧)، ودراسة نور الهدي مصطفى أحمد (٢٠١٨م) (١٢)، ودراسه قام كونراد وكاتريزيان Katarzyna Awruk & Konrad (٢٠١٦م) (١٨) التي تؤكد علي الدوافع العقلية تلعب دور حيوي في توجيه الأفراد نحو المناشط الترويحيه بصفه عامه ومناشط الترويج الثقافي والفني بصفه خاصه لما تحققه تلك المناشط من تحسين القدرات العقلية وتنميه الميول الفكرية والأدبيه.

جدول (١٢) نتائج التكرارات والنسب المئوية والنسبة الترجيحية والمتوسط والاتجاه الساندوقيمة (٢١٢) وحجم التأثير باستخدام (ES) للاستجابات على البعد الخامس: دوافع متعلقة بجائحه فيروس كورونا (ن=٦١٢)

م	المفردات	موافق	إلى حد ما	غير موافق	النسبة الترجيحية	المتوسط	الاتجاه الساند	قيمة (٢١٢)	(ES)
١	غلق المنشآت الترويحيه يدفعني لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل.	٣٥٤	٢٠٩	٤٩	٨٣,٢٨	٢,٥٠	موافق	٢٢٨,١٩	٥,٠
٢	تجنب التفكير الكثير في وباء كورونا وتداعياته يدفعني لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل.	٣٣٤	١٩٦	٨٢	٨٠,٣٩	٢,٤١	موافق	١٥٦,١٢	٤,٢
٣	مشاركتي في تخطيط وتنفيذ البرامج الترويحيه في المنزل تجعلني امارسها.	٣٤٦	٢١٩	٤٧	٨٢,٩٥	٢,٤٩	موافق	٢٢٠,٧٨	٥,٠
٤	زياده وقت الفراغ نتيجة البقاء في المنزل نظرا لحظر التجوال يدفعني لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل.	٤٤٢	١٥١	١٩	٨٩,٧١	٢,٦٩	موافق	٤٥٩,٢١	٧,١
٥	التخلص من الشعور بالخوف والقلق من الإصابه بوباء كورونا يدفعني لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل.	٣٦٤	١٩٨	٥٠	٨٣,٧٧	٢,٥١	موافق	٢٤١,٩٢	٥,٢
٦	الخوف من الإحتكاك بالأخرين خارج المنزل لتجنب العدوي بفيروس كورونا يدفعني لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل.	٤١٥	١٣٧	٦٠	٨٦,٠٠	٢,٥٨	موافق	٣٤١,٨٩	٦,٢

قيمة كا٢ ج(٢,٠٠٥) = ٥,٩٩١

المتوسط الحسابي المرجح بالأوزان: غير موافق(١ : ١,٦٦)، إلى حد ما(١,٦٧ : ٢,٣٣)، موافق(٢,٣٤ : ٣)

من جدول(١٢) يتضح أن: الدوافع المتعلقة بجائحه فيروس كورونا لأفراد عينة الدراسة متجهة إلى الإيجابية، وقد تراوح المتوسط الحسابي لمفردات هذا البعد ما بين(٢,٤١ - ٢,٦٩) بنسب مئوية قدرها(٨٠,٣٩% إلى ٨٩,٧١%) لمجموع درجات كل هذه المفردات التي تعبر عن الدوافع المتعلقة بجائحه فيروس كورونا لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا، وكان من أبرز الدوافع المتعلقة بجائحه كورونا لعينه الدراسه المفرده رقم (٤) بنسب مئوية قدرها(٨٩,٧١%) والمفرده رقم (٦) بنسب مئوية قدرها(٨٦%) ويرجع الباحث ذلك إلى: أن غلق المنشآت الترويحيه وفرض الحجر المنزلي علي الأفراد (عينه الدراسه) أدي إلي زياده وقت الفراغ في المنزل وتواجد معظم أفراد الأسره بالمنزل سويا، بالإضافة إلي خوف الأفراد من العدوي بالفيروس في حاله ممارسه اي نشاط خارج المنزل كان الدافع لممارسه الأفراد الأنشطة الترويحيه بالمنزل محاوله منهم علي التغلب علي تلك الفتره العصيبه والتخلص من الشعور بالخوف والقلق من الإصابه بوباء فيروس كورونا.

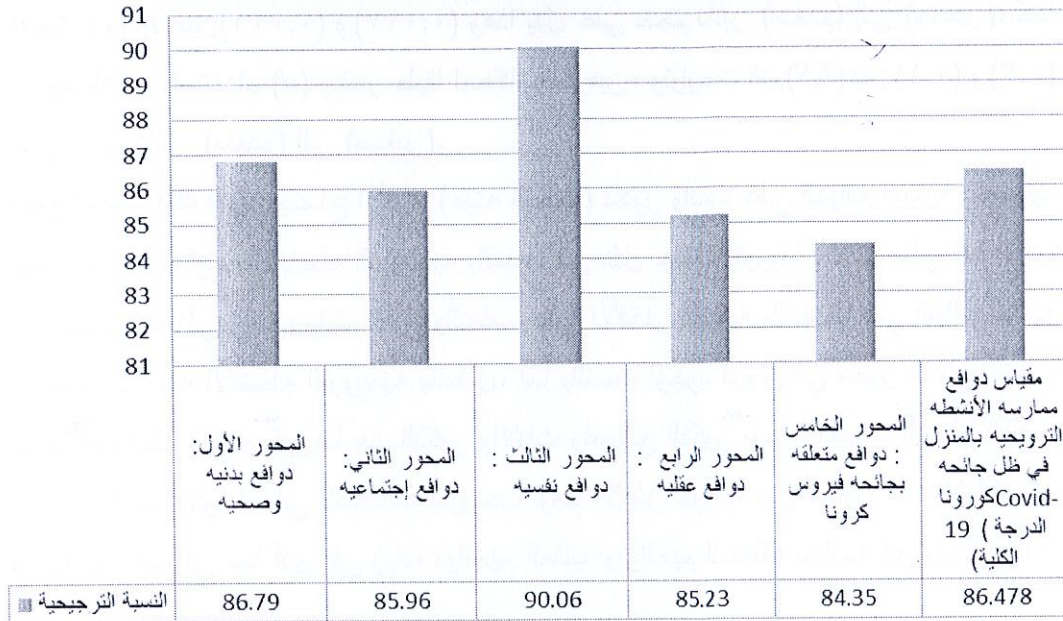
ويتفق ذلك مع ما توصل إليه دراسة محمود هاشم(٢٠٢٠م)(١١) التي تؤكد علي إهتمام نسبه كبيره من الأفراد علي الإنتظام في ممارسه النشاط البدني بسبب جائحه فيروس كورونا المستجد.

جدول (١٣) ترتيب دوافع المشاركة في الأنشطة الترويحية بالمنزل في ظل جائحه كورونا لدي عينه البحث

الترتيب	النسبة الترجيحية	المتوسط	درجة المحور	الأبعاد
٢	٨٦,٧٩	٢٨,٦٣	٣٣	البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه
٤	٨٥,٩٦	١٨,٠٤	٢١	البعد الثاني: دوافع إجتماعيه
١	٩٠,٠٦	٢٩,٧٢	٣٣	البعد الثالث: دوافع نفسيه
٥	٨٥,٢٣	١٥,٣٤	١٨	البعد الرابع: دوافع عقليه
٦	٨٤,٣٥	١٥,١٨	١٨	البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا
٣	٨٦,٤٨	١٠٦,٩	١٢٣	مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحية بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19 (الدرجة الكلية)

من جدول (١٣) يتضح أن: جميع النسب المئوية لأبعاد مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحية بالمنزل في ظل جائحه كورونا تجاوزت نسبه (٥٠%) وتراوحت بين (٨٤,٣٥%:٩٠,٠٦%) وجاء البعد الثالث (الدوافع النفسيه) في المرتبه الأولى بنسبه (٩٠,٠٦%)، ويرجع الباحث ذلك إلي إهتمام عينه البحث بممارسه الأنشطة الترويحية بالمنزل في ظل جائحه كورونا للتغلب علي الأفكار السلبيه والخوف والقلق من الإصابة بهذا الوباء وتحقيق قدر مناسب من الأمن النفسي لأفراد الاسره بجانب التخلص من التوتر والضغوط النفسيه وتحقيق المتعه والسعاده لأفراد الأسره من خلال استغلال وقت الحجر المنزلي في ممارسه الأنشطة الترويحية.

ويختلف ذلك مع ما توصل إليه دراسة محمود هاشم (٢٠٢٠م) (١١)، صياد الحاج (٢٠١٣م) (٥) التي جاءت بها الدوافع النفسيه في الترتيب الأخير من حيث الأهميه ودرجه الدافع لدي الممارس للأنشطه الترويحيه، بينما جاءت الدوافع البدنيه والصحيه في الترتيب الأول لدي ممارسي الأنشطة الترويحيه والبدنيه.



شكل (١) ترتيب دوافع المشاركة في الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا لدي عينه البحث واستخدم الباحث اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين من البيانات، لدالة الفروق بين متوسط الاستجابات، كما تم حساب حجم التأثير (*Effect Size*) باستخدام مربع ايتا (η^2) في حالة اختبار (ت)، كما تم حساب حجم التأثير باستخدام (*ES*) ويفسر طبقا لمحكات لكوهين، كما في جدول (١٣). جدول (١٤) دلالة الفروق في الاستجابة على (مقياس دوافع ممارسة الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19) وفقا للنوع (أنثي=٢٩٥) (ذكر=٣١٧)

حجم التأثير	قيمة (ت)	ذكر		أنثي		الأبعاد
		الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	
٠,١	١,٢٦	٤,٦٢	٢٨,٨٧	٤,٦٣	٢٨,٤٠	البعد الأول: دوافع بدنية وصحية
٠,١	١,٥٤	٣,٢٦	١٧,٨٥	٣,٤٤	١٨,٢٧	البعد الثاني: دوافع إجتماعية
٠,١	٠,٧٧	٣,٣٢	٢٩,٨٣	٤,١٤	٢٩,٦٠	البعد الثالث: دوافع نفسية
٠,٢	٢,٥٦	٢,٥٩	١٥,٦١	٢,٧٦	١٥,٠٥	البعد الرابع: دوافع عقلية
٠,٣	٤,١٤	٢,٧٣	١٥,٦٥	٣,٠٦	١٤,٦٨	البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا
٠,١	١,٦٥	١٢,٣٢	١٠٧,٨١	١٤,٧١	١٠٦,٠٠	مقياس دوافع ممارسة الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19 (الدرجة الكلية)

تج (٠,٠٥, ٦١١) = ١,٩٦

يتضح من جدول (١٤) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (٠,٧٧) و(٤,١٤) وجميعها غير دالة، أي أنه لا توجد فروق بين المجموعتين فيما عدا (البعد الرابع: دوافع عقلية) و(البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا)

وتراوح قيم (η^2) بين (٠,٠٠١) و(٠,٠٢٧) وهذا يدل على حجم تأثير (منعدم) إلى (صغير)، كما تم حساب حجم التأثير باستخدام (d) ويفسر طبقاً لمحكات لكوهين، وتراوح قيم (ES) بين (٠,١) و(٠,٣) وهذا يدل على حجم تأثير (منعدم) إلى (صغير).

ويرجع الباحث ذلك إلى: إجتماع الأفراد (عينه البحث) ذكور واثاث علي الدوافع البدنيه والصحيه والإجتماعيه والنفسيه لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا للتغلب علي تلك الفتره الصعبه من الحجز المنزلي وزياده وقت الفراغ والتغلب علي الأفكار السلبيه والحفاظ علي اللياقه البدنيه والصحيه يدفعهم لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل، أما بالنسبه لوجود فروق في محور الدوافع العقليه والدوافع المتعلقة بجائحه فيروس كورونا بين الذكور والإناث ولصالح الذكور يرجعه الباحث إلي أن الذكور قبل الجائحه هم الأكثر ترددا علي المنشآت الترويحيه وهم الأكثر خروجا من المنزل عن الإناث فهم الأكثر تاثرا بالحجر المنزلي مما أدي إلي زياده دوافعهم العقليه ودوافعهم المتعلقة بجائحه فيروس كورونا.

ويتفق ذلك مع ما توصل إليه دراسة كلا من محمود هاشم (٢٠٢٠م) (١١)، وقاصدي حميده (٢٠١٤م) (٧) وصيادالحاج (٢٠١٣م) (٥) إلي وجود فروق بين الذكور والإناث في دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه والبدنيه لصالح الذكور.

جدول (١٥) دلالة الفروق في الاستجابة على (مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19) وفقا للممارسة قبل الجائحه (ممارس=١٩٨) (غيرممارس =٤١٤)

حجم التأثير	قيمة (ت)	غير ممارس		ممارس		الأبعاد
		الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	
٠,٥	٦,١٢	٤,٢٩	٢٨,٨٢	٥,٢٥	٣١,٢٧	البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه
٠,٨	٩,٨٦	٣,١٦	١٨,١	٣,٧٢	٢٠,٩٦	البعد الثاني: دوافع إجتماعيه
٠,١	١,٧٩	٣,٠٦	٢٩,٩١	٤,٨٥	٢٩,٣٣	البعد الثالث: دوافع نفسيه
٠,٣	٣,٦٥	٢,٤١	١٥,٦١	٣,١٢	١٤,٧٧	البعد الرابع: دوافع عقليه
٠,٣	٣,١٤	٢,٨	١٥,٤٤	٣,١٣	١٤,٦٥	البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا
٠,٢	٢,٤٤	١٢,٧٢	١٠٧,٨٨	١٨,٠٧	١١٠,٩٨	مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19 (الدرجة الكلية)

تج (٠,٠٥، ٦١١) = ١,٩٦

يتضح من جدول (١٥) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (١,٧٩) و(٩,٨٦) وجميعها دالة، أي أنه أنه توجد فروق بين المجموعتين في البعد الأول والثاني والمقياس ككل لصالح الممارسين للنشاط الترويحي قبل الجائحه، وفي البعد الرابع والخامس لصالح غير الممارسين قبل الجائحه فيما عدا

(البعد الثالث: دوافع نفسيه)

وتراوحت قيم (η^2) بين (٠,٠٠٥) و(٠,١٣٧) وهذا يدل على حجم تأثير (منعدم) إلى (متوسط)، كما تم حساب حجم التأثير باستخدام (d) ويفسر طبقاً لمحكات كوهين، وتراوحت قيم (ES) بين (٠,١) و(٠,٨) وهذا يدل على حجم تأثير (منعدم) إلى (كبير).

ويرجع الباحث ذلك إلى: إهتمام الممارسين للنشاط الترويحي قبل الجائحه بممارسه النشاط الترويحي بالمنزل للحفاظ علي مستوي لياقتهم البدنيه والصحيه داخل الحجر المنزلي بالإضافة لتوطيد العلاقات الإجتماعيه بين أفراد اسرهم وإدراكهم بأهميه ممارسه الأنشطة الترويحيه، وتأتي الدوافع النفسيه والعقليه لصالح غير الممارسين للأنشطه الترويحيه قبل الجائحه للتخلص من التوتر والضغط النفسيه نتيجته الظروف الوبائيه التي لم يحدث مثلها من قبل ، فكلا منهما تختلف دوافعهم لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل.

ويتفق ذلك مع ما توصل إليه دراسة محمود هاشم (٢٠٢٠م) (١١) التي جاءت بأن نسبه (٤٠%) من الأفراد يمارسون النشاط البدني بعد جائحه فيروس كورونا للحفاظ علي حاله البدنيه والصحيه وزياده مناعه الجسم لمقاومه هذا الفيروس.

جدول (١٦) دلالة الفروق في الاستجابة على (مقياس دوافع ممارسه الأنشطة لترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19) وفقاً لمستوى التعليم (متوسط=٥٨) (عالي = ٥٥٤)

حجم التأثير	قيمة (ت)	عالي		متوسط		الأبعاد
		الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	
٠,٥	٠,٠٦٣	٦,٣٨	٢٩,٠١	٥,١١	٢٥,٠٧	البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه
٠,١	٠,٠٠٢	١,١١	١٨,١٠	٣,٠٨	١٧,٥٩	البعد الثاني: دوافع إجتماعيه
٠,٠	٠,٠٠٠	٠,١٠	٢٩,٧٣	٢,٧٠	٢٩,٦٧	البعد الثالث: دوافع نفسيه
٠,٣	٠,٠١٩	٣,٤١	١٥,٤٦	٢,٥٥	١٤,٢١	البعد الرابع: دوافع عقليه
٠,١	٠,٠٠٤	١,٦٢	١٥,١٢	١,٩٦	١٥,٧٨	البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا
٠,٢	٠,٠١٢	٢,٧٥	١٠٧,٤٢	١١,٠٣	١٠٢,٣١	مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19 (الدرجة الكلية)

تج (٠,٠٥، ٦١١) = ١,٩٦

يتضح من جدول (١٦) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (٠,١٠) و(٦,٣٨) وجميعها غير دالة، أي أنه لا توجد فروق بين المجموعتين فيما عدا (البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه) و(البعد الرابع: دوافع عقليه) و(الدرجة الكلية للمقياس) توجد فروق لصالح عينه البحث من أصحاب المؤهلات العليا. وتراوحت قيم (η^2) بين (٠,٠٠٠) و(٠,٠٦٣) وهذا يدل على حجم تأثير (منعدم) إلى (صغير)، كما

تم حساب حجم التأثير باستخدام (d) ويفسر طبقاً لمحكات لكوهين، وتراوح قيم (ES) بين (٠,٠) و(٠,٥) و(٠,٥) وهذا يدل على حجم تأثير (منعدم) إلى (متوسط).

ويرجع الباحث ذلك إلى: إدراك عينه البحث من أصحاب المؤهلات العليا بأهميه ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل وفوائدها علي الجوانب البدنيه والصحيه والعقليه نتيجه لإتساع مداركهم ووجود ثقافه الأنشطة الترويحيه لديهم علي حساب عينه البحث من أصحاب التعليم المتوسط.

ويتفق ذلك مع ما توصل إليه دراسة كلا من محمود هاشم (٢٠٢٠م) (١١)، وهناء عبدالله مرزوق واخرون (٢٠١٩م) (١٣)، صياد الحاج (٢٠١٣م) (٥) التي تؤكد علي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الأفراد عينه البحث في دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه والبدنيه لصالح مستوي التعليم العالي.

جدول (١٧) دلالة الفروق في الاستجابة على (مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19) وفقاً للبيئه الجغرافيه (ريف=٢١١) (حضر=٤٠١)

حجم التأثير	ES = d	قيمة (ت)	حضر		ريف		الأبعاد
			الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	
٠,١	٠,٠٠٣	١,٢٥	٤,٩٠	٢٨,٨١	٤,٠٣	٢٨,٣٢	البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه
٠,٤	٠,٠٣٥	٤,٦٨	٣,٢٩	١٩,٨٢	٣,٤٢	١٨,٤٩	البعد الثاني: دوافع إجتماعيه
٠,١	٠,٠٠٣	١,٢٥	٤,٠٨	٢٩,٥٨	٢,٩٧	٢٩,٩٨	البعد الثالث: دوافع نفسيه
٠,١	٠,٠٠١	٠,٧٩	٢,٨٠	١٥,٤٠	٢,٤٥	١٥,٢٢	البعد الرابع: دوافع عقليه
٠,٤	٠,٠٣٣	٤,٥٦	٢,٨٨	١٥,٥٧	٢,٨٩	١٤,٤٥	البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا
٠,٢	٠,٠٠٩	٢,٣٦	١٤,٦٩	١٠٩,١٨	١١,٠٦	١٠٦,٤٦	مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا-Covid-19 (الدرجة الكلية)

تج (٠,٠٥، ٦١١) = ١,٩٦

يتضح من جدول (١٧) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (٠,٧٩) و(٤,٦٨) وجميعها غير دالة، أي أنه لا توجد فروق بين المجموعتين فيما عدا (البعد الثاني: دوافع إجتماعيه) و(البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا) توجد فروق ولصالح عينه البحث من المقيمين في الحضر. وتراوح قيم (η^2) بين (٠,٠٠١) و(٠,٠٣٥) وهذا يدل على حجم تأثير (منعدم) إلى (صغير)، كما تم حساب حجم التأثير باستخدام (d) ويفسر طبقاً لمحكات لكوهين، وتراوح قيم (ES) بين (٠,١) و(٠,٤) وهذا يدل على حجم تأثير (منعدم) إلى (صغير).

ويرجع الباحث ذلك إلى: أن المقيمين بالحضر أكثر تردداً علي المنشآت الترويحيه قبل الجائحه ويأتي ذلك أيضاً لتنوع وكثره المنشآت الترويحيه بالمدن عن الريف، ومن هنا جاءت الدوافع الإجتماعيه

الإجتماعيه والدوافع المتعلقة بجائحه فيروس كورونا لصالح المقيمين بالحضر لأنهم أكثر تأثرا بعدم التردد التردد علي المنشآت الترويحيه المختلفه بالمدينه في ظل الحجر المنزلي ولمقاومه الشعور بالعزله الإجتماعيه.

واستخدم الباحث تحليل التباين الأحادي في اتجاه واحد (One-Way ANOVA) واختبار أقل فرق معنوي (LSD)؛ لدالة الفروق بين متوسط الاستجابات على المقياس، كما تم حساب حجم التأثير (Effect Size) باستخدام (ES) في حالة اختبار (ف)، وتفسر في ضوء محكات كوهين (Cohen's Standard)، كما في جدول (١٨).

جدول (١٨) دلالة الفروق بين الاستجابة على (مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19) وفقا للمستوي الإقتصادي (ضعيف=١٦) (متوسط=٣٣٢) (جيد=٢٦٤)

حجم التأثير ES = d	(η ²)	قيمة (ف) المحسوبة	متوسط مربع الانحرافات	درجات الحرية	مربع الانحرافات	مصدر التباين	الأبعاد
٠,٢	٠,٠٤٤	١٤,٠٦	٢٨٨,٣٤	٢	٥٧٦,٦٨	بين المجموعات	البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه
			٢٠,٥١	٦٠٩	١٢٤٨٨,٢٤	داخل المجموعات	
				٦١١	١٣٠٦٤,٩٢	المجموع	
٠,١	٠,٠٠٩	٢,٦٤	٢٩,٤٣	٢	٥٨,٨٧	بين المجموعات	البعد الثاني: دوافع إجتماعيه
			١١,١٦	٦٠٩	٦٧٩٥,٤٦	داخل المجموعات	
				٦١١	٦٨٥٤,٣٣	المجموع	
٠,١	٠,٠٠٤	١,٣٥	١٨,٧٩	٢	٣٧,٥٧	بين المجموعات	البعد الثالث: دوافع نفسيه
			١٣,٩٤	٦٠٩	٨٤٨٩,٦٥	داخل المجموعات	
				٦١١	٨٥٢٧,٢٢	المجموع	
٠,١	٠,٠٠٥	١,٤٦	١٠,٥١	٢	٢١,٠٣	بين المجموعات	البعد الرابع: دوافع عقليه
			٧,٢٠	٦٠٩	٤٣٨٤,٦٠	داخل المجموعات	
				٦١١	٤٤٠٥,٦٣	المجموع	
٠,١	٠,٠٠٥	١,٦٧	١٤,٢٩	٢	٢٨,٥٧	بين المجموعات	البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا
			٨,٥٧	٦٠٩	٥٢١٨,٩٣	داخل المجموعات	
				٦١١	٥٢٤٧,٥٠	المجموع	
٠,١	٠,٠١٦	٥,٠٢	٩٠٩,٢٧	٢	١٨١٨,٥٥	بين المجموعات	مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19
			١٨١,٠٧	٦٠٩	١١٠٢٧٣,٠٩	داخل المجموعات	
				٦١١	١١٢٠٩١,٦٤	المجموع	

فج (٢, ٠,٠٥, ٦٠٩) = ٣,٠٠

يتضح من جدول (١٧) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (١,٣٥) و(١٤,٠٦) وجميعها غير دالة، أي أنه لا توجد فروق بين المجموعات فيما عدا (البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه) و(الدرجة الكلية للمقياس)

وتراوحت قيم (η^2) بين (٠,٠٠٤) و (٠,٠٤٤) وهذا يدل على حجم تأثير (منعدم) إلى (صغير)، كما تم حساب حجم التأثير باستخدام (d) ويفسر طبقاً لمحكات لكوهين، وتراوحت قيم (ES) بين (٠,١) و (٠,٢) وهذا يدل على حجم تأثير (منعدم) إلى (صغير).

جدول (١٩) دلالة الفروق بين أزواج متوسطات واختبار أقل فرق دال (L.S.D) للمستجيبين على (مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19) وفقاً للمستوي الإقتصادي

الأبعاد	المجموعات	ن	المتوسط	ضعيف	متوسط	جيد
البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه	ضعيف	١٦	٢٢,٧٥		*٥,٩٦	*٦,١٧
	متوسط	٣٣٢	٢٨,٧٠			٠,٢١
	جيد	٢٦٤	٢٨,٩٢			
البعد الثاني: دوافع إجتماعيه	ضعيف	١٦	١٦,١٩		*١,٨٧	*١,٩٨
	متوسط	٣٣٢	١٨,٠٥			٠,١١
	جيد	٢٦٤	١٨,١٦			
البعد الثالث : دوافع نفسيه	ضعيف	١٦	٢٨,٥٠		١,٣٩	١,٠٩
	متوسط	٣٣٢	٢٩,٨٩			٠,٣٠
	جيد	٢٦٤	٢٩,٥٩			
البعد الرابع : دوافع عقليه	ضعيف	١٦	١٤,٥٦		٠,٦٨	٠,٩٥
	متوسط	٣٣٢	١٥,٢٤			٠,٢٧
	جيد	٢٦٤	١٥,٥٢			
البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا	ضعيف	١٦	١٤,٦٣		٠,٤٠	٠,٨٠
	متوسط	٣٣٢	١٥,٠٢			٠,٤٠
	جيد	٢٦٤	١٥,٤٢			
مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19	ضعيف	١٦	٩٦,٦٣		*١٠,٢٨	*١٠,٩٨
	متوسط	٣٣٢	١٠٦,٩١			٠,٧٠
	جيد	٢٦٤	١٠٧,٦٠			

*الفروق بين المتوسطات دالة عند (٠,٠٥)

يتضح من جدول (١٩) : أنه لا توجد فروق بين المجموعات فيما عدا (البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه) و (الدرجة الكلية للمقياس) لصالح (المستوى الجيد) ثم (المستوى المتوسط). ويرجع الباحث ذلك إلي إنشغال عينه البحث من أصحاب المستوى الإقتصادي الضعيف بتوفير الإحتياجات الماليه لئلاسه علي حساب ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل علي العكس من الأسر ذات المستوى الإقتصادي المتوسط والجيد فالإستقرار المالي يدفعهم لممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل. ويختلف ذلك مع ما توصل إليه دراسة هناء عبدالله مرزوق وآخرون (٢٠١٩م) (١٣)، التي تؤكد علي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينه البحث وفقاً لمستوي الدخل.

جدول (٢٠) دلالة الفروق بين الاستجابة على مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا (Covid-19) وفقا للسن (٤٥ فأكثر=٥٥) (٣٥ إلىأقلمن =٤٥) (٢٥ إلىأقلمن =٣٥) (١٦ إلىأقلمن =٢٥) (١٧ إلىأقلمن =٢٥) (٢٧٤=٢٥)

حجم التأثير ES = d	(η^2)	قيمة (ف) المحسوبة	متوسط مربع الانحرافات	درجات الحرية	مربع الانحرافات	مصدر التباين	الأبعاد
٠,١	٠,٠١٧	٣,٤٧	٧٣,٣٤	٣	٢٢٠,٠٢	بين المجموعات	البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه
			٢١,١٣	٦٠,٨	١٢٨٤٤,٨٩	داخل المجموعات	
				٦١١	١٣٠٦٤,٩٢	المجموع	
٠,١	٠,٠١١	٢,٢٤	٢٤,٩٩	٣	٧٤,٩٦	بين المجموعات	البعد الثاني: دوافع إجتماعيه
			١١,١٥	٦٠,٨	٦٧٧٩,٣٧	داخل المجموعات	
				٦١١	٦٨٥٤,٣٣	المجموع	
٠,٢	٠,٠٢٥	٥,٢٦	٧١,٩٢	٣	٢١٥,٧٥	بين المجموعات	البعد الثالث: دوافع نفسيه
			١٣,٦٧	٦٠,٨	٨٣١١,٤٧	داخل المجموعات	
				٦١١	٨٥٢٧,٢٢	المجموع	
٠,٢	٠,٠٢٧	٥,٦٤	٣٩,٧٨	٣	١١٩,٣٤	بين المجموعات	البعد الرابع: دوافع عقليه
			٧,٠٥	٦٠,٨	٤٢٨٦,٢٩	داخل المجموعات	
				٦١١	٤٤٠٥,٦٣	المجموع	
٠,٢	٠,٠٢٦	٥,٣٦	٤٥,١١	٣	١٣٥,٣٢	بين المجموعات	البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا
			٨,٤١	٦٠,٨	٥١١٢,١٨	داخل المجموعات	
				٦١١	٥٢٤٧,٥٠	المجموع	
٠,١	٠,٠٠٧	١,٤٣	٢٦١,٩٢	٣	٧٨٥,٧٥	بين المجموعات	مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19
			١٨٣,٠٧	٦٠,٨	١١١٣٠٥,٩٠	داخل المجموعات	
				٦١١	١١٢٠٩١,٦٤	المجموع	

فج (٢,٠٩,٠٠٥) = ٣,٠٠٠

يتضح من جدول (٢٠) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (١,٤٣) و(٥,٦٤) وجميعها غير دالة، أي أنه توجد فروق بين المجموعات فيما عدا (البعد الثاني: دوافع إجتماعيه) و(الدرجة الكلية للمقياس)

وتراوحت قيم (η^2) بين (٠,٠٠٧) و(٠,٠٢٧) وهذا يدل على حجم تأثير (منعدم) إلى (صغير)، كما تم حساب حجم التأثير باستخدام (d) ويفسر طبقاً لمحكات لكوهين، وتراوحت قيم (ES) بين (٠,١) و(٠,٢) وهذا يدل على حجم تأثير (منعدم) إلى (صغير).

جدول (٢١) دلالة الفروق بين أزواج متوسطات واختبار أقل فرق دال (L.S.D) للمستجيبين على (مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحية بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19) وفقا للسن

الأبعاد	المجموعات	ن	المتوسط	٤٥ فأكثر	٣٥ إلى أقل من ٤٥	٢٥ إلى أقل من ٣٥	١٧ إلى أقل من ٢٥
البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه	٤٥ فأكثر	٥٥	٢٩,٤٧		١,٣٩	*١,٥٢	٠,٣٤
	٣٥ إلى أقل من ٤٥	١١٥	٢٨,٠٨			٠,١٣	*١,٠٥
	٢٥ إلى أقل من ٣٥	١٦٨	٢٧,٩٥				*١,١٨
	١٧ إلى أقل من ٢٥	٢٧٤	٢٩,١٣				
البعد الثاني: دوافع إجتماعيه	٤٥ فأكثر	٥٥	١٧,٣١		*١,٣٥	٠,٦٦	٠,٦٩
	٣٥ إلى أقل من ٤٥	١١٥	١٨,٦٦			٠,٦٦	٠,٠٣
	٢٥ إلى أقل من ٣٥	١٦٨	١٧,٩٧				
	١٧ إلى أقل من ٢٥	٢٧٤	١٨,٠٠				
البعد الثالث: دوافع نفسيه	٤٥ فأكثر	٥٥	٣٠,١٨		٠,٥٥	٠,٣٩	١,٠٢
	٣٥ إلى أقل من ٤٥	١١٥	٣٠,٧٣			*٠,٩٤	*١,٥٧
	٢٥ إلى أقل من ٣٥	١٦٨	٢٩,٧٩				٠,٦٣
	١٧ إلى أقل من ٢٥	٢٧٤	٢٩,١٦				
البعد الرابع: دوافع عقليه	٤٥ فأكثر	٥٥	١٥,١٣		٠,٥٥	٠,٤٦	٠,٥٣
	٣٥ إلى أقل من ٤٥	١١٥	١٥,٦٨			*١,٠١	٠,٠٢
	٢٥ إلى أقل من ٣٥	١٦٨	١٤,٦٧				*٠,٩٩
	١٧ إلى أقل من ٢٥	٢٧٤	١٥,٦٦				
البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا	٤٥ فأكثر	٥٥	١٥,٢٧		٠,٦٧	٠,١٣	٠,٥٦
	٣٥ إلى أقل من ٤٥	١١٥	١٥,٩٤			٠,٥٣	*١,٢٣
	٢٥ إلى أقل من ٣٥	١٦٨	١٥,٤٠				*٠,٦٩
	١٧ إلى أقل من ٢٥	٢٧٤	١٤,٧١				
مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحية بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19	٤٥ فأكثر	٥٥	١٠٧,٣٦		١,٧٢	١,٥٨	٠,٧١
	٣٥ إلى أقل من ٤٥	١١٥	١٠٩,٠٩			*٣,٣٠	٢,٤٣
	٢٥ إلى أقل من ٣٥	١٦٨	١٠٥,٧٩				٠,٨٧
	١٧ إلى أقل من ٢٥	٢٧٤	١٠٦,٦٦				

*الفروق بين المتوسطات دالة عند (٠,٠٥)

يتضح من جدول (٢١): أنه توجد فروق بين المجموعات في (البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه) (البعد الثاني: دوافع إجتماعيه) (البعد الثالث: دوافع نفسيه) (البعد الرابع: دوافع عقليه) (البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا) (٢٥ إلى أقل من ٤٥) (٣٥ إلى أقل من ٤٥) (٤٥ فأكثر)، ثم (١٧ إلى أقل من ٢٥)، وفي (البعد الثالث: دوافع نفسيه) (٣٥ إلى أقل من ٤٥) (٤٥ فأكثر)، وفي (البعد الرابع: دوافع عقليه) (٣٥ إلى أقل من ٤٥) (٤٥ فأكثر)، ثم (١٧ إلى أقل من ٢٥)، وفي (البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا) (٣٥ إلى أقل من ٤٥) (٤٥ فأكثر)، وفي (البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا) (٣٥ إلى أقل من ٤٥) (٤٥ فأكثر)، وفي (البعد الخامس: دوافع متعلقه بجائحه فيروس كورونا) (٣٥ إلى أقل من ٤٥) (٤٥ فأكثر).

(٤٥) ثم (٢٥ إلى أقل من ٣٥)، فيما عدا (البعد الثاني: دوافع إجتماعيه) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية.

ويرجع الباحث ذلك إلي:

أولاً: تغلب الدوافع البدنيه والصحيه، لأصحاب السن (٤٥ فأكثر)، ثم (١٧ إلى أقل من ٢٥) ويرجع الباحث ذلك إلي إهتمام هذه المرحلة العمريه (المراهقه - كبار السن) بالحفاظ علي مستوي اللياقه البدنيه والصحيه في ظل الحجر المنزلي وبالتالي زياده المناعه لديهم.

ثانياً: تغلب الدوافع النفسيه، لأصحاب السن (٣٥ إلى أقل من ٤٥) ثم (٤٥ فأكثر) ويرجع الباحث ذلك إلي إهتمام هذه المرحلة العمريه (أرباب الأسر) بتحقيق الأمن النفسي لدي أفراد الأسره والتخلص من الضغوط النفسيه وتحقيق السعاده والإستقرار لأفراد الأسره.

ثالثاً: تغلب الدوافع العقليه، لأصحاب السن (٣٥ إلى أقل من ٤٥) ثم (١٧ إلى أقل من ٢٥) ويرجع الباحث ذلك إلي إهتمام هذه المرحلة العمريه (المراهقه - الشباب) بتحسين القدرات العقليه من التفكير والتذكر وتنتميه الميول الفكرية والأدبيه.

رابعاً: تغلب الدوافع المتعلقة بجائحه فيروس كورونا، (٣٥ إلى أقل من ٤٥) ثم (٢٥ إلى أقل من ٣٥) ويرجع الباحث ذلك إلي أن هذه المرحلة العمريه (الشباب) قبل جائحه كورونا هم الأكثر ترددا علي المنشآت الترويحيه وتأثراً بالحجر المنزلي وغلق كافه المنشآت الترويحيه لجأو إلي ممارسه المناشط الترويحيه بالمنزل.

ويختلف ذلك مع ما توصل إليه دراسة هناء عبدالله مرزوق وآخرون (٢٠١٩م) (١٣)، التي تؤكد علي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينه البحث وفقاً للسن.

ويتفق ذلك مع ما توصل إليه دراسة صياد الحاج (٢٠١٣م) (٥)، التي تؤكد علي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينه البحث وفقاً للسن.

جدول (٢٢) دلالة الفروق بين الاستجابة على (مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19) وفقاً لنوع للأنشطة الترويحيه الممارسه (فني=٨٣) (ثقافي=١٠٠) (رياضي=٣١٢) (اجتماعي=١١٧)

حجم التأثير ES = d	(η ²)	قيمة (ف) المحسوبة	متوسط مربع الانحرافات	درجات الحرية	مربع الانحرافات	مصدر التباين	الأبعاد
٠,٢	٠,٠٤٠	٨,٤٨	١٧٤,٩٧	٣	٥٢٤,٩١	بين المجموعات	البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه
			٢٠,٦٣	٦٠٨	١٢٥٤٠,٠٠	داخل المجموعات	
				٦١١	١٣٠٦٤,٩٢	المجموع	
٠,٢	٠,٠٣١	٦,٥٧	٧١,٧٨	٣	٢١٥,٣٥	بين المجموعات	البعد الثاني: دوافع إجتماعيه
			١٠,٩٢	٦٠٨	٦٦٣٨,٩٨	داخل المجموعات	
				٦١١	٦٨٥٤,٣٣	المجموع	
٠,١	٠,٠٠٨	١,٧٤	٢٤,١٥	٣	٧٢,٤٤	بين المجموعات	البعد الثالث: دوافع نفسيه
			١٣,٩١	٦٠٨	٨٤٥٤,٧٨	داخل المجموعات	

				٦١١	٨٥٢٧,٢٢	المجموع	
٠,١	٠,٠٠٧	١,٤٧	١٠,٥٦	٣	٣١,٦٩	بين المجموعات	البعد الرابع: دوافع عقلية
			٧,١٩	٦٠,٨	٤٣٧٣,٩٤	داخل المجموعات	
				٦١١	٤٤٠٥,٦٣	المجموع	
٠,١	٠,٠١١	٢,٣٠	١٩,٦٠	٣	٥٨,٨١	بين المجموعات	البعد الخامس: دوافع متعلقة بجائحه فيروس كورونا
			٨,٥٣	٦٠,٨	٥١٨٨,٦٩	داخل المجموعات	
				٦١١	٥٢٤٧,٥٠	المجموع	
٠,١	٠,٠٠٣	٠,٥٨	١٠٦,٨٩	٣	٣٢٠,٦٦	بين المجموعات	مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19
			١٨٣,٨٣	٦٠,٨	١١١٧٧٠,٩٨	داخل المجموعات	
				٦١١	١١٢٠٩١,٦٤	المجموع	

فج (٢, ٠,٠٥, ٦٠٩) = ٣,٠٠

يتضح من جدول (٢٢) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (٠,٥٨) و (٨,٤٨) وجميعها غير دالة، أي أنه لا توجد فروق بين المجموعات فيما عدا (البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه) و (البعد الثاني: دوافع إجتماعيه)

وتراوحت قيم (η^2) بين (٠,٠٠٣) و (٠,٠٤٠) وهذا يدل على حجم تأثير (منعدم) إلى (صغير)، كما تم حساب حجم التأثير باستخدام (d) ويفسر طبقاً لمحكات لكوهين، وتراوحت قيم (ES) بين (٠,١) و (٠,٢) وهذا يدل على حجم تأثير (منعدم) إلى (صغير).

جدول (٢٣) دلالة الفروق بين أزواج متوسطات واختبار أقل فرق دال (L.S.D) للمستجيبين على (مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحيه بالمنزل في ظل جائحه كورونا Covid-19) وفقاً لنوع الأنشطة الترويحيه الممارسه

الأبعاد	المجموعات	ن	المتوسط	إجتماعي	فني	ثقافي	رياضي
البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه	إجتماعي	١١٧	٢٧,٧٤		٠,٠١	٠,١١	*١,٨١
	فني	٨٣	٢٧,٧٢			٠,٠٩	*١,٨٣
	ثقافي	١٠٠	٢٧,٦٣				*١,٩٢
البعد الثاني: دوافع إجتماعيه	رياضي	٣١٢	٢٩,٥٥				
	إجتماعي	١١٧	١٩,١٥		٠,٧٣	*١,٤٤	*١,٥٠
	فني	٨٣	١٨,٤٢			٠,٧١	٠,٧٧
البعد الثالث: دوافع نفسيه	ثقافي	١٠٠	١٧,٧١				٠,٠٦
	رياضي	٣١٢	١٧,٦٥				
	إجتماعي	١١٧	٣٠,١٥		٠,١٠	٠,٤١	٠,٧٣
البعد الرابع: دوافع عقلية	فني	٨٣	٣٠,٢٤			٠,٥٠	٠,٨٢
	ثقافي	١٠٠	٢٩,٧٤				٠,٣٢
	رياضي	٣١٢	٢٩,٤٢				
البعد الرابع: دوافع عقلية	إجتماعي	١١٧	١٥,٧٣		٠,٢١	٠,٣٨	*٠,٥٨
	فني	٨٣	١٥,٥٢			٠,١٧	٠,٣٧

٠,٢٠				١٥,٣٥	١٠٠	ثقافي	البعد الخامس: دوافع متعلقة بجائحه فيروس كورونا	
				١٥,١٥	٣١٢	رياضي		
*٠,٦٨	٠,١٥	٠,٠٦		١٤,٨٠	١١٧	إجتماعي		
٠,٦٢	٠,٠٨			١٤,٨٧	٨٣	فني		
٠,٥٣				١٤,٩٥	١٠٠	ثقافي		
				١٥,٤٨	٣١٢	رياضي		
٠,٣٢	٢,١٨	٠,٧٩		١٠٧,٥٦	١١٧	إجتماعي		مقياس دوافع ممارسه
٠,٤٨	١,٣٩			١٠٦,٧٧	٨٣	فني		الأنشطة الترويحيه
١,٨٧				١٠٥,٣٨	١٠٠	ثقافي		بالمنزل في ظل جائحه
				١٠٧,٢٥	٣١٢	رياضي		كورونا Covid-19

*الفروق بين المتوسطات دالة عند (٠,٠٥)

يتضح من جدول (٢٣): أنه لا توجد فروق بين المجموعات فيما عدا (البعد الأول: دوافع بدنيه وصحيه) توجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح النشاط الترويحي الرياضي و(البعد الثاني: دوافع إجتماعيه) لصالح النشاط الترويحي الإجتماعي

ويرجع الباحث ذلك إلي قناعه عينه البحث أن مردود ممارسه الأنشطة الترويحيه الرياضيه علي الناحيه البدنيه والصحيه أكثر من مردود الأنواع الأخرى للأنشطة الترويحيه التي يمكن ممارستها في المنزل، كما أن مردود ممارسه الأنشطة الترويحيه الإجتماعيه علي النواحي والعلاقات الإجتماعيه الأسريه أكثر من مردود غيره من الأنشطة الترويحيه التي يمكن ممارستها بالمنزل.
الاستخلاصات:

- في حدود هدف وفروض البحث والنتائج التي تم التوصل إليها، استخلص الباحث ما يلي:
- تحديد أهم الدوافع البدنيه والصحيه، والدوافع الإجتماعيه، والدوافع النفسيه، والدوافع العقليه، و الدوافع المتعلقة بأذمه فيروس كورونا المحركه لعينه البحث لممارسه الأنشطة الترويحيه في المنزل في ظل جائحه فيروس كورونا Covid-19
- جاءت (الدوافع النفسيه) في المرتبه الأولى يليها (الدوافع البدنيه والصحيه) لممارسه الأنشطة الترويحيه في المنزل في ظل جائحه فيروس كورونا Covid-19 .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الدوافع العقليه والدوافع المتعلقة بأذمه فيروس كورونا لصالح الذكور .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسين للنشاط الترويحي قبل الجائحه وغير الممارسين في الدوافع العقليه والدوافع المتعلقة بأذمه فيروس كورونا والدرجه الكليه للمقياس لصالح الممارسين .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أصحاب التعليم المتوسط وأصحاب التعليم العالي

في الدوافع البدنية والصحية والدوافع العقلية والدرجة الكلية للمقياس لصالح أصحاب التعليم والتعليم العالي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين سكان الريف وسكان الحضر في الدوافع الإجتماعية والدوافع المتعلقة بأذمه فيروس كورونا لصالح سكان الحضر.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفقا للمستوي الإقتصادي في الدوافع البدنية والصحية والدرجة الكلية للمقياس لصالح المستوي الإقتصادي الجيد ثم المتوسط.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفقا لنوع النشاط الترويحي الممارس في المنزل في الدوافع البدنية والصحية والدوافع الإجتماعية لصالح نشاط الترويح الرياضي.

التوصيات:

- في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها، يوصى الباحث بما يلي:
- إهتمام الأبدية ومراكز الشباب بتوفير برامج ترويحية مختلفة تمارس في المنزل لأعضائها من خلال وسائل التواصل الإجتماعي.
- التوعية الإعلامية بأهميه ممارسه الأنشطة الترويحية بالمنزل لمقاومه هذا الفيروس اللعين نفسيا وبدنيا واجتماعيا.
- التأكيد علي نشر الثقافه الترويحية لأصحاب التعليم المتوسط وسكان الريف.
- حرص أرباب الأسر علي ممارسه الأنشطة الترويحية بالمنزل لتحقيق الاستقرار الأسري والأمن النفسي للتغلب علي هذه الفتره الصعبه.
- البعد عن كثره استخدام مواقع التواصل الإجتماعي في ظل الحجر المنزلي واستبداله بأنشطه ترويحية جماعيه بين أفراد الأسره لزياده الترابط الأسري والقضاء علي العزله الإجتماعيه.

أولا قائمة المراجع العربية:

- ١- أحمد حلمي قوره: "تقنين مقياس دوافع ممارسه الأنشطة الترويحية"، المجله العلميه للتربيه البدنيه وعلوم الرياضه، كليه التربيه الرياضيه للبنين، جامعه حلوان، العدد (٧٦)، جزء (٢)، ٢٠١٦م.
- ٢- أحمد ماجد عبد الحميد: "دوافع ممارسه الأنشطة الترويحية لدي طلاب مدارس محافظه القاهره في ضوء بعض المتغيرات"، رساله ماجستير غير منشوره، مكتبه كليه التربيه الرياضيه للبنين، جامعه حلوان، ٢٠١٩م.
- ٣- أسامه كامل راتب: "علم نفس الرياضه"، المفاهيم - التطبيقات، دار الفكر العربي، القاهره، ١٩٩٨م.
- ٤- تهاني عبدالسلام محمد: "اسس الترويح والتربيه الترويحيه"، دار المعارف، الإسكندريه، ١٩٩٣م.
- ٥- صياد الحاج: "دوافع ممارسه النشاط الرياضي الترويحي عند المواطن الجزائري في ضوء متغير الجنس، والعمر، والمؤهل العلمي"، رساله ماجستير غير منشوره، مكتبه معهد التربيه البدنيه والرياضيه، جامعه عبد

الحميد بن باديس، الجزائر، ٢٠١٣م.

٦- عزيزه السيد: "الدافعية في الحياه ومستويات الإلتزام"، تحليل نظري وبحث ميداني، دار المعارف، القاهرة، ١٩٩٠م.

٧- قاصدي حميده: "دوافع الطلبة الجامعيين نحو ممارسه النشاط الرياضي الترويحي في أوقات الفراغ"، مجله علوم وممارسه الأنشطة البدنيه والرياضيه والإيقاعيه، الجزائر، معهدالتربيه البدنيه والرياضيه، العدد (٥)، مارس ٢٠١٤م.

٨- كمال درويش ومحمد الحماحمي: "رؤيه عصريه للترويح وأوقات الفراغ"، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ٢٠٠٤م.

٩- محمد الحماحمي وعائده عبد العزيز: "الترويح بين النظرية والتطبيق"، ط٤، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ٢٠٠٦م.

١٠- محمد حسن علاوي: "مدخل إلي علم النفس الرياضي"، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٨م.

١١- محمود سيد هاشم: "دوافع النشاط البدني لدي كبار السن في ظل جائحه فيروس كورونا المستجد-Covid 19"، المجله العلميه للتربيه البدنيه وعلوم الرياضه، كليه التربيه الرياضيه للبنين، جامعه حلوان، العدد(١)، المجلد(٨٩)، ٢٠٢٠م.

١٢- نور الهدي مصطفى أحمد: "دوافع ممارسه أوجه النشاط الترويح الرياضي لدي طلاب المرحله الثانويه بمحافظه المنيا"، رساله ماجستير غير منشوره، مكتبه كليه التربيه الرياضيه، جامعه بني سويف، ٢٠١٨م.

١٣- هناء عبدالله مرزوق وآخرون: "دوافع ممارسه النشاط البدني علي حاله الصحيه والنفسيه في مراكز اللياقه البدنيه النسائيه بدوله الكويت"، مجله بحوث وتطوير أنشطه علوم الرياضه، العدد (١)، ٢٠١٩م.

١٤- يوسف قطامي، وعبد الرحمن عدس: "علم النفس العام"، دار الفكر للطباعه والنشر، عمان، ٢٠٠٢م.
ثانيا قائمة المراجع الأجنبية:

15- Huit,W, **Motivation**: New York Macmillan publishing CO,Inc, (1998).

16- Lim Khong Chiu: **University Students Attitude, Self- Efficacyand Motivation Regarding Leisure Time Physical Participation**, Journal Pendidik dan Pendidikan, Jil (2009).

17- Min- Haeng Cho : **The Strength of Motivation and Physical Activity Level During Leisure Time Among Youth In South Korea** , LARNet ; The Cyber Journal of Applied Leisure and Recreation Research, July, 2007.

18- Katarzyna ,AwrukA-D,& Konrad JanowskiA-E : **motivation for physical activity and mental health indicators in male gym attendees**, physical culture and sport. studies and research, doi: 10.1515/pcssr-2016-0003.

19- Molanorozi, k. khoo, s. & Morris, T: **Motives for adult participation in physical activity type of activity, age, and gender**. BMC, Public Health, 15(66). 1-12(2015).

ثالثا قائمة المراجع عبر شبكة الأنترنت:

20- <https://www.balagh.com/article/> :اللعب والترويح في-الإمارة

21-<https://www.youm7.com/story/2020/3/22/%D9%87%D9%84-%D9%8A%D8%AC>.

22-<https://www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>